ABRIL / MAIO / JUNHO / ANO 12 / NÚMERO 47

VERTICAL

COMO AS APOSTAS AFETAM SEU CÉREBRO

SAÚDE

Depressão

PET

Cuidados com cães e gatos idosos

CURIOSIDADES

Música brasileira

EDITORIAL

No dia 18 de dezembro de 2024, voltando de uma viagem, recebi duas ligações de amigos diferentes. Como estava dirigindo, não atendi na hora. Ao retornar, ouvi a mesma notícia de ambos: um amigo em comum havia acabado de falecer.

Depois do choque inicial, vieram as perguntas. Como alguém com pouco mais de 40 anos, saudável e com condições financeiras para ir a bons médicos, poderia ter morrido assim, de forma tão repentina? Dias depois, veio uma confirmação que cortou o ar: ele faleceu em decorrência de uma condição delicada ligada à saúde mental.

A tristeza deu lugar à reflexão. Quantas dores silenciosas podem estar escondidas por trás de uma vida que, aos olhos do mundo, parece resolvida? Quantos sorrisos são escudos para esconder o sofrimento?

A Revista Vertical foi criada para valorizar a vida. No entanto, acredito que, entre os temas abordados, também exista espaço e necessidade para prestar um serviço à comunidade. Por isso, nesta edição, abordaremos dois assuntos delicados, que fogem da alegria habitual da Revista Vertical: primeiro, explicamos como os cassinos online e as apostas (bets) usam estratégias psicológicas para manipular o cérebro, levando muitas pessoas a perder o controle e ficarem presas em um ciclo sem fim. Também falaremos sobre a depressão, um mal invisível que pode afetar qualquer um, em qualquer fase da vida.

Nesta edição, queremos te ajudar a identificar sinais de alerta, quebrar tabus e lembrar que pedir ajuda é um ato de coragem, não de fraqueza. Falar sobre esses temas com sua família e cuidar da saúde mental é, acima de tudo, um gesto de amor. Espero que este conteúdo possa tocar corações, abrir conversas e, quem sabe, salvar vidas.

Rodrigo Filla
rodrigo@digitalrock.com.br
Editor da Revista Vertical

SUMÁRIO

CAPA
08 COMO AS APOSTAS AFETAM SEU CÉREBRO

03 VIDA GOURMET
Dobradinha com Feijão Branco

04 FAVORITOS
Confira nossas indicações de filmes e séries

05 CADERNO PET
Cuidados com cães e gatos idosos

06 CURIOSIDADES
Música nacional

12 CEMITÉRIO VERTICAL
Construir para acolher: histórias de quem fez o Vertical acontecer

14 TECNOLOGIA
Golpes do Pix, WhatsApp, redes sociais e boleto falso

15 SAÚDE
Depressão

© Foto: Freepik

A Revista Vertical é uma produção da Universal Empreendimentos Ltda, empresa que administra o Cemitério Vertical de Curitiba. **Tiragem:** 66.000 | **Distribuição Gratuita** | **Periodicidade:** Trimestral | **Diretor Presidente:** Newton Cabral Fernandes | **Projeto Gráfico, Diagramação e Textos:** Digital Rock - www.digitalrock.com.br | **Impressão:** Malires | **Revisão e Marketing:** Vanessa Zimkovicz
Para falar com a Revista Vertical entre em contato através do telefone (041) 98818-0190.

Para falar com o Cemitério Vertical de Curitiba ligue: (041) 3360-6000.

DOBRADINHA COM FEIJÃO BRANCO

Essa receita foi criada com amor pela Dona Marisa Cabral Fernandes, esposa de Nelson Fernandes, fundador do Cemitério Vertical de Curitiba.

© Foto criado Adobe Firefly

INGREDIENTES

- 500 g de feijão branco
- 1,2 kg de costelinha defumada
- 1 linguiça calabresa
- 1 linguiça portuguesa
- 2 paios
- 2 kg de dobradinha (bem lavada)
- 3 dentes de alho
- 2 cenouras médias
- 2 cebolas
- 2 tomates, sem sementes
- 6 folhas de louro
- 3 cravos-da-índia
- Suco de ½ limão
- Fubá (para limpar a dobradinha)
- Salsinha e cebolinha picadas (para finalizar)
- Sal e pimenta a gosto

COMO PREPARAR

- Deixe o feijão de molho de um dia para o outro, trocando a água pelo menos uma vez.
- Cozinhe o feijão com as costelinhas, os tomates, uma cebola picada e quatro folhas de louro.
- Corte as linguiças e os paios em rodelas grossas e refogue. Reserve. Corte as cenouras em pedaços grandes, junte ao feijão e adicione as carnes refogadas.
- Lave bem a dobradinha, esfregando com fubá e suco de limão. Enxágue em água corrente e leve para cozinhar na panela de pressão com água suficiente para cobrir. Adicione duas folhas de louro e os cravos-da-índia. Cozinhe por 10 minutos após pegar pressão.
- Após esse tempo, descarte a água e passe a dobradinha por água fervente para eliminar qualquer odor residual.
- Junte a dobradinha ao feijão, mexa bem e deixe cozinhar até que tudo esteja macio, com o caldo mais encorpado.
- Faça um refogado com a outra cebola e os dentes de alho picados. Adicione esse refogado ao feijão. Corrija o sal e adicione mais água, se necessário.
- Finalize com salsinha e cebolinha picadas na hora de servir.
- Se preferir, adicione um pouco de pimenta-do-reino ou pimenta vermelha a gosto.
- Sirva com arroz branco, farofa, farinha de mandioca e um vinagrete feito com tomate-cereja, cebola-roxa, azeite, suco de limão, sal e cheiro-verde.

FAVORITOS

NOSSAS INDICAÇÕES PARA CINEMA, MÚSICA E LIVROS

FILME

DJANGO LIVRE

2012

Django Livre é um faroeste provocador que mistura ação, drama e crítica social com doses de humor ácido. Dirigido por Quentin Tarantino, o filme é ambientado nos Estados Unidos escravocratas do século XIX.

A trama acompanha Django (Jamie Foxx), um escravo que conquista a liberdade e embarca em uma jornada para resgatar sua esposa. Com a ajuda do Dr. King Schultz (Christoph Waltz), um caçador de recompensas com princípios peculiares, Django enfrenta os desafios de um sistema brutal e da opressão social para alcançar seus objetivos.

O longa se destaca pelas atuações dos protagonistas e pela presença imponente do antagonista vivido por Leonardo DiCaprio. Com roteiro inteligente e direção ousada, *Django Livre* é uma obra que combina entretenimento com reflexões profundas sobre liberdade e justiça.

Disponível: NETFLIX

FILME CLÁSSICO

TROCANDO AS BOLAS

1983

Trocando as Bolas é uma comédia repleta de ironias e reviravoltas inesperadas. O filme é ambientado no universo financeiro da Filadélfia dos anos 1980 — um cenário marcado por desigualdades sociais e preconceitos. A trama acompanha Louis Winthorpe III (Dan Aykroyd), um executivo bem-sucedido e Billy Ray Valentine (Eddie Murphy), um morador de rua malandro e carismático. As vidas dos dois são invertidas após uma aposta inusitada feita por dois irmãos milionários.

Enquanto Winthorpe vê seu mundo desmoronar ao ser lançado à pobreza, Valentine é introduzido aos bastidores do poder e da elite financeira. Com atuações marcantes e um roteiro leve, *Trocando as Bolas* diverte e provoca reflexões sobre privilégio e desigualdade social.

Disponível: TELECINE

SÉRIE

O ESTÚDIO

2025

Matt Remick (Seth Rogen) é o recém-nomeado chefe da Continental Studios, uma das maiores produtoras de Hollywood.

Sob pressão por lucros, relevância e poder, a série revela os bastidores caóticos da indústria cinematográfica, onde egos inflados, decisões absurdas e crises de reputação fazem parte da rotina.

O Estúdio mostra, com inteligência e bom humor, os conflitos entre celebridades mimadas, investidores gananciosos e executivos desesperados para salvar a própria pele.

Repleta de planos-sequência, situações irreverentes, participações especiais e diálogos afiados, a série oferece uma visão hilária — e ao mesmo tempo reflexiva — sobre o que realmente acontece por trás do glamour da telona, expondo o caos e as ilusões de Hollywood.

Disponível: tv

© Divulgação

CUIDADOS COM CÃES E GATOS IDOSOS

À medida que cães e gatos envelhecem, seus corpos passam por mudanças significativas que exigem atenção especial por parte dos tutores.

© Animais imagem criado por br.freepik.com

Com maior predisposição a doenças crônicas, alterações cognitivas e dificuldades de mobilidade, os pets mais velhos precisam de cuidados especiais. Confira algumas dicas práticas para ajudar a prolongar a vida e o bem-estar dos seus amigos de quatro patas.

CHECK-UPS VETERINÁRIOS SEMESTRAIS

Pets idosos devem visitar o veterinário pelo menos duas vezes ao ano, com exames de sangue, urina e imagem, como tomografia ou ultrassonografia. Essa prática ajuda a detectar precocemente doenças como osteoartrite, diabetes, insuficiência renal ou câncer.

NUTRIÇÃO ADEQUADA PARA IDOSOS

Com o metabolismo mais lento, cães tendem a ganhar peso, enquanto gatos podem perder massa muscular. Rações tipo "sênior" contêm menos calorias, mais fibras e nutrientes benéficos às articulações e à imunidade. Também é importante oferecer suplementos com glucosamina, condroitina e ômega-3 para ajudar na manutenção articular.

EXERCÍCIOS MODERADOS E MOBILIDADE

Evite esforços intensos, mas promova caminhadas suaves, brincadeiras leves e estímulos físicos adaptados. Ambientes seguros, com rampas, tapetes antiderrapantes e camas ortopédicas, garantem independência e conforto para seu pet.

ACOMPANHAMENTO DE DOENÇAS CRÔNICAS

Pets idosos têm maior chance de desenvolver diabetes, neoplasias, doenças renais ou cardíacas. Diagnósticos precoces, tratamento adequado e ajustes no estilo de vida são fundamentais para garantir mais anos de qualidade de vida ao seu bichinho.

HIGIENE E CUIDADOS COM PELOS E DENTES

A pelagem envelhecida tende a ficar seca e embaraçada. Escovações regulares e banhos adequados são essenciais, assim como o acompanhamento de possíveis dermatites. A saúde bucal também pode afetar o organismo como um todo. Por isso, recomenda-se uma escovação diária.

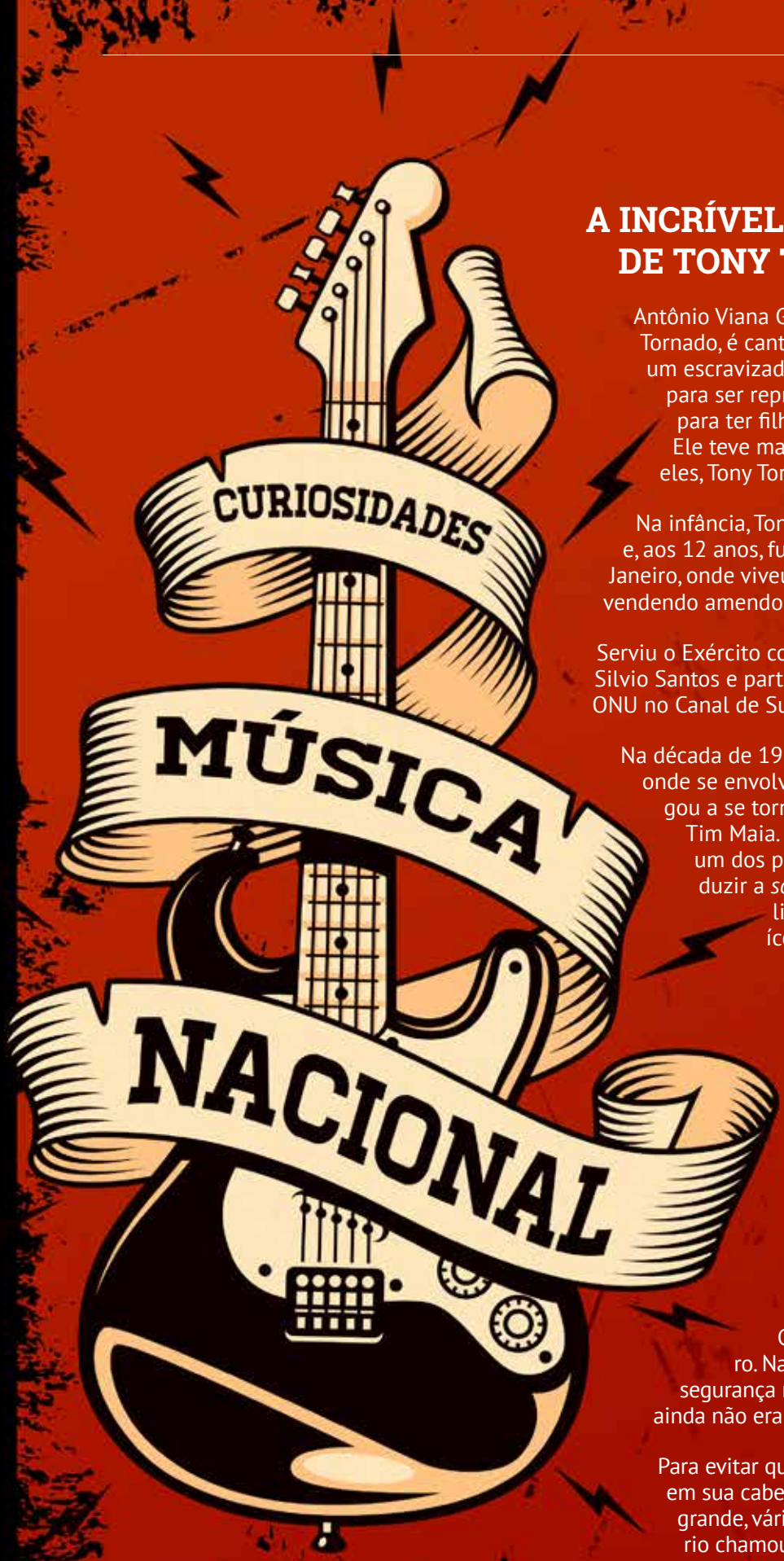
AMBIENTE ACOLHEDOR E SEGURO

Organize a casa visando acessibilidade: tigelas elevadas facilitam a alimentação e a hidratação. Já as caixas de areia com laterais baixas são ideais para gatos idosos.

ESTÍMULO MENTAL

Cães e gatos idosos podem desenvolver disfunção cognitiva, uma condição semelhante ao Alzheimer humano, que causa desorientação, alterações no ciclo sono-vigília e mudanças comportamentais. Por isso, invista em jogos, brinquedos interativos e brincadeiras que estimulem o raciocínio. Essas atividades ajudam a manter o cérebro ativo e a preservar a saúde mental.

Cuidar de cães e gatos idosos é um exercício de gratidão e amor. Com atenção aos detalhes, podemos proporcionar uma velhice digna e feliz aos companheiros que estiveram ao nosso lado oferecendo amor e carinho. Essas práticas promovem qualidade de vida e reforçam o vínculo especial que só quem ama um animal de estimação pode entender.



A INCRÍVEL HISTÓRIA DE TONY TORNADO

Antônio Viana Gomes, mais conhecido como Tony Tornado, é cantor, bailarino e ator. Seu pai era um escravizado da Guiana e foi trazido ao Brasil para ser reprodutor - era alugado por fazendas para ter filhos com mulheres escravizadas. Ele teve mais de cem descendentes, entre eles, Tony Tornado.

Na infância, Tony morava em Presidente Prudente e, aos 12 anos, fugiu de casa. Foi parar no Rio de Janeiro, onde viveu como garoto de rua. Sobreviveu vendendo amendoim e engraxando sapatos.

Serviu o Exército como paraquedista ao lado de Silvio Santos e participou de uma missão de paz da ONU no Canal de Suez.

Na década de 1960, morou nos Estados Unidos, onde se envolveu com o tráfico de drogas e chegou a se tornar cafetão. Foi lá que conheceu Tim Maia. Ao retornar ao Brasil, tornou-se um dos principais responsáveis por introduzir a *soul music* e o *funk* no país, consolidando-se como um verdadeiro ícone da *black music* brasileira.

COMO SURGIU O APELIDO DE ANGENOR DE OLIVEIRA

Na década de 1920, aos 15 anos, Angenor de Oliveira largou os estudos para trabalhar e ajudar nas despesas da casa. Conseguiu emprego como pedreiro. Naquela época, pouco se falava em segurança no trabalho e o uso de capacetes ainda não era comum nas obras.

Para evitar que o cal e o cimento se acumulassem em sua cabeça, Angenor passou a usar um chapéu grande, vários números acima do ideal. O acessório chamou a atenção dos colegas de trabalho, que passaram a chamá-lo de Cartola — apelido que o acompanharia pelo resto da vida.

A HISTÓRIA DE "CHÃO DE GIZ"

Antes de se dedicar à música, Zé Ramalho cursou medicina e viveu um relacionamento secreto com uma mulher mais velha e casada da alta sociedade de João Pessoa (PB). A relação durou anos e terminou de forma dolorosa, inspirando a canção Chão de Giz, repleta de metáforas que expressam dor, frustração e desilusão amorosa.

COMO CHICO BUARQUE INSPIROU A BANDA RADIOHEAD

Na canção *O Último Blues*, Chico Buarque usou a expressão "Rádio Cabeça", que chamou a atenção de David Byrne, da banda Talking Heads. Inspirado pelo termo, ele compôs a música *Radio Head*. Anos depois, a banda britânica On a Friday adotou o nome Radiohead ao assinar com uma gravadora, fazendo uma referência indireta à música de Chico.

BEZERRA DA SILVA: O MAIOR ÍCONE DA BOEMIA BRASILEIRA

Bezerra da Silva nasceu em uma família pobre e foi abandonado pelo pai durante a gestação da mãe. Aos 15 anos, decidiu conhecê-lo e saiu do Recife rumo ao Rio de Janeiro, viajando clandestinamente em um navio, apenas com a roupa do corpo.

O reencontro não foi como esperava: foi rejeitado pelo pai. Para sobreviver, precisou trabalhar na construção civil, dormindo nas obras que ajudava a erguer. Tornou-se boêmio e malandro. Viveu nas ruas, foi preso mais de 20 vezes até ser acolhido em um terreiro - onde lhe disseram que sua verdadeira vocação era a música.

Estudou violão clássico por oito anos e passou outros oito tocando na orquestra da Rede Globo. Lançou seu primeiro álbum aos 48 anos. Seus sambas, no estilo partido alto, ficaram marcados pelo humor ácido e pelas críticas sociais.

RITA LEE SÓ NASCEU NO BRASIL POR CAUSA DE UMA BRIGA DE BAR

A bisavó de Rita Lee era uma indígena *Cherokee* que vivia no Alabama, nos Estados Unidos. Seu filho, Cícero (avô de Rita), se envolveu em uma briga de bar e acabou matando um homem. Para fugir da prisão, embarcou clandestinamente em um navio com destino ao Brasil.

Durante a viagem, ajudou um passageiro que passava mal, o que impressionou um médico que estava a bordo. Ao chegarem ao Brasil, o médico o acolheu e, mais tarde, Cícero se casou com a filha dele. Dessa união nasceu Charles, pai de Rita Lee.

A MÚSICA "CANÇÃO DA AMÉRICA" FOI ESCRITA EM HOMENAGEM A UM AMIGO AFRICANO DE MILTON NASCIMENTO

Na década de 1970, enquanto gravava um disco em Hollywood, Milton Nascimento conheceu o músico Ricky Fataar, com quem criou uma forte amizade. Quando as gravações terminaram, Milton voltou ao Brasil. Anos depois, ao retornar a Los Angeles, tentou reencontrar o amigo, mas não conseguiu.

Para falar dessa amizade, ele escreveu a canção *Unencounter*. Mais tarde, a música foi adaptada para o português com o nome *Canção da América* e se tornou um dos maiores sucessos de sua carreira. Anos depois, durante uma apresentação em Londres, Milton foi surpreendido por uma visita no camarim: Eric Clapton apareceu acompanhado de Ricky Fataar.

© Acervo do Cemitério Vertical

COMO AS APOSTAS AFETAM SEU CÉREBRO

Segundo a CNC (Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo), apenas em 2024, o mercado de apostas retirou cerca de R$ 100 bilhões que poderiam ter sido destinados ao consumo de produtos no varejo.

Muitas pessoas passaram a perder parte de suas rendas, reduzindo compras em lojas, supermercados e até investimentos em bens duráveis, para apostar em sites de apostas (bets).

Nos portais de notícias, é comum encontrar relatos de pessoas que perderam quantias expressivas. No G1, por exemplo, há a história de um homem que perdeu cerca de R$ 700 mil. Também há relatos de pessoas que, em apenas quatro dias, perderam toda a herança deixada pelo pai (cerca de R$ 350 mil). Um dos casos mais emblemáticos é o caso da estudante de direito que desviou todo o dinheiro da formatura para jogar online.

Estima-se que mais de 1,3 milhão de brasileiros está endividado por fazer apostas online.

Mas afinal, como um comportamento aparentemente inofensivo pode levar a perdas tão severas? Como as apostas conseguem manipular o cérebro e induzir comportamentos de risco?

Compreender os mecanismos psicológicos e neurológicos dessa manipulação é essencial para reconhecer os perigos das apostas e o desenvolvimento do vício em jogos.

A NEUROCIÊNCIA DAS APOSTAS: O PAPEL DO SISTEMA DE RECOMPENSA

O cérebro humano possui um sistema de recompensa que nos incentiva a repetir comportamentos benéficos para a sobrevivência e o bem-estar, como se alimentar e socializar. Esse mecanismo é mediado principalmente pela dopamina, um neurotransmissor associado à sensação de prazer. Quando realizamos atividades prazerosas, a dopamina é liberada, reforçando esses comportamentos.

As apostas exploram esse sistema de maneira altamente eficaz. A possibilidade de ganhar grandes quantias com um investimento mínimo ativa intensamente os circuitos de dopamina, gerando uma sensação de euforia semelhante à experimentada com substâncias psicoativas.

Mesmo quando há perdas, o cérebro continua a antecipar uma possível vitória, incentivando o jogador a persistir nas apostas. Esse ciclo de expectativa e recompensa pode levar ao desenvolvimento de comportamentos compulsivos e prejudiciais.

O FENÔMENO DA "QUASE-VITÓRIA" E A ILUSÃO DE CONTROLE

Um dos principais fatores que fazem as apostas parecerem mais vantajosas do que realmente são é o fenômeno da "quase-vitória". Esse conceito é amplamente explorado em cassinos e casas de apostas.

Por exemplo, muitas pessoas acreditam que apostar no vermelho ou no preto na roleta oferece 50% de chance de vitória. Porém, na roleta europeia há 37 números (de 0 a 36), sendo que metade é vermelha e a outra metade é preta. No entanto o número 0 é verde. Isso reduz a chance real de acerto para 48,65%, e não 50%.

Outro exemplo ocorre nas máquinas de caça-níqueis, que frequentemente mostram símbolos quase alinhados, dando a impressão de que a vitória esteve por um triz. Isso incentiva o jogador a continuar apostando, convencido de que a sorte está prestes a mudar.

Além disso, há a chamada ilusão de controle, que leva muitos apostadores a acreditarem que podem influenciar os resultados com base em padrões ou estratégias — mesmo em jogos puramente aleatórios.

Na roleta, por exemplo, se a bola cair cinco vezes seguidas no preto, alguns jogadores acreditam que apostar no vermelho é mais seguro, pois imaginam que existe um equilíbrio natural entre os resultados. Esse pensamento é um viés cognitivo conhecido como *falácia do jogador* — a crença errônea de que eventos passados influenciam eventos futuros. Na realidade, cada rodada é independente, e a probabilidade permanece a mesma.

Nas apostas esportivas, a ilusão de controle se manifesta de outra forma. Muitos apostadores acreditam que, com base em estatísticas e análises táticas, podem prever com precisão os resultados dos jogos. Embora essas informações possam ajudar na tomada de decisões, o esporte sempre envolve variáveis imprevisíveis. Essa falsa sensação de domínio pode levar o jogador a insistir no erro e perder grandes quantias de dinheiro.

Tanto a quase-vitória quanto a ilusão de controle reforçam a ideia de que continuar apostando aumentará as chances de sucesso, criando um comportamento compulsivo. No entanto, a realidade das apostas sempre favorece a casa: quanto mais tempo se joga, maiores são as chances de prejuízo.

Nos exemplos acima, estamos falando apenas de cassinos físicos e jogos esportivos, em que teoricamente não há manipulação. Em jogos digitais, como o "*Jogo do Tigrinho*", por exemplo, não há nenhuma transparência, e tudo pode ser controlado internamente, sem qualquer informação para o jogador.

IMPACTOS PSICOLÓGICOS: DA EXCITAÇÃO À DEPENDÊNCIA

Inicialmente, as apostas podem proporcionar excitação e funcionar como uma fuga temporária dos problemas cotidianos. No entanto, conforme o hábito se intensifica, o indivíduo pode desenvolver tolerância, necessitando de apostas cada vez maiores ou mais frequentes para obter o mesmo nível de prazer.

Esse processo pode levar à dependência, caracterizada pela incapacidade de parar de apostar, mesmo diante de prejuízos significativos.

A compulsão por jogos está associada a diversos problemas psicológicos, incluindo ansiedade, depressão, aumento do risco de comportamentos suicidas, negligência de responsabilidades pessoais e profissionais, isolamento social e conflitos familiares. Há estudos que indicam que a predisposição ao vício pode estar relacionada a fatores genéticos.

SINAIS DE ALERTA E NECESSIDADE DE AJUDA

Identificar os sinais de um possível vício em apostas é fundamental para buscar ajuda. Alguns indicadores preocupantes incluem:

- **Preocupação excessiva com apostas:** pensamentos constantes sobre jogos passados, planejamento de futuras apostas ou busca por dinheiro para jogar.
- **Aumento das quantias apostadas:** necessidade de apostar valores cada vez maiores para sentir a mesma satisfação.
- **Tentativas fracassadas de parar ou reduzir o jogo:** esforços repetidos e malsucedidos para controlar ou interromper o comportamento de aposta.
- **Uso das apostas como escape:** apostar para fugir de problemas ou aliviar sentimentos de impotência, culpa, ansiedade ou depressão.
- **Comprometimento de relacionamentos e oportunidades:** sacrificar relações pessoais, trabalho ou estudos devido ao jogo.

Lembre-se: A casa de apostas nunca perde. Por isso, não se deixe levar por promessas milagrosas de dinheiro rápido e fácil.

Se você ou alguém próximo apresentar esses sinais é essencial buscar ajuda profissional o quanto antes. Psicólogos e especialistas em dependência podem oferecer terapias eficazes para transformar padrões de pensamento e comportamento ligados ao vício em jogos.

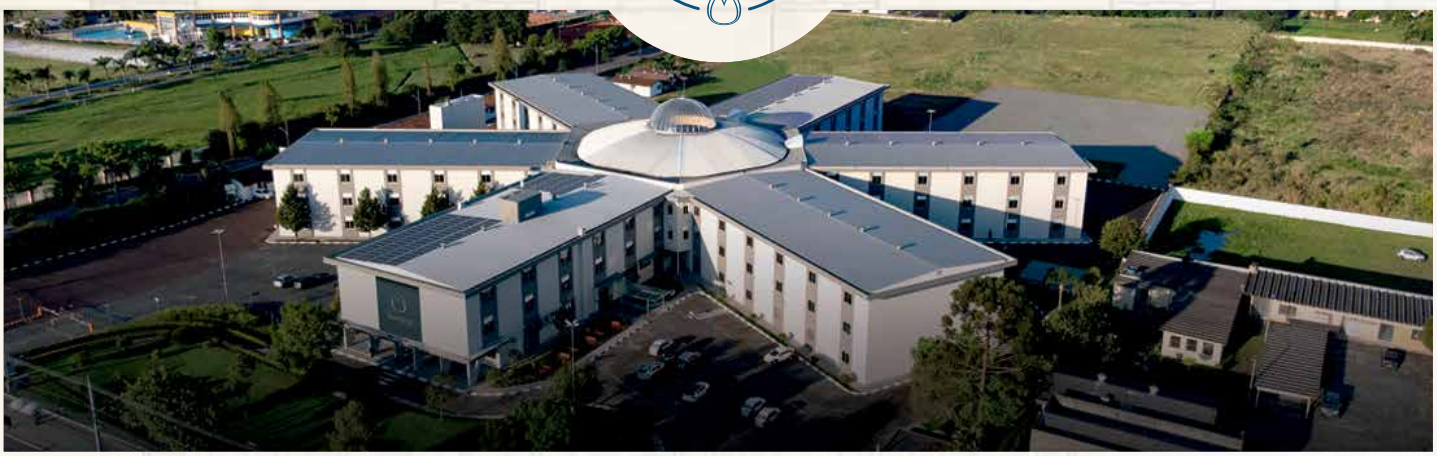
MALIRES
GRÁFICA

IMPRIMINDO **SUSTENTABILIDADE**,
EMBALANDO **INOVAÇÃO.**

ISO 9001:2015 · Selo 2024 Paraná Clima A · selo verde · Nós Usamos Papel Certificado · esg em foco Sistema Fiep · Walt Disney Certificado ILS FAMA

SUS
TENTA
BILI
DADE

Ebenézer, até aqui o Senhor nos ajudou. 1 Sam. 7.12



CONSTRUIR PARA ACOLHER:

HISTÓRIAS DE QUEM FEZ O VERTICAL ACONTECER

Na edição anterior da Revista Vertical, iniciamos uma série de matérias que celebram os 35 anos da empresa. Atualmente, o Cemitério Vertical de Curitiba é o maior plano de benefícios funerários do Paraná e um dos maiores da América Latina. Ao todo, são mais de 432 mil pessoas cobertas, entre titulares e dependentes. Por trás desses números e da estrutura imponente, existe uma história de superação, ousadia e trabalho.

Este artigo irá contar um pouco mais da história de Wilson Tiburcio de Carvalho e Carlos Alberto Camargo, dois dos profissionais mais antigos do Vertical.

Wilson Tiburcio de Carvalho

O encontro que deu origem a tudo

Em 1985, com uma ideia inovadora, Nelson Fernandes — fundador do Cemitério Vertical — cruzou o caminho de Wilson Tiburcio de Carvalho. Na época, Wilson administrava duas empresas: uma de topografia e outra de construção civil. O convite veio por meio de um amigo em comum, que disse ter um projeto audacioso: montar um cemitério inovador em Curitiba. "Na hora, eu disse que não queria trabalhar com cemitério. Mas vi que era um projeto grande, desafiador — e aceitei", relembra Wilson.

Foi o início de uma parceria técnica que moldaria não apenas o Vertical, mas também a trajetória do engenheiro. Wilson liderou a aprovação do projeto junto à prefeitura e, depois, conduziu a obra dos primeiros blocos. "Finalizamos os blocos 1 e 6 em 1990. Depois, me afastei por um tempo e segui com meus negócios. No ano 2000, fui chamado para reassumir o projeto — e, desde então, nunca mais saí", conta.

Ao longo dos anos, Wilson participou diretamente da construção de todos os blocos do Vertical, além de acompanhar os processos legais e ambientais. Atualmente, ele é responsável pela renovação de licenças ambientais e apoio no desenvolvimento de projetos de infraestrutura e mantém o mesmo cuidado que tinha há 35 anos. "A gente construiu tudo com muito zelo, planejamento, honestidade e visão. Isso permanece até hoje em tudo o que fazemos".

Ao falar sobre Nelson Fernandes, Wilson relembra: "O Sr. Nelson foi um empreendedor à frente do seu tempo. O sucesso do Vertical é fruto da visão dele. Hoje, o Vertical se

© Acervo do Cemitério Vertical

tornou referência nacional graças a essa ideia".

Quando questionado sobre o futuro da empresa, Wilson destaca: "O Vertical é um sucesso graças às suas ideias inovadoras. O sucesso da empresa vai continuar pois temos uma excelente equipe e continuamos criando coisas novas. Além disso, temos a melhor estrutura, acolhimento e uma equipe muito comprometida".

Da primeira venda à liderança inspiradora

Outra pessoa que transformou a história do Cemitério Vertical é Carlos Alberto Camargo. "Entrei no Vertical como representante em 1989. Foi meu primeiro emprego. Demorei meses para fazer minha primeira venda. Foi a primeira vez que recebi algo por mérito próprio, pelo meu trabalho. Isso me transformou".

Carlos chegou ao Vertical no início do projeto. Visitava os clientes com uma pasta embaixo do braço e aprendeu tudo na prática. "No início, era difícil vender os planos. As pessoas desconfiavam. O conceito de cemitério vertical não existia em Curitiba. A gente teve que trabalhar bastante".

Com o tempo, o vendedor inexperiente se tornou uma referência. Aprendeu observando os colegas, buscou entender o mercado e desenvolveu empatia com os clientes. Mesmo sem técnicas de vendas, Carlos entendeu que tinha em mãos uma solução que ajudava as famílias a se planejar de maneira digna e honesta.

Com o passar dos anos, Carlos não apenas acompanhou a evolução da empresa como também se profissionalizou ainda mais. Graças à ajuda de Nelson Fernandes, formou-se em Arquitetura, tornou-se especialista em Gestão Ambiental e passou a atuar como responsável técnico pelo Cemitério Vertical. Além disso, graduou-se pela ICCFA University (EUA) em Ciências Funerárias e tornou-se sócio e diretor comercial da empresa. Depois dessas três décadas, ele não apenas ajudou a formar novos colaboradores como também se tornou uma ponte entre a história e o presente da organização. "Aqui servimos com propósito. E isso nos move todos os dias".

Carlos Alberto Camargo

Ao lembrar de Nelson Fernandes, Carlos não esconde a admiração: "Conviver com ele foi um privilégio. Ele é a pessoa mais inteligente que eu conheci." Além dessa admiração, Carlos também é muito grato por toda a sua trajetória na empresa. "O Vertical me deu algo que ninguém tinha me dado: a chance de conquistar algo por mim mesmo".

Para Carlos, o sucesso do Vertical está ligado ao comprometimento de cada colaborador: "Temos o privilégio de ter uma equipe qualificada e que trabalha com propósito. Gente que faz acontecer e trabalha com excelência. São essas pessoas que merecem nosso respeito e aplauso. O sucesso do Vertical só existe por causa delas".

Duas histórias, o mesmo legado

Carlos e Wilson representam duas faces da mesma construção: o lado humano e o lado estrutural. Um cuidando das famílias, o outro dos alicerces. Juntos, eles viram a empresa se transformar em símbolo de inovação, acolhimento e confiança.

Para Wilson, fazer parte dessa história é um orgulho que carrega até hoje: "O Cemitério Vertical foi a minha vida e continua sendo". Carlos completa: "A gente viu esse projeto nascer. E é emocionante saber que ele ajudou tantas famílias ao longo dos anos".

A base do Cemitério Vertical é feita de concreto e trabalho duro. Mas também é feita de gente, de histórias, de propósitos e, principalmente, dos sonhos ousados de quem acreditou, que era possível construir algo maior.

GOLPES DO PIX, WHATSAPP, REDES SOCIAIS E BOLETO FALSO

A tecnologia facilitou a vida em muitos aspectos: transferências rápidas, contas pagas em poucos cliques e conversas instantâneas com quem está longe. Mas, ao mesmo tempo em que os recursos digitais avançam, os golpes também se tornam cada vez mais sofisticados e, infelizmente, muita gente ainda é enganada.

Golpe do Pix

A rapidez nas transferências via Pix é usada por criminosos para criar situações falsas de urgência. É comum o golpista se passar por um amigo ou parente e pedir dinheiro com histórias emocionais. Em outros casos, são enviados QR Codes adulterados ou chaves falsas.

Como evitar: Se o Pix for solicitado por alguém conhecido, verifique em outro canal antes de fazer qualquer transferência. Não escaneie QR Codes nem envie dinheiro a desconhecidos. Sempre confirme os dados do recebedor antes de concluir o Pix.

Golpe do WhatsApp e das redes sociais

Nesse golpe, o criminoso clona o WhatsApp ou outra rede social da vítima e passa a solicitar dinheiro aos contatos ou a vender produtos com valores muito abaixo do mercado. O golpe começa quando alguém informa o código SMS do WhatsApp ou da rede social ao golpista, que então ativa o aplicativo em outro dispositivo.

Como evitar: Nunca compartilhe códigos recebidos por SMS. Ative a autenticação em duas etapas e desconfie de pedidos urgentes de dinheiro, mesmo que venham de pessoas conhecidas.

Boleto falso

Boletos adulterados são enviados por e-mail, WhatsApp ou disponibilizados em sites falsos. Há golpistas que pagam anúncios em buscadores para gerar boletos falsos. A vítima acredita que está pagando uma conta legítima, mas o valor vai para o golpista.

Como evitar: Emita boletos apenas em sites oficiais. Sempre confira o nome e o CNPJ do beneficiário antes de pagar. Fique atento a divergências no código de barras e evite pagar boletos recebidos por canais não solicitados.

Outras dicas

Desconfie de promessas milagrosas ou pedidos urgentes de dinheiro, mesmo que venham de números conhecidos.

Mantenha seus dispositivos protegidos, use senhas fortes e evite clicar em links suspeitos. Sempre que possível, ative a verificação em duas etapas.

Em caso de golpe, registre um boletim de ocorrência imediatamente, avise o banco e, se for Pix, acione o Mecanismo Especial de Devolução do Banco Central.

A informação, a atenção e a calma continuam sendo o melhor escudo contra golpes digitais. Por isso, sempre que for fazer uma transação bancária, faça com cuidado e atenção para reduzir os riscos.

DEPRESSÃO

Cerca de 6% da população brasileira sofre de depressão.

A depressão é uma das principais causas de incapacidade e perda de qualidade de vida no mundo.

Ao contrário do que muitos pensam, a depressão não é apenas uma fase de tristeza, mas uma condição médica séria, que requer atenção e tratamento. A doença pode afetar profundamente a forma como uma pessoa se sente, pensa e age, prejudicando sua capacidade de realizar atividades diárias.

CAUSAS DA DEPRESSÃO

As causas da depressão podem ser diversas e frequentemente envolvem uma combinação de fatores biológicos, psicológicos e sociais. Dentre as mais comuns, estão:

- **Fatores genéticos:** pessoas com histórico familiar têm mais chances de desenvolver a condição.
- **Desequilíbrios químicos no cérebro:** a depressão está frequentemente associada a alterações nos níveis de neurotransmissores — substâncias químicas do cérebro que influenciam o humor, como serotonina, dopamina e noradrenalina.
- **Eventos traumáticos ou estressantes:** como a perda de um ente querido, dificuldades financeiras, problemas no trabalho ou na vida pessoal.
- **Comorbidades e condições médicas:** doenças crônicas, como diabetes, câncer e problemas cardíacos, podem aumentar o risco de depressão. Além disso, o uso de certos medicamentos também pode contribuir para o surgimento do transtorno.

SINTOMAS PRINCIPAIS

Os sintomas da depressão variam de pessoa para pessoa. Os sinais mais comuns incluem:

- Tristeza persistente e falta de esperança;
- Perda de interesse em atividades que antes eram prazerosas;
- Fadiga constante e dificuldade de concentração;
- Alterações no apetite e no sono (insônia ou sono excessivo);
- Pensamentos negativos e, em casos graves, pensamentos suicidas.

TRATAMENTO

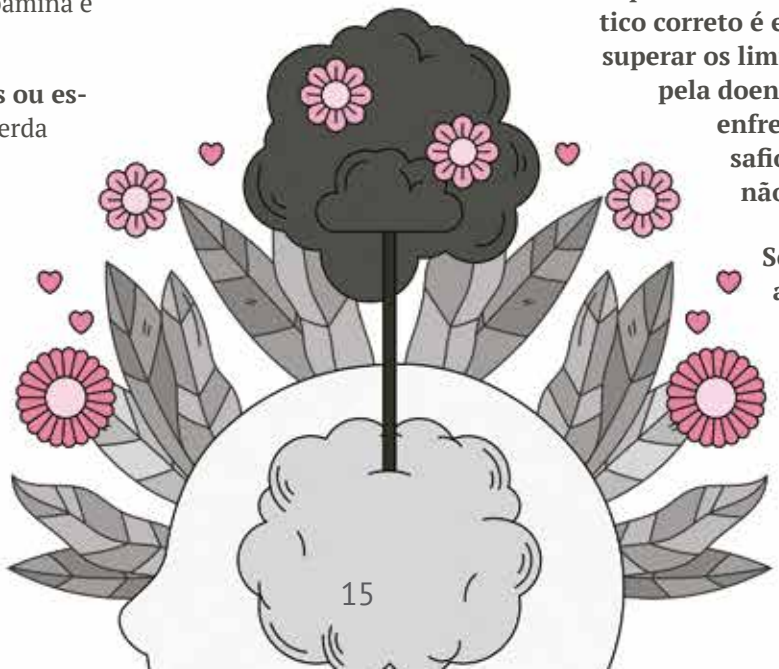
Embora a depressão seja uma condição desafiadora, ela é tratável.

O tratamento costuma envolver uma combinação de abordagens que podem incluir:

- **Terapia psicológica:** uma das formas mais eficazes de tratamento, ajuda o paciente a identificar e modificar padrões de pensamento negativos, oferecendo novas formas de lidar com as dificuldades emocionais.
- **Medicação:** antidepressivos são frequentemente prescritos para equilibrar os neurotransmissores cerebrais e devem ser utilizados com acompanhamento médico.
- **Atividade Física:** exercícios têm se mostrado eficazes no combate à depressão, pois estimulam a liberação de endorfinas - substâncias que melhoram o humor.
- **Suporte Social:** ter uma rede de apoio, composta por amigos, familiares ou grupos especializados, é fundamental no processo de recuperação.

Buscar ajuda para lidar com a depressão e obter um diagnóstico correto é essencial para superar os limites impostos pela doença. Se você está enfrentando esse desafio, lembre-se: você não está sozinho.

Se precisar de ajuda, ligue para Centro de Valorização da Vida (CVV) no número 188.



© Photo by freepik.com

CEMITÉRIO
Vertical
DE CURITIBA

A despedida é sempre um momento delicado e importante e você poderá contar conosco.

Sabemos que o acolhimento e o apoio de profissionais dedicados fazem toda a diferença nesse momento.

Um ambiente que ofereça conforto e serenidade torna tudo mais leve.

Por isso, o **Cemitério Vertical de Curitiba** disponibiliza o mais completo plano de benefícios funerários do Brasil, garantindo tranquilidade e segurança para você e sua família.

Conheça nossos serviços:

- ☑ **FUNERAL COMPLETO**
- ☑ **SEPULTAMENTO**
- ☑ **CREMAÇÃO**
- ☑ **CAPELANIA**
- ☑ **TRANSLADO NACIONAL**
- ☑ **DESPESAS COM VIAGEM**
- ☑ **SERVIÇO SOCIAL**
- ☑ **APOIO PSICOLÓGICO**
- ☑ **GRUPOS DE APOIO**
- ☑ **ATENDIMENTO FAMILIAR**
- ☑ **PLANOS ACESSÍVEIS**
- ☑ **ASSISTÊNCIA 24H**

***Excelência** e **Cuidado** em cada Detalhe*
*para **Proteger** e **Amparar** a sua Família*

0800 41 6262 | 0800 41 6902 | (41) 99116-0560
Rua Konrad Adenauer, 940, Tarumã - Curitiba, PR
@cemiterioverticalcuritiba
www.cemiteriovertical.com.br