

Deslize para conferir  
as dicas e destaques  
da semana

Conteúdos  
inspiradores sobre  
**representatividade**  
e **empoderamento**  
**feminino**

Eleita como a nova  
Embaixadora da  
Academia de Miss,  
ela relembra sua  
trajetória artística  
e destaca planos  
para o futuro

# MARÍLIA NICACIO

# MARÍLIA NICACIO

**TRAJETÓRIA:** Minha história é construída entre conhecimento, cuidado e arte. Sou formada em Administração, pós-graduada em Psicopedagogia e estou no último semestre de Psicologia. Atuo como terapeuta em uma clínica multidisciplinar, acompanhando crianças autistas, um trabalho que exige sensibilidade, escuta e compromisso.

A arte sempre foi parte essencial da minha identidade. A dança entrou na minha vida aos 12 anos e nunca mais saiu. Ela me ensinou disciplina, presença e expressão, qualidades que moldaram a mulher que me tornei e atualmente sou professora de Dança do Ventre, bailarina e coreógrafa.

**REPRESENTATIVIDADE:** Ser Miss nunca foi um sonho, pois não me via representada nesse espaço. Como mulher negra, não acreditava que aquele lugar também pudesse ser meu. Conheci a Academia de Miss por acaso e ali descobri um processo humanizado e sem padrões estéticos impostos. Meu primeiro projeto foi o Miss Afro e ele transformou a minha vida. Lá encontrei mulheres pretas como eu, usando seus cabelos naturais e eu ainda alisava o meu para pertencer e sofrer menos racismo. Foi ali que entendi que não precisava me adaptar para ser aceita e iniciei minha transição capilar, junto com um processo profundo de reconexão com minha identidade.

Não conquistei um título naquele momento, mas ganhei algo muito mais valioso: meu empoderamento e minha verdade.



No ano seguinte participei do Miss Suzano já mais fortalecida e consciente de quem eu era. O título veio como resposta à coragem de ser quem nasci para ser e abriu portas para inspirar outras mulheres negras e da periferia a acreditarem em seu potencial.

**EMBAIXADORA:** Participar do projeto Embaixadora foi a revolução que eu precisava. Foi um reencontro comigo mesma, um resgate da minha essência. Essa jornada me ajudou a ressignificar minha história e compreender que até as dificuldades foram fundamentais para moldar a mulher forte que sou hoje.

Quando mudei a forma como me enxergava, o mundo também passou a me enxergar diferente. Vivi uma alegria genuína, profunda, que

reafirmou meu propósito. Sou imensamente grata à Academia de Miss por ser um espaço que transforma mulheres de dentro para fora.

**PROJETO:** Durante o processo do Embaixadora tive a oportunidade de criar o meu projeto, "N'Zinga – Raízes em Movimento", que nasce desse propósito de transformação.

Inspirado na Rainha N'Zinga, símbolo de liderança, estratégia e resistência, o projeto utiliza a Dança do Ventre e a saúde mental como ferramentas de fortalecimento emocional, identidade e pertencimento para mulheres. Por meio de rodas de conversa e aulas de dança, o projeto convida cada mulher a retornar às suas raízes internas, resgatar sua potência e se movimentar com mais consciência, autonomia e liberdade.



Fotos: **May Rabello**  
Vestido: **Fabio Sassaki**  
Beleza: **Amanda Carmo**  
Joias: **Alliance Joias**

**PLANOS:** Meu futuro é continuar transformando vidas. Quero atuar como psicóloga, ampliar projetos voltados para mulheres, especialmente nas periferias e seguir utilizando a dança e a saúde mental como instrumentos de empoderamento.

Pretendo dançar para sempre, inspirar crianças, mulheres negras e pessoas da periferia a não desistirem dos seus sonhos e a ocuparem os espaços que desejarem. Porque não é a classe social e nem a cor da pele que define onde você pode chegar. É a sua determinação.

Tudo aquilo que você é capaz de sonhar, você também é capaz de realizar. Eu sou a prova viva disso.

**@MarilyaNicacio**



## ACQUA FITT 30 ANOS

Há 30 anos, o Instituto Acqua Fitt faz parte da história de Suzano, construindo uma trajetória marcada pelo cuidado, pelo conhecimento e pelo compromisso com o bem-estar.

Ao longo dessas três décadas, consolidou-se como referência na região do Alto Tietê, com um conceito que vai além da prática de atividades físicas: um espaço que valoriza o acompanhamento individualizado, a prevenção, a reabilitação e a promoção da saúde em todas as fases da vida.

Para celebrar essa história, o Instituto promoveu uma semana especial de aniversário, reunindo alunos e colaboradores em experiências cheias de energia. A programação contou com aulas temáticas e parcerias que trouxeram ainda mais movimento e integração, como Hidro Anos 60, Zumba Retrô e atividades preparadas especialmente para a ocasião.

Mais do que comemorar uma data, a semana simbolizou o reconhecimento de uma jornada construída com dedicação e confiança. São 30 anos transformando conhecimento em bem-estar e fortalecendo, todos os dias, o compromisso de cuidar de pessoas e de suas histórias.

