

Vitória ou empate garantem o Brasil nas oitavas da Copa

Brasil e Sérvia e Suíça e Costa Rica fazem a rodada final do Grupo E nesta quarta-feira (27). O Brasil se classifica se ganhar ou empatar com a Sérvia. Se a Seleção perder, só há uma possibilidade para evitar uma desclassificação precoce.

Pág 04

Secretaria faz alerta sobre sarampo na Copa da Rússia

A Secretaria de Saúde de São Paulo editou um alerta em nível 3, o mais alto da escala, para o risco de casos de sarampo importados no País, sobretudo por causa da Copa. A pasta observa que foram identificados na Rússia 1.149 casos da infecção – 42% deles em adultos – de janeiro a abril.

Pág 04

Os benefícios do café para a sua saúde

O hábito de tomar café, desde que em doses moderadas (de 4 a 5 xícaras de 50 ml por dia), não oferece riscos ao organismo, muito pelo contrário, proporciona diversos benefícios. Entre os motivos está sua riqueza nutricional, com destaque não apenas para a cafeína, famosa por seu efeito estimulante.

Pág 04

Cientistas chineses testam possível anticorpo universal contra HIV

Uma equipe de pesquisadores chineses criou um anticorpo universal para a prevenção e imunoterapia contra um dos dois tipos de vírus do HIV, que foi testado somente em ratos, segundo um artigo publicado recentemente no "Journal of Clinical Investigation".

Cientistas da Universidade de Hong Kong, liderados por Chen Zhiwei, usaram a engenharia em um conjunto de anticorpos biespecíficos neutralizadores.

Pág 04

Câmara Municipal aprova projeto que garante a construção e reforma de praças em Distritos e Bairros de Cantagalo



Divulgação

Foi aprovado na noite de terça-feira (19), na Câmara de Cantagalo, Projeto de Lei que autoriza o poder executivo a abrir Crédito Adicional Especial que irá beneficiar os distritos de Euclidelândia e São Sebastião do Paraíba, assim como os bairros São Pedro e Quinta dos Lontras. Tal projeto garante a reforma e a construção de praças nos referidos locais.

Comprovando mais uma vez o compromisso com o desenvolvimento do município, as Comissões Permanentes do Legislativo Cantagalense apresentaram seus pareceres técnicos em tempo recorde e, em um período de apenas cinco dias corridos, o crédito foi levado à discussão e votação em regime de urgência, sendo aprovado por unanimidade pelos vereadores.

Pág 03

Comissão promoverá reunião sobre Vila do Pião entre municípios e Ceperj

Foto: Octacílio Barbosa



Foto geral da Audiência Pública

A Comissão de Assuntos Municipais da Assembleia Legislativa do Estado do Rio de Janeiro (ALERJ) pediu, durante audiência pública, que técnicos do Fundação Centro Estadual de Estatísticas, Pesquisas e Formação de Servidores Públicos do Rio de Janeiro (CEPERJ) se reúnam em julho com representantes de qua-

tro municípios para definir as demarcações da Vila do Pião. O distrito fica na divisa entre Sapucaia, Teresópolis, São José do Vale do Rio Preto e Sumidouro, na Região Serrana, e é alvo de disputa territorial entre essas cidades.

A Vila do Pião, também conhecida como Volta do Pião...

Pág 03

Saiba o que acontece com jovens que não fazem o alistamento militar

Divulgação



Valor da multa é atualizado a cada três meses, de acordo com o Índice de Preços ao Consumidor

Jovens do sexo masculino ou homens transgênero devem ficar atentos ao prazo para fazer o alistamento militar: até 30 de junho, quem não estiver inscrito na seleção, estará sujeito a uma multa que, até o mês de junho, é de R\$ 4,14. Esse valor é atualizado a cada três meses, de acordo com o Índice de Preços ao Consumidor

(IPCA).

Além da multa, quem não se alista fica em débito com o Serviço Militar. Isso significa que o jovem estará impedido de usufruir de diversos serviços públicos. Por exemplo: ele não poderá obter ou prorrogar validade de passaporte; obter carteira profissional.

Pág 04

O que acontece no corpo durante um jogo emocionante do Brasil na Copa e quais os riscos

Web



Estresse e ansiedade em excesso durante partidas da Copa aumentam chance de doenças cardiovasculares

“Às vezes a televisão mostra no meio do jogo uma criança, uma ‘ola’, isso ajuda a acalmar. Mas é pouco. Os locutores precisam dizer aos espectadores diretamente: ‘Acalmem-se!’”, reclama o cardiologista Fernando Costa, do Hospital Beneficência Portuguesa, em São Paulo, e diretor

de Promoção da Saúde Cardiovascular da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC).

Ele está falando de partidas tensas da Copa do Mundo como a do Brasil contra a Costa Rica e do perigo que essa tensão pode representar para os torcedores.

Pág 02



Estado do Rio de Janeiro

Câmara Municipal de Cantagalo



LEI Nº 1.408/2018

Institui a Semana Municipal da Agricultura Familiar, a ser comemorada na última semana de Julho, no âmbito do Município de Cantagalo e dá outras providências.

O PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE CANTAGALO, ESTADO DO RIO DE JANEIRO, FAZ SABER QUE O PLENÁRIO APROVOU E, ASSIM, PROMULGA À SEGUINTE LEI:

Art. 1º - Fica instituída a Semana Municipal de Agricultura Familiar a ser comemorada, anualmente, na última semana de Julho, quando é comemorado o "Dia do Agricultor".

Art. 2º - As comemorações alusivas a Semana Municipal da Agricultura Familiar de que trata esta lei, passam a integrar o Calendário Oficial de Eventos realizados no Município de Cantagalo.

Art. 3º - Esta Lei entrará em vigor na data de sua publicação, revogadas as disposições em contrário.

Gabinete do Presidente, em 22 de junho de 2018.

OCIMAR MERIM LADEIRA PRESIDENTE

LEI Nº 1.409/2018

Dispõe sobre a publicação no site oficial da Prefeitura de Cantagalo, da relação de medicamentos existentes na Rede Municipal de Saúde, daqueles que estão em falta, bem como os locais onde encontrá-los, e dá outras providências.

O PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE CANTAGALO, ESTADO DO RIO DE JANEIRO, FAZ SABER QUE O PLENÁRIO APROVOU E, ASSIM, PROMULGA À SEGUINTE LEI:

Art. 1º - A Prefeitura Municipal de Cantagalo divulgará no seu site oficial a relação de medicamentos existentes na Rede Municipal de Saúde, daqueles que estão em falta, bem como, os locais onde encontrá-los.

§ 1º - Ao ser verificado pelos (as) responsáveis pelos setores que regula o estoque de medicamentos a falta de determinado medicamento, esta informação

deverá ser repassada à Secretaria Municipal de Saúde.

§ 2º - Ao constatar a falta de determinado medicamento na Rede Municipal de Saúde, o cidadão também, poderá comunicar o fato à Secretaria Municipal de Saúde, via ligação telefônica ou pessoalmente, com registro de protocolo.

§ 3º - Em até 24 (vinte e quatro) horas após o recebimento da notícia da falta de medicamentos nos termos dos parágrafos anteriores, esta informação deverá ser inserida na página oficial da Prefeitura através de banner destacado, alertando a população sobre a falta de medicamento.

§ 4º - Quando a distribuição do medicamento for restabelecida, a informação deverá ser inserida na página oficial da Prefeitura através de banner destacado, alertando a população sobre a falta de medicamento.

Art. 2º - Esta Lei entrará em vigor na data de sua publicação, revogando-se as disposições em contrário.

Gabinete do Presidente, em 22 de junho de 2018.

OCIMAR MERIM LADEIRA PRESIDENTE

O que acontece no corpo durante um jogo emocionante do Brasil na Copa e quais os riscos

“Às vezes a televisão mostra no meio do jogo uma criança, uma ‘ola’, isso ajuda a acalmar. Mas é pouco. Os locutores precisam dizer aos espectadores diretamente: ‘Acalmem-se!’”, reclama o cardiologista Fernando Costa, do Hospital Beneficência Portuguesa, em São Paulo, e diretor de Promoção da Saúde Cardiovascular da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC).

Ele está falando de partidas tensas da Copa do Mundo como a do Brasil contra a Costa Rica e do perigo que essa tensão pode representar para os torcedores.

“Há um aumento enorme de ataques cardíacos e derrames (acidentes vasculares cerebrais) durante jogos. Em homens, mais, porque eles se identificam mais com o futebol. Se estiver muito nervoso, levante, saia, tome um copo d’água”, recomenda o médico.

Um novo estudo alemão, publicado na revista científica The New England Journal of Medicine, revelou que a incidência de emergências cardíacas entre torcedores alemães durante as partidas da seleção daquele país na Copa do Mundo de 2006 cresceu, em média, 2,66 vezes.

Os homens foram mais afetados que as mulheres, mas, em ambos os casos, houve mais episódios de infarto, angina e arritmia cardíaca.

Em 2013, um estudo da Universidade de São Paulo (USP) indicou que as ocorrências de infarto aumentavam de 4% a 8% entre brasileiros durante jogos da Copa.

“O estudo alemão é maior, teve todo um trabalho estatístico longo e produziu números bem fiéis. Temos algumas variações de cultura a cultura, mas, nesse caso, os índices servem para o Brasil também. As doenças cardiovasculares têm prevalência semelhante na Alemanha e no Brasil”, disse à BBC News Brasil o cardiologista Sergio Timerman, especialista em ressuscitação do Incor e Coordenador do Centro de Treinamento em Emergências Cardiovasculares da SBC.

“Isso pode parecer uma piada e, para as pessoas que não ligam para futebol, pode soar como besteira. Mas é coisa séria. Estudos têm mostrado

que as emoções fortes são um gatilho muito importante, especialmente para quem já tem uma doença do coração.”

‘Haja coração’ mesmo

Para os especialistas, a expressão “haja coração”, apesar do clichê, tem algum fundamento na biologia. O sistema cardiovascular, segundo eles, é o mais afetado durante momentos de ansiedade, angústia e estresse prolongados, como aquela partida decisiva em que a bola teima em não entrar no gol.

Isso ocorre porque situações de estresse e ansiedade mobilizam os hormônios que preparam o corpo para as situações de ataque ou de fuga. “Quando você está ansioso frente a uma situação de risco, de o Brasil perder, ser desclassificado, você simula esse mesmo efeito”, explica o endocrinologista Cleo Otaviano Mesa Junior, do Hospital das Clínicas da Universidade Federal do Paraná (UFPR).

“Os hormônios liberados mais imediatamente são adrenalina e noradrenalina, produzidos por gânglios ao lado da coluna e pela glândula suprarrenal, que fica acima dos rins. Eles fazem com que o coração acelere, a boca fique seca, aumente a sudorese e a pressão arterial.”

Estes hormônios, juntamente com o cortisol, um regulador hormonal conhecido também como “hormônio do estresse”, mobilizam os estoques de glicose e aumentam a pressão sanguínea para que os órgãos vitais - cérebro, coração e pulmão, trabalhem melhor e mais rapidamente.

“É por isso também que pessoas com diabetes podem ter picos de glicemia temporários nessas horas. A liberação de glicose no sangue é maior para dar mais energia ao cérebro, que tem que ficar mais atento”, diz.

Como depende do coração o bombeamento de sangue para os órgãos vitais, sua importância aumenta neste momento. O organismo diminui o fluxo de sangue, por exemplo, ao sistema digestivo e ao sistema urinário.

“Pode observar que, na hora da ansiedade, muitas pessoas perdem a fome e não têm nem vontade

de urinar”, diz Mesa Junior.

E se você sentiu aquela dor de barriga do medo? “Os movimentos intestinais até podem ser acelerados nessa hora por causa da adrenalina, mas a digestão dos alimentos é menos prioritária”, segundo o endocrinologista.

Aumento da pressão

Este controle do fluxo de sangue no organismo, que é estimulado pela adrenalina, faz com que os vasos sanguíneos fiquem mais apertados. Por isso, as mãos costumam ficar frias e a aparência do torcedor muito ansioso, um pouco mais pálida. O sangue também pode se tornar mais espesso, o que aumenta ainda mais a resistência nos vasos.

Em pessoas propensas às doenças cardíacas, uma situação como esta, caso se mantenha constante, pode causar um bloqueio do fluxo de sangue nas artérias do coração e, conseqüentemente, um AVC ou uma arritmia cardíaca, segundo Fernando Costa.

“Mas o mais comum, e o mais problemático, é que esse pico de pressão arterial rompa alguma das placas de gordura que nós temos dentro das artérias cardíacas do cérebro. Se uma dessas placas se rompe, ela pode fechar um vaso e provocar até morte súbita”, explica.

As placas de gordura dentro dos vasos são “cultivadas” por hábitos como o fumo e o consumo de álcool e gordura, mas também podem ser consequência de herança genética ou doenças como diabetes.

Além de tudo isso, a mudança de hábitos para assistir aos jogos da Copa muitas vezes é o empurrão que faltava para um problema de saúde.

“As pessoas perguntam: ‘Por que na Copa é pior?’. Isso pode acontecer em outros eventos, inclusive esportivos. Mas durante a Copa, em países nos quais se gosta muito de futebol, a população muda de hábitos. Nos jogos pela manhã, vemos pessoas já tomando cerveja, comendo gordura ou tomando muito café”, diz Sergio Timerman.

“Tudo isso, em excesso, aumenta o trabalho do coração. Como estamos lidando com uma doença

muito prevalente, temos uma legião de seres humanos que não sabe que têm. Às vezes, o primeiro sintoma de um infarto é a morte.”

Saiu o gol!

Apesar do alívio, o corpo não se recupera assim tão rapidamente quando o time marca. “O organismo libera a pressão, mas também há liberação de adrenalina na hora do gol. A pressão também pode subir, e tem gente até que desmaia. É preciso estar psicologicamente preparado para essas emoções”, diz Costa.

Na hora da surpresa positiva, além da adrenalina, neurotransmissores como dopamina e serotonina são liberados pelo sistema nervoso central, e dão a sensação de prazer e de alegria.

No entanto, essas substâncias estão mais concentradas no cérebro, já que não há glândula periférica que os produza, diz o endocrinologista Cleo Mesa Junior.

Para Sergio Timerman, o aumento de adrenalina na hora do gol não é tão agudo, e pode ser até positivo para o organismo. “O complicado é que ele permaneça constantemente. Por isso é que a angústia e a ansiedade são perigosas”, diz.

Emoção forte ou doença?

Na hora da decisão, como saber se o que você está sentindo é uma ansiedade normal ou uma doença de consequências graves?

“Se a pessoa está com o coração como uma bateadeira, mas isso não está vindo junto com uma dor no peito, um cansaço ou um mal-estar, é provavelmente uma emoção”, diz Timerman.

Fique atento para o caso de, além dos sintomas normais de ansiedade - aumento do suor, coração acelerado, boca seca, mãos frias - sentir também dor ou pressão no peito, suor frio, náuseas ou ânsias de vômito, ou mesmo se a taquicardia não passar logo. Isso pode ser um ataque de arritmia.

Caso a ansiedade venha também acompanhada de dor de cabeça, paralisia ou fraqueza muscular em um braço ou perna, alterações na fala ou pontos brilhantes na visão (chamados

de escotomas), a possibilidade é de um AVC.

“Na dúvida, largue o jogo e procure um pronto-socorro na hora para fazer uma avaliação. Há uma chance de ser tratado com medicamentos e reverter o processo”, alerta o cardiologista Fernando Costa.

Preparação para torcer

Para os especialistas, é importante lembrar-se do óbvio: manter a calma na hora do jogo, mesmo que pareça impossível.

“Em qualquer evento que nos traga fortes emoções, é importante ter um amparo familiar e presença de amigos. Procure também não mudar demais sua rotina e evite excessos - sem cafeína demais, álcool demais, gordura demais ou cigarro demais”, aconselha Timerman.

Se você está tomando medicação controlada, a rigor, nada o impede de acompanhar a seleção, mas é importante não esquecer de tomar os remédios da maneira correta.

Caso o jogo seja especialmente difícil, vale conversar seriamente com seu médico antes da partida.

Além disso, os cardiologistas afirmam, assegure-se de que o ambiente onde você está vendo o jogo não está repleto de pessoas que são tão ansiosas quanto você - ou mais.

“Se você tem doença conhecida, cuidado. Se não tem, tenha conhecimento do seu estado cardiológico antes de entrar numa situação de estresse comunitário. Em locais públicos, as pessoas ficam cada vez mais ansiosas e vão contaminando umas à outras. Tem gente que entra em uma espécie de transe”, afirma Costa.

Para alguns, pode até valer a pena reduzir o volume do som da TV, caso aquele locutor o deixe nervoso demais. “As emissoras deveriam pedir calma, parar um minuto para ajudar as pessoas a relaxarem. Mas eles aumentam a quantidade de estresse durante o jogo.”

“O indivíduo também deve pensar antes de ter atitudes extravagantes por causa de uma partida de futebol. O importante é estar inteiro para assistir ao próximo jogo”, completa o médico.

Correio da Serra

Logus Ambiental Ltda-Me

C.N.P.J. 07.766.805/0001-90

E-mail: correiodaserra.contato@gmail.com

Av. Edgar Gismonti, nº 90, Centro, Carmo-RJ, 28.640-000

Tel: (22) 2537-0346

Jornalista Responsável: André Salles 003674/RJ

O Correio da Serra não endossa, necessariamente, os conceitos emitidos em artigos ou matérias assinadas por seus colaboradores.

Circulação: Interior do Estado do Rio de Janeiro

Tiragem: 5.000 Exemplares



Estado do Rio de Janeiro

Câmara Municipal de Carmo

Ata da 16ª Sessão Ordinária do 1º Período, realizada no dia 11 de junho de 2018.

Aos onze dias do mês de junho de dois mil e dezoito, às dezoito horas, na sala das Sessões da Câmara Municipal do Carmo/RJ, ausente a nobre Vereadora Valquíria Aparecida de Moraes, com a presença dos demais Edis, sob a presidência do Vereador Romerito José Wermelinger Ribeiro, foi aberta a 16ª Sessão Ordinária do 1º Período, com a leitura da Ata da Sessão anterior, tendo a mesma sido aprovada por unanimidade. A secretária da Mesa procedeu à leitura do Expediente do Dia, qual seja: Projeto de Lei n.º 020/2018, do Poder Executivo, que Dispõe sobre a regulamentação do Departamento de Mobilidade Urbana – DEMUR, e da junta administrativa de recursos de infração – JARI do Município de Carmo e dá outras providências. Projeto de Lei n.º 021/2018, do Poder Executivo que Dispõe sobre o Plano de Carreira do Sistema de Controle Integrado e dá outras providências. Projeto de Lei n.º 002/2018, da Mesa Diretora, que Dispõe sobre a fixação do percentual para reajuste dos valores dos cargos da Câmara Municipal do Carmo. Emenda Modificativa de n.º 001/2018, da Comissão de Finanças e Orçamento, ao Projeto de Lei n.º 014/2018. Indicação n.º 067/2018, da Vereadora Rita Estefânia Gozzi Farsura, ao Exmo. Sr. Prefeito para que promova alterações nas leis para que os descontos previdenciários incidam sobre a verba denominada regência de classe. Indicação n.º 068/2018, do Vereador Naziano Carvalho de Azevedo, ao Exmo. Sr. Prefeito solicitando a colocação de placas de sinalização de trânsito nas ruas Abreu Magalhães e Ulisses Lemgruber. Indicação n.º 069/2018, do mesmo Vereador, ao Exmo. Sr. Prefeito solicitando providências no Bairro Jardim Centenário. Indicação n.º 070/2018, do Vereador Humberto Menezes Caetano, ao Exmo. Sr. Prefeito requerendo que seja realizada a pintura dos quebra-molas da Cidade. Pedido de Informação n.º 008/2018, do Vereador Naziano Carvalho de Azevedo, ao Ilmo. Sr. Chefe do Setor Tributário Municipal, solicitando informações sobre o valor arrecadado pela municipalidade no período de concessão de anistia de juros e multa dos tributos municipais no ano de 2016. Requerimento n.º 016/2018, do Vereador Marco Dalboni, ao Exmo. Sr. Prefeito, solicitando que o mesmo requiera junto ao IBGE nova medição e demarcação de terras quanto a localidade do Quilombo. Moção n.º 037/2018, do Vereador Humberto Menezes Caetano, de Repúdio em face do Sr. Patrick Charles Guillaume. Moção n.º 038/2018, da Vereadora Valquíria Aparecida de Moraes, de pesar pelo falecimento da Sra. Geralda de Oliveira Moura. Ofício n.º 132/2018, do CARMOPREV, informando sobre a reunião com Atuário. O Sr. Presidente passou a Ordem do Dia: Todas as proposições apresentadas e lidas na presente Sessão serão encaminhadas para as comissões competentes para estudo e parecer. A emenda modificativa de n.º 001/2018 ao Projeto de Lei n.º 014/2018 foi submetida ao Plenário e aprovada por 08 votos, tendo o Vereador Juliano de Souza Braga votado contrário. O projeto de lei de n.º 014/2018, que Estabelece as diretrizes para s metas e as prioridades da administração pública para o exercício financeiro de 2019 foi

submetido ao Plenário e aprovado por unanimidade. Nada mais havendo a registrar o Sr. Presidente encerrou a Sessão e mandou que eu, na qualidade de Secretária da mesma, lavrasse a presente ata, a qual depois de lida e aprovada vai devidamente assinada pelos Vereadores que compõem a Mesa Diretora.

Carmo, 11 de junho de 2018.

Ata da Sessão Extraordinária, realizada no dia 11 de junho 2018.

Aos onze dias do mês de junho de dois mil e dezoito, logo após o encerramento da Sessão Ordinária, na sala das Sessões da Câmara Municipal de Carmo-RJ, ausente a nobre Vereadora Valquíria Aparecida de Moraes, com a presença dos demais Edis, sob a presidência do Vereador Romerito José Wermelinger Ribeiro, foi aberta a presente Sessão Extraordinária, convocada em conformidade com o art. 170 do Regimento Interno pelo Exmo. Senhor Presidente, tendo em vista caráter de urgência para apreciação e votação do Projeto de Resolução de n.º 004/2018, da Mesa Diretora, que Autoriza ao Presidente da Câmara Municipal do Carmo a firmar contrato com dispensa de licitação com o INCP – Instituto Nacional de Concurso Público e dá outras providências, o qual foi aceito pela Mesa. As comissões competentes apresentaram pareceres favoráveis ao projeto de Resolução, obtendo o referido projeto aprovação por unanimidade. Nada mais havendo a registrar, o Senhor Presidente encerrou a Sessão, e eu, na qualidade de Secretária da mesma, lavrei a presente Ata, a qual depois de lida e aprovada, vai devidamente assinada pelo Sr. Presidente e pelos demais Vereadores que compõe a Mesa Diretora.

Carmo, 11 de junho de 2018.

Ata da 17ª Sessão Ordinária do 1º Período, realizada no dia 18 de junho de 2018.

Aos dezoito dias do mês de junho de dois mil e dezoito, às dezoito horas, na sala das Sessões da Câmara Municipal do Carmo/RJ, ausente a nobre Vereadora Rita Estefânia Gozzi Farsura, com a presença dos demais Edis, sob a presidência do Vereador Romerito José Wermelinger Ribeiro, foi aberta a 17ª Sessão Ordinária do 1º Período, com a leitura da Ata da Sessão anterior, tendo a mesma sido aprovada por unanimidade. A secretária da Mesa procedeu à leitura do Expediente do Dia, qual seja: Projeto de Lei n.º 022/2018, do Poder Executivo, que Autoriza a concessão de subvenção social ao HNSC para o período de julho

a setembro de 2018. Projeto de Lei n.º 003/2018, do Vereador Romerito José Wermelinger Ribeiro, que Dispõe sobre a obrigatoriedade de envio a esta Câmara dos Decretos emitidos pelo Poder Executivo. Projeto de Decreto Legislativo n.º 008/2018, do mesmo Vereador, que Concede de Título de Cidadão Carmense ao Sr. Marcelo Soares da Cunha. Projeto de Decreto Legislativo n.º 008/2018, da Vereadora Rita Estefânia Gozzi Farsura, que Concede de Título de Cidadã Carmense a Sra. Márcia Cristina Araújo Jeovani. Indicação n.º 072/2018, do Vereador Juliano de Souza Braga, ao Exmo. Sr. Prefeito solicitando providências para execução dos serviços de tapa-buracos na Rua Carlos Mesquita, nesta cidade. Indicação n.º 073/2018, do Vereador Naziano Carvalho de Azevedo ao Exmo. Sr. Prefeito, solicitando serviços de roçagem e passagem de máquina (Patrol) na estrada que dá acesso a Fazenda denominada Milharal. Indicação n.º 074/2018, do mesmo Vereador ao Exmo Sr. Prefeito, requerendo limpeza geral no Distrito Ilha dos Pombos, com pintura de meio-fio, poda de árvores e gramas, melhoria na iluminação pública e serviço de varrição. Indicação n.º 075/2018, do mesmo Vereador ao Exmo. Sr. Prefeito, solicitando limpeza geral e reparo nas lâmpadas da Praça do Peixe, localizada na Rua José Lino da Silveira, Porto Velho do Cunha. Indicação n.º 076/2018, do mesmo Vereador ao Exmo. Sr. Prefeito, solicitando providências na Praça Sétimo Campanati, Porto Velho do Cunha. Indicação n.º 077/2018, do mesmo Vereador ao Exmo. Sr. Prefeito, requerendo providências no Posto Municipal de Saúde do Distrito de Porto Velho do Cunha, bem como a disponibilização de Psicólogo. Indicação n.º 078/2018, do Vereador Humberto Menezes Caetano ao Exmo. Sr. Prefeito, solicitando providências quanto a situação de acesso ao centro pelo bairro Progresso. Pedido de Informação n.º 008/2018, do Vereador Naziano Carvalho de Azevedo, ao Ilmo. Sr. Chefe do Setor Tributário Municipal, solicitando informações quanto ao valor arrecadado pela municipalidade no período de concessão de anistia de juros e multa dos tributos municipais no ano de 2015. O Sr. Presidente passou a Ordem do Dia: Todas as proposições apresentadas e lidas na presente Sessão serão encaminhadas para as comissões competentes para estudo e parecer. A emenda modificativa de n.º 001/2018 ao Projeto de Lei n.º 014/2018 foi submetida ao Plenário e aprovada por 08 votos, tendo o Vereador Juliano de Souza Braga votado contrário. O projeto de lei de n.º 014/2018, que Estabelece as diretrizes para s metas e as prioridades da administração pública para o exercício financeiro de 2019 foi submetido ao Plenário e aprovado por unanimidade. Por solicitação do nobre Vereador Juliano de Souza Braga ao Exmo. Sr. Presidente mandou constar em ata seu convite a todos para receber o Juiz Federal, Dr. Wilson José Witzel, nesta casa a partir das 10:00h do dia 19 de junho do corrente ano. Nada mais havendo a registrar o Sr. Presidente encerrou a Sessão e mandou que eu, na qualidade de Secretária da mesma, lavrasse a presente ata, a qual depois de lida e aprovada vai devidamente assinada pelos Vereadores que compõem a Mesa Diretora.

Carmo, 18 de junho de 2018.

Câmara Municipal aprova projeto que garante a construção e reforma de praças em Distritos e Bairros de Cantagalo

Foi aprovado na noite de terça-feira (19), na Câmara de Cantagalo, Projeto de Lei que autoriza o poder executivo a abrir Crédito Adicional Especial que irá beneficiar os distritos de Euclidelândia e São Sebastião do Paraíba, assim como os bairros São Pedro e Quinta dos Lontras. Tal projeto garante a reforma e a construção de praças nos referidos locais.

Comprovando

mais uma vez o compromisso com o desenvolvimento do município, as Comissões Permanentes do Legislativo Cantagalense apresentaram seus pareceres técnicos em tempo recorde e, em um período de apenas cinco dias corridos, o crédito foi levado à discussão e votação em regime de urgência, sendo aprovado por unanimidade pelos vereadores.

Com a aprovação

do referido projeto, fica autorizada a abertura de crédito no valor total de R\$1.909.463,24, que será investido nas seguintes obras:

- Reforma da Antiga Estação Ferroviária de Euclidelândia;
- Revitalização da Praça dos Morcegos no Distrito de São Sebastião do Paraíba;
- Construção de Praça no Bairro São Pedro;

- Construção de Praça no Bairro Quinta dos Lontras.

O projeto tramitou em regime de urgência devido à necessidade de serem abertas as licitações para as obras antes do prazo estipulado por lei, já que 2018 é ano eleitoral. Os recursos para o atendimento da lei ficam por conta de um contrato de repasse celebrado entre a Prefeitura de Cantagalo e a União Federal, através



Divulgação

do Ministério das Cidades, representado pela Caixa Econômica Federal. O município de Cantagalo entrará com uma contrapartida de R\$19.094,63.

Comissão promoverá reunião sobre Vila do Pião entre municípios e Ceperj

A Comissão de Assuntos Municipais da Assembleia Legislativa do Estado do Rio de Janeiro (ALERJ) pediu, durante audiência pública, que técnicos da Fundação Centro Estadual de Estatísticas, Pesquisas e Formação de Servidores Públicos do Rio de Janeiro (CEPERJ) se reúnam em julho com representantes de quatro municípios para definir as demarcações da Vila do Pião. O distrito fica na divisa entre Sapucaia, Teresópolis, São José do Vale do Rio Preto e Sumidouro, na Região Serrana, e é alvo de disputa territorial entre essas cidades.

A Vila do Pião, também conhecida como Volta do Pião, possui cerca de seis mil habitantes que enfrentam diversas questões diante da indefinição de

demarcação. A população relata problemas especialmente na coleta de lixo e no saneamento básico, mas é difícil saber, segundo os moradores, a que administração municipal recorrer pela realização dos serviços públicos. A presidente da comissão, deputada Márcia Jeovani (DEM), ressalta que o fundamental é garantir que os moradores do local não sejam prejudicados pela indefinição política. “A minha grande preocupação não é a demarcação geográfica da área, mas sim a condição de vida dos moradores da Vila do Pião”, afirmou.

O prefeito de São José do Vale do Rio Preto, Gilberto Martins, afirmou durante a reunião que não vai abrir mão dos 10,3 quilômetros quadrados da

Vila do Pião que pertencem ao seu município. Ele informou que o desmembramento territorial representaria uma queda de 5% na arrecadação da cidade. “A lei de criação de São José do Vale do Rio Preto atribuiu ao nosso município uma faixa de 10,3 km² da Vila do Pião. Se perdermos essa parte do território, nós podemos ter queda de mais de 5% da nossa arrecadação, pois abriremos mão dos impostos de 28 estabelecimentos comerciais e de recursos do Fundo de Participação dos Municípios - imposto federal repassado às cidades de acordo com o tamanho da população”, explicou.

Informações presentes no projeto de lei 4029/2018 que trata do tema e é debatido pela comis-

são mostram que o município de Sapucaia investiu R\$ 26 milhões na Vila do Pião nos últimos cinco anos; São José do Rio Preto alocou uma verba de R\$ 1,3 mil no mesmo período; Teresópolis e Sumidouro não contabilizaram custeio específico para Vila do Pião. O prefeito de Sapucaia, Fabrício Baião, declarou que seu município sempre investiu na localidade e que a população da Vila do Pião depende dos serviços públicos oferecidos pela cidade. “Na Vila do Pião há uma escola para 750 alunos, há um posto de saúde com mais de 100 atendimentos diários e sete médicos. Temos um ginásio poliesportivo. O meu interesse é que essa situação seja resolvida e que aquelas pessoas tenham

dignidade”, afirmou.

A deputada Márcia Jeovani afirmou que a Comissão de Assuntos Municipais vai trabalhar para construir um consenso entre os envolvidos quanto à demarcação do território. “A população está sofrendo, precisando de serviços públicos essenciais que nós não podemos deixar parar. Então agora nós faremos uma reunião com técnicos do CEPERJ e dois representantes de cada município para chegarmos a um consenso”, revelou.

Também estiveram presentes à reunião os deputados Wanderson Nogueira (PSol), Waldeck Carneiro (PT), Jânio Mendes (PDT), Geraldo Moreira (PODE) e Zaqueu Teixeira (PSD).
Texto: Hélio Lopes

Saiba o que acontece com jovens que não fazem o alistamento militar

Jovens do sexo masculino ou homens transgênero devem ficar atentos ao prazo para fazer o alistamento militar: até 30 de junho, quem não estiver inscrito na seleção, estará sujeito a uma multa que, até o mês de junho, é de R\$ 4,14. Esse valor é atualizado a cada três meses, de acordo com o Índice de Preços ao Consumidor (IPCA).

Além da multa, quem não se alista fica em débito com o Serviço Militar. Isso significa que o jovem estará impedido de usufruir de diversos serviços públicos. Por exemplo: ele não poderá obter ou prorrogar validade de passaporte; obter carteira profissional, registro de diploma de profissões liberais, matrícula ou inscrição para o

exercício de qualquer função e licença de indústria e profissão.

Os estudos e o trabalho também ficam prejudicados: quem perde o prazo, enquanto não regularizar a situação, fica impedido de prestar exame ou matricular-se em qualquer estabelecimento de ensino; e de inscrever-se em concurso para provimento de cargo

público.

Por fim, outros impedimentos são: ingressar como funcionário, empregado ou associado em instituição, empresa ou associação oficial, oficializada ou subvencionada; assinar contrato com o governo federal, estadual, dos territórios ou municípios; exercer, a qualquer título, sem distinção de ca-

tegoria ou forma de pagamento, qualquer função pública ou cargo público, eletivos ou de nomeação; e receber qualquer prêmio ou favor do governo federal, estadual, dos territórios ou municípios.

Fonte: Governo do Brasil, com informações do Exército Brasileiro e do Ministério da Defesa

Cientistas chineses testam possível anticorpo universal contra HIV

Uma equipe de pesquisadores chineses criou um anticorpo universal para a prevenção e imunoterapia contra um dos dois tipos de vírus do HIV, que foi testado somente em ratos, segundo um artigo publicado recentemente no "Journal of Clinical Investigation".

Cientistas da Universidade de Hong Kong, liderados por Chen Zhiwei, usaram a engenharia em um conjunto de anticorpos biespecíficos

neutralizadores (com capacidade de bloquear certas partes em vírus ou toxinas).

Assim descobriram que o novo anticorpo é "universalmente eficaz" contra todas as cepas de HIV-1 geneticamente divergentes nas quais foi testado e que além disso promove a eliminação de todas as células infectadas.

Todos os testes, segundo o relatório, foram realizados em um

modelo de rato humanizado.

A Aids continua sendo uma doença incurável que matou 36 milhões de pessoas desde a sua descoberta, em 1981, e estima-se que 36,9 milhões de pessoas vivem atualmente com o vírus HIV, segundo dados de UNAIDS.

Para dar fim à pandemia, segundo a Universidade de Hong Kong, é importante descobrir uma vacina efetiva ou uma cura terapêutica, mas

um dos desafios é a grande diversidade de que o HIV-1 apresenta.

Já que é "muito difícil" desenvolver um imunógeno apropriado para obter anticorpos amplamente neutralizadores (bnAbs) contra todos os subtipos de HIV-1, desenvolver os já existentes como imunização passiva se torna um enfoque útil para a profilaxia e imunoterapia contra a doença, indicou a universidade.

A equipe de Chen criou um

conjunto de anticorpos amplamente neutralizadores e genericamente codificado chamado "BiA-SG", que é capaz de se unir à proteína CD4 da célula e que, com isso, tende a "emboscar estrategicamente" ao vírus para proteger os linfócitos T CD4 positivo que protegem a célula.

Segundo o estudo, BiA-Sg mostra uma "potente atividade" contra os três conjuntos de 124 cepas de HIV-1 geneticamente divergentes.

Os benefícios do café para a sua saúde

O hábito de tomar café, desde que em doses moderadas (de 4 a 5 xícaras de 50 ml por dia), não oferece riscos ao organismo, muito pelo contrário, proporciona diversos benefícios. Entre os motivos está sua riqueza nutricional, com destaque não apenas para a cafeína, famosa por seu efeito estimulante, mas também pela alta concentração de polifenóis – antioxidantes que impedem, ou ao menos diminuem, a ação dos radicais livres, que prejudicam o equilíbrio celular. Segundo recentes descobertas científicas, o café tem diversas propriedades que contribuem para a prevenção de doenças.

Acelera o metabolismo e queima calorias

Segundo o endocrinologista Filippo Pedrinola, membro da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (Sbem) e da Sociedade Americana de Endocrinologia, a cafeína é uma das poucas substâncias naturais que ajudam a queimar calorias. "Outros estudos mostram que ela pode aumentar especificamente a queima de gordura por meio da ativação do sistema nervoso simpático e oxidação lipídica. A substância aumenta os níveis de adrenalina no sangue, e este hormônio quebra as células de gordura, liberando-as no sangue como ácidos graxos livres

que atuam como combustível e, portanto, melhoram a performance nas atividades físicas, conforme o estudo publicado no International Journal of Sports Nutrition e no Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports", ressalta o especialista.

Aumenta a expectativa de vida

Uma ampla pesquisa sobre a relação entre o consumo de café e a longevidade foi realizada por especialistas da Iarc (International Agency for Research on Cancer) e do Imperial College de Londres. Os pesquisadores descobriram que o grupo que consumia a bebida diariamente estava associado a um risco menor de morte por qualquer causa – principalmente por doenças dos sistemas circulatório e digestivo.

Diminui o risco de depressão

De acordo com os cientistas da Harvard School of Public Health, este efeito de antidepressivo natural se deve ao estímulo que a cafeína causa no sistema nervoso central, capaz de aumentar a produção dos neurotransmissores cerebrais como noradrenalina, dopamina e serotonina – os hormônios responsáveis pela sensação de bem-estar.

Fortalece a memória

Estudos realizados na Univer-

sidade Johns Hopkins concluíram que duas xícaras diárias de café podem trazer benefícios incríveis para a memória. Observou-se que os voluntários que tomaram cápsulas de cafeína tiveram um melhor desempenho nos experimentos de memória do que os que ingeriram placebo, levando os cientistas a concluir que a cafeína tem um efeito positivo em nossa memória de longo prazo, tornando-a mais resistente ao esquecimento.

Garante mais atenção ao volante

A cafeína diminui a possibilidade de se envolver em acidentes de trânsito, já que melhora a atenção e o estado de alerta e afasta o sono. É o que diz uma pesquisa realizada pela The George Institute, da Universidade de Sydney. De acordo com o estudo, os motoristas que consumiam a substância eram 63% menos propensos a causar um acidente do que aqueles que não a ingeriam.

Fortalece o coração

Essa é a conclusão dos pesquisadores da Escola de Saúde Pública de Harvard (HSPH), que constataram que beber uma ou duas xícaras de café diariamente pode ajudar a proteger contra a insuficiência cardíaca em até 11%. Os benefícios protetores do café parecem atingir o pico no consumo de 4 xícaras por dia

e diminuem lentamente à medida que mais bebida é consumida.

Diminui o diabetes

O consumo do café está associado a uma menor incidência de diabetes mellitus tipo 2, de acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes. A maior pesquisa sobre o tema aferiu uma redução no risco da doença em até 35%. O consumo de 2 xícaras da bebida por dia já apresentou benefícios e, conforme se aumentou a ingestão (até 6 xícaras), menor foi a incidência. Tudo indica que as propriedades antioxidantes do café podem trazer benefícios para o metabolismo da glicose, desde que ingerido moderadamente.

Alivia os sintomas do mal de Parkinson

Essa excelente notícia foi anunciada por neurologistas da Universidade McGill, em Montreal, no Canadá. O estudo, publicado na revista Neurology, acompanhou um grupo de 61 pessoas com Parkinson. As pessoas que receberam suplementos de cafeína experimentaram uma melhora, principalmente em relação à velocidade de movimento e redução da rigidez, em comparação àqueles que receberam um placebo.

Protege contra o Alzheimer

Uma pesquisa realizada pela Universidade do Sul da Flórida e da Universidade de Miami monitorou os processos de memória e pensamento de 124 pessoas com mais de 65 anos e descobriu que aqueles que tiveram níveis mais elevados de cafeína no sangue evitaram o aparecimento do Alzheimer. Além disso, o café parecia ser a principal ou única fonte de cafeína para esses indivíduos.

Para ser bom, tem que ter o Selo de Qualidade ABIC

Tomar um café quentinho é um grande prazer para quem aprecia a bebida. Mas para desfrutar de todo seu frescor, aroma e sabor, é importante verificar se na embalagem do produto há o selo de qualidade ABIC. Há 45 anos, a Associação Brasileira da Indústria de Café (ABIC) avalia e certifica os produtos à venda no Brasil, com foco na Pureza, na Qualidade e na Sustentabilidade do café. É esse selo que assegura a qualidade do produto final por meio de uma metodologia de análise sensorial que avalia a percepção dos aromas da bebida e seu grau de intensidade, bem como os sabores característicos e o amargor. Somente depois de serem provados e aprovados por especialistas, são classificados em uma escala que qualifica o produto nas categorias Extra Forte, Tradicional, Superior e Gourmet.

Secretaria faz alerta sobre sarampo na Copa da Rússia

A Secretaria de Saúde de São Paulo editou um alerta em nível 3, o mais alto da escala, para o risco de casos de sarampo importados no País, sobretudo por causa da Copa. A pasta observa que foram identificados na Rússia 1.149 casos da infecção – 42% deles em adultos – de janeiro a abril. A estimativa é de que pelo menos 65

mil brasileiros estejam acompanhando o Mundial.

"É um alerta importante, sobretudo diante das baixas coberturas vacinais contra a doença", afirma a presidente da Sociedade Brasileira de Imunizações, Isabela Ballalai.

Este ano, casos já foram identificados em Roraima e Amazonas,

além de um surto no Rio Grande do Sul. Já são cinco casos confirmados. O primeiro paciente gaúcho foi um estudante de 25 anos, com histórico de viagem recente ao Amazonas.

Essas condições preenchem os requisitos para mudar o estado de atenção. O nível 3 é dado quando se identifica a persistência da transmis-

são por mais de 90 dias em mais de um Estado do País.

A recomendação é de que profissionais fiquem atentos a qualquer caso suspeito de doença exantemática (com erupções ou manchas). A notificação deve ser feita em 24 horas e investigada em 48 horas.

A meta é ampliar a cobertura

para 95% na faixa etária recomendada, além de imunizar pessoas suscetíveis. "Isso ocorre num momento em que a cobertura vacinal não está boa. Ela caiu muito nos últimos dois anos", diz o infectologista Marcos Boulos, coordenador de Controle de Doenças da secretaria paulista. No inverno, o risco para a doença aumenta.

Vitória ou empate garantem o Brasil nas oitavas da Copa

Brasil e Sérvia e Suíça e Costa Rica fazem a rodada final do Grupo E nesta quarta-feira (27). O Brasil se classifica se ganhar ou empatar com a Sérvia. Se a Seleção perder, só há uma possibilidade para evitar uma desclassificação precoce: a Suíça tem que perder da Costa Rica pela mesma diferença de gols da derrota brasileira. Se o Brasil perder por 1 x 0, a Suíça precisa perder por um gol de

diferença.

A situação atual é a seguinte: o Brasil está com quatro pontos, dois gols de saldo e três gols marcados. A Suíça também tem quatro pontos, mas aparece atrás da Seleção por ter saldo menor (1). Os suíços também marcaram três gols. A Sérvia tem três pontos, saldo zero e dois gols pró. A Costa Rica não pontuou e não tem mais chance de classificação.

Confira os nove cenários possíveis para o desfecho do grupo:

1. Brasil vence e Suíça vence: Brasil e Suíça estão classificados, com sete pontos
2. Brasil vence e Suíça empata: Brasil se classifica com sete pontos e a Suíça com cinco
3. Brasil vence e Suíça perde:

Brasil se classifica com sete pontos e a Suíça com quatro

4. Brasil empata e Suíça vence: Suíça se classifica com sete pontos e o Brasil com cinco pontos

5. Brasil empata e Suíça empata: Brasil e Suíça se classificam com cinco pontos

6. Brasil empata e Suíça perde: Brasil se classifica com cinco pontos e

Suíça com quatro pontos

7. Brasil perde e Suíça vence: Suíça se classifica com sete pontos e a Sérvia com seis

8. Brasil perde e Suíça empata: Sérvia se classifica com seis pontos e a Suíça com cinco

9. Brasil perde e Suíça perde: Sérvia se classifica com seis pontos e Brasil ou Suíça, com quatro pontos