

Ano XIV - Março 2024 | Nº 51

# melhor

## viagem 60+

14 anos

## Roteiros imperdíveis para saúde & bem-estar

Um leque de opções, destinos e empreendimentos  
onde a atração principal é o cuidado  
com corpo e a mente do visitante

### Aventura

Cultura e natureza exuberante com  
acessibilidade para todas as idades  
no Mato Grosso do Sul

### Ícone mineiro

Há 80 anos o Grande Hotel e Termas  
Araxá reúne história, saúde e diversão



[www.mviagem.com.br](http://www.mviagem.com.br)



@revistamelhorviagem

# COSTA DOS MILAGRES

Alagoas

MILAGRES

*Costa dos Corais*  
Convenção & Valores Ilustres

Secretaria de  
Estado do Turismo





UMA FEIRA  
**APROVADA**  
por **98%** dos  
PARTICIPANTES



**15 mil**  
PARTICIPANTES



**23%**  
CRESCIMENTO



**2,7 mil**  
MARCAS



**710**  
PROFISSIONAIS  
DA IMPRENSA



**7**  
PALCOS  
DE CONTEÚDO



**40**  
DESTINOS  
INTERNACIONAIS

**7 A 10 DE NOVEMBRO > 2024**  
**SERRA PARK > GRAMADO**



**Festuris**  
GRAMADO



Ana Carolina Melo  
Publisher

# Arrojo e ousadia

**I**deias visionárias fazem toda a diferença. O mundo caminha pela cabeça dos que sonham e realizam. Há 14 anos, com uma equipe bastante pequena, corajosa e disposta a arregaçar as mangas, criamos a revista Melhor Viagem – hoje Melhor Viagem 60+ - voltada ao segmento sênior. Assim como criamos a primeira revista de turismo e LGBT+, dois anos antes, fomos chamados de sonhadores. Meu foco era ser uma editora voltada a nichos específicos do mercado do turismo que acreditamos ter grande potencial e pouco explorado. E assim seguimos, derrubando barreiras e construindo pontes.

Num primeiro momento, o mercado anunciante resistiu a um veículo voltado a uma faixa tão específica da população. O apoio inicial surgiu de órgãos públicos que, com base em pesquisas que só eles têm acesso, enxergavam o que ia acontecer mais a frente e apostaram no projeto. Fomos caminhando, acreditando estarmos fazendo o melhor para a sociedade e para uma fatia da população que, aos poucos, ganha visibilidade.

Sobre o turismo 60+, nossa tendência visionária deu frutos numa outra vertente do mesmo segmento. Ano passado aposentamos no I Fórum de Turismo 60+, realizado em São Paulo em abril. Sucesso total. O mercado deu-nos apoio pois entendeu nossa ação de abrir potenciais de negócios e agregar ao núcleo de turismo uma população ávida por novidades e opções de viagem. Na ocasião contamos com a participação de nomes de peso como a empresária Luiza Helena Trajano, presidente da Magazine Luiza, na qual serei eternamente grata pelo apoio e confiança.

Este ano estamos repetindo a dose, no dia 13 de maio, nas dependências do Tivoli Mofarrej Hotel, ainda na capital paulista, com as inscrições quase esgotadas dois meses antes. A edição 2024 contaremos com a presença de Helô Pinheiro (a eterna Garota de Ipanema); a atriz e escritora Bruna Lombardi; Rita Almeida, head de estratégia da AlmapBBDO; Guilherme Paulus, fundador CVC e muito mais.

Como podemos ver, estamos no caminho certo e contribuindo pela diversidade que compõe o setor. Acreditamos no turismo 60+ e, humildemente, nos honramos que sermos os portadores da lanterna que ilumina e abre portas e negócios para o turismo brasileiros.

Somos eternamente gratos a todos.

## ÍNDICE

|                |    |
|----------------|----|
| DIREITO        | 7  |
| NOTÍCIAS       | 8  |
| ESPECIAL       | 10 |
| GASTRONOMIA    | 27 |
| DESTINO        | 28 |
| HOTELARIA      | 32 |
| EVENTOS        | 39 |
| LITERATURA     | 40 |
| ARTE & CULTURA | 41 |
| PET            | 42 |

revista  
**melhor**  
viagem 60+

Publicação de responsabilidade da  
Kuwabara Comunicação LTDA

Rua Mário de Andrade, 48 - Cj. 1616  
Barra Funda - CEP: 01154-060 - São Paulo/SP  
Tel.: (11) 3666 5854  
www.mviagem.com.br  
Instagram: @revistamelhorviagem

**Periodicidade:** Bimestral

**Editores-Chefe:** Ana Carolina Melo  
anamelo@mviagem.com.br

**Chefe de redação:** Patrícia de Campos  
patricia@mviagem.com.br

**Redação:** Ana Melo, Irineu Ramos e  
Patrícia de Campos

**Colaboradores:**  
Ana Paula Garrido, Rosângela de Paula Neves  
e Luiz Del Vigna

**Fórum 60+:** contato@forum60.com.br

**PUBLICIDADE:**  
Guilherme Fussi: guilherme@mviagem.com.br  
Rosi Gonçalves: rosi@forum60.com.br

**REPRESENTAÇÃO COMERCIAL:**  
Bahia - Gorgônio Loureiro  
Tel.: (71) 99972 5158

**SUGESTÕES E ASSINATURAS:**  
Tel.: (11)3666 5854 / 99798 5761

# EXPLORE O DESTINO QUE MAIS COMBINA COM VOCÊ.

19 DIAS



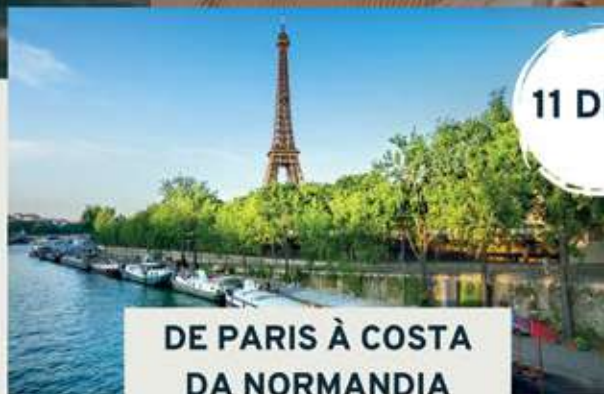
## OS MISTÉRIOS DA GRANDE CHINA

**DOHA - HONG KONG - MACAU -  
GUILIN - PEQUIM - XIAN - XANGAI**

**Entrada de U\$ 2.415  
+ taxas + 9x U\$ 620**

*Incluí: Passagem aérea + acomodação  
+ Guia + Translado + seguro viagem*

11 DIAS



## DE PARIS À COSTA DA NORMANDIA

**CRUZEIRO PELAS MARAVILHOSAS  
BELEZAS DA FRANÇA OLÍMPICA**

**Entrada de € 1.494  
+ taxas + 9x €389**

*Incluí: Passagem aérea + acomodação  
+ Guia + Translado + seguro viagem*

13 DIAS



## GRÉCIA DOS DEUSES

**LENDAS, MONUMENTOS E  
BELEZAS NATURAIS**

**Entrada de € 1.615  
+ taxas + 9x € 420**

*Incluí: Passagem aérea + acomodação  
+ Guia + Translado + seguro viagem*

11 DIAS



## IATE DE LUXO NA CROÁCIA

**CRUZEIRO PELAS ILHAS  
DO MAR ADRIÁTICO**

**Entrada de € 1.354  
+ taxas + 9x € 349**

*Incluí: Passagem aérea + acomodação  
+ Guia + Translado + seguro viagem*

**Mais informações: (21) 96533-5566  
[www.transmundi.com.br](http://www.transmundi.com.br)**

Operadora  
**transmundi**  
Viagens & Intercâmbio

# Viajar é ótimo

**V**iajar pela natureza é ainda melhor. Antes de escrever esta coluna, a editora me avisou que a presente edição abordaria o tema ‘turismo de bem-estar e saúde’.

Bem-estar, segundo o dicionário, é uma situação de conforto, tranquilidade ou satisfação. Portanto, saúde é uma condição básica para alcançar o bem-estar. Saúde e bem-estar andam de mãos dadas.

O modo de vida a que estamos submetidos nos dias de hoje prejudica nossa saúde e compromete nosso bem-estar. Nossa rotina mais parece uma gincana contra o relógio, com muitas tarefas e pouco tempo. Um problema sem solução. Com as 24 horas que temos poderíamos usar oito horas para trabalhar/estudar, outras oito para nos divertir e as últimas oito para dormir. Só que não!

O mundo nos demanda cada

vez mais pedaços do nosso bem mais escasso: o tempo. O seu, o meu, o tempo de cada um. Com isso, não temos mais ‘tempo para nada’. Nos últimos cem anos, nosso processo civilizatório nos afastou da natureza. Nos desconectamos do mundo natural. Estamos cada vez mais ansiosos, mais individualistas e menos empáticos. Ficamos doentes. E como sabemos, na maturidade, é preciso ter um pouco mais de atenção e cuidados com a saúde, tanto a física como a mental.

Nesse contexto, o turismo de natureza, além de ajudar na preservação e regeneração dos ambientes naturais, também ajuda a reconectar as pessoas ao mundo natural, à ancestralidade e até a espiritualidade.

Acreditamos que nesse contato intenso com a natureza, o corpo encontra o espaço saudável para se regenerar; e a mente, o



**Luiz Del Vigna**  
Diretor Executivo da ABETA  
(Associação Brasileira de  
Empresas de Ecoturismo e  
Turismo de Aventura).  
Mais em: [www.abeta.tur.br](http://www.abeta.tur.br)

tempo necessário para desacelerar e pensar.

Se queremos saúde e bem-estar, precisamos nos reconectar com o mundo natural.

A pandemia deu um recado e a neurociência informou: a vida ao ar livre faz bem ao corpo e à mente. Viaje pela natureza.

## AVIAÇÃO

### Companhia aérea lowcost aposta em novas rotas no Brasil

Depois de aterrissar no Brasil em 2018 e expandir sua presença por diversas cidades brasileiras, a SKY Airline se prepara para operar durante a chamada “Temporada de neve 2024” com sete rotas que conectam Brasil e Chile. Entre junho e setembro deste ano, ela prevê transportar 240 mil passageiros entre o País e Santiago. O valor projetado representa um aumento de 50% em relação ao total registrado no mesmo período do ano passado.

Para alcançar esse objetivo, a estratégia de expansão da companhia aérea está focada em oferecer mais opções de voos durante a Temporada de



Neve 2024, entre junho e setembro. Isso deve implicar até 60 voos semanais saindo para a capital chilena de São Paulo, Rio de Janeiro, Florianópolis, Salvador da Bahia, Porto Alegre, Brasília e Belo Horizonte.

Este ano, a principal novidade são as três novas rotas que partem/chegam de Santiago para Belo Horizonte (a partir de 1º de junho), Salvador e Brasília (estas, a partir de 2 de junho).

# Acompanhante em internação hospitalar tem **direito** a alimentação gratuita

**D**e acordo com a legislação vigente, a pessoa idosa tem direito a um acompanhante (familiar, amigo ou cuidador) durante toda a sua internação hospitalar.

Trata-se de um DIREITO (e não um dever), ou seja, o hospital não pode exigir a presença de um acompanhante.

Entretanto, na hipótese de a pessoa idosa exercer esse direito, caberá às operadoras (públicas ou privadas) a obrigação de fornecer, a esse acompanhante, acomodação e alimentação (Estatuto da Pessoa Idosa e RN nº 465/2021, da ANS - Agência Nacional de Saúde).

A Portaria nº 280 /GM/MS, de 07 de abril de 1999, estabelece ser obrigatório nos hospitais públicos, contratados ou conveniados com o Sistema Único de Saúde (SUS), a viabilização de meios que permitam a presença do acompanhante de pacientes maiores de 60 anos de idade, quando in-

ternados, e já prevê a inclusão de acomodação adequada e o fornecimento das principais refeições no valor da diária.

Essa obrigação também se aplica a acompanhantes de crianças e adolescentes (menores de 18 anos) em tratamento hospitalar, tanto pelo Sistema Único de Saúde (SUS) quanto em hospitais particulares.

O Estatuto da Criança e do Adolescente (Lei nº 8069/90), por sua vez, prevê em seu artigo 12 que os estabelecimentos de atendimento à saúde devem proporcionar condições para a permanência em tempo integral de um dos pais ou responsável, nos casos de internação de criança ou adolescente. E para que seja possível essa “permanência em tempo integral” tem que haver o fornecimento de alimentação e acomodação.

A única exceção da Portaria nº 280 /GM/MS, de 07 de abril de 1999 são as internações em Uni-

dade de Tratamento Intensivo, ou nas situações clínicas em que tecnicamente esteja contraindicada a presença de acompanhante, o que deverá ser formalmente justificado pelo médico-assistente.



**Dra. Rosângela de Paula Neves** é advogada, pós-graduada em Direito do Trabalho, MBA em Direito da Economia e da Empresa e Executivo Internacional pela FGV/Ohio University. Pós-graduada em Filosofia, foi membro da Comissão Provisória do Fórum Paulista de Conscientização do Envelhecimento e membro da Comissão Permanente de Direitos da Pessoa Idosa da OAB/SP

Contato: (11) 97344-2000

Linkedin:

rosangela-de-paula-neves



## Revista Melhor Viagem 60+

- ✓ TURISMO
- ✓ HOTELARIA
- ✓ PASSEIOS
- ✓ GRAZIEIROS
- ✓ SAÚDE & BEM-ESTAR
- ✓ PET
- ✓ GASTRONOMIA
- ✓ MERCADO

Siga-nos e fique de olho em nosso portal de notícias!

 @REVISTAMELHORVIAGEM
  WWW.MVIAGEM.COM.BR





# Homenagem 60+ da Turma da Mônica

Mauricio de Sousa Produções apresenta nova série de homenagens às mulheres com mais de 60 anos inaugurada por Mirian Goldenberg



Mirian Goldenberg

**A**ntropóloga brasileira Mirian Goldenberg entra para o hall das homenageadas do projeto Donas da Rua, que tem por objetivo trazer mais visibilidade às mulheres notáveis para inspirar meninas e outras mulheres a buscarem seu espaço em áreas como artes, ciências, esportes e literatura. A profissional será a primeira a se destacar durante uma série de homenagens feitas pela Mauricio de Sousa Produções para mulheres com mais de 60 anos. E para representar a personalidade da escritora, que incansavelmente se dedica a combater o preconceito da sociedade em relação às pessoas idosas, foram escolhidos os traços da sexagenária personagem Mônica.

Nascida na cidade de Santos, no litoral paulista, Mirian desempenha um papel crucial na pesquisa de estudos sobre o envelhecimento da população no País, sendo apelidada de “escutadora de velhinhos” por seus amigos nagenários. Ela é professora titular do Departamento de Antropologia Cultural e do Programa de Pós-Graduação em Sociologia e Antropologia do Instituto de Filosofia e Ciências Sociais da Universidade

Federal do Rio de Janeiro e doutora em Antropologia Social pelo Programa de Pós-Graduação do Museu Nacional da Universidade Federal do Rio de Janeiro.

Mirian, aos 67 anos, conta que já foi chamada de Mônica diversas vezes por ser reconhecida por sua determinação. Aos 4 anos, já demonstrava o interesse pela leitura e escrita, frequentemente, pegando emprestado livros da biblioteca de seu pai. Aos 16 anos, começou a escrever diariamente, registrando suas experiências em mais de 200 cadernos. Nessa época, começou a se interessar por Simone de Beauvoir, renomada filósofa francesa e autora de “O Segundo Sexo”, uma obra de referência no movimento feminista, e “A Velhice”, uma crítica à maneira como a sociedade trata os idosos, dando indícios de suas preferências no futuro.

Além disso, vale destacar que Mirian escreveu inúmeros textos ligados às mulheres e se apaixonou pelo tema do envelhecimento e da felicidade: “Lutar contra a velhofobia é lutar pela nossa própria velhice e dos nossos filhos e netos. No século passado, tivemos a revolução das mulheres, e neste século, teremos a revolução das pessoas de mais idade, porque foram elas que fizeram as revoluções passadas. Eu falo para todo mundo que eu tenho 93 anos porque eu vivo como uma pessoa de mais

de 90 anos, que são as pessoas que eu amo de paixão”, pontua a escritora.

Ao longo de sua carreira, Mirian publicou 30 livros, incluindo, “A arte de pesquisar” (1997), “Corpo, envelhecimento e felicidade” (2011), “Velho é lindo!” (2016) e “A invenção de uma bela velhice” (2021). No YouTube é possível assistir a palestra da autora no TEDx: “A invenção de uma bela velhice”, que já foi teve mais de 1 milhão e 300 mil visualizações no YouTube.

Além de Mirian, outras grandes mulheres, entre elas escritoras, esportistas e cientistas, fazem parte do hall das Donas da Rua da História. A proposta do projeto demonstra o compromisso da Mauricio de Sousa Produções como signatária dos Princípios de Empoderamento das Mulheres, plataforma da ONU Mulheres e do Pacto Global. Para conferir as homenagens, acesse: [www.turmadamonica.uol.com.br/donasdarua](http://www.turmadamonica.uol.com.br/donasdarua)

## Tropical Hotel Amazônia reabre em 31 de dezembro

Situado às margens do rio Negro, o Novo Tropical Hotel Amazônia foi arrematado pelo grupo Fametro, em leilão ocorrido em 2020 e a reforma do hotel começou em 2021. O Tropical Hotel Amazônia manterá suas características originais, com 62 mil metros quadrados de área construída e revitalizada num terreno de 250 mil metros quadrados.

No novo projeto, estão 580 quartos, academia, spa, quadras de esportes e cinco restaurantes, sendo um com vista panorâmica do rio Negro, além de duas grandes piscinas, espaço kids e centro de convenções que pode se transformar em dois salões para eventos. As novidades ficam por conta de marina e faixa de areia que formará uma praia às margens do rio Negro e haverá ainda um centro de acolhimento de animais silvestres.



## JW Marriott Hotel São Paulo inaugura JW Garden

O JW Marriott Hotel São Paulo, primeiro empreendimento de luxo da Marriott International na capital paulista, anuncia a inauguração do JW Garden. A proposta consiste em um jardim localizado na área externa do lobby, com o objetivo de cultivar produtos frescos, ervas e temperos, que serão incorporados à experiência dos hóspedes. No local, ervas como manjeriçã, sálvia, hortelã, orégano, tomilho, capuchinha, pimenta, capim limão, lavanda, limão siciliano e alecrim, considerado o ingrediente exclusivo JW Marriott.



# Roteiros turísticos para os que buscam saúde e bem-estar

Seja cidade, hotel, resort ou spa, o leque de ofertas é imenso quando se trata de uma viagem com foco em cuidados da saúde ou até mesmo apenas fugir da rotina das grandes cidades para recarregar as energias. Confira algumas opções que têm como proposta o bem-estar físico e espiritual.



# ÁGUAS TERAPÊUTICAS

## São Paulo

Na antiguidade os romanos difundiram a prática dos banhos por todo Império. A medicina hipocrática-galênica vigente no mundo ocidental já considerava a água como uma parte fundamental do corpo humano e, por isso, um elemento com um forte poder de cura.

No Brasil, tribos nativas conheciam propriedades curativas das águas. No século XVIII, em Minas Gerais, foram descobertas águas que tinham o poder curativo comprovado por experiências práticas e que eram relacionadas ao mundo religioso, sendo, por isso, consideradas sagradas e milagrosas.

## Águas de Lindóia

Águas de Lindóia, cidade que faz parte do Circuito das Águas Paulista, está 185 quilômetros de distância da capital. Em 1909, o médico Dr. Francisco Tozzi, realizou estudos e identificou o poder curativo das águas locais que já era conhecido na época dos bandeirantes e tropeiros que por ali passaram rumo ao planalto goiano.

Inaugurado em 1959, o Balneário Municipal de Águas de Lindóia, construído exatamente sobre as fontes de águas quentes com suas águas radioativas - que motivou a visita da polonesa Marie Curie ao local

- passou a receber um número expressivo de visitantes que buscavam o tratamento para males como cálculos renais, ácido úrico, eczemas, cefaléias, artrites, reumatismos e problemas circulató-

rios, através de banhos de imersão, massagens, piscinas de água mineral, ducha escocesa, banho de argila, banho de Stangerbad, hidromassagens, sauna e massagens terapêuticas.



## Águas de Santa Bárbara

Nas margens do Rio Pardo, a 287 quilômetros da capital, está a estância hidromineral Águas de Santa Bárbara. Seu Balneário Municipal possui uma área verde com mais de 95 mil metros quadrados. No centro dessa região ficam localizadas as fontes com águas medicinais que brotam da mina presente na cidade.

As águas termais, de origem vulcânica possuem propriedades terapêuticas e são recomendadas para problemas digestivos, dermatológicos e respiratórios.



Fotos: Reprodução

## Águas de São Pedro

A pequena cidade de Águas de São Pedro, localizada a 170 quilômetros da capital, é um oásis de paz.

Numa área inferior a quatro quilômetros quadrados, a principal avenida é toda bordada por flores, com lojas e restaurantes charmosos e um canal que divide a pista, com bancos estilosos para sentar e ver o tempo passar tranquilamente.

A cidade que surgiu de uma fazenda, tem em suas águas, verdadeiros poderes curativos, e o balneário oferece vários tratamentos ou massagens, assim como banhos relaxantes.

As águas minerais foram descobertas, quando da tentativa de encontrar petróleo na região nos idos de 1920. Durante a perfuração, encontraram inclusive uma água rara, com alto teor de enxofre, sendo a segunda mais importante do mundo, perdendo apenas para a existente na Itália (ONDE NA ITALIA?). Segundo estudos essa água tem o poder de curar reumatismos e outras enfermidades da velhice, sendo por isso chamada de “fonte da juventude”. Vale a pena ressaltar que o cheiro e o gosto não são nada agradáveis.



Fotos: Reprodução

Em Águas de São Pedro, as fontes são compostas por três tipos de águas medicinais que eliminam dores físicas e conferem o bem-estar. Além do mais, emergir em qualquer uma delas ameniza doenças, tais como problemas no intestino e no fígado, reumatismo, alergias, problemas respiratórios, dores musculares e até mesmo inflamações.

As águas minerais diversas podem ser “colhidas” nas torneiras do Fontanário, que tem uma arquitetura neo-clássica interessante.

## Termas de Ibirá

Nas Termas de Ibirá, distante 424 quilômetros da capital paulista, encontram-se as águas minerais vanádicas, alcalinas e bicarbonatadas, entre outras qualidades, distribuídas pelas fontes: Ademar de Barros, Carlos Gomes, Jorrante, Saracura e Seixas. Uma fonte mestra disponibiliza água mineral medicinal da fonte Ademar de Barros

ao sistema de banhos, com capacidade para oferecer até 500 banhos por dia.

A qualidade das águas está associada à presença de vanádio, um mineral raro, em sua composição. Segundo estudos da agência norte-americana Water Quality Criteria, esse elemento atua como moderador das oxidações orgânicas, ou seja, regenera mais rapidamente as células, prevenindo o envelhecimento e auxiliando no controle das doenças metabólicas, além de serem cicatrizantes, antialérgica e relaxante.

No início do século XIX foi descoberto o poder curativo do vanádio por meio da “água de Vichy”, na França, tendo as águas de Ibirá, as mesmas propriedades das águas francesas.





### Revista Melhor Viagem 60+

- ✓ TURISMO ✓ HOTELARIA ✓ ASSEIOS ✓ CRUZEIROS
- ✓ SAÚDE & BEM-ESTAR ✓ PET ✓ GASTRONOMIA ✓ MERCADO

Siga-nos e fique de olho em nosso portal de notícias!

 @REVISTAMELHORVIAGEM  [WWW.MVIAGEM.COM.BR](http://WWW.MVIAGEM.COM.BR)



# Minas Gerais

O Circuito das Águas de Minas Gerais, em meio a Serra da Mantiqueira é composto por 14 municípios no sul do estado, que abrigam 37 fontes termais curativas. Confira as mais procuradas.

## Caxambu

A cidade conta com um fenômeno surpreendente pela diversidade química das águas, que afloram na pequena área de 210 mil metros quadrados, que constitui o “Parque das Águas”. No início da década de 2020, 12 fontes foram construídas.

A Fonte Dona Isabel, em Caxambu, é uma das mais famosas e foi nomeada em homenagem a princesa Isabel, que visitou a cidade em 1868. A Fonte Dom Pedro é a fonte mais antiga e simbólica do Parque das Águas, possui interessante construção em estilo greco-romano, com água mineral carbogasosa, bicabornatada, alcalina terrosa, fluoretada, radioativa forte; reforça o estímulo da digestão, esvaziando rapidamente o estômago. Indicada para as dispepsias e digestões lentas e insuficientes, é estimulante do apetite. Sua forte radioatividade purifica o sistema hepato-renal, diluindo a bile e a urina, facilitando a expulsão de resíduos da vesícula biliar e das vias urinária.



Por conta de suas várias fontes com propriedades medicinais, apelidadas de “Águas Santas”, a cidade é considerada o maior potencial hidromineral do mundo.

O Balneário de Hidroterapia que fica dentro do parque erguido há mais de um século, e nas construções históricas que já existiam

e integram o complexo. Vitrais, pinturas, o hall principal, pisos e azulejos foram restaurados. As saunas foram reconstruídas, os serviços como Ducha Vichy, Ducha Escocesa e Banho Turco foram modernizados, contando também com banheiras de hidromassagem e piscina de hidroterapia.



## Araxá

A cidade possui um complexo termal situado em uma ampla área verde, pertencente aos hotéis. O local pode ser frequentado por visitantes não hospedados, que podem ainda aproveitar das piscinas de águas termais e banheiras individuais.

Além disso, é possível desfrutar de vários tratamentos terapêuticos com águas termais, bem como com lama negra. Outros atrativos incluem massagens, banhos de pérolas, sauna, acupuntura e duchas.

# Águas de São Lourenço

São nove os tipos de águas encontradas no Parque das Águas, na cidade de São Lourenço, tendo cada qual propriedades diversas.

Com sabor agradável, é suavemente gasosa. Desde 1890 a água da Fonte Oriente é engarrafada, com isso, é mais fácil levar a todos os benefícios medicinais de suas propriedades. Muito indicada para problemas renais e digestivos.

Em uma das fontes brotam águas ferruginosa, com sabor forte, ideais para o tratamento de anemia, anorexia e, por conter ferro, é indicada também para quem sofre de cansaço e fadiga. Em outra, as águas apresentam lítio em sua composição, tornando seu sabor muito intenso. Ótima para o tratamento de depressão e estresse, além de tratar alergias.

As fontes ficam espalhadas pelo parque, em meio a jardins e lagos, e podem ser encontradas águas que ajuda no tratamento da diabetes e problemas no intestino. Boa também para tratamentos dermatológicos, respiratórios e sinusite. O destaque fica para a fonte da beleza, embora indicadas para problemas gástricos e renais. Uma curiosidade: na França, o outro único lugar no mundo onde essa fonte é encontrada, o líquido foi desenvolvido para tratamentos estéticos.

O parque abriga o balneário, que é um centro hidroterápico desde 1935. O prédio mantém a arquitetura da fundação, mas as instalações são modernas e o leque de tratamentos é bastante diversificado.



## Destinos termais

### Rio Quente (GO)

A cidade é bastante conhecida por seus parques aquáticos com águas quentes. A temperatura de suas águas pode atingir até 47° distribuídas em diferentes complexos. Nos parques aquáticos os visitantes usufruem de excelente infraestrutura.



Foto: Divulgação Rio Quente Resorts

### Gravatal (SC)

Está entre as melhores águas termais do mundo, com complexos oferecidos em diversos hotéis por lá. A água de Gravatal é captada in natura pelos hotéis, que oferecem banheiras e piscinas para seus hóspedes aproveitarem os benefícios das águas termais.



### Barra do Garças (MT)

No Parque das Águas Quentes os visitantes encontram além de uma fascinante área verde, piscinas com águas hidrotermais, que oferecem banhos relaxantes com temperaturas que podem chegar a 43°.

# LAMA E AREIA

Os banhos de lama são uma das mais antigas terapias de cura e beleza. Rico em minerais, já era usado popularmente pelos antigos gregos para manter o aspecto saudável da pele e eliminar as toxinas acumuladas. Ao longo dos tempos, estudos comprovaram eficiência também para diminuir enfermidades como artrite e artrose, entre outras.



## Dunas de Marapé (Jequiá da Praia/AL)

A apenas 63 quilômetros da capital do estado, Maceió, estão as Dunas de Marapé, próxima ao município de Jequiá da Praia. Como uma tapeçaria dourada esculpida pelo vento e pelo tempo, emergem como um espetáculo impressionante da grandiosidade da natureza.

Do povoado de Duas Barras saem os barcos que fazem passeios pelo manguezal do rio Jequiá, para o banho de argila.

Além de sua beleza, a argila encontrada nos mangues tem surtido um efeito positivo contra doenças articulares, como artrite, reumatoide e artrose. A lama dos mangues possui propriedades terapêuticas, traz melhoria também para a pele, deixando-a mais viçosa e macia.



**Conte -nos sobre sua viagem inesquecível!**

Envie sua experiência de uma viagem, com até 3 fotos e publicaremos na revista Melhor Viagem.



[redacao@mviagem.com.br](mailto:redacao@mviagem.com.br)



## GUARAPARI (ES)

Localizada no litoral do Espírito Santo, Guarapari é famosa por suas belas praias e pelas suas areias medicinais que a deixaram conhecida como a “Cidade da Saúde”. Fundada em 1569 pelo padre José de Anchieta durante suas missões jesuíticas para catequizar os índios, há tempos suas areias são famosas devido suas propriedades medicinais.

A praia da Areia apresenta uma forte radiação, por ser mais escura retém o calor e ainda emana um gás, chamado radônio. O spray d’água que vem das ondas, a temperatura e magnetismo da areia, junto com a emissão do gás, proporcionam uma radiação que previne doenças, inclusive câncer, funcionando como uma vacina, assim como a praia de Meaípe, ambas com areias monazíticas. As duas são o local de maior concentração de areia monazítica do Brasil.

Tais areias são muito conhecidas por seus supostos efeitos terapêuticos, sendo popularmente utilizadas no tratamento de artrites e inflamações, uma vez que, espalhada sobre a pele produz uma radiação que estimula os tecidos e favorece o fluxo sanguíneo na região afetada.



Foto: reprodução Youtube

## SEPETIBA (RJ)

Cerca de 75 quilômetros separam o centro do Rio de Janeiro até Sepetiba. O clima de cidade do interior atrai pela recepção dos moradores, pela comida gostosa dos restaurantes e pelo ar bucólico da pracinha, onde, inclusive, foram feitas as gravações da novela global “O Bem Amado”, em 1973.

A lama encontrada na Baía de Sepetiba é comparada a de Liman, no Mar Negro, composta por um pouco de enxofre, sílica, magnésio, óxido de potássio, óxido de ferro, de alumínio, de titânio e de cálcio; excelente para tratamento de reumatismos, caspa, eczemas, calvície, rugas, males da pele e tratamento da cutis.

Embora a região apresente áreas poluídas, a Ilha da Pescaria, com suas areias amareladas, cor de ouro, sua vegetação rasteira e uma elevação



rochosa, é o local para busca para os tratamentos. Rica em areias monazíticas, que tem efeitos fisiológicos e terapêuticos: metaboliza a vitamina B1, tornando fácil sua absorção pelo organismo. Parece ter algum efeito sobre a tireoide, ovário e testículos, tem uma ação diurética e age sobre o sistema nervoso, produzindo efeitos sedativos e analgésicos.

Os tratamentos incluem, além do banho de lama, a helioterapia - que aproveita os efeitos das radiações solares - e a talassoterapia - parte da hidroterapia que trata dos efeitos do banho de mar e do clima marinho - que agem sobre o paciente em conjunto, determinando sensíveis melhoras em casos particulares de doenças de pele, respiratórias ou musculares.



## PERUÍBE (SP)

Peruíbe, localizada no litoral Sul do Estado de São Paulo, conhecida por suas belas praias e águas cristalinas, é um destino turístico popular para quem procura um refúgio tropical.

As riquezas naturais de Peruíbe vão além das belíssimas praias e cachoeiras, e da paisagem exuberante da Estação Ecológica Juréia-Itatins. A lama negra de Peruíbe também é atração por suas propriedades terapêuticas, dermatológicas, antialérgicas e antissépticas.

Chamada de fangoterapia (aplicação da lama para efeitos terapêuticos) é muito utilizada em países da Europa e da Ásia.

Estudos realizados na década de 70 pelo Instituto Geológico do Estado de São Paulo comprovaram a baixa radioatividade do minério e a ação oxidante que combate os radicais livres, que são responsáveis pelas sensações de cansaço e estresse.

A lama negra de Peruíbe é formada a partir de uma substância argilosa de origem marinha depositada em depressões no fundo do mar há mais de 120 mil



anos, devido a um movimento geológico. A jazida do município fica localizada a 500 metros do mar, distribuídas em cinco hectares.

Quem visita o Lamário Municipal pode conhecer mais sobre a lama negra, e ainda receber aplicações de máscara facial, por um valor simbólico. Para aplicações corporais ou localizadas é necessário o agendamento de consulta médica gratuita para início das sessões. Os visitantes também podem adquirir produtos à base da lama negra, como shampoos, sabonetes e cremes.



Fotos: Reprodução

# HOTÉIS PARA FICAR ZEN

Há pousadas e hotéis com foco na interação de seus hóspedes com a natureza, e com atividades voltadas a busca do equilíbrio interno e terapias holísticas.

## Pousada Ponto de Luz (Joanópolis/SP)

A Ponto de Luz está localizado na Serra da Mantiqueira, em São Paulo, e tem como objetivo conectar o hóspede com a natureza juntamente com boas práticas ligadas à saúde, incluindo a meditação. O hotel holístico imerso na natureza que oferece comida vegetariana, sessões de meditação e yoga e terapias que vão de massagem a constelação familiar.

São 19 apartamentos, criados e decorados para

serem uma extensão da natureza que os rodeia — uma simplicidade ao mesmo tempo charmosa e aconchegante. Não há televisão, telefone, ar-condicionado nem frigobar. Nos quartos, tudo foi pensado para valorizar o silêncio, a reflexão e a meditação

### SERVIÇO:

Estrada do Sertãozinho s/nº (Km 90,7)

Contato: (11) 4539-9358



Fotos: Reprodução Ponto de Luz



## Pousada Recanto da Grande Paz (Alto Paraíso de Goiás – Chapada dos Veadeiros/GO)

Localizada em Alto Paraíso de Goiás, na Chapada dos Veadeiros, é ideal para quem busca um espaço silencioso em meio a natureza, o único “barulho” ouvido são dos pássaros da Chapada, inclusive das araras que fazem voos rasantes pelos jardins do local.

Os hóspedes podem desfrutar de atividades relaxantes, diversas terapias holísticas e massagens, e aproveitar a piscina e a natureza ao redor, e descansar a mente

### SERVIÇO:

Endereço: Rua 2 - 322 - Estância Alto Paraíso - Alto Paraíso de Goiás - Chapada dos Veadeiros - Goiás.

Contato: (62) 3446-1452.

# Jurema Águas Quentes

(Iretama/PR)

O complexo hoteleiro Jurema Águas Quentes reúne dois resorts - Lagos de Jurema Termas Resort e Jardins de Jurema Convention & Termas Resort - e está localizado em Iretama, no Paraná. Um oásis da natureza construído em meio a 3,4 milhões de metros quadrados, os resorts somam 336 apartamentos e oferecem infraestrutura e atrações que buscam promover de forma integrada a diversão, além de terem espaços direcionados ao lazer, esportes, entretenimento e relaxamento.

O SPA do hotel oferece quarenta procedimentos corporais e faciais com conceito holístico e de bem-estar, entre eles massagem com turmalinas negras aquecidas; ritual da Cleópatra e o spa de vinho, um dos mais procurados pelos hóspedes.

## SERVIÇO:

Jurema Águas Quentes

BR 487, Km 237,5 Iretama / PR

Contato;0800443131ou(44)3518.3100

Fotos: Divulgação e reprodução Jurema Águas Quentes



Além de spa, o complexo oferece águas termais e lama negra de origem orgânica





Foto: Reprodução Ecohar

## Ecohar Yoga (Maragogi/AL)

Com yoga até no nome essa hospedagem é perfeita para quem quer renovar as energias por completo. Em frente à Praia de Maragogi, com quartos com vista privilegiada para o mar turquesa, é um local perfeito para relaxar junto ao mar.

São oferecidas aos hóspedes aulas de meditação e yoga, além de desfrutar da culinária vegetariana e natural do local.

### SERVIÇO:

Av. Sen. Rui Palmeira 359 – Beira-Mar Maragogi - AL - Contato: (82) 3296-1530



## Posada Ecovila Spa da Alma (Pipa/RN)

Localiza a dois quilômetros do centro de Pipa e a 300 metros da praia da Minas, a Ecovila Pousada tem apartamentos equipados com ar-condicionado, TV, banheira de hidromassagem e varanda com vista para o mar. Alguns possuem também áreas de jantar e estar separadas, além de uma cozinha.

As comodidades de bem-estar incluem banheira de hidromassagem, serviço de massagens e terapias diversas, tais como tratamentos estéticos e anties-tresse, atividades físicas e circuitos de corrida e ginástica.

Um dos diferenciais é o serviço de traslado para o aeroporto por um valor pré-fixado e transporte gratuito para o centro de Pipa quatro vezes ao dia.

### SERVIÇO:

Endereço: R.do SPA, 9 – Pipa – RN

Contato: (84) 3246-2357



Foto: Reprodução Pândavas

## Paraíso dos Pândavas (Ato Paraíso de Goiás/GO)

O Paraíso dos Pândavas é um Yoga Resort, com vista para o Parque Nacional da Chapada dos Veadeiros, com fundamentos Krishna, em que o homem se integra com a natureza.

Em meio uma área de aproximadamente 400 hectares em meio ao cerrado, é cercado por poços de água cristalina, cachoeiras, nascentes e matas ciliares e cortado pelo rio São Miguel.

É o espaço ideal para quem busca um retiro espiritual, com práticas de yoga e meditação, e desintoxicação através da culinária vegetariana e natural.

### SERVIÇO:

Rodovia GO Km 239 – Alto Paraíso de Goiás – GO

Contato: (61) 99108-2009



## Transamérica Resort Comandatuba (Comandatuba/BA)

Considerado um dos mais desejados resorts de ilha do mundo, o Transamérica Resort Comandatuba é o local perfeito para quem quer viver bem, aproveitar bem e comer bem, com regime de “all inclusive”.

Com a opção de apartamentos e bangalôs, localizados entre o coqueiral, praças e jardins, o contato com a natureza é constante, além da praia paradisíaca e mar transparente e tranquilo.

Com complexo esportivo, o hóspede pode op-

tar por diversas atividades, fazer caminhadas ou deitar-se em uma rede e simplesmente relaxar.

### SERVIÇO:

Transamérica Resort Comandatuba

Reservas São Paulo

Rua Vergueiro 2253, 5ªa. Cj 501 – Vila Mariana, São Paulo - SP

Contato: (11) 5555-5696 / 0800 737 6787 ou WhatsApp (11) 97825-4317



## Lake Villas Charm Hotel & SPA (Amparo/SP)

Inspirado na excelência dos padrões internacionais, o hotel oferece aos seus hóspedes a melhor experiência em sua estadia, com mimos e serviços personalizados.

Com o maior jardim privado do Brasil, aproximadamente 145 hectares, sendo que a sua área total corresponde a mais de 3,5 milhões de metros quadrados. Um dos encantos do hotel fica por conta da beleza do local, uma natureza exuberante com 12 lagos naturais, cachoeiras límpidas e piscinas naturais.



Foto: Reprodução Lake Villas

São 8 villas exclusivas e de luxo, que garantem total privacidade. Na área central há uma sala de meditação com piso de vidro, Spa para massagens com óleo perfumado, piscina aquecida. A quadra de tênis é outro atrativo do local.

### SERVIÇO:

Lake Vilas Charm Hotel

Estrada Antenor Cézar, KM 10 - Amparo – SP

Contato: (19) 4033-3617 WhatsApp (19) 99667-7779

## Enjoy Punta del Este Casino & Resort (Punta del Leste/Uruguai)

Localizado no principal balneário da América do Sul, o Enjoy Punta del Este se posicionou como o mais importante centro de entretenimento da região desde sua inauguração, há mais de 25 anos, com quartos com vista inigualável para a praia Mansa

Com infraestrutura muito completa com wellness center, piscinas internas e externa, jacuzzi, spa, academia, quadra e uma série de experiências de gastronomia e de vinhos, é ideal para relaxar e tem como um de seus principais atrativos o maior cassino da América Latina, que oferece também grandes shows e bingos gratuitos e torneios de slots de cassino.

Para quem gosta de conhecer novas cultu-



ras, o Punta Wine Trips é um roteiro de visitação e degustação por vinícolas exclusivas da região como a Bodega Garzón, uma das mais renomadas da região além de visitas a pontos culturais e artísticos.

### SERVIÇO:

Reservas por São Paulo

Tel: (11) 3709 0000 - Whatsapp: (11) 37 090 007

# CUIDADOS DO CORPO E DA MENTE COM SUPORTE MÉDICO

## Rituaali Clínica e SPA (Penedo/RJ)

Por meio do cuidado integral do corpo, mente e espírito, tendo como pilares a Medicina do Estilo de Vida e a Medicina Comportamental, o hóspede vivencia uma experiência capaz de trazer à tona um novo “eu”. É cercado pelo Parque Nacional do Itatiaia e por uma natureza exuberante, ar puro e silêncio das montanhas.

Cada programa é idealizado para ajudar a desbloquear os potenciais e vivenciar uma experiência única de bem-estar, vitalidade e paz interior.

### SERVIÇO:

Acesso A, 310 – Penedo - RJ

Contato: (24) 98815-3728 / (24) 3351-9200



## Kurotel Centro Médico de Longevidade & SPA (Gramado/RS)

Considerado um dos melhores spas médicos da América Latina, o Kurotel fica na cidade de Gramado, Rio Grande do Sul. É o lugar perfeito para cuidar da saúde e do bem-estar em grande estilo.

Com uma equipe interdisciplinar própria e permanente é formada por profissionais especializados, oferecem atendimento com qualidade e segurança em diferentes áreas, que podem incluir desde terapias naturais com água, ervas medicinais, fitoterapia, fisioterapia, nutrologia, saúde estética, dermatológica e emocional até a análise criteriosa da genética individual.



Tem como objetivo atender a cada hóspede de forma global, organizando as atividades de forma personalizada e integrada, assegurando cuidado e carinho em todos os aspectos da saúde

### SERVIÇO:

R. Nações Unidas, 533 -Bavária – Gramado – RS

Contato: (54) 99121-2132 / 0800 970 9800



## Lapinha SPA (Lapa/PR)

Lapinha é lugar para uma imersão profunda no cuidado da saúde integral. Renovação para corpo, mente e espírito. Programas personalizados promovem a saúde ótima através do cuidado da microbiota, do peso ideal, da força muscular e condicionamento físico, na redução de ansiedade e estresse,

no aumento do nível de energia e na melhora da imunidade e do sono restaurador.

Fundado na década de 50, o Lar Lapeano de Saúde, considerado o primeiro spa médico do Brasil, fica localizado em uma fazenda.

SERVIÇO:

Estr. Lapa Rio Negro, Km 16 – Lapa – PR

Contato: WhatsApp (41) 3622-1044

## Oásis Boutique Hotel & Spa (Gravatá/PE)

O Oásis oferece pacote de serviços com duração mínima de cinco dias, voltados ao bem-estar, proporcionando um incentivo da melhoria da sua qualidade de vida. O programa foi pensado para atender a todos que desejam revigorar corpo e mente, seja

com o objetivo de atingir ou manter o peso ideal, ou apenas para mudar o ritmo das suas atividades e alimentação por uns dias, em uma imersão saudável com programa personalizado.

Possui também estrutura de SPA, com piscina aquecida, sauna a vapor com ducha, sala de ginástica, labirinto para meditação, espaço estética e um restaurante abastecido por horta orgânica própria.

SERVIÇO:

Rua Valdemar de Oliveira  
250, Porta Florada

Gravatá (PE)

Contato: (81) 3533-0380





Gnocchi alla Sorrentina



Trenette Santo Colomba



Carpaccio Santo Colomba

# Tradição italiana em São Paulo

Completando 31 anos, o restaurante Santo Colomba é referência em pastas na capital paulista, onde a oferta gastronômica é das melhores do mundo.

Sob o comando do sorridente mineiro José Alencar de Souza, tratado pelos clientes como Alencar, os pratos seguem as tradições italianas, sem qualquer adaptação a nossa “brasilidade”.

Com passagem anterior pelo famoso Spaghetti Notte e Lutèce, montou o restaurante Affamato, onde assumiu definitivamente a cozinha; trocando algum tempo depois definitivamente seu endereço para o Santo Colomba, também como proprietário, mas jamais se distanciando das panelas, e recebendo o título de personalidade gastronômica de 2021.

O restaurante Santo Colomba, traz os ares do glamour de antigos tempos, com mobiliário suntuoso do início do século XX, que acredita-se ter pertencido a antiga sede

do Jockey Club carioca, tem atendimento primoroso.

A massa fina de nome trenette é a marca registrada da casa, acompanhada de molho pomodoro, com camarões, ou em outras versões como ao funghi.

O Gnocchi alla Sorrentina, com queijo de búfala gratinado é um dos mais procurados da casa, além de um menu com opções surpreendentes, como o arroz com rúcula e camarões e o arroz do pato. Destaque também para o Agnolotti alla piemontese, o Stracotto com polenta cremosa, o Agnello in casseruola.

As sobremesas, também tradicionais italianas, finalizam com chave de ouro qualquer refeição.

## SERVIÇO:

Alameda Lorena, 1157 – Jardins – São Paulo (SP)

Terça a Sábado – das 12 às 15 horas – das 19 às 23 horas

Domingo – das 12 às 16 horas

Contato: (11) 96324-0249



Tiramisu



Chef José Alencar de Souza



Foto: Victor Hugo Sanchez (@victorsanchezfoto)

Pôr-do-sol em Corumbá

# História e natureza

O Mato Grosso do Sul abriga verdadeiras jóias. Além das belezas naturais que inclui o Pantanal e Bonito, o município de Corumbá retrata a história e a cultura local

POR PATRICIA DE CAMPOS

**C**orumbá é uma das regiões mais visitadas do Pantanal sul-mato-gorssense. Com ruas largas, flamboyants de flores laranja pintando as calçadas – que segundo contam, foram trazidas pelo jardineiro da família real portuguesa – e casarios antigos rua do porto, mescla o passado e a vida moderna de Corumbá.

Fundada em 1778 para impedir os avanços dos espanhóis pela fronteira brasileira através do Rio Paraguai, faz fronteira com a Bolívia, o que marca a miscigenação da população e a cultura local, inclusive na gastronomia.

Do porto de Corumbá, com movimento bem tímido, saem barcos de turismo para passeio e pesca, guarda no seu entorno a história ali vivida, através das an-

tigas construções, tombadas em 1993 pelo IPHAN, que já foram entrepostos de secos e molhados e escritórios oficiais. O píer passou a ser um ponto de encontro e a praça que o cerca, é um oásis para o calor intenso da região, onde as pessoas colocam cadeiras debaixo das árvores e se refrescam com o tererê.

E foi da janela de um desses casarões, que o cantor Mario Zan compôs a famosa música “Chalana”, vendo a embarcação des-

cendo o Rio Paraná e levando sua amada.

Quem visita a cidade, pode conhecer melhor a história de sua gente no Museu do Homem Pantaneiro, e a visita ao mirante Cristo Rei do Pantanal é praticamente



Museu do Homem Pantaneiro



Casarões seculares na orla de Corumbá

uma obrigação. Com 12 metros de altura, dos pés do Cristo é possível ter uma vasta visão da região.

O município é constituído de sete distritos: Corumbá, Albuquerque, Coimbra, Nhecolândia, Paiaguás, Porto Esperança e Amolar.

Corumbá dá acesso a Estrada Parque, com 120 Km, entrada para o Pantanal que liga Corumbá a Miranda. No caminho é possível observar de perto os animais da região que compõe a riqueza natural, como jacaré, paca, capivara, tamanduá, macaco e até as onças.

No pantanal, uma das maiores belezas naturais do planeta, há várias pousadas para vivenciar experiências únicas, como ser despertado pela manhã com a algazarra de macacos bugios, de bando de araras coloridas e um sem-número de pássaros de cores e tamanhos diversos.

### ABISMO ANHUMAS, EM BONITO

Seguindo para o norte está o município de Bonito, reconhecido como Capital Brasileira de Ecoturismo, com paisagens, rios de água transparente e lugares incríveis, como o Abismo Anhumas.

Cercado por paredões, preserva um lago subterrâneo de águas lípidas e guardam um verdadeiro tesouro geológico.

A visita pode ser feita, inclusive, para quem apresenta mobilidade reduzida ou Pessoas com Deficiência (PCD), através de rapel elétrico, certificado pelo Sistema de Gestão da Segurança da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT), com a chancela do Inmetro.



Cristo Rei do Pantanal



Passeio de barco pelo Rio Paraguai



Onças na Estrada Parque a caminho do Pantanal



Foto: Bruno Bezerra/Fundtur MS



Foto: Bruno Bezerra/Fundtur MS

Flutuação no lago do Abismo

**Além dos cuidados com a acessibilidade dos visitantes, Bonito também é reconhecido, com certificação internacional, como o 1º destino de ecoturismo carbono neutro do mundo.**



A operação desce e sobe o visitante nos 72 metros de paredão, inclusive cadeirantes, em poucos minutos e com total segurança.

O Abismo Anhumas conta com estrutura adaptada e profissionais capacitados, oferecendo todo o suporte e segurança para visitação, desde o checkpoint na cidade, importante para a prova do equipamento e orientações técnicas, até a visita a caverna, descida e descoberta do imenso lago, sua floresta de cones submersa, com formações calcárias (estalagmites), que mais parecem um cenário de outro planeta, é de ficar “Abisma-do”, como dizem ficar os visitantes.

Lá embaixo a luz do sol que penetra por fendas das rochas, cria cortinas iluminadas, fazendo o local ainda mais especial e único.

A flutuação, que traz uma sensação de leveza, pois nos sentimos abraçados por águas com temperatura em média de 18°C, onde é possível visualizar com snorkel a encantadora floresta, pode ser feita também por pessoas com baixa mobilidade.

Até quem nunca praticou mergulho pode optar pelo mergulho no Abismo na modalidade “batismo”, onde o visitante receberá todas as instruções necessárias para o uso de cilindros e será capacitado para mergulho de até 8 metros de profundidade, sempre acompanhados por mergulhadores profissionais, podendo adentrar em todo o esplendor da “floresta de cones”.

O estado do Mato Grosso do Sul, é um destino que vale ser explorado do norte ao sul, para quem quer conhecer um dos paraísos de nosso planeta.

**Seus dias em São Paulo merecem  
a hospedagem excepcional do  
TRANSAMERICA EXECUTIVE PAULISTA**



**Transamerica**  
Executive

PAULISTA

WhatsApp: (11) 9 9992 6614

Reservas: (11) 9 9992 6614

✉ [reservas.tept@ahi.com.br](mailto:reservas.tept@ahi.com.br)

📍 Rua São Carlos do Pinhal, 200  
Bela Vista, São Paulo - SP



## Clara resort, para relaxar e contemplar

Com construções inspiradas na Casa de Vidro de Lina Bo Bardi, o Clara Resort Ibiúna, integra perfeitamente natureza e luxo, com total acessibilidade.

Cento e seis apartamentos se dividem em dois prédios, onde o concreto iluminado cria um clima de suntuosidade, com varandas com vista para a represa de Itaiporanga, com suas águas calmas, emolduradas por mata preservada, traz o silêncio necessário para se desconectar do estresse da capital paulista, distante apenas uma hora e meia e que conta também com heliponto.

As diárias que incluem pensão completa, presenteiam os hóspedes com uma gastronomia “premium”, com as refeições servidas no restaurante central, com várias estações que passam das saladas e bufê frio aos doces que parecem preparados para fotos de capa de livros de culinária.



No complexo Península, além dos apartamentos com jardim, piscina ao lado de um restaurante e bar, está o cassino e salão com jogos eletrônicos e palco para shows que acontecem quase todas as noites. Há uma recepção exclusiva para atender aos hóspedes do local.

A área do resort é bastante extensa, com atrativos distantes

entre si, mas para comodidade, carros com motoristas podem ser solicitados e estão sempre a disposição.

Na academia, equipamentos de última geração com vista para a represa, assim como a sauna seca e úmida. Massagens e outros tratamentos com a assinatura da L'occitane e piscina coberta com águas mornas.



Na sala de estar, a decoração mistura elementos rústicos com toque de modernidade

Várias espreguiçadeiras espalhadas pela grama e no entorno da piscina principal, convidam para relaxar, ler um livro ou ver o pôr do sol. Já as saletas bem decoradas, são ideais para um bom papo ou juntar os amigos em frente a lareira nas noites mais frias, depois de um jogo de carteados na sala especialmente montada para os jogadores.

Os atrativos são muito e a programação é intensa. Show de cavalos, oficina de bebidas e pães, apresentações, arco e flecha, são algumas das atividades, que podem ser complementadas (extras) com passeios de barco, esqui aquático, cavalgadas, entre outras tantas opções.

Não se pode falar do hotel sem citar a equipe de colaboradores. O atendimento, em todas as áreas, é exemplar, assinado com gentileza e sorrisos. É daqueles lugares que quando se faz o check-out já se pré-agenda para breve um novo check-in. Retornar é a meta.

Além do hotel de Ibiúna, há também o Santa Clara Eco Resort, em Dourado, interior de São Paulo, e em breve em Minas Gerais, em Inhotim.

#### SERVIÇO:

Estrada da Cachoeira/ Vicinal Campo Verde de Baixo Km 12 – Ibiúna (SP)  
Reservas: (16) 2108-0788  
[reservas@clararesorts.com.br](mailto:reservas@clararesorts.com.br)



Piscina aquecida



A variedade gastronômica é uma atração a parte



Apartamentos amplos e confortáveis com varanda

# Day Use em resort pertinho da capital paulista

**A**penas uma hora de São Paulo, o Novotel Itu Terras de São José Golf & Resort é uma excelente opção para passar um dia (ou vários).

Com 343 apartamentos, quadras de tênis, beach tênis, futebol, academia, salão de jogos, SPA, duas piscinas infantis e uma enorme piscina para adultos com água climatizada, oferece também a opção da utilização de um dos melhores cam-

pos de golf do país – São José Golf – com desconto especial.

As diárias contemplam o regime de pensão completa (café da manhã, almoço, lanche e jantar), incluindo bebidas não alcoólicas, e conta com grupo de monitoria que agita várias atividades, não só para as crianças, como para os adultos também.

Quem optar para passar apenas o dia, o day use tem início às sete, incluído o café da manhã e

se encerra às 18 horas. O hóspede tem um apartamento de apoio para utilizar durante sua estada e os pets são bem recebidos, até dois por apartamento com o limite de 15 quilos cada.

A piscina bordada por espreguiçadeiras garante a tranquilidade para aproveitar o sol o interior, ou mesmo relaxar e ler um bom livro.

Os restaurantes merecem destaque. Um deles tem o cardá-



pio voltado para o paladar infantil, com grande diversidade; já o outro, além do bufê farto e variado, conta com uma cozinha especial para carnes.

Quem está na “melhor idade” ainda tem 15% de desconto, mesmo no day use, e se fizer parte do programa de fidelidade da Accor, tem ainda mais 10%.

#### SERVIÇO:

Novotel Itu Terras de São José Golf & Resort

Al. São Paulo Golf – Itu - São Paulo

Tel: (11) 21181400

e-mail: [reservasnovotelitu@accor.com](mailto:reservasnovotelitu@accor.com)

[eventosnovotelitu@accor.com](mailto:eventosnovotelitu@accor.com)



Piscina com águas climatizadas



Buffet completo de café da manhã e almoço no day use



Amplios espaços para as refeições ou apenas um drinque



Suítes com decoração moderna e vista para as montanhas





Foto: Divulgação Grande Hotel Termas de Araxá



# Glamour num ícone da hotelaria

Uma vivência com requintes para o corpo e alma no Grande Hotel Termas de Araxá

POR PATRÍCIA DE CAMPOS

Conhecer o Grande Hotel e Termas Araxá é ter a impressão de voltar a um período em que mulheres desfilavam com lindos chapéus e se encontravam para chás da tarde, servidos em prataria reluzente, enquanto os homens de ternos e camisas com

abotoaduras conversavam fumando charutos.

Na entrada suntuosa, os escaninhos que guardam as chaves — hoje cartões eletrônicos — ainda são de madeira, dispostos atrás de um balcão de madeira nobre, com recepcionistas gentis e sorridentes, com impecável uniforme em tom vinho com detalhes dourados.

Ao chegar o hóspede é conduzido a cruzar o chão de mármore carrara, por mensageiros solícitos que, incrivelmente, conhece cada hóspede por seu primeiro nome.

Construído entre os anos de 1938 e 1944 — período da 2ª Grande Guerra — pelo então presidente Getúlio Vargas e pelo governador mineiro Benedito Valadares, foi projetado pelo arquiteto Luiz



**Labirinto de velas.** Ao som de mantras, os visitantes são convidados a respirar, energizar e materializar o próprio nome, conectando seu passado, presente e futuro.

Signorelli, com todo requinte e sofisticação, lembrando grandes palácios europeus.

Projetado para ser referência em tratamentos de águas termais provenientes de rochas vulcânicas, considerando as propriedades de suas fontes de água – sulfurosa alcalina e bicarbonatada, um bom estimulante do metabolismo e a radioativa, ajuda a diminuir o colesterol sanguíneo e indicada para tratamento de doenças reumáticas. Os banhos de lama já eram tradição desde aquela época, e continuam sendo muito procurados, para problemas de pele.

Um enorme corredor decorado com afrescos, une o hotel a área das “termas”, que hoje oferece um spa próprio, com massagens relaxantes e outros procedimentos, e a piscina emanatória com água aquecida por caldeira, com detalhes da arquitetura da Roma antiga.

O corredor dessa ala termina em uma sala circular, com uma enorme mandala com uma estrela de oito pontas ao centro, feita de mármore branco e preto, coberta por uma cúpula com rico trabalho



Foto: Divulgação Grande Hotel Taubaté



Arquitetura imponente do salão Solar dos Araxás

de vidrais. Usada para conexão entre a energia telúrica e a celeste, seu uso holístico já era conhecido. Segundo relatam, há um fio de cobre interno, no centro, para “aterrar” e realizar a limpeza energética necessária. A estrela de oito pontas é usada em várias culturas, considerada como um guia na escuridão diante do mistério e do desconhecido, representa também plenitude, abundância e regeneração. Duas vezes por semana, os hóspedes são convidados a participar a noite, do caminho iluminado da mandala, toda

iluminada por velas.

Na ala oposta, salões com teto alto e detalhado, com lustres de cristal e arandelas com bisoutê, abrigam mobiliários da época da construção, sendo alguns hoje usados para eventos corporativos, como a antiga sala do cassino que funcionou apenas por dois anos, antes de ser fechado pelo Presidente Gaspar Dutra; e outros que são verdadeiros museus, como o que era usado para reuniões com o presidente Getúlio Vargas, com móveis feitos especialmente para sua altura.



Piscina aquecida



Fonte Dona Beja

Um cine-teatro, com assentos para cem pessoas, acústica perfeita, ainda é utilizado para alguns espetáculos.

Os apartamentos são confortáveis, tendo cada um afresco próprio, com vista para o lago do parque e piscinas. O “plus” são os colchões, que parecem ser feitos de camadas de nuvens, cobertos por lençóis Trousseau, com 300 fios e algodão egípcio.

Lago, alamedas para caminhadas, piscina aquecida para adultos e crianças, bar, bicicletas, quadras de tênis e beach-tenis, quadra poliesportiva e piscina olímpica, fazem parte das áreas de lazer, que tem jardins assinados por Burle Marx.

O restaurante traz também todo glamour das demais instalações, com gastronomia com assinatura própria, valorizando as receitas locais, com oferta de buffet. O Chez Beja, já é um restaurante mais intimista, com serviço à la carte e iluminado com velas, ao lado do bar, que mantém as características dos anos 40.

Sob o comando do gerente geral, Renan Dias, que traz em seu



Apartamentos amplos e confortáveis

currículo passagem por hotéis de luxo como Jequitimar, Pullman e Palácio Tangará, tudo parece ser mágico, do atendimento as atividades propostas.

A Fonte Dona Beja, também datada da época da construção do hotel, fica dentro do Parque do Barreiro, onde está o Grande Hotel Termas de Araxá, é um atrativo aberto ao público, onde é possível tomar banhos de ducha. O SPA do hotel, assim como o bar e restaurante, também está aberto ao público.

blico.

O Grande Hotel Termas de Araxá é muito mais do que uma hospedagem, é um espaço de acolhimento, alto luxo e bem-estar em formato de patrimônio cultural.

O hotel é administrado pelo Grupo Tauá, que oferece pacotes que incluem saídas aéreas de São Paulo, com tempo de apenas 50 minutos de voo.

Mais informações:  
[grandehotelaraxa.com](http://grandehotelaraxa.com)

# Etarismo é tema do 19º Lacte

**E**m fevereiro passado aconteceu a 19ª edição do Lacte, organizado pela Associação Latino Americana de Gestão de Eventos e Viagens Corporativas (Alagev) no Golden Hall do WTC Events Center, em São Paulo.

O encontro registrou cerca de 1,6 mil participantes e a pauta do etarismo foi a temática do evento deste ano. Na sessão educacional “Gestão Multigeracional: Uma conversa cativante pelo fim do etarismo”, os palestrantes debateram a longevidade e como as empresas podem preparar as pessoas para esta questão. “Antigamente falávamos muito em preparar as pessoas para aposentadoria, agora, precisamos preparar as pessoas para logevidade. Os departamentos precisam cuidar das pessoas e tem a missão de preparar pessoas para a longevidade”, explica o impulsionador de negócios, Ricardo Ferreira. Ele, ao lado de Julia Pazzini e Fábio Dallazem, são coautores do livro *Etarismo e Diversidade no Mercado de Trabalho*. O debate foi conduzido por Andrea Tenuta, head de novos negócios da Maturi, e reforçou como preparar as pessoas para viverem mais e como as empresas podem se apropriar disso. Dentre os pontos estavam: Garantir resiliência financeira; Garantir acesso à educação financeira; Redesenhar empregos para uma gestão multigeracional;

Além deste painel, o evento trouxe Rita Almeida que apresentou estudos sobre o comportamento do consumidor 50+ e o que é afinal humanizar a sua marca.



Rita Almeida

## Helô Pinheiro reúne a família no Japy Golf Resort

**A**eterna garota de Ipanema, Helô Pinheiro desfrutou com a família um final de semana no Japy Golf Resort em Cabreúva, interior de São Paulo.

O encontro, no início do mês de março, deu início às comemorações de aniversário da primogênita Kiki Pinheiro e a neta Bruna que fazem aniversário no mesmo dia.



César Tralli e Ticiane Pinheiro também marcaram presença com a filha Manuella e aproveitaram todas as atrações do empreendimento. Rafaella Justus, filha mais velha de Tici, fez uma surpresa,



Fotos: Reprodução Instagram

chegando sózinha para se juntar a família.

O Japy Golf tem espaço para a prática de golfe, além de piscina, academia, muitas atividades para todas as idades.



## “A Viajante da Noite”

Ficção histórica une quatro gerações de mulheres à sombra da Segunda Guerra

A história de “A Viajante da Noite” narra a trajetória de quatro mulheres que vivem em gerações distintas, mas que, acabam por embarcar em jornadas de autodescoberta, resiliência, lutas e superação. Na obra, elas vivenciam o amor, a perda, a guerra e a esperança, desde a ascensão do nazismo até a revolução cubana e, por fim, a queda do Muro de Berlim.

Identidades culturais, histórias de famílias, desafios e adversidades são temas presentes nas páginas desse romance

SERVIÇO:

Autores: Armando Lucas Correa (@armandocorrea)

Editora: Jangada - Preço: R\$ 64,90

Vendas: [www.grupopensamento.com.br](http://www.grupopensamento.com.br)

## “Liberte-se de Relacionamentos Tóxicos”

A renomada psicóloga Stephanie Sarkis traz técnicas simples para se libertar de abusos emocionais e outras agressões psíquicas. Sobreviver, ou mesmo escapar de um relacionamento tóxico, muitas vezes pode ser apenas o primeiro passo para a recuperação dos sobreviventes de traumas relacionados a relações abusivas, sejam elas românticas, familiares, profissionais ou com amigos em geral, para que pessoas que passaram por situações semelhantes possam

encontrar esperança em sua jornada rumo à cura. Até porque, para a maioria das vítimas, há grandes dificuldades para se recuperar dos efeitos colaterais do abuso, como danos à auto-estima, sentimentos de raiva e traição e a tendência a punir e/ou culpar a si mesmas.

SERVIÇO:

Autora: Stephanie Sarkis

Editora: Cultrix - Páginas: 304

Preço: R\$ 64,90

Venda: [grupopensamento.com.br](http://grupopensamento.com.br)



## “A procura de Theo”

Cartas, e-mails e mensagens nas redes sociais trocados durante quatro décadas revelam as transformações na vida de Theodora, uma descendente de poloneses que enfrenta batalhas internas para entender seu lugar no mundo. O romance epistolar escrito por Teresa Guimarães, a protagonista é uma parapsicóloga com déficit de atenção que tenta encontrar a felicidade e reconectar-se com a espiritualidade, mas, para isso, revive as memórias de um passado difícil.

Ao narrar dramas, preconceitos, medos e crises de diferentes pessoas,

Teresa demonstra a incessante busca humana por se compreender no mundo. Mas, quando cita contextos históricos importantes, como a ditadura militar, as Diretas Já e o início da era digital, a autora explicita que a construção identitária não é apenas uma responsabilidade individual, mas também depende da realidade em que os sujeitos estão inseridos.

SERVIÇO:

Autora: Teresa Guimarães

Páginas: 328

Preço: R\$ 60,67 (físico) | R\$45,90 (e-book)

Venda: Amazon

Instagram: @teresajguimaraes

## TEATRO

## Pundonor

Celebrando 50 anos de carreira,  
Lu Grimaldi volta aos palcos com monólogo “Pundonor”

Com direção de Bernardo Bibancos, a peça é baseada no premiado texto da autora argentina Andrea Garrote e discorre sobre a loucura e as estruturas de poder impostas à mulher.

Em “Pundonor”, Lu Grimaldi é uma professora universitária que volta à sala de aula depois de alguns meses de licença. No entanto a aula que ela vai ministrar, uma introdução à obra de Foucault, é constantemente interrompida devido à sua situação de fragilidade. Ela precisa explicar seu comportamento, se redi-

mir. Quando a própria imagem se perde, quando a estocada atinge o ponto de honra, talvez não haja nada a perder e uma nova aventura começa.

## SERVIÇO

Até 28 de abril de 2024

Sábados às 20h e domingos às 18h.

Ingressos: Inteira R\$ 40,00 (inteira) e R\$ 20,00 (meia-entrada)

Vendas: [bilhete.sympla.com.br](http://bilhete.sympla.com.br)

Bilheteria: De terça à domingo das 13h às 19h ou até o início do último espetáculo.

Local: Sala Bravos Multi – Teatro Bravos

Rua Coropé, 88 – Pinheiros



## EXPOSIÇÃO

## Smart Lights Luzes inteligentes

A mostra reúne sete instalações, quatro delas inéditas, que utilizam a luz como sua principal fonte de inspiração. A visita leva a uma imersão que oferece uma incrível viagem pelo universo da arte luminosa, com obras inéditas e outras que já passaram pelo cenário artístico, todas destacando a luz como elemento principal.

As obras são assinadas pelos artistas brasileiros: Anaisa Franco, Guto Requena, Modular Dreams, Motta & Lima, Leandro Lima, Raquel Kogan, Rejane Cantoni e Sabrina Barrios.

## SERVIÇO:

Local: Farol Santader

Rua João Bricola, 24 – Centro – São Paulo (SP)

Até: 5 de maio de 2024 (domingo)

Visita: Terça a domingo – das 9 às 20 horas

Ingressos: R\$ 40,00 (R\$ 20,00, meia-entrada)



## SHOW



## Alcione comemora 50 anos de carreira em São Paulo

Completando 50 anos de carreira de uma trajetória vitoriosa, a cantora fará uma única apresentação em São Paulo, cantando seus sucessos.

A apresentação será no Clube Atlético Juventus que contará com a área VIP, mezanino e laterais.

## SERVIÇO:

Somente no dia 12 de Abril

Local: Clube Atlético Juventus – São Paulo/ SP

Classificação: 18 anos

Os ingressos, a partir de R\$ 180,00 (em até 6 vezes), pela plataforma: [uhuu.com](http://uhuu.com)

Realização: 2 Olhos Produções

\* Ingresso Solidário: obrigatório levar 1 quilo de alimento não perecível



# Pets contraem dengue?

**Qual melhor forma de proteger os pets contra os mosquitos?**

A melhor forma é o uso de repelentes, podem ser usados através de coleiras repelentes, sprays, pipetas, odorizadores de ambiente (de citronela por exemplo), principalmente quando vão estar em locais com alta probabilidade de contato com esses vetores. As coleiras e pipetas são de farmácia veterinária e podem ser adquiridas com orientação do médico veterinário, sendo que as coleiras podem ter uma vida útil de dois a quatro meses, e as pipetas devem ser reforçadas a aplicação tópica a cada 30 dias. O uso em ambiente de odorizadores e repelentes de ambiente devem sempre respeitar as indicações de uso e proteção para animais e crianças visando evitar intoxicações.

Além das picadas dos mosquitos transmitirem essas doenças, podem causar irritação, dor local, coceira e vermelhidão na pele dos animais, e em casos de animais mais sensíveis podem desencadear crise alérgica levando a inchaço local. Em caso de irritações leves, pode ser realizado banhos ou compressas frias com chá de camomila para ajudar na irritação local, em casos mais graves de coceira exacerbada, vermelhidão intensa e irritação é sempre importante buscar atendimento veterinário.

**Quais as principais doenças**

**transmitidas por mosquitos e qual a gravidade delas?**

As principais doenças transmitidas para cães e gatos são a dirofilariose e a leishmaniose. Ambas são doenças graves que podem levar os animais a óbito.

**Alguma pode ser transmitida a humanos?**

A leishmaniose é considerada uma zoonose - ou seja pode ser transmitida para o ser humano de forma acidental - porém não através do cachorro, mas sim através do vetor comum, o mosquito (mosquito-palha - um flebotomíneo) que após picar um cão contaminado, se infecta e na sequência ao picar um ser humano pode infectá-lo também. Essa doença tem incidência maior em regiões interioranas da América Latina, porém alguns casos da doença estão sendo relatados em regiões metropolitanas.

Desde 2013 o tratamento de leishmaniose é autorizado pelo Ministério da Agricultura e Pecuária pelo médico veterinário em cães e gatos positivos para a doença (antigamente a eutanásia de animais acometidos pela doença era obrigatória uma vez que comprovado). Animais com essa doença podem apresentar perda de peso importante, alterações de pele, crescimento exacerbado de unhas e como consequência terem insuficiência renal devido a doença.

**P**aloma Caleiro, médica-veterinária do pronto-socorro do Veros Hospital Veterinário explica sobre a importância de proteger e garantir os melhores meios para a qualidade de vida dos pets. A vacinação dos bichinhos é essencial para a saúde e prevenção de doenças.

**Pets podem contrair dengue/zika/chikungunya?**

A dirofilariose também é considerada uma zoonose, ela tem alta incidência em regiões litorâneas, mas também pode ocorrer em regiões interioranas, e é conhecida como doença do verme do coração. É transmitida por mosquitos como *aedes* spp., *anopheles* spp., *culex* spp., que são conhecidos por transmitir doenças como dengue, zika, chikungunya, em humanos, sendo que essas últimas três, não são transmitidas para cães e gatos, porém tem seus vetores comuns. A dirofilariose causa em cães e gatos alterações cardiopulmonares, podendo levar a sinais clínicos como tosse, cansaço fácil ao exercício, apatia, mucosas arroxeadas devida alteração cardíaca, pois o verme adulto se aloca no coração.

Confirmadas:

**46**  
consolidadoras  
e operadoras  
e uma programação  
enriquecedora

## A maior feira de Turismo do estado de São Paulo está imperdível!

Saiba mais sobre um dos painéis da nossa programação:



Painel do Comitê de Tecnologia  
Abav-SP | Aviesp:

**VOCÊ ESTÁ PRONTO PARA O NDC?**  
No dia 11/04, às 11h10



**Joao Pin**  
Lufthansa



**Luiz Fernando  
Mordenti**  
Sabre



**Rafael Diogo  
Marques**  
Latam



## ANOTE NA AGENDA:



Nos dias 11 e 12  
de abril de 2024



No Royal Palm Hall,  
em Campinas/SP



**INSCREVA-SE!**



**Confira os  
expositores!**



**MATO GROSSO  
DO SUL**

# Encanta ATÉ OS VIAJANTES MAIS EXPERIENTES.

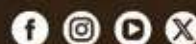


Desbrave Mato Grosso do Sul com conforto e segurança em uma oferta de turismo especializado para o público 60+. Viva experiências únicas, cuidadosamente pensadas para atender a necessidade e interesses dos viajantes mais experientes, com guias especializados em atrativos naturais e águas cristalinas. Bonito/Serra da Bodoquena foi eleito 17 vezes como o melhor destino de ecoturismo do mundo, já no Pantanal aproveite pousadas aconchegantes, que oferecem pensão completa, safáris em meio a uma biodiversidade única, cruzeiros fluviais, uma cultura vibrante e hospitalidade calorosa que só o Pantanal pode oferecer. Embarque em uma jornada memorável de descoberta e relaxamento em Mato Grosso do Sul, com voos a menos de 1h50 partindo de Congonhas e Campinas.



ACOMPANHE TUDO SOBRE  
MATO GROSSO DO SUL AQUI:

@visitmsoficial



**SETESC**  
Secretaria de Estado  
de Turismo, Esporte  
e Cultura



GOVERNO DE  
**Mato Grosso  
do Sul**