

CORRIDA PELA SAÚDE DO CORPO E DA MENTE

ATIVIDADE AJUDA A PREVENIR
DOENÇAS, MELHORA
RESISTÊNCIA FÍSICA, IMUNIDADE,
SONO, REDUZ ESTRESSE E
ANSIEDADE

E MAIS: IMPACTOS DA ALTA DO DÓLAR NO DIA A DIA //

MUDANÇAS NOS PLANOS DE SAÚDE BENEFICIAM USUÁRIO //

EMPREENHIMENTO NA PRAIA DOS CARNEIROS

EDITORIAL

O ano de 2025 começou e, com ele, as velhas promessas de “vou me organizar melhor, vou cuidar da saúde”. Se você optar por um exercício aeróbico e em conta, vai ganhar um incentivo nesta edição do Corporate News, ao conhecer todos os benefícios da corrida para o corpo, mente e até para o lado social.

Um assunto que está chamando muita atenção neste início do ano é a alta do dólar. Como a moeda americana impacta a sua vida? Falamos com a Apen Capital, que fica no Charles Darwin, que detalhou o tema.

No último dia do ano passado, a Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) anunciou várias modificações nas regras dos planos de saúde. Algumas delas chegam para proteger e ampliar benefícios ao usuário. Leia a matéria e fique por dentro.

Uma boa leitura e um excelente início do ano a todos!



ZELO É COM ELES

No dia 11 de fevereiro, é celebrado o **Dia do Zelador**. Aqui, no Rio Ave Corporate Center, contamos com uma equipe dedicada e fundamental para manter a ordem e o bom funcionamento do espaço. Dentre outras funções, esses profissionais são importantes para limpeza, reparos e controle do uso de equipamentos. Parabéns e o nosso muito obrigado a esta equipe e a todos que trabalham na função!

PARCEIROS



S.O.S. Bombas
Rua do Pombal, 39, Santo Amaro | Recife-PE
(81) 3421-1771
www.enbatista.com.br



Extra Prestação de Serviços
Estrada do Arraial, 4460, Casa Amarela, Recife-PE
(81) 3446-1630
www.extraservicos.com.br



Engeconsulting
Engenharia e Consultoria
Projeto, instalação e manutenção de sistemas elétricos
Rua Pinto Júnior, nº 210, Prado, Recife, PE,
CEP: 50.830-060 (81) 3301-1633
nelson@engeconsulting.com.br
www.engeconsulting.com.br



APADRINHE UMA CRIANÇA DA ONG ESPAÇO DA CRIANÇA

Com apenas R\$180,00 mensais (pagos via pix), você mantém vivas ações fundamentais, como oficinas socioeducativas, refeições e atividades que fortalecem vínculos familiares, para crianças em situação de vulnerabilidade nas comunidades carentes do Recife.

PIX: 40.813.313/0001-83

BENEFICIÁRIO: Associação para restauração do homem

Mais informações: Núbia Mesquita | Diretora Presidente - (81) 3231.1402



Abra o app do seu banco, selecione Ler QR Code, aponte a câmera para o código e realize sua doação.



@criancaarh

espacodacrianca.org.br



EXPEDIENTE

Informativo do Rio Ave Corporate Center
Edição 95 // Setembro - Outubro 2024

Conteúdo, Diagramação e
Comercialização: Multi Comunicação
www.multicomunicacao.com

☎ 81 98126.9066

✉ contato@multicomunicacao.com

Redação: Pedro Paulo Catonho e Teresa Maciel

Edição e revisão: Teresa Maciel

Arte e diagramação: Manu Duarte



RECIFE PARK
ESTACIONAMENTOS
EXPERTISE EM SOLUÇÕES
PARA ESTACIONAMENTOS



☎ (81) 3059.3656



Rua Senador José, Henrique, 231 / sala 607,
Empresarial Charles Darwin - Ilha do Leite - Recife - PE



ALTA DO DÓLAR IMPACTA DO ELETRÔNICO AO PÃO DE CADA DIA

Um dos assuntos mais comentados no Brasil neste início de 2025 é a alta do dólar. O tema ganhou tanta polêmica que até o Google retirou do ar o seu painel de conversor de moedas no Brasil, além de ter virado debate político.

Mas, como o dólar impacta no dia a dia do cidadão brasileiro? Saulo Godoy, CEO da Apen Capital, consultoria de investimentos instalada na sala 2604 da Torre Charles Darwin, explica como a moeda americana interfere na nossa realidade.

“O dólar é como a régua do comércio global. Quando ele sobe, tudo que o Brasil importa fica mais caro. No fim, até quem nunca comprou dólar sente a diferença quando vai ao mercado, ao posto ou compra um eletrônico”,
Saulo Godoy,
CEO da Apen Capital



Consulte-nos sem compromisso:

(81) 3467.3800

zartic@zartic.com.br

www.zartic.com.br

Desenvolvemos e implantamos seu projeto de Segurança Eletrônica com as melhores tecnologias:

- CFTV IP com Inteligência Artificial (IA)
- Sistemas de alarmes interno e externo
- Controle de acesso de pessoas e veículos



SETORES IMPACTADOS



ALIMENTAÇÃO

Trigo, soja e milho (ração animal) dependem de importação ou insumos dolarizados. Com dólar alto, sobe o preço do pão, massas e do frango, por exemplo.



TRANSPORTE

Alguns setores sentem o impacto direto. Gasolina e diesel são afetados, já que os preços do petróleo são cotados em dólar. O frete encarece e isso reflete em tudo, até na batata no mercado. Empresas que compram peças, máquinas ou produtos de fora também sofrem, como montadoras de carros.



TECNOLOGIA

O celular novo e todo eletrônico depende de peças importadas, e esse preço acompanha a moeda americana. Até quem não viaja nem compra coisa importada acaba pagando essa conta de um jeito ou de outro.



QUEM GANHA

Por outro lado, quem exporta (vende para fora), como o agronegócio ou mineradoras, pode ganhar mais, já que recebe em dólar. “Se a soja brasileira está mais barata que a dos EUA, outros países compram mais da gente”, exemplifica o consultor financeiro.

POR QUE O DÓLAR VARIA TANTO?

O dólar muda por oferta e demanda, mas vários fatores influenciam. Internamente, inflação alta, crises políticas ou decisões econômicas erradas fazem o dólar subir. Já entre os fatores externos, o aumento dos juros nos EUA atrai investidores para o país, tirando dinheiro do Brasil, e enfraquecendo o real.

O consultor dá o exemplo de um exportador brasileiro que recebe dólares vendendo café para fora, o que aumenta a oferta da moeda e pode baixar o preço. “Por outro lado, se muita gente precisa comprar dólar, seja para importar, viajar ou investir, o preço sobe”.



DÓLAR VALORIZADO OU REAL DESVALORIZADO?

Na maioria dos casos, é o real que está desvalorizado. Quando a economia do Brasil vai mal - inflação alta, instabilidade política, falta de confiança - o real perde força.

“É como se fosse um campeonato: o dólar é forte porque o time dele (a economia dos EUA) joga bem. Já o real, às vezes, está jogando desfalcado. O Banco Central tenta equilibrar, mas nem sempre resolve. Por exemplo, se você tem 10 reais e compra 2 dólares com isso, mas amanhã só consegue 1,5 dólar, é sinal de que o real perdeu força”, detalha Saulo.



NE PARK

+ SOLUÇÕES EM ESTACIONAMENTO

Av. Governador Agamenon Magalhães, 4760, Derby, Recife - PE. Tel (81) 3423-2424



GOVERNO PODE CONTROLAR O DÓLAR?

“Até certo ponto, sim, mas é difícil e tem pouca influência quando o macro mundial tem vetores para o dólar mais fortes. O Banco Central, por exemplo, compra ou vende dólares pra equilibrar o mercado. Mas isso é só uma parte do jogo. O que pesa mesmo são as decisões econômicas.

Reformas estruturais como a tributária e a administrativa atraem investidores e fortalecem o real. Já quando o governo faz muitos gastos públicos, isso gera incertezas e enfraquece nossa moeda”.



ILHA DO LEITE, O POLO DINÂMICO DE INVESTIMENTOS EM PERNAMBUCO

A Ilha do Leite, em Recife, é um dos polos empresariais mais dinâmicos de Pernambuco, destacando-se como um centro para instituições de advocacia e saúde. Com infraestrutura moderna, abriga escritórios de advocacia renomados, os melhores hospitais e clínicas de saúde de excelência, contribuindo para a qualidade dos serviços à população.

Sua localização estratégica, próxima ao centro da cidade e principais vias de acesso, facilita a logística e a mobilidade, tornando a região atrativa para empresas e clientes. O espaço disponível para novas construções e a revitalização de imóveis existentes aumentam o valor do patrimônio, beneficiando investidores.



Miguel Eguren e Mônica Pernambuco

Os corretores Miguel Eguren e Mônica Pernambuco desempenham um papel essencial nesse mercado, onde mantêm escritório na Ilha do Leite há mais de 30 anos, desde 1995. Com vasta experiência, oferecem um serviço personalizado, orientando clientes na escolha de imóveis e analisando

aspectos como localização e potencial de valorização. Sempre atualizados sobre tendências, garantem que inquilinos e proprietários encontrem soluções adequadas. Em suma, a Ilha do Leite é vital para a economia local, oferecendo excelentes oportunidades de investimento.





AUGURI CARNEIROS: PRIVILÉGIO E CONFORTO À BEIRA-MAR DOS CARNEIROS

O modelo de moradia do empreendimento chama atenção pela beleza e exclusividade

Em uma das áreas mais belas da praia dos Carneiros, o empreendimento Auguri Carneiros, da Rio Ave, está com as obras em ritmo acelerado para ser entregue no próximo ano. O projeto da Metro Arquitetura faz a combinação de casas, apartamentos e studios, possibilitando moradias exclusivas e adequadas para diferentes famílias.

As Casas Al Mare, todas vista mar, são o ponto alto do empreendimento e oferecem três modelos de plantas: Térreo Garden com 314m², Duplex Térreo com opção de duas metragens: 224 m² e 237 m², e a Duplex Cobertura com 390 m². Elas foram concebidas com a personalidade de casas térreas, mas erguidas umas sobre as outras, em formato duplex, e trazendo

a natureza para dentro delas, o que proporciona a sensação de bem-estar.

Suas plantas trazem diferenciais arquitetônicos que valorizam todas as unidades, a exemplo dos jardins suspensos das unidades Térreo Duplex e Duplex Cobertura, que permitem a integração do verde do ambiente natural com o ambiente construído. A qualidade

construtiva é de alto padrão, assim como os detalhes do projeto, dispondo de piscina privativa em todas as unidades, acesso exclusivo e elevador exclusivo, além de serem na localização nascente e receberem ventilação privilegiada, tudo isso a dois passos do mar.

BENEFÍCIOS FÍSICOS E MENTAIS DAS CORRIDAS DE RUA



Democrática e versátil, a atividade pode ser feita em qualquer hora e lugar, com vantagens para a saúde e incentivo a interações sociais

A corrida de rua é uma atividade prazerosa e desafiadora, que proporciona conquistas pessoais e melhora a qualidade de vida em diversos aspectos. Seja para iniciantes ou atletas experientes.

Segundo a nutricionista Luciana Mamede, que atua no Instituto Cenos com pacientes com sobrepeso e obesidade (sala 1305, da Torre Thomas Edson), a corrida é uma excelente escolha de exercício.



“Traz ganhos para a saúde cardiovascular e óssea, fortalecimento muscular, aumento da resistência física, controle de peso e aprimoramento da imunidade e da qualidade do sono. Além disso, ajuda a reduzir estresse e ansiedade, aumenta a autoestima e traz clareza mental”,

Luciana Mamede,
membro da Sociedade Brasileira
de Cirurgia Bariátrica e
Metabólica



GRUPOS

Segundo a profissional, a corrida também carrega alguns benefícios sociais - principalmente para quem pratica com grupos de amigos ou de corrida - como o fortalecimento do senso de comunidade. Traz motivação coletiva, gera oportunidades de desafios e metas. “Fora a questão do controle de doenças crônicas, maior longevidade, versatilidade e acessibilidade, pois podem ser praticadas em qualquer lugar, com custos relativamente baixos”, ressalta.

MELHOR HORÁRIO

A dica é você primeiro conhecer seu ritmo biológico, considerando o momento em que é mais ativo, sem esquecer que o estímulo físico próximo ao horário de dormir pode dificultar o sono em algumas pessoas.

“Experimente correr em momentos variados para identificar quando você se sente mais confortável e performa melhor. Dê preferência a locais bem iluminados, se optar pela noite, e evite horários de sol intenso, como das 10h às 16h”.

VANTAGENS DE CORRER DE DIA



- 1. Maior disposição física -** durante o dia, especialmente pela manhã, o corpo está mais descansado e os níveis de energia podem ser maiores, após uma boa noite de sono.
- 2. Absorção de vitamina D -** correr sob o sol estimula a produção de vitamina D, essencial para a saúde óssea e imunidade.
- 3. Mais segurança -** a visibilidade natural reduz riscos de acidentes e melhora a sensação de segurança em áreas externas.
- 4. Estímulo ao metabolismo -** exercícios matinais ajudam a acelerar o metabolismo, contribuindo para a queima calórica ao longo do dia.
- 5. Rotina mais equilibrada -** começar o dia correndo pode melhorar o humor e a produtividade ao longo do dia.

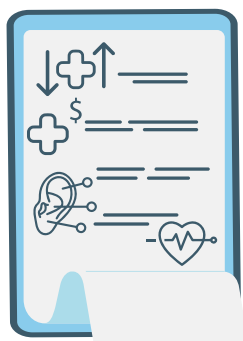
VANTAGENS DE CORRER À NOITE



- 1. Temperatura mais agradável -** deixa a atividade mais confortável, especialmente em dias quentes.
- 2. Redução do estresse -** após um dia de trabalho, ajuda a aliviar tensões e relaxar o corpo e a mente.
- 3. Menos interferências na agenda -** mais fácil de encaixar na rotina, já que o período da manhã ou da tarde pode ser ocupado por trabalho ou estudos.
- 4. Melhor desempenho -** algumas pessoas apresentam picos de energia no fim da tarde ou à noite, o que pode favorecer a performance.
- 5. Trânsito e movimento reduzidos -** as ruas e parques podem estar menos movimentados, oferecendo mais tranquilidade para o exercício.



PLANOS DE SAÚDE: PORTABILIDADE E TERAPIAS ALTERNATIVAS SÃO ALGUMAS MUDANÇAS



No último dia 31 de dezembro, a Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) anunciou novas diretrizes para os planos de saúde. O objetivo é beneficiar os consumidores, oferecendo-lhes maior autonomia e poder de escolha.

A equipe do Corporate News conversou com as advogadas Manuella e Marcella Gueiros Filizola Ramos, especialistas em Direito Médico e da Saúde, sócias do escritório Gueiros Filizola & Advogados Associados (Torre Thomas Edison).

Acta
Administração especializada

☎ (81) 3412.3777

☎ (81) 98242.6515

✉ contato@actaadm.com.br

🌐 www.actaadm.com.br

📍 Rua Demócrito de Souza Filho, 109,
Madalena, Recife-PE, CEP: 50610-120

HÁ 30 ANOS VALORIZANDO O SEU PATRIMÔNIO

A Acta é especializada em implantação e gerenciamento de operações de condomínios residenciais e empresariais de grande, médio e pequeno porte. Nossa equipe está pronta para lhe atender, seguindo as especificações e necessidades de cada empreendimento. Trabalhamos não apenas com o patrimônio, mas com pessoas, seus desejos e realidades.

LISTA DE EMPRESAS POR TORRE NO CORPORATE CENTER



TORRE ALBERT EINSTEIN

15	Lotérica Melo • 3221-5756
25	Cais Restaurante • 3222-9510
113	Laboratório Vidas • 3222-2663
116	Mednovo • 3072-9422
203	Unidentis Assistência Odontológica • 3072-8054
301	AST Consultoria • 3038-1945
407	Dr. Frederick Lapa - Cardiologista • 3421-1148
505	Dr. Américo Gusmão Amorim • 3421-3765
605	Sócrates Advocacia e Consultoria • 3222-7027
705	Dr. Frederico Tavares - Neurocirurgião • 3231-3397

TORRE THOMAS EDISON

03	Paço Real (Restaurante) • 3416-7898
05	Nosso Granel • 98706-2394
311	Consultório Pediátrico • 2125-7521
405	Clínica MouraSmile • 2125-7451
502	Consultório Drª Maria Amazonas (Endocrinologia) • 3416-7717
703	Gueiros Filizola Advogados Associados • 99207-2553
9º andar	Finsol Micro Crédito • 3037-8888
1105	Springer Carrier • 3421-3188
1301	Valença Seguros • 2125-7616
1305	Cenos • 3036-6383
1408	Performe Administradora e Corretora de Seguros • 4042-3672
1605	Antônio Salomão Advogados e Associados • 2125-7585

TORRE GRAHAM BELL

02	Sol Imóveis Solutions • 97300-0747
03	Estetic Concept • 2125-7470
04	Estetic Urgência Odontológica 24h • 3877-1213
203	MV2 Marketing Direto • 98161-9052
305	Otoclínica • 2125-7701
307	Skymed Global Import • 2125-7671
906	Vipmedic • 3314-5732
1003	Drª Erika Novaes Escritório de Arquitetura • 3221-9558
1105	Rejuvent • 99406-6628
12º andar	Hub Plural • 99146-3547
14º andar	Neogenômica • 0800-0800-420
15º andar	2º Registro de Imóveis do Recife • 3132-9191

TORRE ISAAC NEWTON

401	Supriversi.com Repres. e Serv. Ltda • 3366-8521
502	Cardio Produtos Médicos • 3097-8621 / 3097-8622
901	Angio Clínica Vascular • 3231-3762 / 3059-3154
1002	Escritório Contábil Rafael Viana • 3224-0703
1304	Rodrigo Quintas • 3421-5102
1401	Safemedic Produtos Hospitalares • 3081-1600
1701	Huawei • 3059-3016
1802	Centro Especializado em Neuromodulação • 3072-6954
2101	IBOPE • 3216-7005

TORRE ALFRED NOBEL

401	NEOH Memorial • 2138-0777
501	E. Tamussino e Cia Ltda • 3223-2470
602	Carol Brandão Image e Diagnost. • 3221-2617
801	Omne Consultoria e Tecnologia em Gestão • 3217-2662
901	Univision • 3125-2626
1301	Genomica Diagnósticos • 3224-5013
1601	Representa Materiais • 3038-5002
1602	ADN Impex Consultores Associados • 3326-3007 / 3326-4188

TORRE CHARLES DARWIN

509	Villela Brasil Bank • 0800-001-4466
607	Recife Park • 3059-3656
801	Epitychia • 3059-3054
902	Carmona Maya, Martins e Medeiros Sociedade de Advogados • 3059-3636
904	Marinho & Moraes Advogados • 3243-1388
908	Dra. Israelina Tavares • 3059-3650
909 e 910	Pontes & Casanova Advogados Associados • 3083-3538 / 3243-2782
18º e 19º	Procuradoria da União • 3416-5701
2101	Vanto • 0800-888-3211
2104	Clínica Mundos • 4042-8989
3404	Galcoor • (11) 3478-0999



PORTABILIDADE

Trata-se de um direito no qual o beneficiário altera o seu plano de saúde, aproveitando os benefícios do plano de origem e sem precisar cumprir os prazos de carência que já tenham sido obedecidos no plano anterior.

“Antes, era necessário permanecer de 1 a 3 anos no plano atual para poder solicitar a portabilidade.

Agora, esse prazo não é mais exigido, nos casos em que um hospital da rede é descredenciado ou substituído, no município de residência ou de contratação do plano”,

Marcella Gueiros Filizola Ramos,
advogada e sócia do escritório Gueiros Filizola & Advogados Associados



COMUNICAÇÃO INDIVIDUALIZADA

Muitas vezes os beneficiários só descobrem a exclusão de um hospital ao precisar utilizar seus serviços. Agora, as operadoras serão obrigadas a informar individualmente os beneficiários sobre: exclusões ou substituições de hospitais ou serviços de urgência; e sobre mudanças com, pelo menos, 30 dias de antecedência sobre o fim do serviço prestado. A informação precisará vir no boleto mensal, ou por e-mail ou mensagem.

“Nos casos de contratos coletivos, a comunicação poderá ser feita por meio da empresa contratante, desde que a operadora possa comprovar que cada beneficiário do plano ficou ciente da alteração”,

Manuella Gueiros

Filizola Ramos,

advogada e sócia do escritório
Gueiros Filizola & Advogados
Associados





MANUTENÇÃO DA QUALIDADE DA REDE

A nova norma exige que operadora mantenha a qualidade de sua rede credenciada. Caso um hospital excluído seja responsável por até 80% das internações na região, a empresa deve substituí-lo por outro de qualificação equivalente ou superior e que esteja localizado no mesmo município do excluído, exceto quando não houver prestador disponível.

REAJUSTES COM TRANSPARÊNCIA

As operadoras devem informar detalhadamente os motivos dos aumentos e garantir que os beneficiários sejam notificados com antecedência.



COBERTURA PARCIAL

A mudança prevê que os planos de saúde com cobertura parcial permitam que os beneficiários escolham quais tipos de cobertura desejam incluir, pagando apenas pelos serviços selecionados.

INCLUSÃO DE TERAPIAS ALTERNATIVAS

Outra conquista para o usuário é a inclusão na cobertura de tratamentos como acupuntura, homeopatia e fitoterapia em alguns planos.



APOIO AO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

Os planos de saúde devem oferecer programas específicos para o envelhecimento saudável, incluindo check-ups regulares, atividades físicas monitoradas e suporte nutricional, para melhora da qualidade de vida.

FRAUDES IMPACTAM NO BOLSO



Um outro lado do assunto são as crescentes fraudes contra os planos de saúde, que trazem um impacto significativo nos custos do plano e estão tornando o serviço mais caro para o usuário.

Segundo a advogada Lorena Cabral, do escritório Bacelar & Cabral Advogados (Torre Isaac Newton), o problema compromete a qualidade da prestação do serviço em virtude das negativas decorrentes dos pedidos indevidos. **“As fraudes vão desde a falsificação de documentos e laudos médicos até a criação de redes de fraudadores que se passam por pacientes ou profissionais de saúde”**, explica.

LISTA DE EMPRESAS POR TORRE NO CORPORATE CENTER



TORRE BOA VIAGEM CORPORATE

1º e 2º andar	Hub Plural • 0800 456 0008
4º e 5º andar	Grupo Galactus • 3464-9090
6º andar	Grupo Horizonte • 3312-9350
702	MJ Transportes Logísticos • 3132-4200
704 e 705	GP7 Distribuidora de Bebidas • (91) 8419-5727
706	Veiga Advogados • 3325-0965
8º e 9º andar	Hemobrás • 3464-9600
1302 à 1303	Consulato Geral da França • 3117-3262

TORRE CABO CORPORATE CENTER

Torre B UFRPE (UACSA) • 3512.5800

TORRE A

203 (A)	Marcelo Soares Advocacia • 98781-2983
205 (A)	Seven Apoio Logístico Ltda • 99738-6175 98191-9956
207 (A)	Apoio STONE Maquineta • (81) 3004-9680 (83) 98164-8508
301 (A)	Instituto Educacional Menino Jesus • 3352-1853
303 (A)	Imobiliária REMAX Patrimônio • 99924-5598
304 (A)	Sind. de Petróleo e Gás de PE e PB • 98997-7016
311 (A)	RBS Automações • 99423-4671
402 (A)	Compras ASCENSUS - SAC • (47) 99930-1918
403 (A)	Conenge SC/ Possebon • (79) 99817-9681
404 (A)	CREA - PE • (81) 98759-1079
405 (A)	NRJ Engenharia Ambiental • (81) 98885-8810
409 (A)	Keila Advocacia & Contabilidade • (81) 98817-7328



Pedro Bacelar e Lorena Cabral, advogados e sócios do escritório Bacelar & Cabral Advogados

O advogado Pedro Bacelar ressalta também os casos de reembolso sem desembolso, que vêm crescendo desde 2019. **“É fundamental adotar medidas para reverter essa situação, para evitar que essa tendência comprometa a sustentabilidade do sistema a longo prazo”**, alerta.

ENTREGA EM 2026

 PRAIA DOS CARNEIROS



Auguri

CARNEIROS

VIVA O PRIVILÉGIO DE SER ÚNICO

CASAS AL MARE



UNIDADES DUPLEX



PISCINA PRIVATIVA



JARDIM SUSPENSO



ELEVADOR EXCLUSIVO



ACESSO EXCLUSIVO
À PRAIA



VISTA PARA O MAR

ACESSE E SAIBA MAIS




Rio Ave