

Carta ao leitor

“Vou ter um troço se eu não comer uma fatia de bolo!”, apelei no meio da tarde para a minha irmã, educadora física, única que não responderia: “um pedacinho não vai te fazer mal”. A verdade é que nunca um desafio me pareceu tão intransponível quanto aquele dado pelo meu endocrinologista: passar 20 dias sem açúcar industrializado.

Entendemos que - recorro aqui a uma frase clichê - a “diferença entre o veneno e o remédio é a dose”. Mas o debate sobre açúcar e seus malefícios anda acirrado na pauta do dia e vale o alerta: o Ministério da Saúde determinou a redução da quantidade do ingrediente em alimentos industrializados. Trata-se de uma meta ousada e - diga-se de passagem - nos parece de difícil cumprimento. Afinal, como a indústria alimentícia resolverá a questão do paladar popular já habituado a tantas gostosuras açucaradas?

Debate para muitas páginas e especialistas. E é aí que a edição da revista +Saúde & Bem Estar se insere. Como reportagem principal, exatamente o acordo entre o órgão público e a Abia (Associação Brasileira das Indústrias da Alimentação) sobre o “doce veneno”.

Também em destaque, os gargalos nas políticas públicas relacionada aos cuidados com os idosos; a importância da educação física para a criança; o veredicto de profissionais de saúde sobre as dietas da moda; e o uso indiscriminado da tecnologia versus nossa saúde.

No setor de beleza, um marco nesse mercado: a criação de produtos que respeitam a diversidade.

Propomos dessa vez uma revista mais leve, ainda que com assuntos densos. E, queremos saber a sua opinião. Comente nos nossos canais on-line. Toda crítica é bem-vinda.

Uma excelente leitura.

Abraços,

Paula Maria Prado

Em tempo, no dia do fechamento da revista, cheguei ao dia número 18 do desafio. Não sem deslizes, confesso. Mas com o paladar diferente e, certamente, mais saudável do que quando comecei. Sigo sonhando com bombas de chocolate, mas... Faz parte. Um minuto de cada vez. À luta.

O VALE

Diretor Responsável
Fernando Salerno

Editor-chefe
Guilherme Codazzi

Divisão de Revistas
A revista +Saúde & Bem-Estar é um produto editorial desenvolvido pela Divisão de Revistas de **OVALE**

+Saúde & Bem-Estar
Editora: Paula Maria Prado

Diagramação:
Paulo Donizetti

Tratamento de Imagens:
Daniel Fernandes

Arte capa:
Daniel Fernandes

Publicidade
Gerente Comercial e Marketing:
Tamires Jorge

Assistentes Comerciais:
Ana Paula Alves
e Valdelice Oliveira

Artes:
Ricardo Nazima, Marta Oliveira
e Flávio Machado

Executivos de Negócios: Aldo Mazzoni,
Fábio Amarante, Greice Kelly e Yuri Santos
Executivos de Negócios Internos: Jediel Pereira
e Susemary Fernandes

Executiva de Negócios Edição Vale da Fé:
Ana Luiza Barros

Executiva de Negócios Sucursal São Paulo:
Isabel Bruno

Assistente Comercial Sucursal São Paulo:
Marcio Gomes

São José dos Campos
Av. Cassiano Ricardo, 401 - sala 508B
Ed. Hyde Park - Jardim Aquarius
Cep: 12240-540 - São José dos Campos - SP
Tel: (12) 3878-4499
São Paulo

Av. Brig. Faria Lima, 1755 - Jardim Paulistano
CEP: 01452-001- São Paulo - SP
Tel.: (11) 4240-2107
Taubaté

Avenida dos Bandeirantes, 5850.
Independência - **Cep:** 12031-206 - Taubaté - SP
Tel: (12) 3878-4499

Endereço eletrônico: www.ovale.com.br
Circulação: A revista **+Saúde & Bem-Estar** circula encartada em **OVALE** na edição de 08/12/2018 para assinantes e nos exemplares de venda avulsa nas bancas das 32 cidades das regiões do Vale do Paraíba, Serra da Mantiqueira e Litoral Norte