

## BRASILIANAS



SAMia reúne diferentes estratégias de bem-estar

### GDF lança IA com foco no cuidado com a saúde mental

Em meio às reflexões propostas pela campanha Janeiro Branco, que convida a população a pensar sobre saúde mental, a Secretaria de Saúde do Distrito Federal (SES-DF) lançou a SAMia, uma assistente virtual gratuita voltada ao bem-estar.

A plataforma reúne recursos como exercícios de respiração guiada, meditação, atividades cognitivas e até um espaço de escuta, em que o usuário pode relatar situações do dia a dia e receber orientações de forma acolhedora. A proposta é democratizar o acesso a ferramentas de bem-estar, permitindo que qualquer pessoa reserve alguns minutos da rotina para cuidar da mente — seja em pausas no trabalho, nos deslocamentos ou em casa.

Segundo a subsecretária de Saúde Mental da SES-DF, Fernanda Falcomer, a SAMia surge como parceira na prevenção do sofrimento psíquico e na promoção de hábitos saudáveis. Um dos destaques é a chamada jornada da felicidade, que propõe pequenas tarefas diárias durante 30 dias, acompanhadas por um pet virtual que evolui conforme o engajamento do usuário. A ideia é transformar o autocuidado em uma experiência leve e contínua.

A ferramenta pode ser acessada pelo seguinte endereço: <https://samia.app.br/app-samia>

Divulgação



O empresário João Gabriel Amaral

### Clube de Permuta: 'Segredo do Chef'

A história da marca "Café e um Chêro", rede de cafeteria de grande sucesso no Distrito Federal, e a trajetória de um de seus idealizadores, o empresário João Gabriel Amaral, serão destaque do Segredo do Chef, encontro que marca a abertura da agenda anual de evento do Clube de Permuta, em Brasília. O evento reunirá cerca de 150 empresários e convidados no Restaurante Cantucci, em Águas Claras.

Ao lado de sua mãe, Alba Amaral, João Gabriel fundou a marca em 2017. Em menos de uma década, o Café e um Chêro já soma 11 lojas espalhadas pelo Distrito Federal. A inspiração nasce de uma afetividade genuína, que mistura receitas e memórias de família à riqueza da cultura nordestina, presentes tanto nos sabores quanto na atmosfera das cafeteria. À frente da gestão estratégica e do crescimento da empresa, João Gabriel conduz o Café e um Chêro como um espaço que vai além da gastronomia: ali, a comida é tradição, linguagem e experiência, unindo identidade e pertencimento.

POR  
WILLIAM FRANÇA

### APP identifica sofrimento psíquico

O desenvolvimento da ferramenta durou nove meses e envolveu uma equipe multidisciplinar de psiquiatras, psicólogos, neuropsicólogos e especialistas em segurança do paciente. Diferente de soluções abertas de inteligência artificial, a SAMia é uma plataforma fechada, construída exclusivamente com conteúdos validados e alinhada à legislação vigente, como a Lei Distrital nº 37.844/2016, que defende a assistência integral e humanizada, e a Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD).

De acordo com a especialista em saúde da Susam, Keyla Almeida, o acesso é seguro e anônimo, sem registro de dados pessoais, o que garante privacidade e liberdade de expressão ao usuário. Além disso, a plataforma foi programada para identificar sinais de alerta de sofrimento psíquico grave e orientar a busca imediata por atendimento presencial, reforçando o caráter complementar da tecnologia.

Ao oferecer práticas acessíveis e seguras, a SAMia representa um passo importante na integração entre tecnologia e saúde pública.

### 'Deve-se cozinhar com afeto'

"Estou muito feliz em participar do Segredo do Chef e poder compartilhar um pouco da minha história e daquilo que acredito quando o assunto é comida. Abordarei nossa origem e a importância de se cozinhar com afeto, essência, identidade e com respeito aos sabores que nos formam", afirma João Gabriel.

Para Francisco Nunes, sócio do Clube de Permuta, o Segredo do Chef é um encontro que reforça a proposta da entidade de promover conexões qualificadas e a troca de conhecimento entre empresários. "Desde que trouxemos o Clube para a capital do país, em 2017 já promovemos diversas edições com nomes de relevância em diferentes áreas de atuação, como Edmar Mothé do Mundo dos Filtros, Ravel Nava da BRL Educação, Alexandre Guerra da Biomundo, Tonny Ventura da área de Inovações e Tecnologia, dentre outros".

Francisco reforça que a iniciativa tem como principal objetivo inspirar os participantes, provocar reflexões e estimular decisões estratégicas mais conscientes.



DF recebeu 9.465 doses na primeira remessa

## DF receberá 2ª remessa da vacina contra vírus sincicial

O VRS pode provocar graves infecções respiratórias

Por Isabel Dourado

A Secretaria de Saúde do Distrito Federal (SES-DF) deve receber, na próxima semana, 1347 doses da vacina contra o Vírus Sincicial Respiratório (VSR). Essa é a segunda remessa; em dezembro do ano passado, quando o Ministério da Saúde começou a distribuição nacional, a capital recebeu 9.465 doses do imunizante. A imunização é oferecida gratuitamente pelo Sistema Único de Saúde (SUS), e é destinada a gestantes a partir da 28ª semana e tem como objetivo reduzir casos de bronquiolite em recém-nascidos. A meta é vacinar pelo menos 80% do público-alvo.

### Anticorpo

Além da imunização de gestantes, a Secretaria de Saúde do DF mantém a vacinação de recém-nascidos contra o VSR. A aplicação do anticorpo monoclonal Nirsevimabe está prevista para começar em fevereiro, período de maior incidência de doenças respiratórias em bebês. O Nirsevimabe é recomendado para prematuros que constituem a maior parte do público-alvo e bebês com comorbidades. Bebês com cardiopatia congênita, doença pulmonar crônica, doenças neuromusculares, anomalias nas vias respiratórias, com síndrome de Down ou imunocomprometidos receberão o an-

ticorpo no segundo ano de vida considerando o período de sazonalidade do vírus.

### Hospitalizações

De acordo com o Ministério da Saúde, a infecção pelo VSR apresenta ampla variação de gravidade podendo se manifestar desde formas assintomáticas ou leves até quadros graves, com comprometimento do estado geral e evolução para insuficiência respiratória. A infecção ocorre predominantemente durante o primeiro ano de vida. Até os 2 anos, praticamente todas as crianças já terão sido expostas ao vírus, podendo apresentar novos episódios de infecção ao longo da vida. O VSR tem impacto significativo nas hospitalizações por Síndrome Respiratória Aguda Grave (SRAG) em todo o país.

Nos últimos dois anos, houve aumento significativo nos casos de SRAG causada pelo vírus. Além disso, o VSR é um dos principais agentes associados à bronquiolite, quadro caracterizado pela inflamação dos bronquíolos.

Embora atinja mais crianças, a infecção também é capaz de causar quadros graves em adultos, agravando ou descompensando condições de saúde pré-existentes, como cardiopatias, pneumopatias, diabetes, hepatopatias entre outras comorbidades. As complicações são mais comuns em pessoas a partir dos 60 anos de idade ou mais.