



Dra. Thaís S. Rodrigues

MONTWEB

Magazine

De uma visita despretensiosa à faculdade nasceu um sonho. Entre desafios, estudos e muita fé, Thaís Rodrigues transformou sua paixão em propósito. Hoje, com 11 anos de carreira, é referência em fisioterapia humanizada e inspiração na reabilitação de milagres. *Página 012*

MENTES BRILHANTES

ASSOCIE SUA MARCA A UM
EVENTO QUE INSPIRA
E TRANSFORMA!

**SEJA UM
PATROCINADOR
DO EVENTO!**

- ✓ FORTALEÇA SUA MARCA
DIANTE DE EMPREENDEDORES,
LIDERES E INFLUENCIADORES
- ✓ AMPLIE SEU ALCANCE
COM DIVULGAÇÃO
ONLINE E PRESENCIAL
- ✓ MOSTRE SEU COMPROMISSO
COM INOVAÇÃO, CONHECIMENTO
E IMPACTO SOCIAL

ENTRE EM CONTATO COM A EQUIPE
MONTWEB

(21) 98636-9599

MONTWEB



Destaque Montweb

PÁGINA 10



LUCIANA OLIVEIRA: 20 ANOS TRANSFORMANDO CONTOS DE AMOR EM LEMBRANÇAS INESQUECÍVEIS

PÁGINA 12



THAÍS RODRIGUES, 11 ANOS DE CARREIRA NA FISIOTERAPIA HUMANIZADA, TRANSFORMANDO VIDAS

PÁGINA 37 - DENISE MUNIZ

A ANSIEDADE NÃO TEM QUE SER SUA CHEFE!

PÁGINA 42 - JANE SANTOS

COMO O CLIMATÉRIO PODE IMPACTAR A VIDA E OS NEGÓCIOS DA MULHER EMPREENDEDORA

PÁGINA 55 - ALÉM DO VENTRE

TRÊS MULHERES, UM DESAFIO ÉPICO: REVOLUCIONAR O CUIDADO COM AS FUTURAS MAMÃES E SUAS FAMÍLIAS!

PÁGINA 62 - INAUGURADO O CCA DA ABOA

CENTRO DE CONVIVÊNCIA ABOA SETEMBRO COM FESTA E CORAÇÃO ABERTO

A CONSTRUÇÃO DA AUTOESTIMA NOS TERRITÓRIOS POPULARES - BAIXADA FLUMINENSE

Dra. Rita de Cássia Gonçalo

No início de minha juventude eu não gostava de ser nativa da Baixada Fluminense. Jovens como eu, que transitavam pelas universidades e os meios culturais na metrópole do Rio, tínhamos uma autoestima fragilizada em relação ao nosso território. Eu mesma considerava que ser meritiense era uma espécie de “acidente geográfico” na minha história. Isso acontecia (e ainda acontece) porque sempre tivemos a ideia de Baixada Fluminense e subúrbio como espaços marginalizados da cidade, geralmente associados às suas “ausências”. Naquela época não tínhamos acesso às literaturas decoloniais capazes de fortalecer os movimentos populares e as políticas públicas e sociais em favor do nosso território. Ao contrário, houve toda uma construção depreciativa sobre os lugares periféricos e seus personagens - seja nas novelas, nos filmes, nas narrativas jornalísticas -, retratando-os por aquilo que eles “não são” ou o que “não têm”. Felizmente este cenário mudou nos últimos anos. A cultura do funk e os movimentos de favela fortaleceram a nossa reconexão com as matrizes periféricas e afrocentradas. Isto porque o reconhecimento dos efeitos das desigualdades manifesto nas áreas periféricas (muito bem trabalhado pela cultura popular) é fundamental para arrojarmos mecanismos de luta por condições de vida digna e promover o Direito à Cidade - que nada mais é que o direito de acessar as oportunidades que a cidade tem a nos oferecer. Essas oportunidades são traduzidas como mais políticas em cultura, infraestrutura, saúde, sociabilidade, meio ambiente e sustentabilidade. Cabe a nós - nativos, moradores, amigos da periferia e simpatizantes com a causa - elegermos vereadores e prefeitos, conselheiros e demais representantes do poder popular que trabalhem em favor dessas pautas! A política é uma correlação de forças que se desdobra em soluções.



Avançando com Conscientização e Valorização Cultural

Só conseguimos progredir na medida em que temos uma população consciente, com suas habilidades fortalecidas, unindo forças nesse movimento sentimental, político e estético para resgatar a autoconfiança em nosso território. Uma ação essencial é conhecer e valorizar cada vez mais as riquezas naturais e culturais da nossa região.

Quantas vezes você já considerou, em um feriado prolongado, ir à praia de Copacabana, apertado no metrô, quando poderia aproveitar as belezas que a nossa área tem a oferecer? Tenho muitos lugares de memória e encanto que gostaria de compartilhar com você. Aqui está uma breve lista desses espaços e tudo o que a Baixada Fluminense pode proporcionar:

- Quadra da Beija-Flor de Nilópolis
- IFRJ Campus Nilópolis
- Pico Dedo de Deus
- PARNA Serra dos Órgãos
- Área de Proteção Ambiental Guapi-Mirim
- Casa Mageense de Cultura
- Praça do Pacificador e Teatro Raul Cortez, ambos em Duque de Caxias
- Praça do Tinguá - Nova Iguaçu
- REBIO Tinguá (Reserva Biológica, com a maior diversidade de espécies de Mata Atlântica do estado do Rio de Janeiro)
- Complexo Cultural Mário Marques - Nova Iguaçu
- Polo Gastronômico de Nova Iguaçu
- Vila Olímpica de Mesquita, na Vila Emil (na minha opinião, a melhor vila olímpica gratuita da Baixada)
- Campo do União em Coelho da Rocha, SJMERITI (com jogos de futebol e excelente sociabilidade familiar)
- 5. G.R.E.S. Inocentes de Belford Roxo



- Resenhas noturnas na Praça da Prefeitura em Jardim Meriti - SJM
- Casa da Cultura em Vilar dos Teles

Ilé Àsé Opó Afonjá - casa de matriz religiosa afro nagô, nascida no século 19 na Bahia e migrada para Coelho da Rocha-SJM em 1940, um dos pilares da tradição afro-brasileira (junto com o Kupapa Unsaba Bate-Folha). O Afonjá é reconhecido como patrimônio do nosso estado e tombado pelo Instituto Estadual do Patrimônio Histórico (INEPAC).

Viu quanta coisa legal temos pra conhecer e enriquecer nossa visão sobre a Baixada Fluminense? Que possamos reconhecer que os espaços populares são potências e referências urbanísticas e ancestrais para todo o estado do Rio de Janeiro. Os elementos positivos destes espaços precisam ser expandidos em um exercício de projeção. Desde intervenções localizadas no território até políticas públicas na escala governamental: vamos exercitar isso juntos, refletir e propor ativamente uma nova cidade. Porque nossos corpos “são mapas de poder e da nossa identidade” (Donna Haraway).

Abraços de esperança, Dra Rita Alves



DRARITAALVES

SOCIAL MEDIA QUE CABE NO BOLSO



PACOTES A PARTIR DE

180,00

- ARTES GRÁFICAS
- COPY
- EDIÇÕES E CORTES
LEGENDAS
- GESTÃO DE REDES SOCIAIS

FERRAMENTAS POR IA E
IMPULSIONAMENTO INCLUSOS

Mont Web



2198636-9599

PASSO A PASSO DO PROCESSO DE APRENDIZAGEM E SUAS DIFICULDADES

A Psicopedagogia Clínica, com foco no processo de aprendizagem e suas dificuldades, pode ser abordada passo a passo, iniciando com a formação em áreas como Pedagogia ou Psicologia, seguida de especialização em Psicopedagogia. O profissional deve realizar avaliações psicopedagógicas para identificar dificuldades específicas, como dislexia ou TDAH, e elaborar planos de intervenção individualizados. A atuação clínica envolve a relação entre o indivíduo e sua história de aprendizagem, buscando compreender como ele aprende e quais estratégias utiliza.

O primeiro passo para atuar na Psicopedagogia Clínica é a formação. O caminho geralmente se inicia com a graduação em Pedagogia ou Psicologia, seguida da especialização em Psicopedagogia, que habilita o profissional para compreender e intervir nos processos de aprendizagem.

Em seguida, é fundamental aprofundar-se no conhecimento multidisciplinar, explorando campos como a Psicologia, a Pedagogia e outras áreas relacionadas ao desenvolvimento humano e à aprendizagem. Essa base amplia a visão do psicopedagogo clínico, permitindo uma atuação mais completa e eficaz.

A avaliação psicopedagógica é uma etapa central do processo. Ela começa pela coleta de informações por meio de entrevistas com os pais, cuidadores e o próprio paciente, buscando compreender a história de vida e desenvolvimento. Depois, utiliza-se testes padronizados e instrumentos clínicos que avaliam funções cognitivas, habilidades de aprendizagem e possíveis dificuldades. A partir da análise dos dados, o psicopedagogo interpreta os resultados, identificando pontos fortes, fragilidades e possíveis diagnósticos.



PAPÓ DE PSICOPEDAGOGIA

POR **JAQUELINE PIMENTEL**



Metamorfose Integrada



NEUROPP.PIMENTEL



Com base na avaliação, o próximo passo é a intervenção. O profissional elabora um plano de intervenção individualizado, adequado às necessidades do paciente, que pode envolver estratégias pedagógicas, recursos terapêuticos e atividades lúdicas. O acompanhamento é contínuo, monitorando a evolução e ajustando o plano sempre que necessário, de forma a garantir resultados positivos.

Assim, a Psicopedagogia Clínica não se restringe apenas a lidar com dificuldades escolares, mas busca compreender o modo como cada indivíduo aprende e se relaciona com o conhecimento. O psicopedagogo atua como mediador nesse processo, ajudando a construir caminhos para que o paciente supere suas dificuldades e alcance todo o seu potencial.



11 de
Outubro
As 16:00 h

Direção



Coquetel

Florescer

Angel Aguiar

Miss/Artista Plástica

Eliz Vieira

Miss/Escritora

Elizangela Vieira

Cantora/Pedagoga

Será um dia incrível e de
muito aprendizado



Salão de festas
Casa Visual



Praça São Judas - Av.
Primavera, 634 - qd 14

LUCIANA

Oliveira

20 anos transformando histórias de amor em memórias eternas

Falar em casamento é falar de emoção, de sonhos e de histórias que se entrelaçam. E, quando se trata de transformar esses momentos em celebrações inesquecíveis, o nome de Luciana Oliveira é referência.

Há 20 anos, Luciana se dedica ao universo dos eventos e, nos últimos anos, consolidou sua autoridade como celebrante de casamentos, trazendo sensibilidade, profissionalismo e um olhar único para cada casal.

Sua trajetória começou de forma espontânea, como animadora de festas infantis. “As crianças foram crescendo, e eu fui crescendo junto com elas”, relembra. Foi assim que, montou sua própria equipe para trabalhar em festas de debutantes, assumindo também a criação de coreografias. A paixão por organizar e transformar momentos em memórias inesquecíveis sempre esteve presente em sua vida.

Essa caminhada a levou, naturalmente, ao mundo dos casamentos. Há cinco anos, Luciana decidiu se dedicar exclusivamente à arte de celebrar uniões, colocando toda sua experiência e sensibilidade a serviço dos casais. Hoje, ao lado da Exempla, empresa com a qual construiu uma carreira sólida, é reconhecida por transformar cerimônias em experiências autênticas e emocionantes.

“Eu acredito que cada celebração precisa ter a essência do casal. Não sigo fórmulas prontas. Meu objetivo é criar uma experiência que seja, ao mesmo tempo, emocionante, verdadeira e inesquecível”, afirma.

Casada e mãe de dois filhos – Pedro, de 16 anos, e a pequena Maria Flor 4 anos – Luciana encontra inspiração também em sua própria família. É vivendo diariamente os valores do amor e da união que ela consegue transmitir, em suas cerimônias, sentimentos que vão muito além das palavras.



O mercado de casamentos tem se transformado, exigindo profissionais criativos, atentos às tendências e, acima de tudo, humanos. Nesse cenário, Luciana se destaca por unir profissionalismo e sensibilidade, construindo cerimônias personalizadas que fogem do comum. Seu trabalho vai além do protocolo: é sobre criar momentos autênticos, capazes de marcar para sempre a vida dos casais e de suas famílias.

“Ser celebrante é, para mim, mais do que uma profissão. É um chamado. É a oportunidade de dar voz ao amor, de eternizar sentimentos e de transformar um simples ‘sim’ em um dos dias mais marcantes da vida de duas pessoas.” afirma Luciana



Assim é Luciana Silveira Oliveira: uma profissional apaixonada pelo que faz, reconhecida pelo talento e respeitada pela dedicação. Uma mulher que, há 20 anos, tem ajudado casais a viverem não apenas uma cerimônia, mas uma experiência de amor única e inesquecível.





HUMANIZAÇÃO

Onze anos de história, referência em atendimento humanizado, prêmios, conquistas, e a certeza de que cada atendimento é um milagre em movimento.

O ENCONTRO COM A VOCAÇÃO



A escolha de Thaís Soleira Rodrigues pela fisioterapia nasceu de um momento inesperado. Tudo começou quando ela foi acompanhar sua prima em uma aula de Administração na faculdade. Durante a visita, ao sair da sala, seus olhos foram atraídos para o outro lado do corredor: em frente, acontecia uma aula de Anatomia Humana.

Ali, diante dos alunos de jaleco, atentos e curiosos, estudando o corpo humano com seriedade e dedicação, algo despertou dentro dela. Thaís ficou fascinada com aquele cenário. O coração bateu mais forte, e ela percebeu que aquele

universo de conhecimento e cuidado era o lugar onde queria estar.

Foi nesse instante que nasceu o encanto pela saúde e pela fisioterapia. Um encontro simples, mas decisivo, que se tornou o ponto de partida de uma jornada marcada por propósito, amor e a certeza de estar cumprindo uma missão maior: cuidar de vidas.

Pouco tempo depois, no dia do vestibular, ao preencher a inscrição, havia duas opções de cursos: Administração e Fisioterapia. E foi nesse instante que Thaís não teve dúvidas escolheu a fisioterapia.



Aquela lembrança da aula de anatomia havia marcado profundamente sua vida.

Esse foi o ponto de partida de uma jornada marcada por propósito, amor e a certeza de estar cumprindo uma missão maior: cuidar de vidas e transformar histórias através do toque, da ciência e da empatia.

Thaís Rodrigues sempre estudou em escola pública e, durante muitos anos, não tinha o hábito de estudar com disciplina. Quando entrou na faculdade, sentiu o peso de uma nova realidade: livros densos, provas exigentes, longas horas de dedicação. No segundo ano do curso, pensou em desistir. O estudo parecia difícil demais, e as dificuldades se tornaram um fardo pesado de carregar.



“

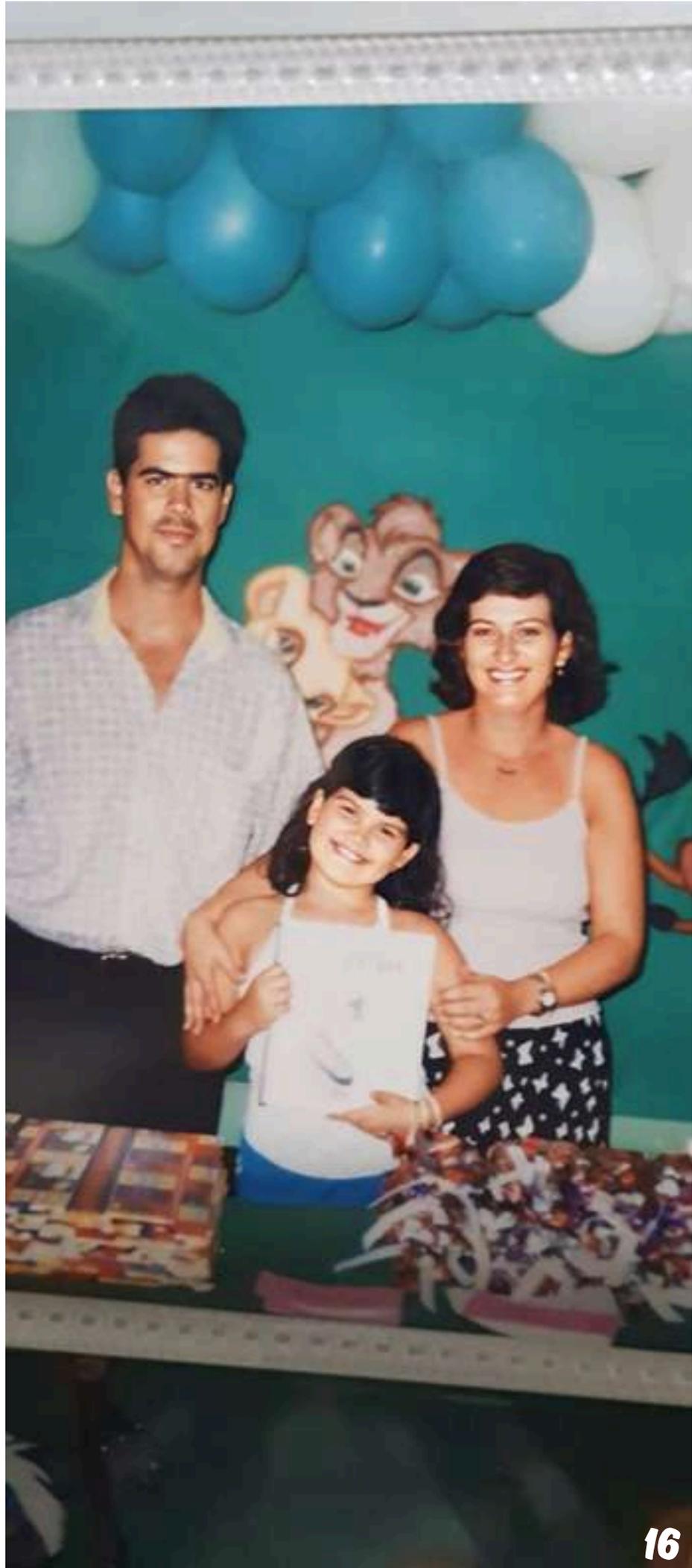
**Na vida você vai encontrar
muitos desafios e obstáculos, mas...**



Foi então que sua mãe, Catalina soleira Rodrigues, percebendo sua angústia, sentou-se ao seu lado e falou palavras que mudariam o rumo da sua trajetória: "Na vida você vai encontrar muitos desafios e obstáculos, mas eu quero ver você com o diploma nas mãos. Quero estar na plateia, junto com seu pai, aplaudindo sua vitória. Você vai vencer, e nós estaremos com você em todos os momentos."

Essas palavras se tornaram combustível para Thaís seguir em frente. E foi assim, com lágrimas, fé e determinação, que ela encontrou forças para continuar, superar cada obstáculo e transformar aquele sonho em realidade.

Hoje, cada conquista traz consigo a lembrança de que, por trás de sua história, está o apoio incondicional de seus pais e a certeza de que desistir nunca foi uma opção.





Do medo ao propósito



Foram cinco anos intensos de estudo até a Thaís foi sincera com a família: não tinha muita sonhada formatura. Logo depois, Thaís precisava experiência naquele contexto. Mas, com paciência decidir qual caminho seguir dentro da fisioterapia. e confiança, a mãe de André se tornou também Curiosamente, aquilo que mais temia durante a sua professora, transmitindo segurança e faculdade a UTI acabou se tornando sua maior acolhimento. Ali nasceu um laço que duraria paixão no último ano do curso em 2014.

Determinada a se aprofundar, mudou-se para São acompanhamento, aprendizados e crescimento Paulo, onde iniciou sua primeira pós-graduação. mútuo.

Foi nesse período que surgiu sua primeira Essa experiência não apenas marcou sua carreira, oportunidade no atendimento domiciliar: o mas moldou sua essência como profissional. Thaís paciente André Pompermayer, diagnosticado com descobriu que o cuidado humanizado vai além das atrofia muscular espinhal tipo 1. técnicas; é construído com humildade, empatia e a

O quarto de André era estruturado como uma coragem de aprender com cada paciente e família verdadeira UTI domiciliar, com todos os que cruza o seu caminho. equipamentos necessários.

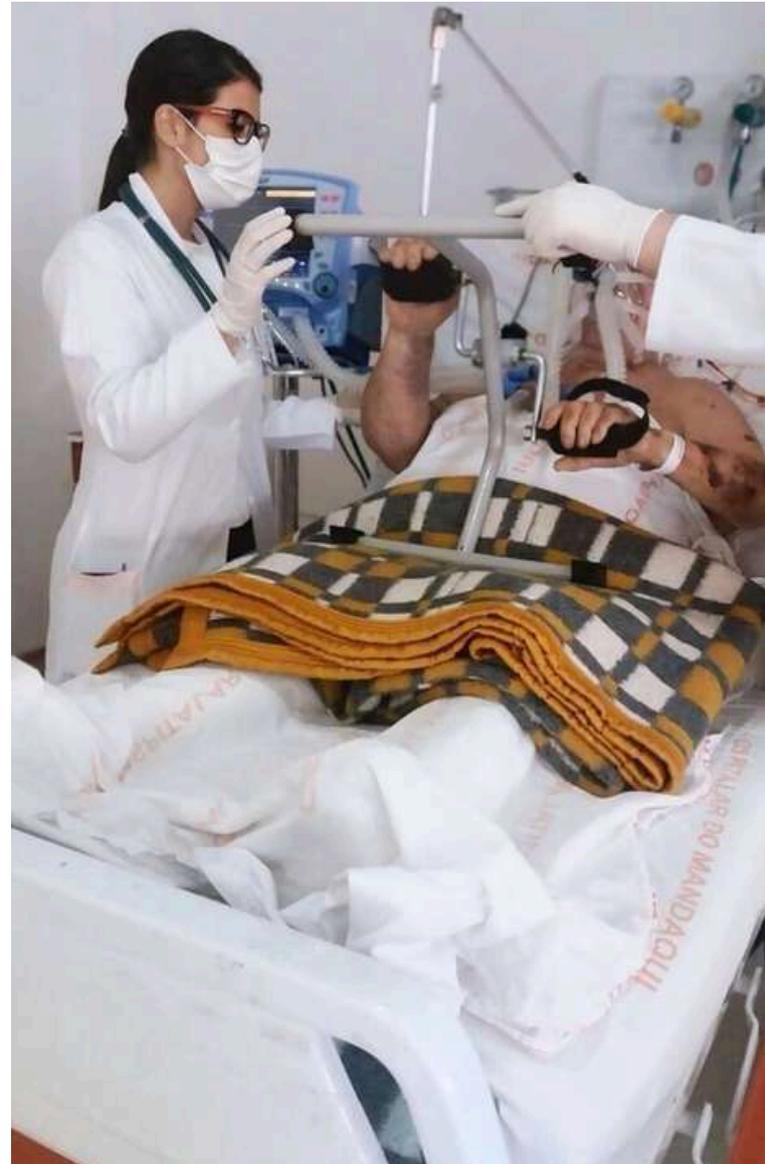
DA DEDICAÇÃO AO RECONHECIMENTO

Após concluir sua primeira pós-graduação em UTI, Thaís Rodrigues não parou de evoluir. Com muito estudo, dedicação e entrega à profissão, rapidamente se tornou referência em sua cidade no atendimento de pacientes de alta complexidade. Moviada pela busca constante de conhecimento, decidiu ampliar sua formação e realizou sua segunda pós-graduação, desta vez em Neurologia Adulto e Pediátrico. Pouco tempo depois, acrescentou uma terceira especialização: Cuidados Paliativos.



Esses novos aprendizados ampliaram ainda mais sua atuação e consolidaram sua missão: oferecer qualidade de vida e esperança a pacientes em situações delicadas, seja no processo de reabilitação motora e respiratória, seja em momentos de cuidado e acolhimento no ambiente domiciliar.

Hoje, Thaís é reconhecida por unir conhecimento técnico, experiência e amor ao próximo, tornando-se exemplo de que a fisioterapia vai muito além da técnica: é ciência, humanidade e propósito caminhando juntos.



**UMA
TRAJETÓRIA
QUE
INSPIRA!**



Hoje, com 11 anos de formação, Thaís Rodrigues se tornou muito mais que uma fisioterapeuta: é um símbolo de dedicação, superação e amor ao próximo. Reconhecida em toda a cidade de Piracicaba, construiu sua carreira cuidando de pacientes de alta complexidade domiciliar, desenvolvendo protocolos que se tornaram referência em decanulação e reabilitação respiratória.

Sua atuação vai além do cuidado clínico: é marcada pela humanização e empatia, pilares que transformaram não apenas a vida de seus pacientes, mas também de suas famílias. Thaís acredita que cada atendimento é uma oportunidade de reabilitar milagres, de devolver movimento, esperança e dignidade a quem



um dia ouviu que não havia mais possibilidades. O reconhecimento veio em forma de conquista: foi eleita por três anos consecutivos como a melhor fisioterapeuta de Piracicaba, resultado do compromisso incansável com a excelência e do carinho dedicado a cada vida que cruza seu caminho.

Em 2025, lançou o podcast “Físio e Saúde com Thaís Rodrigues”, um espaço de troca e informação que aproxima profissionais, pacientes e famílias, trazendo reflexões sobre qualidade de vida, cuidados respiratórios e a importância da fisioterapia na prevenção e na reabilitação. Thaís também se dedica a causas sociais e educativas, levando informação à comunidade sobre prevenção de doenças respiratórias, cuidados com o tempo seco, queimadas e a importância de procurar um Fisioterapeuta diante de sinais de alerta.

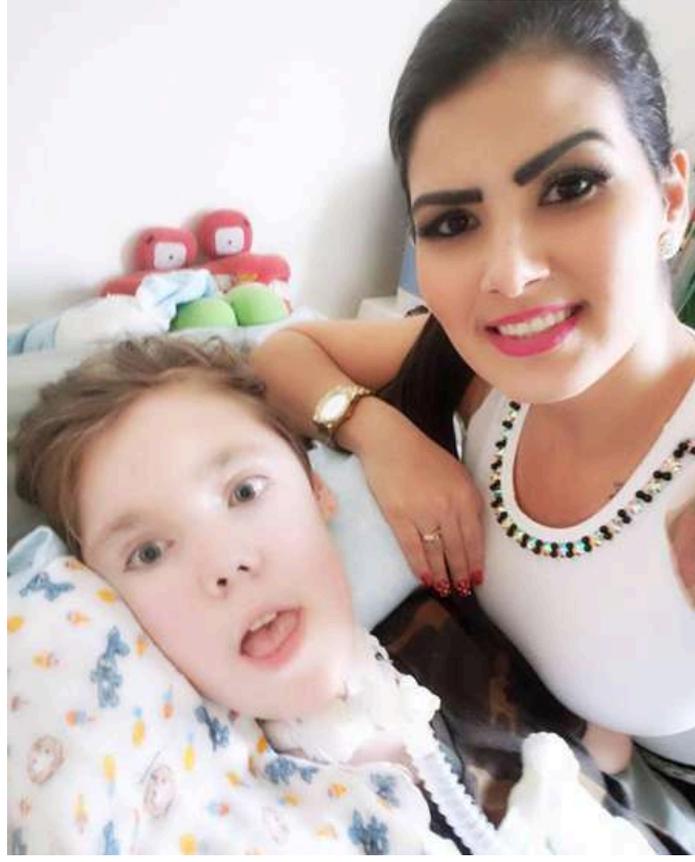
Thaís também é presença ativa em palestras, eventos e congressos, levando a mensagem da humanização na saúde e inspirando novos profissionais a acreditarem que a fisioterapia não é apenas técnica, mas uma verdadeira missão. Sua bagagem inclui pós-graduações em UTI, Neurologia Adulto e Pediátrico e Cuidados Paliativos, formações que fortaleceram sua prática e ampliaram sua atuação em casos de alta complexidade. Com uma história marcada por desafios superados, fé e determinação,

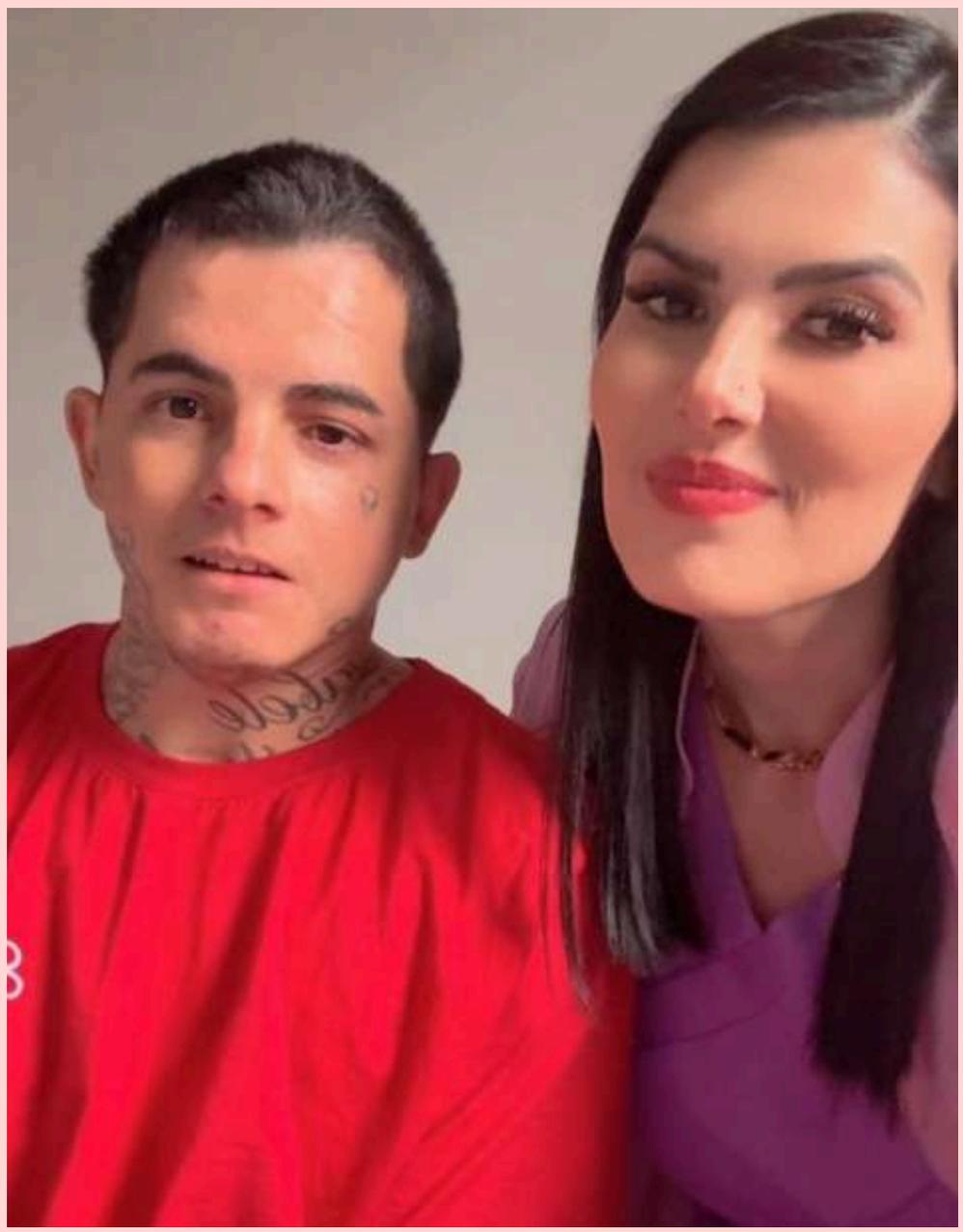


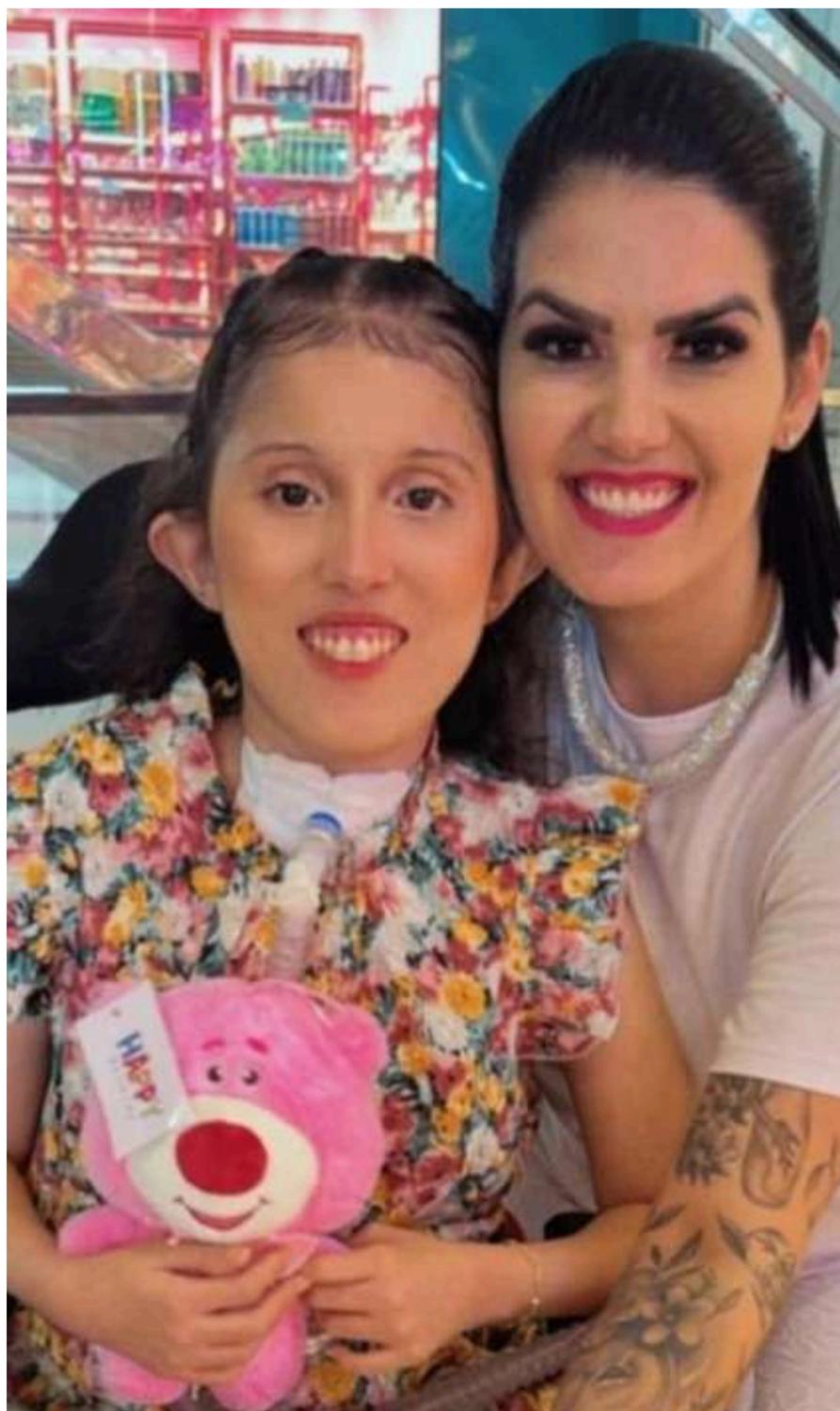


Thaís Rodrigues prova diariamente que a fisioterapia é ciência com coração, é cuidado que toca a alma e é, acima de tudo, acreditar que cada paciente tem potencial para vencer.

Mais do que uma profissional de saúde, Thaís Rodrigues é uma mulher de propósito e fé, que enxerga sua vocação como um chamado para cuidar, inspirar e transformar. Sua história é a prova de que a fisioterapia não é apenas técnica: é amor em movimento, é missão de vida e é, acima de tudo, acreditar que cada paciente é capaz de vencer seus próprios limites.







NASCIDA PARA BRILHAR!

Receber o convite para ser coautora do livro *Mulheres que Brilham* é um marco muito especial na minha caminhada em 2025.

Cada página desse livro será escrita não apenas com palavras, mas com histórias de vida, superação, propósito e a certeza de que nós, mulheres, temos uma força transformadora capaz de impactar o mundo ao nosso redor.

Ser lembrada para compor esse projeto é mais do que uma honra, é a confirmação de que minha trajetória pode inspirar outras mulheres a acreditarem em si mesmas, a seguirem seus sonhos e a jamais desistirem, mesmo diante dos maiores desafios.

As histórias reunidas nas páginas deste livro serão um testemunho poderoso do que podemos conquistar quando nos unimos e apoiamos umas às outras. Cada relato é uma chama que ilumina o caminho de quem ainda está buscando sua própria luz.

Participar desse projeto significa não apenas contribuir com minhas experiências, mas também absorver a sabedoria de tantas outras mulheres incríveis e resilientes. Juntas, nossas vozes se tornam um coro de esperança, resiliência e amor.

Espero que cada leitora se sinta acolhida e encorajada a trilhar sua própria jornada, sabendo que não está sozinha. Que este livro seja um lembrete constante de que, em cada uma de nós, reside uma guerreira pronta para brilhar.



“

Recebi a homenagem como Melhor Fisioterapeuta no Troféu Destaque Digital 2025 em Piracicaba é um reconhecimento que enche meu coração de alegria e emoção.

Esse prêmio não é apenas meu, ele pertence a cada paciente que acreditou no meu trabalho, a cada família que confiou em mim nos momentos mais delicados e a todos que caminham comigo nessa missão de transformar vidas através da fisioterapia.

Dedico essa conquista a Deus, que me deu a oportunidade de viver essa missão, e a todos que torcem, apoiam e me motivam a ser melhor a cada dia. Esse troféu representa amor, fé, superação e a certeza de que estou no caminho certo.





THAÍS RODRIGUES E A MONTWEB: UMA PARCERIA DE IMPACTO EM PIRACICABA



Há mais de dois anos, Thaís Rodrigues tem abrilhantado os movimentos da MontWeb com seu conhecimento, carisma e dedicação. Sua história com a MontWeb começou em janeiro de 2023, quando, através da colaboração de Yasmin Daniela — então base da MontWeb em Piracicaba —, foi convidada a palestrar no evento *Mentes Brilhantes*.

A partir desse momento, sua presença tornou-se marcante em diversas frentes: Thaís passou a integrar a CNN da MontWeb, tornou-se colunista da MontWeb Magazine e também participou do MontWebcast, o podcast do Pesadão, onde compartilhou sua visão inspiradora sobre saúde, humanização e propósito.





Mais do que presença profissional, Thaís Rodrigues conquistou o coração do Clube de Negócios da MontWeb (CNN) com seu caráter íntegro e com o impacto transformador do seu trabalho. Reconhecida pelo atendimento honesto, humanizado e de resultados, emociona, motiva e inspira parceiros com inúmeros testemunhos de superação e até milagres que atravessam sua jornada profissional.

A MontWeb Magazine tem a honra de contar e registrar essa trajetória riquíssima, celebrando não apenas a profissional de excelência, mas também a mulher que inspira e transforma vidas.



Força Feminina na Fisioterapia: Dra. Thaís Soleira, Uma Referência Na Saúde.



Publicado em 10 março

THAIS RODRIGUES



Por trás do microfone de "Fisio e Saúde", está a renomada Thais Soleira Rodrigues, uma fisioterapeuta com 10 anos de experiência e um currículo impressionante. Pós-graduada em UTI, Neurologia (adulto e pediátrico) e Cuidados Paliativos, Thais é especialista em reabilitação de alta complexidade domiciliar, atuando com pacientes neurológicos e respiratórios. Não é à toa que ela foi eleita a Melhor Fisioterapeuta de Piracicaba por três anos consecutivos!

Além de sua vasta experiência clínica, Thais é palestrante e mentora em Humanização na Saúde, treinando equipes para oferecer um cuidado humanizado e de excelência.

Prepare-se para um conteúdo consistente, confiável e cheio de propriedade, vindo de quem realmente entende do assunto!

**Exibição: Toda quarta-feira
às 19:30**



▶ @FisioeSaúdecomThaisRodrigues 📷 @drathaissoleira





Thaís Rodrigues é fisioterapeuta humanizada, com atuação especializada em fisioterapia respiratória e neurofuncional. Desenvolve um trabalho diferenciado em humanização domiciliar, levando cuidado, acolhimento e resultados para seus pacientes. Além disso, é apresentadora do programa Físio e Saúde na TV Metropolitana Piracicaba e parceira da CNN MontWeb, onde contribui com seu conhecimento e carisma para inspirar e transformar vidas.

TOPA UM PODCAST?



✓
**SOM
DE ALTA
QUALIDADE**

✓
**GANHE
AUTORIDADE
E VISIBILIDADE**

✓
**CORTES E
GRAVAÇÕES
SOB MEDIDA**

MONTWEBCAST

O PODCAST DO PESADÃO

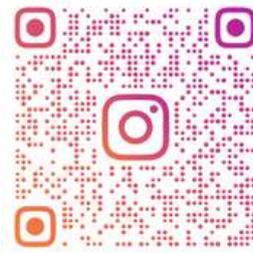
RIO DE JANEIRO • SÃO PAULO • MINAS

ACABOU O ESCULACHO!

(21) 98636-9599



Andreia Duarte



ANDREIADUARTE.NEGOCIOS

CONECTANDO HISTÓRIAS

De educadora a Terapeuta, uma trajetória dedicada à promoção da saúde e do bem-estar através da integração e do networking. A presença do terapeuta tem se tornado essencial nos dias atuais para o cuidado emocional e físico das pessoas. Em um mundo marcado por sobrecarga, ansiedade e estresse, as terapias integrativas surgem como um caminho de acolhimento, equilíbrio e alívio.

O terapeuta atua como agente de transformação, promovendo bem-estar, autoconhecimento e cura emocional.

Essa experiência despertou em mim um propósito renovado: cuidar de pessoas de forma integral.

Hoje, atuo como Terapeuta Integrativa, estudante de Naturopatia e facilitadora de networking. Minha missão é construir pontes: entre corpo e mente, entre pessoas e oportunidades, entre propósito e realização. Acredito que o verdadeiro cuidado vai além do tratamento — é também sobre conexão, presença e relações mais saudáveis. É nesse caminho que escolho seguir: semeando equilíbrio, bem-estar e crescimento em cada vida que encontro.

Administração de Empresas, com especializações em Psicopedagogia, Administração Escolar, Orientação Educacional e Licenciatura em Pedagogia. Durante 12 anos, dediquei-me à educação como professora e coordenadora.

No entanto, a pandemia trouxe um desafio profundo: uma crise de ansiedade que me afastou do trabalho. Foi nesse período que encontrei na psicoterapia e nas terapias integrativas um novo caminho de cura e significado.



ANSIEDADE *Por Denise Muniz*



A ANSIEDADE NÃO PRECISA TE CONTROLAR.

Existem inúmeras terapias que nos auxiliam nesses casos; REIKI, por exemplo. Ele acalma a mente, equilibra as emoções e traz o corpo de volta ao momento presente. Aqui e agora. É como um abraço de energia que te lembra: está tudo bem, só respire e solte.

Ansiedade não precisa ser sua companhia constante.

Vivemos em um mundo acelerado, cheio de cobranças e estímulos que nos afastam do nosso centro. A mente corre para o futuro, o coração se aperta, e o corpo responde com tensão, cansaço, agitação, enxurrada de hormônios de luta e fuga. O Reiki chega como um convite ao retorno ao momento mais importante de nossas vidas, o PRESENTE!

Um toque suave de energia que não julga, apenas flui reequilibrando e harmonizando.

Caso sinta os sinais de ansiedade se avolumam, friccione suas mãos e leve suas mãos ao seu abdômen, você não precisa fazer nada, apenas permita respirar; inalando pelo nariz e exalando pela boca.

Numa sessão de **REIKI**, energia vital, universal nos regula, desbloqueia emoções, acalma os pensamentos e convida a alma a repousar. Aos poucos, o que parecia caos vai se dissolvendo.

A ansiedade perde força, e a paz volta a habitar em seu espaço interior.

Reiki não é mágica, mas é profundamente transformador.

É um **caminho de reconexão** com a sua própria luz. 🌿 ✨

É a **arte de convidar a felicidade** a morar dentro de nós.

Só por hoje.



Sou Denise Muniz Santos

Segundo Tenente da RR da PMERJ | Terapeuta de PICS (Práticas Integrativas e Complementares à Saúde). Mestre Reiki, Reflexoterapeuta (podal, manual e auricular), Aromaterapeuta, Auriculoterapeuta, Cristaloterapeuta. Dentre outras formações certificadas e experientes.

Coautora do livro “Eu sou a História”. Poetisa, Palestrante e Estudante sempre!



Builderall

CONQUISTE MUITO MAIS CLIENTES E VENDAS

com as Melhores
Automações
Digitais



- CRIE E PUBLIQUE SITES PROFISSIONAIS
- MÁQUINAS DE VENDAS
- CURSOS MARKETING DIGITAL GRATUITO
- E-MAIL MARKETING ILIMITADO
- CRIPTOGRAFIA DE SEGURANÇA
- SISTEMA EAD PARA VENDER CURSOS ONLINE
- SUPER-CHECKOUT DE PAGAMENTOS
- E-COMMERCE
- TRANSMISSÃO DE WEBINÁRIOS
E MUITO MAIS!!!

TUDO QUE VOCÊ PRECISA EM 1 SÓ LUGAR!

PLATAFORMA
COMPLETA DE
MARKETING
DIGITAL ONDE
VOCÊ TEM **100%**
CONTROLE DE
TUDO!

QUER SABER MAIS?



(21) 9 6783-6772

PLATAFORMADIGITALCOMPLETA.COM.BR





COMO O FUNIL DE VENDAS PODE ACELERAR AS VENDAS DA SUA EMPRESA?

Hoje, todos os empreendedores já sabem: é necessário usar a internet para vender. Não se trata mais de opção, como nos anos 2000; agora é essencial. Só que não é tão simples e, por isso, a maioria acaba se frustrando com o marketing digital. Colocar dinheiro em anúncios pagos ou tentar a sorte para “viralizar” o perfil nas redes sociais não resolve.

Existe um caminho que funciona para todos os segmentos: planejar a estratégia chamada ***funil de vendas***. Isso começa pela formatação correta da proposta de valor, passa pela execução das páginas que compõem o funil, pelo uso de automações de e-mail e WhatsApp e, por fim, pela mídia paga.

Sou Leonardo Lopes, estrategista de marketing digital e criador do canal no YouTube ****Leonardo Lopes Soluções Digitais****, onde compartilho, constantemente, estratégias e passo a passo prático de marketing. Já impactei centenas de pessoas com treinamentos semanais 100% práticos.

Se você quer vender muito e deseja a minha visão estratégica no seu negócio, sem compromisso, me chame no WhatsApp ***(21) 9 6783-6772***. Basta dizer que veio pela ****Monte Web Magazine**** para ganhar *uma sessão gratuita de consultoria** comigo. É para quem realmente quer vender muito na internet e está focado em atingir metas ousadas de resultado.



CONSULTORIA
CONTÁBIL



Jane Santos
CEO

**Contabilidade Online para
facilitar a sua vida!**

- ✓ Contabilidade Completa
- ✓ Suporte WhatsApp e telefone em todos os planos

jsconsultoriacontabil.com.br



Climatério e Liderança Feminina



Como o climatério pode transformar a vida e os negócios da mulher empreendedora.

Por Jane Santos

O climatério é um período natural que acontece na vida das mulheres entre 40 a 55 anos, muitas vezes silencioso, que impacta diretamente a vida da mulher empreendedora. Além da pressão de liderar negócios, surgem sintomas que afetam energia, foco e motivação. No meu caso, foram meses de cansaço extremo, noites interrompidas por calor intenso, que nos desperta na madrugada, tristeza profunda, queda da libido e até sensação de depressão. Passei por cinco profissionais da saúde até receber o diagnóstico correto e, pasmem, existe uma média de que podemos procurar até 10 profissionais para conseguirmos tal diagnóstico.

No meu caso, a jornada foi longa até compreender o que realmente estava acontecendo. Foram meses de sintomas intensos: cansaço extremo que comprometia minha produtividade, noites interrompidas por calor súbito às três da manhã sem conseguir voltar a dormir, tristeza profunda que beirava a depressão, falta de motivação e até diminuição da libido. Passei por cinco profissionais da saúde diferentes, sem respostas concretas, até perceber que meu corpo estava me dando sinais claros: era o climatério. Ser mulher e empreendedora já é um caminho desafiador, muitas vezes solitário. No climatério, esses desafios podem parecer ainda maiores. Cuidar de si mesma é também cuidar do negócio, e transformar essa fase em um período de autoconhecimento e renovação é possível. Quando buscamos o apoio certo, descobrimos que há soluções e que essa fase pode ser transformada em aprendizado, força e renovação.

Contadora há 20 anos, Empresária contábil, Palestrante, Jornalista, Síndica Profissional, Auditora Condominial, Pós-graduada em Ensino em Contabilidade, Pós-graduada em Gestão e Direito Condominial.



JPM

REFRIGERAÇÃO
E SERVIÇO DE CUCÇÃO

 21 96938-8675

Serviço de refrigeração e cucção fornos fogão
fritadeira e chapa, elétrica e a gás.



DE CABELEIREIRA A DIRETORA MARY KAY: UMA JORNADA DE TRANSFORMAÇÃO



COMO A BELEZA SE TORNOU MEU LEGADO DE INSPIRAÇÃO E CURA PARA MULHERES

Minha história sempre foi guiada pela paixão em transformar vidas através da beleza. Antes da Mary Kay, eu atuava como cabeleireira, com uma agenda lotada, mas pouco reconhecida como maquiadora. Quando a pandemia chegou, minha realidade virou de cabeça para baixo: tive que me reinventar, atendendo a domicílio e buscando novas formas de seguir com meu sonho. Foi nesse momento que conheci a Mary Kay, inicialmente apenas para renovar meu kit de maquiagem. O que parecia uma simples compra se revelou um divisor de águas na minha vida.



A BELEZA FOI A PORTA. O PROPÓSITO, O VERDADEIRO DESTINO.



Descobri não apenas produtos de qualidade, mas também uma oportunidade de crescimento pessoal, profissional e financeiro. A cada passo, percebi que minha missão ia além de maquiar: era sobre curar, encantar e ensinar mulheres a se amarem mais. Hoje, como diretora Mary Kay, levo essa mensagem de força, fé e prosperidade para o Brasil inteiro, construindo um legado de inspiração para minha família, meu filho e todas as mulheres que cruzam meu caminho.

A jornada tem sido gratificante e cheia de desafios que me impulsionam a ser melhor a cada dia. Através de workshops e encontros, compartilho conhecimentos e experiências que empoderam outras mulheres a abraçarem suas próprias histórias e a acreditarem no seu potencial.

O apoio da comunidade Mary Kay tem sido fundamental, proporcionando uma rede de apoio e amizade que transcende barreiras. Juntas, celebramos conquistas, aprendemos com as derrotas e, acima de tudo, crescemos como uma verdadeira família.

Com cada nova amizade e cliente que faço, reforço meu compromisso de ser uma líder que inspira e motiva, mostrando que, com determinação e amor, podemos alcançar qualquer sonho. Estou ansiosa pelo que o futuro reserva e por todas as vidas que ainda terei o privilégio de tocar.



MALU PACIENZA – A RAINHA DAS VENDAS INDEPENDENTES DA MARY KAY! ALÉM DE SER MÃE, ESPOSA E EMPREENDEDORA, ELA É UMA GURU DA BELEZA E DO EMPODERAMENTO FEMININO. SUA MISSÃO? INSPIRAR E TRANSFORMAR VIDAS COM DOSES GENEROSAS DE CUIDADO, AUTOESTIMA E LIDERANÇA!

OPINIÃO EM SINTONIA



MUNIQUE
LUAZZI

ENTRE O PALCO E O ALTAR: REFLEXÕES DE UMA COMPOSITORA CRISTÃ

Um olhar sobre como a arte e a fé se encontram no caminho da inspiração.

Olá!

É uma alegria me apresentar como a nova colunista da *Montweb Magazine*. Aqui, vou compartilhar reflexões sobre cultura, arte e fé cristã.

Meu nome é Munique Luazzi, e meu ofício principal é compor. Embora seja cristã, também já escrevi músicas seculares que circulam por aí. Essa experiência sempre me leva a uma questão que me instiga: *até que ponto a arte de compor — que nasce da alma e tem o poder de tocar e entreter — pode estar separada do chamado de exercer um ministério vocacionado por Deus?*

É sobre essa caminhada que quero conversar com você, leitor: refletir sobre como cultura, arte e fé se entrelaçam, revelando novos sentidos para a vida e para a espiritualidade.

Tenho 31 anos, sou casada há 10 e mãe de dois filhos — minha maior inspiração diária. Muitas das canções que escrevo sobre o amor nascem do meu casamento e da caminhada ao lado do meu marido, que há tempos se tornou minha canção viva. Espero que possamos trilhar juntos esse caminho de reflexões e inspirações, numa conversa que está apenas começando.

Entre palavras e canções, siga compondo reflexões.



Entre em contato comigo e dê suas opiniões sobre os assuntos abordados aqui!



@NICK.LUAZZI

VOZES DE IMPACTO

AGÊNCIA DE PALESTRANTES



AGÊNCIA VJ – VOZES DE IMPACTO: UMA NOVA VITRINE PARA PALESTRANTES TRANSFORMAREM VIDAS

Inspirar, motivar e transformar. Esses são os pilares que movem a Agência de Palestrantes VJ – Vozes de Impacto, um projeto inovador liderado pela palestrante, jornalista, comendadora e major Vânia Juliano.

Com olhar visionário e anos de experiência em comunicação e liderança, Vânia lança uma iniciativa que vai muito além de conectar palestrantes ao público. O propósito é dar visibilidade, acelerar carreiras e abrir espaço em empresas e eventos para que palestrantes possam compartilhar suas histórias, suas vivências e, principalmente, impactar vidas.

Da inspiração à transformação

A proposta da agência é clara: oferecer às pessoas oportunidades de ouvir experiências que façam diferença. Cada palestra será pensada para levar o público do ponto A ao ponto B, despertando potenciais, incentivando mudanças e mostrando que a superação é possível em qualquer área – seja profissional, pessoal ou social.

“Queremos criar pontes. Cada palestrante tem um dom e uma experiência única, e nossa missão é fazer com que essas vozes ecoem em empresas, escolas, eventos e espaços que buscam transformação verdadeira”, afirma Vânia Juliano.

OPORTUNIDADE PARA NOVOS TALENTOS

A Agência VJ – Vozes de Impacto já está com inscrições abertas para palestrantes que desejam fazer parte desse movimento. Os primeiros cadastrados terão a chance de participar do primeiro grande evento da agência, previsto para 2026, sendo uma vitrine para suas trajetórias e conteúdos.

Empresas e organizadores de eventos também encontram na agência um parceiro estratégico para montar agendas inspiradoras, contando com vozes que inspiram e experiências que transformam.

COMO PARTICIPAR

Os palestrantes interessados podem se inscrever pelo site oficial:

 www.vozesdeimpacto.com.br

Ou entrar em contato diretamente pelo WhatsApp:

 (21) 98636-9599

PARA PALESTRAS E
EVENTOS

21 96464-1433

MAJOR

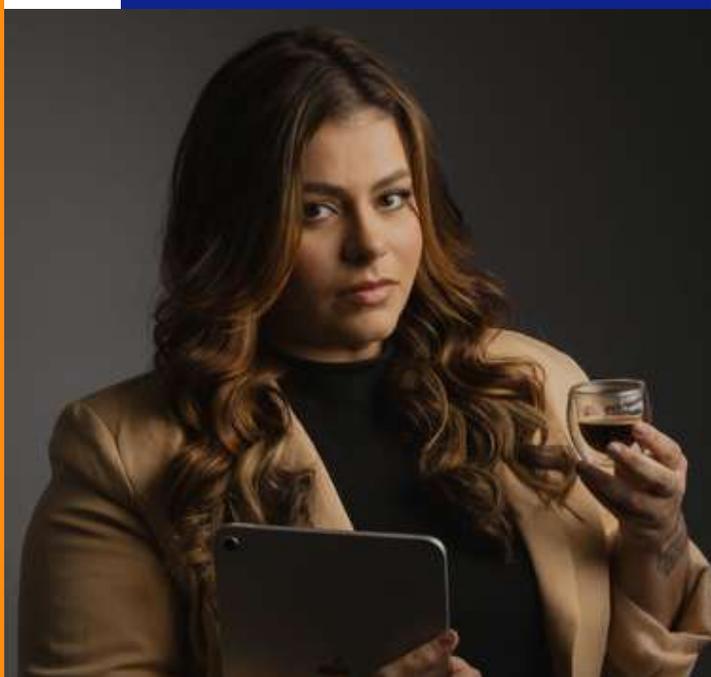
WÂNIA
Juliano



POR CAROLINA VIEIRA

EMPIRE É MINHA MISSÃO

**Construída do zero,
com erros, fé e ação,
para transformar
marcas e pessoas.**



Comecei a Empire Digital com uma ideia na cabeça, muita vontade de vencer e quase nenhum recurso. Entre turnos exaustivos de trabalho, filhos pequenos e uma rotina que quase me engolia, eu sonhava com liberdade: de tempo, de criação e de escolha. A Empire nasceu nesse caos — como um grito de quem sabia que tinha algo maior pra viver.

Não foi fácil. Fiz tudo do zero, errei muito, atendi cliente de madrugada e precisei me provar mil vezes. Mas nunca deixei de acreditar que o marketing pode transformar

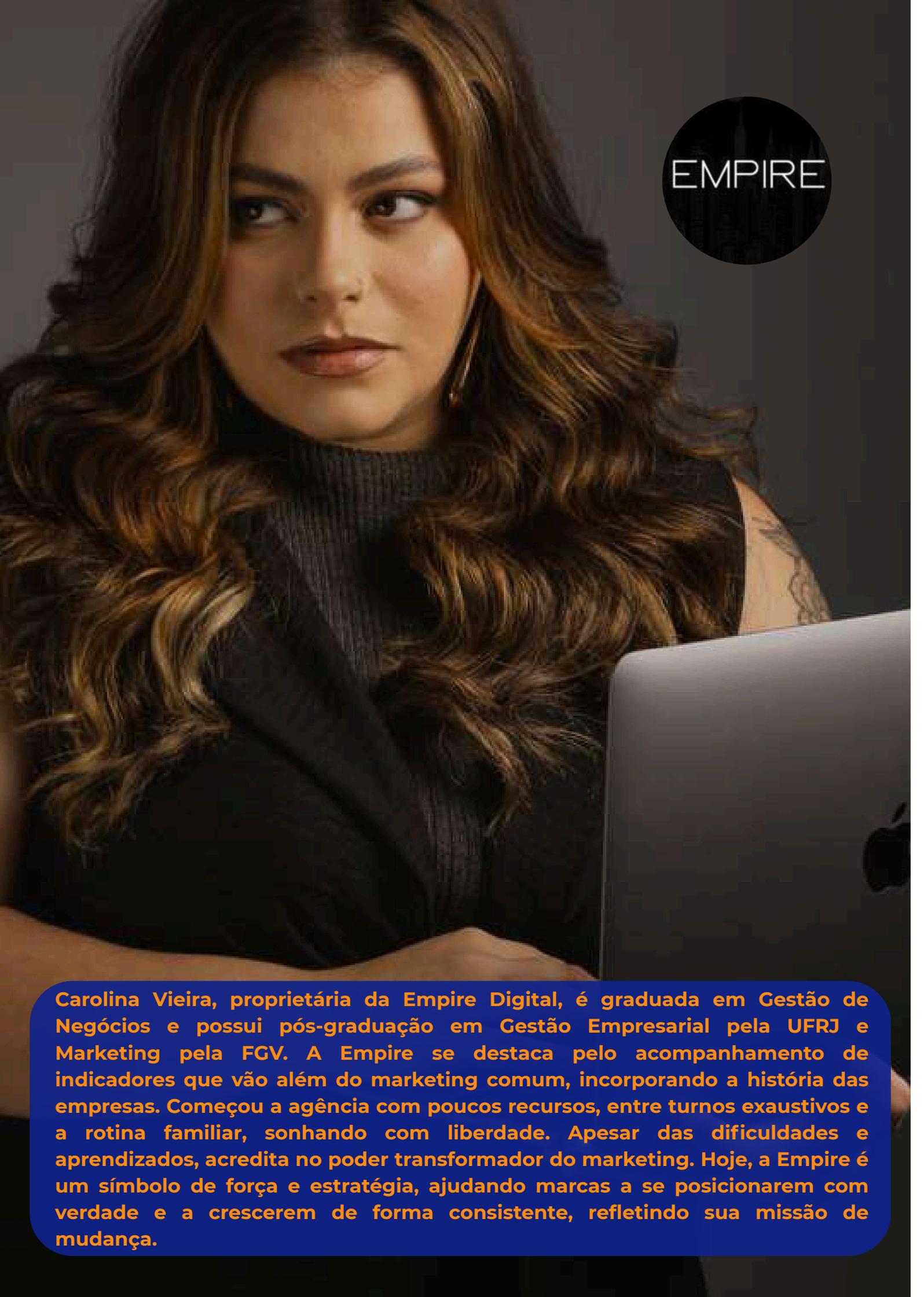


AGENCIAEMPIREDIGITAL

realidades. Hoje, a Empire não é só uma agência. É meu símbolo de força, de estratégia e de presença. Ajudamos marcas reais, de gente como eu e você, a se posicionar com verdade, atrair os clientes certos e crescer com consistência.

Se você me vê hoje colhendo, saiba que eu plantei com dor, com fé e com ação. A Empire é minha missão. Eu sou a prova viva que é possível mudar a própria realidade.

Quer saber mais? 21 97393-6868



EMPIRE

Carolina Vieira, proprietária da Empire Digital, é graduada em Gestão de Negócios e possui pós-graduação em Gestão Empresarial pela UFRJ e Marketing pela FGV. A Empire se destaca pelo acompanhamento de indicadores que vão além do marketing comum, incorporando a história das empresas. Começou a agência com poucos recursos, entre turnos exaustivos e a rotina familiar, sonhando com liberdade. Apesar das dificuldades e aprendizados, acredita no poder transformador do marketing. Hoje, a Empire é um símbolo de força e estratégia, ajudando marcas a se posicionarem com verdade e a crescerem de forma consistente, refletindo sua missão de mudança.

ANUNCIE AQUI NA MONTWEB ✨ MAGAZINE!

Quem não é visto, não é lembrado!



- ✓ Páginas exclusivas para matérias e anúncios
- ✓ Alcance um público engajado e atento a novidades
- ✓ Potencialize sua visibilidade e transforme conexões em resultados concretos

Fale conosco e garanta seu espaço agora mesmo:

☎ (21) 98636-9599

MontWeb Magazine – Onde historias, marcas
e oportunidades se encontram!

*Aktivando coragem,
propósito e resultados
em mulheres.*



NANDA_RODRIGUESOFICIAL



As empreendedoras Elidiane Pereira, Jaqueline Ornela, Márcia Assis, Vanessa Pereira, Carla Souza, Djennifa de Castro, Priscilla Vasconcelos, Tatiane Carneiro, Deculina Conceição e Rita das Almeidas, São as anfitriãs dessa primeira turma presencial.

No último dia 25 de agosto de 2025, o Hotel Mont Blanc Diamond, em Nova Iguaçu, foi palco da estreia da Mentory Class, primeira turma de mentoria presencial idealizada por Nanda Rodrigues, criadora do movimento Apaixone-se.

O encontro reuniu 10 mulheres empreendedoras em uma turma exclusiva, com foco no desenvolvimento pessoal e profissional, visando o fortalecimento da mentalidade empreendedora e a expansão de carreiras.

Segundo Nanda, a proposta da Mentory Class é criar um espaço de aprendizado prático, troca de experiências e desenvolvimento de habilidades essenciais para quem deseja alavancar resultados nos negócios sem abrir mão do equilíbrio emocional e da autoconfiança.

“Meu objetivo é ajudar mulheres a acreditarem mais em si mesmas, a se posicionarem com segurança no mercado e a enxergarem novas possibilidades de crescimento.” A Mentory Class nasceu para ser um divisor de águas na vida dessas empreendedoras, destacou Nanda durante a entrevista.

A experiência proporcionou momentos de imersão, dinâmicas de autoconhecimento e direcionamentos estratégicos, unindo conteúdo prático de gestão e mentalidade com técnicas para fortalecer a comunicação e a clareza de propósito.

O sucesso da primeira edição já abre caminho para novas turmas presenciais; o treinamento é voltado para mulheres que buscam transformação em suas jornadas empreendedoras.

Nanda Rodrigues lança a primeira turma presencial da Mentory Class para empreendedoras em Nova Iguaçu e relata: "O meu trabalho é mostrar que dentro delas já tem tudo que elas precisam."



KELLY FERREIRA



**Todos nós temos o poder de
nos reinventarmos, basta
aprender a utiliza-lo**

Além do Ventre

Três mulheres, uma missão: Transformar o cuidado com gestantes e famílias

Janaína Borges e Silva da Silva, Kênia Calixto e Kaynara

Nunes são três mulheres que transformaram suas experiências pessoais e profissionais em uma missão coletiva: oferecer cuidado integral a gestantes, bebês e famílias por meio do Instituto Além do Ventre.



O Além do Ventre nasceu para ser solução

O Além do Ventre nasceu para transformar dor em acolhimento, medo em confiança e solidão em cuidado compartilhado.

Faltava integralidade. Faltava um olhar humano.

E isso me machucava profundamente.

Eu me perguntava:

“Como pode, em um momento tão delicado, não existir um cuidado que me veja por inteiro — corpo, mente e coração?”

A sensação de estar sozinha em uma peregrinação me deixava insegura.

A cada trimestre, novos desafios surgiam: um exame preocupante, um diagnóstico incerto, o medo constante de que algo pudesse dar errado. Eu buscava profissionais em diferentes lugares, mas raramente encontrava uma visão integral. Cada consulta parecia fragmentada, cada opinião isolada — e isso aumentava ainda mais o temor de quem só queria garantir o melhor para o seu bebê.

Foi dessa dor que nasceu o Além do Ventre.

Ele não veio como um projeto qualquer, mas como uma resposta às minhas vivências — e às vivências de tantas outras pessoas gestantes que passam pelo medo de não serem ouvidas, pelo peso de carregar dúvidas sem acolhimento e pela insegurança de não saber em quem confiar.

Convidei amigas e profissionais para unirmos forças e corações.

em um programa completo de acompanhamento gestacional.

Nossa missão é tornar esse momento mais seguro, mais leve e mais transformador.

Porque somos muito mais do que parto — somos **ALÉM DO VENTRE**.

Jana Borges

Janaína Borges e Silva da Silva é uma mulher cis, preta, evangélica, casada, mãe e avó, que carrega na trajetória a força de quem acredita no cuidado como missão de vida. Graduada em Enfermagem, é pós-graduada em Gestão Hospitalar, Obstetrícia e Ginecologia, e está concluindo sua especialização em Saúde Materno-Infantil. Com ampla experiência na Saúde Pública, especialmente na Estratégia Saúde da Família (ESF), Jana se dedica a levar acolhimento e conhecimento às comunidades. Autora do capítulo do e-book Reflexões Multiprofissionais sobre Saúde, Educação e Direito, contribuiu com o texto “Enfrentamento do paciente oncológico frente à quimioterapia e radioterapia: contribuições da enfermagem na visita domiciliar”, onde compartilha sua visão sobre a importância do olhar atento e humanizado da enfermagem no tratamento oncológico.



É coautora do livro Conhecimento de Gestante frente ao Calendário Nacional de Vacinas na Atenção Básica de Saúde. Possui capacitação em Boas Práticas em Sala de Vacina, Libras, Saúde Pública e Programa de Saúde da Família (PSF). Participou do Simpósio Saúde da Mulher, apresentando o trabalho “Os impactos da infecção puerperal: vivência e prática de mulheres, mães e profissionais.” É autora do capítulo do livro Enfermagem em Foco: Educação, Competências e Práticas Avançadas, com o texto “O enfermeiro na prevenção de infecções sexualmente transmissíveis na população jovem através da educação em saúde.” Atualmente, é cofundadora do Instituto Além do Ventre, dedicado ao fortalecimento da educação em saúde e ao cuidado integral da mulher em diferentes fases da vida.

Kênia Calixto

Kênia Calixto é mulher cis, preta, evangélica, casada e profissional de enfermagem formada pela Cruz Vermelha Brasileira.

Também é formada pela EPSJV/Fiocruz como doula e educadora perinatal, além de atuar como mentora de profissionais da saúde materno-infantil e consultora em amamentação. É membra da Liga Mamebem e CEO do Instituto Além do Ventre, criado para oferecer cuidado integral a gestantes, bebês e famílias, transformando os desafios da gestação e do pós-parto em experiências de acolhimento e segurança.

Pelo Instituto, também promove capacitação de profissionais de saúde que desejam atuar no cuidado ao recém-nascido.

Kênia é associada à AdoulasRJ, integrante da comissão de rodas de gestante e suporte às UBS, e também faz parte do projeto Acolher Gestante, ampliando o alcance de sua atuação na promoção de uma maternidade mais consciente, respeitosa e humanizada.



Kaynara Nunes

Kaynara Nunes é mulher cis, evangélica e casada, com a missão de transformar os desafios do parto em experiências mais leves, seguras e acolhedoras. Sua atuação é guiada pelo propósito de desbravar medos com conhecimento, cuidado e presença, fortalecendo gestantes em seu protagonismo no processo de parto e nascimento.

- Doula e Educadora Perinatal no Instituto Coletivo Gesta
- Workshop sobre introdução alimentar com a nutricionista Kátia Almeida
- Membro da Empresa Além do Ventre, oferecendo apoio a gestantes

Parte do Projeto Acolher Gestante, realizando ações de orientação e suporte emocional durante a gestação





FALANDO EM GRANA

POR ANDRÉ VENTURA

PSICOLOGIA COMPORTAMENTAL NO MERCADO FINANCEIRO



A psicologia comportamental no mercado financeiro explora como as emoções, vieses cognitivos e outros fatores psicológicos influenciam as decisões de investidores e traders. A crença popular de que os mercados são perfeitamente racionais é desafiada pela realidade, onde o comportamento humano desempenha um papel crucial, muitas vezes levando a decisões irracionais que prejudicam os resultados.

As Emoções no Coração das Decisões

Dois sentimentos primários dominam a psicologia do investidor: o medo e a ganância. O medo surge do receio de perder capital, enquanto a ganância é a busca insaciável por mais lucro. O desafio é que essas emoções, por natureza, são contra a lógica de um investimento de sucesso.

A ganância leva os investidores a se arriscarem mais do que deveriam em mercados de alta, comprando ativos supervalorizados. Por outro lado, o medo os leva a vender em pânico durante as quedas, travando prejuízos significativos em vez de esperar a recuperação do mercado.

O medo de perder é uma emoção particularmente poderosa, um fenômeno conhecido como aversão à perda. Investidores sentem a dor de uma perda financeira de forma mais intensa do que a felicidade de um ganho equivalente, o que pode levá-los a evitar riscos em excesso ou a manter posições perdedoras por tempo demais na esperança de uma recuperação.

Principais Dúvidas e Medos dos Investidores

Os investidores enfrentam uma série de dúvidas e medos que refletem a incerteza inerente ao mercado.

- **Medo de Perder Dinheiro (Aversão à Perda):** A principal preocupação de qualquer investidor. Esse medo pode paralisar a tomada de decisões ou, em contrapartida, levar a atitudes desesperadas, como vender no pior momento.
- **Medo de Ficar de Fora (FOMO - Fear of Missing Out):** Impulsionado pela ganância e pela mídia, o FOMO leva os investidores a comprar ativos que estão em forte alta, por medo de perder a oportunidade de lucro. Essa atitude geralmente os faz entrar no mercado no pico, pouco antes de uma correção.
- **Dúvida sobre o Momento Certo (Timing do Mercado):** A pergunta clássica: "É o momento de comprar ou de vender?" A tentativa de prever o pico e o vale do mercado é um dos maiores erros dos investidores amadores. A incerteza quanto ao timing leva a hesitação e, muitas vezes, à perda de oportunidades.
- **O Vieses de Confirmação:** O desejo de encontrar informações que confirmem nossas crenças pré-existentes, ignorando dados que as contradigam. Isso pode fazer com que um investidor se apegue a uma tese que já não é válida, resultando em perdas.
- **Comportamento de Rebanho (Herd Mentality):** A tendência de seguir a maioria, o que leva a bolhas de mercado e pânico generalizados. Os investidores sentem-se mais seguros ao agir como a multidão, mesmo que a atitude não seja racional.



Atitudes para Alcançar Resultados sem o Lado Emocional

Dominar o lado emocional não significa eliminá-lo, mas sim gerenciá-lo. A disciplina é a chave para a estabilidade e o sucesso no mercado financeiro.

1. Desenvolva um Plano de Investimento Sólido

A melhor forma de combater a emoção é com a racionalidade de um plano. O plano deve ser escrito e detalhar:

- **Seus objetivos:** Metas claras de longo prazo.
- **Sua tolerância ao risco:** O quanto você está disposto a perder.
- **Estratégia de entrada e saída:** Regras objetivas sobre quando comprar e vender, baseadas em análise fundamentalista ou técnica, e não em sentimentos.



- Gerenciamento de risco: Definição de limites de perdas (stop-loss) e alocação de capital por ativo.

Um plano bem definido funciona como um mapa que o impede de se desviar do caminho por impulso.

2. Adote a Disciplina Acima de Tudo

O investidor disciplinado segue seu plano, independentemente do que o mercado ou as emoções ditam. A disciplina permite que você ignore o pânico de uma queda, pois sabe que sua estratégia já previa esse cenário. Ela o impede de se render à ganância quando todos ao seu redor estão celebrando ganhos estratosféricos.

3. Pratique o Distanciamento Emocional

Trate o mercado como um jogo de xadrez, não como um cassino. Suas decisões devem ser analíticas, não emocionais. Ao tomar uma decisão, questione-se: "Estou agindo com base em meu plano ou estou sendo guiado pelo medo ou pela ganância?". O objetivo não é ser indiferente, mas sim separar o seu bem-estar emocional do resultado das suas operações.

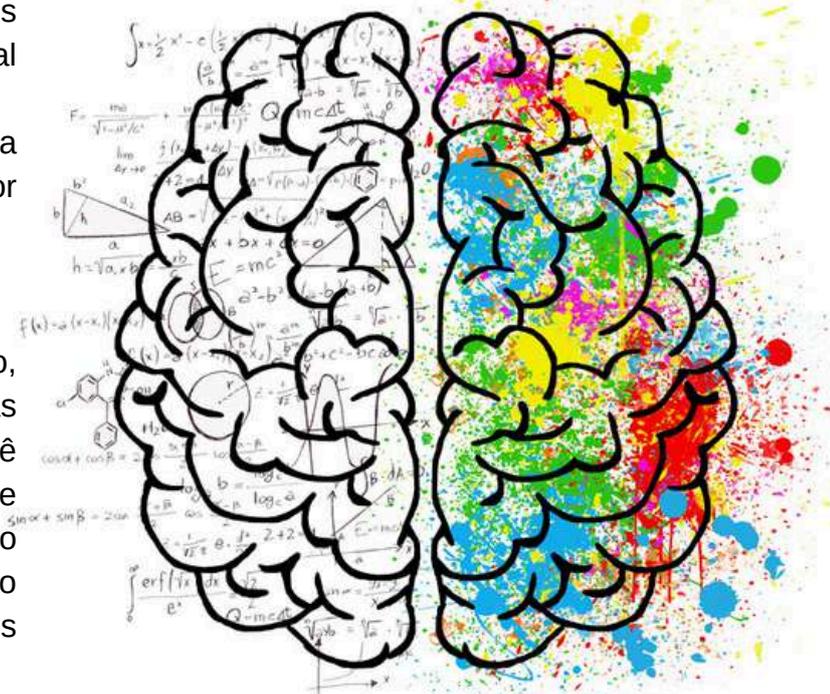
4. Gerencie o Risco Acima do Lucro

A prioridade de um investidor de sucesso não é o quanto pode ganhar, mas o quanto pode perder. A gestão de risco é o escudo que protege o seu capital. Use ferramentas como o stop-loss para limitar automaticamente suas perdas em um nível pré-determinado, e defina o tamanho de suas posições para que uma única operação perdedora não comprometa sua saúde financeira.

5. Educação Contínua

A ignorância é a maior fonte de medo. Quanto mais você estuda sobre o mercado, mais entende a lógica por trás dos movimentos de preço e mais confiança ganha em suas decisões. Uma base sólida de conhecimento é o melhor antídoto para a incerteza.

Em suma, o mercado financeiro não é apenas um teste de habilidade analítica, mas um teste de caráter. O investidor que domina suas emoções, adere a um plano e prioriza a disciplina sobre o



impulso, é o que tem a maior probabilidade de alcançar resultados consistentes e duradouros.

Continue acompanhando nossa coluna e desenvolvendo suas habilidades quando o assunto for cuidar do seu dinheiro. A revista MontWeb é uma grande fonte de conhecimento! Até a próxima edição!

BIO DE ANDRÉ VENTURA:

Formado em Tecnologia da informação, com MBA em Economia e finanças, MBA em Direito financeiro e Mercado de capitais, MBA Executivo em Gestão financeira, Controladoria e Auditoria, MBA em Gestão de Serviços sociais e Políticas públicas, Pós graduação em Mercado financeiro, Pós graduação em Matemática financeira e Estatística e Pós graduação em Psicologia cognitiva e comportamental. Após 16 anos trabalhando na área de T.I. estou desde 2016 dedicado em tempo integral ao mercado financeiro, sendo um de meus propósitos ajudar pessoas a se desenvolverem na área de finanças e a cuidarem melhor da sua grana. (Registro CRA-PR: 03-01674).



CCCA

INAUGURADO



ASSOCIACAO_ABOA

INAUGURADO O CCA

Centro de Convivência ABOA marca setembro com festa e solidariedade

O mês de setembro entrou para a história da ABOA com a inauguração do CCA – Centro de Convivência, um espaço criado para promover cultura, esporte, lazer e convivência comunitária.

A abertura oficial contou com um dia inteiro de atividades, incluindo atrações culturais e esportivas, além de brinquedos infláveis que garantiram momentos de alegria para as crianças. Para encerrar a celebração, um show ao vivo animou o público e trouxe ainda mais brilho à festa.

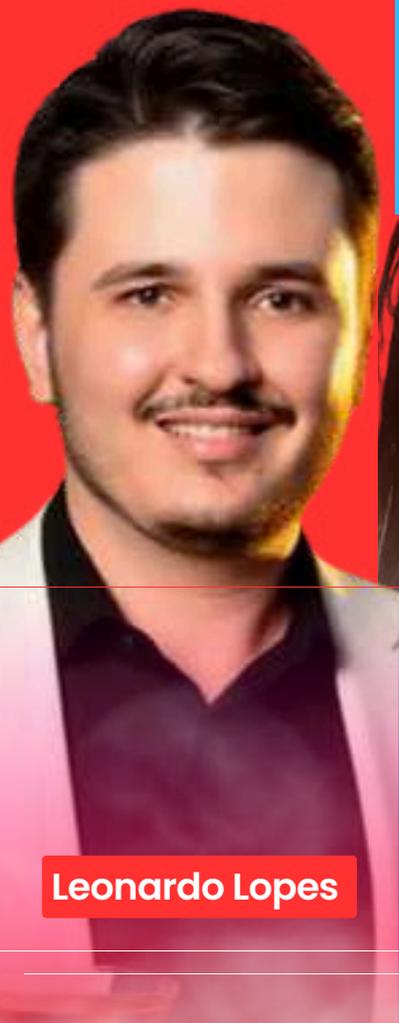


O evento reuniu autoridades e apoiadores que reconhecem a relevância do trabalho social da instituição, entre eles a Deputada Analice Fernandes, o Prefeito Engenheiro Daniel, a presidente Simone Moura e o Vereador Sandro Ayres. A presença dessas lideranças reforçou a importância da iniciativa para o fortalecimento da comunidade.

O novo Centro de Convivência representa a realização de um sonho coletivo e um marco para a ABOA. Mais do que um espaço físico, o CCA surge como um ambiente onde solidariedade, cultura e esperança se encontram para construir um futuro melhor.

Segundo a direção da instituição, a inauguração é apenas o começo de uma nova etapa, com projetos que vão transformar vidas e ampliar o impacto social na região.





Leonardo Lopes



Cristina Fortunato



Everson Montanha



Simone Moura

MENTES BRILHANTES ABOA 2.0

08 DE NOVEMBRO | 10H

TABOÃO DA SERRA - SP

 **CCA ABOA**

Manoel Cassiano de Morães,
113 - Jardim Scandia, Taboão
da Serra - SP, 06785-020

 www.montweb.com.br

ACABOU O ESCULACHO!



NOITE DE HOMENAGENS AOS HERÓIS DA SOCIEDADE

No dia 10 de setembro de 2025, às 18h, no Palácio Tiradentes, sede histórica da Assembleia Legislativa do Estado do Rio de Janeiro (ALERJ), a família CNN MontWeb viveu um dos momentos mais marcantes de sua trajetória. Nesta ocasião especial, a MontWeb teve a honra de indicar 45 empreendedores para integrar a homenagem realizada pela Ordem Águia Americana, em parceria com a ALERJ, com o apoio e reconhecimento do deputado estadual Rosenberg Reis.

A solenidade foi brilhantemente organizada pela Chanceler e Comendadora Dra. Neiva Trindade e pelo Chanceler e Comendador Dr. Haroldo Costa, reunindo mais de 700 homenageados em uma noite de casa cheia, repleta de emoção, apresentações e celebrações.

Entre os homenageados estavam representantes de todas as áreas da sociedade: militares de diferentes corporações, delegados federais, membros do BOPE, ROCAM, CORE, policiais penais, oficiais de altas patentes, além de civis e lideranças que se destacam pelo serviço prestado ao povo do Rio de Janeiro e ao Brasil.

A MontWeb esteve representada por uma comitiva de amigos e parceiros que engrandecem nossa caminhada: Anderson Duarte, Liana Parga (minha esposa), Kelly Ferreira (minha sócia e parceira), Dra. Íris Bazilio, Dra. Zaira Sardinha, Jane Santos, as colaboradoras Gessica Teixeira e Andreia Duarte com seu esposo Paulo, Munique Luazze e família, Susane Otaviano, a Major Vania Juliano e família, Nanda Rodrigues e família, Leo Monteiro e filha, Rosi Cordeiro, a psicóloga Adriana Schiavone e esposo, Cláudio Almeida, Sandra Corrêa, Helane Soares, além de muitas outras personalidades e amigos que compartilharam conosco essa noite memorável.



Para a MontWeb, este evento representa muito mais que uma homenagem: é um marco de reconhecimento ao empreendedorismo, à dedicação coletiva e à força da união. Estar entre tantas autoridades, personalidades e heróis anônimos que constroem o futuro de nossa sociedade reafirma o nosso compromisso em valorizar pessoas, transformar histórias e fortalecer o empreendedorismo em rede.

A família CNN MontWeb sai deste encontro com ainda mais motivação para seguir escrevendo capítulos de impacto e conquistas. Foi uma noite histórica que ficará marcada na memória de todos nós.

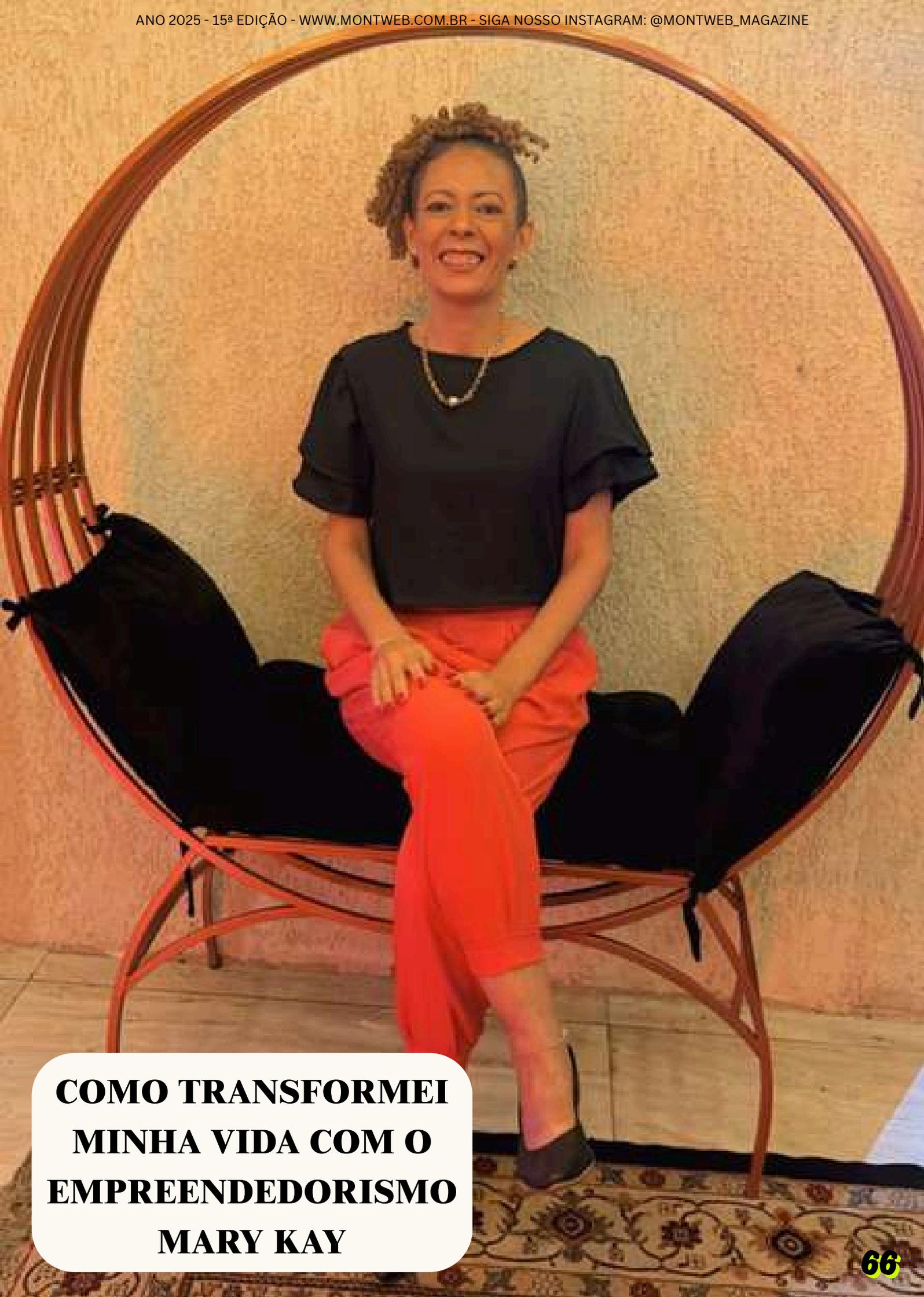


@EVERSONMONTANHA

EVERSON MONTANHA

Jornalista e Fundador da Montweb
(conglomerado digital de criação de conteúdo).





**COMO TRANSFORMEI
MINHA VIDA COM O
EMPREENDEDORISMO
MARY KAY**

Viviane Martins

De uma rotina administrativa à liberdade de empreender com propósito, descubra como o autocuidado pode transformar vidas — inclusive a sua.

Por muitos anos, minha rotina era a mesma: acordar cedo, enfrentar trânsito, cumprir prazos e viver no automático do mundo administrativo. Apesar da estabilidade, algo dentro de mim gritava por propósito, liberdade e realização. Foi então que conheci a oportunidade Mary Kay — e minha vida começou a mudar.

Comecei usando os produtos, me apaixonei pelos resultados e percebi que havia ali algo muito maior: uma forma de empreender, de crescer profissionalmente e ainda impactar a vida de outras mulheres.

Hoje, como Consultora de Beleza Independente Mary Kay, deixei o "piloto automático" para trás. Vivo a liberdade de fazer meu próprio horário, trabalhar com o que amo e, principalmente, ajudar outras mulheres a se sentirem confiantes, bonitas e empoderadas.

A linha TimeWise 3D representa exatamente isso: praticidade, tecnologia e resultado. Com ela, mostro para minhas clientes que é possível cuidar da pele de forma simples, mas poderosa.

Se você também sente que merece mais — mais tempo, mais autoestima, mais sentido — saiba que é possível. O empreendedorismo pode ser o recomeço que você esperava. E eu estou aqui para te mostrar esse caminho.

Me chame no direct



Biografia da autora:

Viviane Martins é empreendedora e Consultora de Beleza Independente Mary Kay. Após anos atuando na área administrativa, decidiu mudar de vida e investir em um propósito que une beleza, autoestima e independência. Hoje, Viviane realiza atendimentos personalizados, treinamentos, eventos e workshops, inspirando outras mulheres a descobrirem seu valor por meio do autocuidado e do empreendedorismo feminino.



TUDO EM UM SÓ LUGAR

Visando agregar valores para quem busca se destacar em suas atividades, criamos A MAC Comunicação. Somos uma rede de profissionais focados na comunicação e suas múltiplas atividades. Nossa proposta envolve divulgação profissional e relevante, com destaque para o MACPodcast, que oferece visibilidade e legitimidade às atividades de seus entrevistados selecionados.



www.macpodcast.com.br

Projetos pessoais, corporativos ou educacionais, garantimos a excelência de nossos serviços

📍 Agende uma visita ou solicite um orçamento: (21) 97939 0321

ESTUDIO DE GRAVAÇÃO
PODCAST
AUDIOVISUAL COMPLETO
FOTOGRAFIA
COBERTURA DE EVENTOS



Se você deseja comunicar sua mensagem com qualidade, clareza e impacto, MAC Comunicação e podcast tem tudo o que vc precisa!



- ✓ ESTRUTURA COMPLETA PARA GRAVAÇÕES
- ✓ EQUIPAMENTOS DE ALTA QUALIDADE
- ✓ EDIÇÃO COMPLETA DE ÁUDIO E VÍDEO
- ✓ SUPORTE TOTAL

<https://www.macpodcast.com.br/>

@mac_claudio





A VIRADA DE CHAVE

POR ANDERSON DUARTE

Olá, Amigos, sou Anderson Duarte, utilizo o consórcio a 30 anos para trocar de carro, comprar terreno, imóvel e lucrar com venda de cotas.

A 5 anos passei a fazer disso um negócio, e monto projetos para meus clientes, com objetivo de aquisição, troca ou investimento.

Temos credito de R\$ 40mil a R\$ 5 milhões, sem juros, não cobro taxa de adesão e nem intermediárias, escolhi a empresa mais antiga, madura, séria e registrada no Banco Central para operar.

Tenho projetos com parcelas de R\$ 280 a R\$ 3.500.

Qual o seu sonho, projeto ou desejo?

Chame, vamos agendar uma chamada e será um prazer montar o seu projeto.

ANDERSON DUARTE

Empresário, Despachante RJ e Especialista em crédito, investimento e alavancagem patrimonial.

+55 21 99791-7092



Ademicon é o caminho certo para o seu carro novo.

Consórcio de veículos

Crédito	Parcela reduzida *
R\$ 80.000	R\$ 557 ^{7%}
R\$ 140.000	R\$ 976 ^{10%}
R\$ 160.000	R\$ 929 ^{10%}
R\$ 250.000	R\$ 1.452 ^{30%}

*Parcela reduzida por 24 meses ou até a contemplação (o que ocorrer primeiro). Consulte grupos e cotas disponíveis. Acesse ademicon.com.br. Ouvidoria: 0800 602 9000.

Dá pra ser crédito. Dá pra ser investimento.

Lógico que dá.



KELLY FERREIRA

RESSIGNIFICANDO



A DOR DE QUEM NÃO SABE RECEBER AFETO

À primeira vista, é fácil rotular como “fria”, “estranha” ou até “problemática” a pessoa que recua diante do afeto.

Mas por trás desse comportamento, quase sempre há uma dor silenciosa e invisível.

São pessoas que, muitas vezes, aprenderam a se proteger do que mais desejavam: o amor.

Fechadas em seus próprios mundos, também feridas antigas e, ao menor sinal de aproximação emocional, colocam a armadura. Recuam, se afastam, evitam — mesmo que isso as mergulhe ainda mais na solidão.

Essa dor quase sempre tem raízes profundas.

Pode ter começado ainda na infância, em meio à ausência de cuidado afetivo, negligência emocional ou experiências traumáticas, onde a criança aprendeu, mesmo sem entender, que não era digna de amor.

Esse tipo de vivência afeta diretamente o desenvolvimento emocional, a autoestima, a confiança e a capacidade de formar vínculos seguros. Mais tarde, na vida adulta, tudo isso se traduz em dificuldades de receber afeto, medo da intimidade e insegurança constante nos relacionamentos.

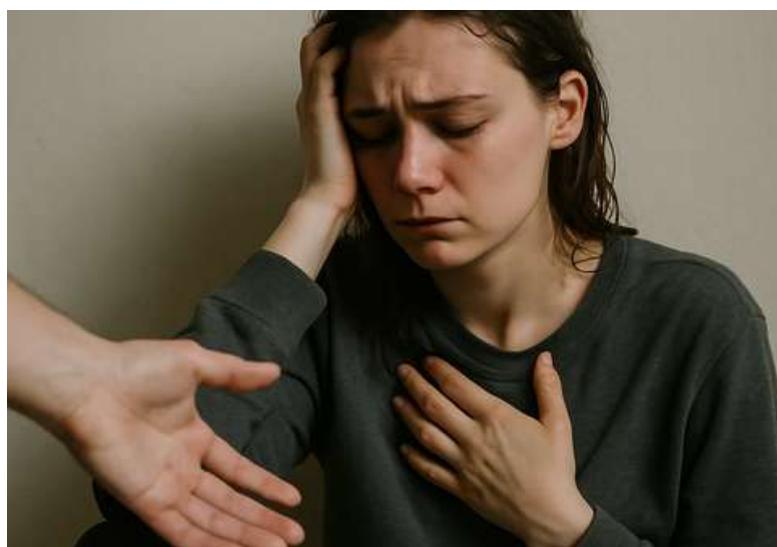
✦ Um exemplo real do cotidiano:

Cena: Café da manhã em família

A mesa estava posta com carinho: pão quentinho, café passado na hora, frutas cortadas. A filha, sorrindo, se aproxima e abraça o pai pelas costas, dizendo:

— Bom dia, pai! Dormiu bem?

Ele, rígido, sorri sem jeito e responde sem virar o rosto:



— Dormi sim... o café tá bom hoje, hein?

Ela se afasta, meio sem graça. Ele, olhando para a xícara, sente o peito apertar. Queria retribuir o gesto, mas algo o trava por dentro. Cresceu sem ouvir “eu te amo”, sem abraço de boa noite. E agora, adulto, o afeto ainda parece um idioma estrangeiro. Ele entende, mas não sabe como falar.

Como isso se manifesta?

Dificuldade em confiar relações marcadas pela desconfiança e medo de se abrir

Apego inseguro:

Esquivo: evita intimidade e se mantém emocionalmente distante.

Ansioso: sente medo constante de abandono, busca validação excessiva e vive em alerta.

Kelly Ferreira: Psicanalista, autora da obra “O Caminho de Volta da Depressão à Psicanálise”, sexóloga e CEO da revista Terapeutas S/A.



SKELLYFERREIRAPSICANALISTA



REPROGRAME-SE

POR DRA. IRIS BAZILIO

A METAFÍSICA DA DOR NOS PÉS

BIOGRAFIA

- Enfermeira
- Terapeuta
- Mentora em Sexualidade

🧠 "Transformo sua Sexualidade através da Neurociência e Reprogramação mental. Fundadora Ambulatório de Sexualidade para pacientes com Câncer de mama



IRIS.BAZILIO

MEDICINA BASEADA EM EVIDÊNCIAS X MEDICINA GERMÂNICA

A dor nos pés é uma queixa frequente e limitante. Fascite plantar, tendinopatias, sobrecarga e calçados inadequados são causas comuns, mas fatores emocionais e psicossociais também influenciam sua cronificação. A ciência mostra que dor é experiência tanto física quanto emocional, modulada por crenças, estresse e contexto de vida.

A chamada Medicina Germânica não é reconhecida e pode ser perigosa ao afastar pacientes de terapias eficazes. No entanto, é legítimo considerar a dimensão simbólica e emocional da dor, desde que como complemento — nunca substituto — ao cuidado biomédico.

A visão integrativa propõe três eixos:

Clínico – avaliação médica, exercícios e correção biomecânica.

Psicossocial – manejo de ansiedade, crenças e estresse.

Metafórico – reflexão sobre direção, apoios internos e limites.

Perguntas como **“Onde estou pisando em ovos?”** ou **“Que passo quero dar?”** ajudam a traduzir a dor em metáfora. O calcanhar simboliza impulso, o arco plantar representa suporte interno.

O Protocolo Iris une ciência e simbologia: avaliação e educação sobre dor, exercícios progressivos, práticas de respiração e reflexão diária sobre limites e direção. Perfis distintos (dor aguda ou crônica) pedem planos específicos, sempre incluindo autocuidado físico, mental e espiritual.

Conclusão:

A dor nos pés não é apenas mecânica nem puramente metafísica. É conversa entre corpo, mente e propósito. Ciência oferece eficácia; metáfora amplia consciência. Unidas, devolvem ao paciente não só passos sem dor, mas um caminhar com leveza e sentido.

Leia o artigo na íntegra pelo QR CODE abaixo



VIVENDO E ESCREVENDO

TARDE DE AUTÓGRAFOS

LANÇAMENTO DOS LIVROS PRETAS
DE ELITE E PARIDEIRA DE LETRAS

Autora: Débora Bonfim

CONVIDADA



DÉBORA BONFIM

Psicóloga, Produtora
Cultural e Escritora



TERÇA-FEIRA

23 de Setembro



INÍCIO

Às 15h00



FÓRUM DE MESQUITA

Sala de Leitura Carolina Maria de Jesus
R. Paraná, 01 - Centro - Mesquita



Uma tarde incrível de

Autoconhecimento e Descobertas!

Esperamos por você!

Vagas limitadas!

Faça já a sua inscrição!



ROSANA SANTIAGO

Coordenadora do NAM, Assistente Social
(CRESS - 7ª Região/23727)



**MARIA DE LOURDES
DOS SANTOS**

Psicóloga

Apoio:



PODER JUDICIÁRIO
ESTADO DO RIO DE JANEIRO



PREFEITURA DE
MESQUITA

Realização:

PAPO DE D.I.V.A.S



Por Débora Bonfim

Você sabe o que é Estresse Racial?



Hoje quero abordar nessa matéria um tema pouco discutido ou melhor dizendo, algo que faz parte do nosso cotidiano, mas não é visto sob o ângulo de recorte racial. O estresse racial é um tipo de estresse psicológico e físico causado pela experiência direta ou indireta de racismo, discriminação, preconceito e microagressões. Ele afeta de maneira significativa pessoas negras, indígenas e outros grupos racializados, trazendo impactos para a saúde mental e corporal.

◆ Principais aspectos do estresse racial:

- Origem: decorre da vivência contínua do racismo estrutural, institucional, interpessoal e internalizado.
- Sintomas psicológicos: ansiedade, tristeza, raiva, medo, sensação de impotência, baixa autoestima.
- Sintomas físicos: fadiga, insônia, dores de cabeça, problemas gastrointestinais, aumento da pressão arterial.
- Consequências: pode gerar quadros de depressão, transtornos de ansiedade, adoecimento psicossomático e até a dificuldade de estabelecer vínculos sociais e profissionais saudáveis.

Exemplos de situações que geram estresse racial:

- Ser seguido em lojas ou abordado injustamente pela polícia.
- Ouvir “piadas” racistas ou sofrer microagressões diárias.
- Ser constantemente questionado sobre competência em espaços de trabalho ou estudo.
- A ausência de representatividade positiva na mídia, moda ou política.

Estratégias de enfrentamento:

- Reconhecimento: validar que o racismo é real e que o sofrimento gerado não é “exagero”.
- Rede de apoio: conversar com pessoas que compartilham experiências semelhantes, grupos comunitários, movimentos sociais.



@DEBORA.BONFIM

Facebook:
Débora Nascimento

Instagram:
@debora.Bonfim

Contato:
(21)989355417

- Cuidado psicológico: acompanhamento com profissionais sensíveis às questões raciais.
- Autocuidado: práticas de bem-estar (descanso, espiritualidade, arte, esporte, momentos de lazer).
- Ação coletiva: engajamento em iniciativas antirracistas que ressignificam a dor em potência de transformação.
- O conceito foi aprofundado por pesquisadores como William A. Smith (racial battle fatigue) e também discutido em contextos brasileiros por autoras como Neusa Santos Souza e Cida Bento, que mostram como o racismo cotidiano atravessa a subjetividade e a saúde mental da população negra.

A exposição a essas situações estressoras, pode nos traumatizar com o decorrer do tempo. Após você ler esse conteúdo, pense se você já viveu algo semelhante. Por mais difícil que seja, chega um momento em nossas vidas, que precisamos deixar as nossas dores pra trás e seguir em frente. Ter esperança de dias melhores com mais tranquilidade e dignidade, que é o que merecemos! Cuide bem de você!



William A. Smith

PAPO DE
D.I.V.A.S



**Deseja ser um colunista ou trazer uma matéria?
Entre em contato e venha fazer parte da
próxima edição.**



21 97940 7051

EDIÇÃO V - JUL/AGO/SET - 2024

TERAPEUTA/S

AUTOCONHECIMENTO E AUTODESENVOLVIMENTO

SE É NATURAL, NÃO FAZ MAL



Luzia Regina de Oliveira **Pág 22**

O MUNDO PELOS OLHOS DELAS



Lilian Cavalcante **Pág 15**

POR TODAS ESSAS VIDAS

A SAGA DE UMA MULHER



Roseila Iara Renz Pretto

ROSEILA PRETTO

A autora de "Por Todas Essas Vidas" a saga de uma mulher, Roseila, é educadora e psicanalista formada pela Sociedade Psicanalítica do Paraná. Sua atuação como psicanalista e caseinspsicanalista contribui para a saúde mental e evolução humana. Sua paixão pela educação e psicanálise a tornam uma figura inspiradora na literatura e academia brasileira.

QUAIS EMOÇÕES VOCÊ TEM COMIDO?

Webert Eder

Entenda o fenômeno de "comer emoções" em vez de simplesmente se alimentar por necessidade fisiológica.

Pág 17

DIALÉTICA

**VISITE NOSSO
SITE :**

MONTWEB.COM.BR

Acesse nosso Site e obtenha acesso a todos os serviços Montweb.

**SIGA NOSSO
INSTAGRAM:**



TERAPEUTASSA