

Quadrilátero Central gera expectativa entre lojistas

Centro Histórico vive queda no comércio desde as enchentes de 2024

/ VAREJO

Cássio Fonseca
cassiof@jcrs.com.br

O comércio no Centro Histórico de Porto Alegre enfrenta, já há alguns anos, uma série de fatores que diminuíram o fluxo de pessoas pelo bairro e, consequentemente, o consumo. No entanto, um dos movimentos que geravam expectativa é a conclusão da revitalização do Quadrilátero Central, ainda em fevereiro. A reforma torna o espaço mais atrativo e, agora, a esperança dos lojistas está em um aumento nas vendas pela melhora da caminhabilidade, segurança e paisagismo nos trechos contemplados.

Para o presidente do Sindicato dos Lojistas do Comércio de Porto Alegre (Sindilojas Porto Alegre), Arcione Piva, as vendas online são o principal fator para a queda no movimento nos centros, o que não é exclusivo da Capital, que ainda sofreu com as enchentes em 2024 e, agora, com um aumento nos camelôs, algo que a prefeitura, conforme Piva, já havia se comprometido a não permitir.

“Pós-pandemia mudou muito o perfil do consumidor, em função

dos trabalhos remotos e híbridos, e se reduziu significativamente o número de pessoas que se deslocam até os centros mais nervosos das cidades”, comenta o presidente. “Mas as reformas dão um alento para quem continua vindo”, completa.

Piva reforça que a revitalização ajuda na retirada de uma quantidade de obstáculos que havia no Centro, como calçadas quebradas e falta de iluminação à noite, que comprometiam a sensação de segurança. “Não vou dizer que as ruas ficaram perfeitas, sempre podemos melhorar, mas elas ficaram muito melhores do que eram antes.”

Para os lojistas, a sensação é que o movimento não será recuperado quando comparado ao que foi antes das cheias, e a percepção muda de cada ponto sobre o que foi melhor antes e depois das obras.

Na Andradás, a sócia de uma loja de artigos de moda Luciane Trindade vê as vendas como positivas, ainda que abaixo do esperado. Ela tinha seu negócio na avenida Otávio Rocha e, quando começaram as obras do quadrilátero, seu acesso ficou quase impossibilitado e, então, precisou fechar.

Depois, esteve na rua Voluntários da Pátria pouco antes das enchentes e desde novembro do ano passado se firmou na Rua da Praia, onde parece, ao seu ver, ter encontrado estabilidade.

Para a proprietária de uma loja de artigos gerais, Ya lan Zheng, a situação vai de mal a pior. Em dois anos, o fluxo é cada vez pior e o período de obras representou uma queda nas vendas. Para o restante deste ano, torce para que o novo cenário motive os consumidores. E assim como Luciane, vê os dias de semana como os mais lucrativos, enquanto os finais de semana ficam abaixo a ponto de não abrirem no domingo.

Piva reflete que “o desafio seria montar alguma estratégia para atrair clientes não necessariamente só com os produtos, mas com alguma atividade artística, uma promoção em conjunto entre os lojistas, alguma campanha”. Ele reforça que o Sindilojas está à disposição para auxiliar em algo do gênero e que é importante gerar interesse no consumidor para que ele venha até o Centro.

Já a auxiliar administrativa de uma ótica na avenida Borges de Medeiros, próxima à Andradás, Yasmin Janaína de Jesus, rela-



TÂNIA MEINERZ/JC

Revitalização do bairro é um novo respiro para os comerciantes da região

ta que as obras não diminuíram o impacto nas vendas e agora o que se espera é ainda mais pessoas circulando pelo bairro. Em frente à loja, inclusive, foram postos tapumes por alguns meses e “depois que destamparam deu uma abaxada no movimento, mas a gente acha que é por causa das festas”, relata Yasmin, otimista pelos próximos meses.

Entretanto, as ruas que não foram atingidas diretamente pela revitalização não notam, no geral, uma mudança nas cifras, ainda que um movimento acentuado em vias do entorno possa significar uma melhora consequencial. Para o proprietário de uma loja de artigos de festas na rua Senhor dos Passos – ao lado da Otávio Rocha –, André Luz, as vendas caíram 10% em 2025 ante 2024 e começaram 2026 com uma queda de 25% ante o mesmo período do ano passado.

Em 40 anos neste ponto, relata que desde as enchentes o Centro vive seu pior momento. “As pessoas estão abandonando o bairro”, afirma. Ele cita o exemplo dos diversos comércios desocupados e com placas de aluguel, e entende que apesar da iniciativa da revitalização ser positiva, é preciso mais incentivos do poder público para quem quiser empreender no local.

O presidente do Sindilojas Porto Alegre, Piva, aponta que outro fator prejudicial é a taxa de juros elevada. E apesar da Selic estar prevista para iniciar um período de cortes ainda em março, ele teme que os conflitos no Oriente Médio e a escalada no preço do petróleo façam com que o Banco Central recue neste momento. “Precisamos de uma sinalização de redução de juros para que o consumidor possa voltar a ter interesse e possibilidade de consumir”, acrescenta.

Noites mal dormidas impactam nas tomadas de decisão

/ SAÚDE

Cláudio Isaías
isaiasc@jcrs.com.br

Uma parcela significativa da população brasileira não dorme bem. Uma noite mal dormida prejudica funções neurocognitivas imediatas, como a memória e a atenção, além de desencadear problemas graves a longo prazo, incluindo diabetes e doenças cardiovasculares. Isso pode afetar diretamente a produtividade no trabalho.

A avaliação é do médico pneumologista Eduardo Garcia, que integra a equipe do Laboratório do Sono da Santa Casa de Porto Alegre. “Quase toda a nossa vida passa pelo sono”, destaca o especialista por ocasião do Dia Mundial do Sono, celebrado em 13 de março. Conforme o médico pneumologista, o Brasil não está entre

os países com maior índice de insônia – um a cada quatro brasileiros tem insônia. “De uma forma geral, o povo brasileiro não dorme bem”, destaca.

Os benefícios para uma pessoa que consegue dormir bem são que ela acorda descansada, disposta, com mais energia e foco. “Além disso, o metabolismo tende a funcionar melhor, já que os hormônios também foram produzidos de uma forma organizada”, ressalta. O especialista destaca que uma pessoa que não é doente e tem uma boa noite de sono se organiza melhor. “Durante o sono, o nosso cérebro faz uma espécie de limpeza das toxinas. Tendo uma boa noite de sono, a tendência é que essa faxina aconteça toda a noite”, acrescenta.

Já uma noite mal dormida pode resultar em sonolência diurna, mau humor, dificuldade de concentração, falhas de memória e dores no corpo. A privação de sono

aumenta o risco de obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares (hipertensão, AVC), depressão e ansiedade, além de acelerar o envelhecimento precoce.

“Uma noite mal dormida resulta em lentidão de raciocínio, redução na tomada de decisões, irritabilidade, fadiga e estresse elevado devido ao desequilíbrio hormonal”, comenta. Existem estudos mostrando que o sono ruim pode aumentar a chance de ter demência no envelhecimento. No caso dos adultos, existe a situação de dormir em situações improváveis. “Um exemplo, é quem trabalha na direção de um veículo. O sono ao volante é a segunda causa de acidentes no mundo”, alerta.

Uma noite mal dormida é resultado de hábitos inadequados como o uso de telas de telefone celular e da televisão antes de dormir. Também o consumo de café ou bebidas cafeinadas prejudica o sono.

Ufrgs divulga lista de leituras obrigatórias do Vestibular 2027

/ EDUCAÇÃO

A Comissão Permanente de Seleção (Coperse) da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Ufrgs) divulgou a lista com as leituras obrigatórias para o vestibular 2027. Dentre os 12 títulos selecionados, destaca-se a mistura de obras contemporâneas, como “Ideias para adiar o fim do mundo”, do filósofo indígena Ailton Krenak, e clássicos, como Quincas Borba, de Machado de Assis.

Segundo a instituição, essa seleção busca contemplar diferentes períodos literários, gêneros e perspectivas da produção literária em língua portuguesa e da literatura mundial.

As obras da lista também integram o Projeto Leituras Obrigatórias Acessíveis, organizado pelo Núcleo de Inclusão e ACESSI-

bilidade da Ufrgs (Incluir). O vestibular 2027 ainda não tem data para ocorrer.

Lista completa:

- Ideias para adiar o fim do mundo — Ailton Krenak
- Macunaíma — Mário de Andrade
- A fúria — Silvina Ocampo
- A teus pés — Ana Cristina Cesar
- Quincas Borba — Machado de Assis
- O Demônio Familiar — José de Alencar
- Mrs. Dalloway — Virginia Woolf
- A visão das plantas — Djaimilia Pereira de Almeida
- Niketche: uma história de poligamia — Paulina Chiziane
- O avesso da pele — Jeferson Tenório
- Mas em que mundo tu vive — José Falero
- Seleta de Canções — Lupicínio Rodrigues