

DIVULGAÇÃO/PMU



Cidade

Prefeitura anuncia início de obras de drenagem no Jardim do Marquês

PÁG. 3

WILSON DIAS/AGÊNCIA BRASIL



Quantos somos...

População do País passa de 210 milhões, diz IBGE; em Jacareí, são mais de 233 mil

PÁG. 5



INCON
INSTITUTO DE CIRURGIA E ONCOLOGIA
Soluções Humanizadas em Oncologia
Diretor Clínico: Dr. Celso Abrahão - CRM SP: 45.378

ONCOLOGIA CLÍNICA | QUIMIOTERAPIA

12 3953.4550 | FACEBOOK.COM/INCON.CLINICA
WWW.CLINICAINCON.COM.BR
R. PROF. JOB AIRES DIAS, 76 - CENTRO - JACAREÍ - SP

DESDE 1992



O plano certo para sua família e sua empresa

Central de vendas
(12) 3955 - 0100
www.saofranciscovida.com.br

diário de jacareí

em dia com você

DIRETOR DE REDAÇÃO | Angelo Ananias www.diariodejacarei.com.br Jacareí-SP, 31 de agosto a 6 de setembro de 2019 Ano 51 | Nº 9.776 **rs1,00**

Versão impressa: circulando somente aos sábados / **acesse nossa versão online** e acompanhe as notícias em tempo real

Festival da Cerveja movimentará região central neste fim de semana

Estarão presentes 10 cervejarias; iniciativa visa desenvolver o turismo, fortalecendo a vocação do município para o setor cervejeiro

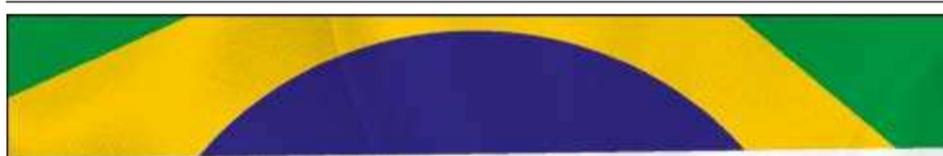
Neste final de semana, os apreciadores de cervejas especiais e boa música têm encontro marcado com o 'Festival Jacareí

Terra da Cerveja', que começou na sexta-feira (30), e segue até domingo (01), das 12h às 22h, na região central da cidade. **PÁG. 7**

DIVULGAÇÃO



Festival contará com praça gastronômica, diversos shows de rock e atração internacional



DESFILE 7 DE SETEMBRO

Horário: 9h
Local: Av. Nove de Julho - Jacareí - SP

O dia 7 de setembro é mais do que um feriado. É uma data para comemorar a nossa independência como país e a liberdade que conquistamos para ler, pensar e sentir o mundo. Por isso, o tema do Desfile Cívico organizado pela Secretaria de Educação será a relevância da matemática no cotidiano e na nossa formação como cidadãos.

Venha fazer parte desse momento tão importante para todos nós.

www.jacarei.sp.gov.br



Cidade

Secretaria de Esportes mobiliza terceira idade para o Dia do Idoso

PG. 4

Saúde

Cuidado! Uso de celular com cabeça inclinada pode causar lesão na cervical

PG. 8



MOLLO

CORRETORA DE SEGUROS

Faça seu seguro residencial com a gente e ganhe **15% DE DESCONTO!**

www.mollocorretora.com.br
Tel.: (12) 3953-5066

 TEMPO	SÁBADO	DOMINGO	 DÓLAR	COMERCIAL	TURISMO	 EURO	COTAÇÃO	ÍNDICE	14 ^º min 31 ^º max	15 ^º min 28 ^º max	Compra.....4,133 Venda.....4,135	Compra.....4,110 Venda.....4,360	Compra.....4,530 Venda.....4,531	Conhecimento.....pág. 02	Geral.....pág. 06
	Probabilidade de chuva 5%	Probabilidade de chuva 30%		Cidade.....pág. 03	Cidade.....pág. 04				Cidade.....pág. 05	Classificados.....pág. 06	Variedades.....pág. 07	Saúde.....pág. 08			



INCON
INSTITUTO DE CIRURGIA E ONCOLOGIA

Soluções personalizadas em Oncologia
Diretor Clínico: Dr. Celso Abrahão - CRM SP: 45.379

DESDE 1992

ONCOLOGIA CLÍNICA QUIMIOTERAPIA

Câncer de Mama

O Câncer de Mama acomete anualmente cerca de 60.000 mulheres no Brasil, sendo o câncer mais comum entre elas! Felizmente, cada vez mais mulheres saem curadas deste diagnóstico, chegando a mais de 98% em alguns casos, em especial pelo maior número de casos diagnosticados precocemente, e pelas melhorias nos tratamentos.

Além disso, dispomos hoje de uma importante estratégia de prevenção - o Aconselhamento Genético. Sabe-se que cerca de 10-15% dos casos de cânc

Sabe-se que cerca de 10-15% dos casos de câncer de mama tem relação com fatores hereditários

cer de mama tem relação com fatores hereditários, e para estes as medidas tradicionais, como mamografia, podem ser insuficientes, pelo alto risco de desenvolvimento de câncer, que pode chegar a até 80% ao longo da vida. Porém, felizmente hoje contamos com testes genéticos que podem identificar estas pessoas, e medidas que podem reduzir este risco a menos de 5%. Estes exames e avaliação médica especializada estão disponíveis para nossos pacientes e familiares.



***Dra. Ana Carolina de Gouvêa**

Em relação ao tratamento, dispomos atualmente de muitos recursos: além da cirurgia, radioterapia e quimioterapia contamos com hormonioterapia, imunoterapia e drogas-alvo. Portanto, é indispensável um centro

de tratamento que esteja familiarizado com todas estas técnicas e que de preferência trabalhe em equipe multidisciplinar - é fundamental para o sucesso do tratamento que oncologistas, mastologistas, radioterapeutas, psicólogos, enfermeiros, nutricionistas e farmacêuticos trabalhem juntos! NO INCON, dispomos de um serviço dedicado especialmente ao Câncer de Mama, com oncologista especializado e reuniões multidisciplinares focadas em Onco-Mastologia.

E por fim, sabemos hoje que algumas terapias complementares podem ajudar o paciente neste momento - esta área da Medicina conhecida como Medicina Integrativa, busca integrar ao tratamento convencional práticas que melhorem os resultados e aliviem os sintomas e efeitos colaterais! É importante, porém, que sejam orientadas por um profissional capacitado, de forma a não atrapalhar o tratamento oncológico, e este é mais um serviço disponível em nossa clínica.

***Dra. Ana Carolina de Gouvêa**, Oncologista e Oncogeneticista pela Faculdade de Medicina da USP, Coordenadora do Núcleo de Câncer de Mama do COE/INCON.

Editorial

Da 'cantadinha' ao incêndio no mato

Aqui não temos vizinhos, temos familiares; a gente nem precisa manter as portas da casa trancadas o tempo todo' disse esta semana um morador de São Silvestre, em entrevista a escritores que levantam a história do distrito, situado na região oeste de Jacareí. Modos de dizer à parte, essa tranquilidade é confirmada pela maioria da população. Prova disto é o posto policial dali ter sido fechado há algum tempo sem maiores problemas.

Nem sempre foi assim. Um documentário de 1984, feito pelo Governo do Estado e postado no YouTube, mostra o oposto. A falta de segurança 'por causa dos vagabundos' era a preocupação geral naquele recanto isolado do mapa de Jacareí. A mudança exemplar registrada agora se deve principalmente à união fraterna das famílias. Só uma antiga

moradora possui 56 afilhados de batismo. A maioria dos cidadãos se conhece pelo nome.

Essas observações vêm a respeito da constatação do esforço por um trabalho conjunto no combate à bandidagem por

implantação do COI e mais voz aos conselhos civis. Moradores de locais como Parque Meia-Lua, Bandeira Branca, Primeiro de Maio e outros vão sentir-se mais seguros.

Ação da Guarda Civil está mais frequente na área urbana em próprios municipais. Por ter comandado a PM regional há pouco, Nikoluk pode dar-se a um trabalho mais entrosado com aquela corporação à qual cabe o policiamento ostensivo nas ruas. Se houver a participação cidadã, 'fecha'. Insegurança vai da 'gracinha' dita à mulheres ao feminicídio; desde chutar um animal de rua a enterrar um cão vivo; da ponta de cigarro acesa atirada pela janela do carro ao incêndio criminoso no mato. Lembremo-nos disso.

É a nossa opinião.

Ação da Guarda Civil está mais frequente na área urbana em 'batidas' ostensivas em próprios municipais

parte da secretária de Segurança e Defesa do Cidadão. Além da onipresença nas ruas da Guarda Civil Municipal, a secretária Eliane Nikoluk preocupa-se em conseguir ampliar a quantidade de postos fixos da GCM para pontos distantes. Completam, a breve

O distrito de São Silvestre é um dos lugares mais aprazíveis de Jacareí. Os moradores vivem em perfeita irmandade, muito compadrio entre eles e livre (até o momento) de assaltos. 'Algumas casas pernoitam com as portas destrancadas', gabam-se os de lá. É um grupo de simples com lindas e agradáveis histórias de vida. Cada qual tem seu apelido e por ele é chamado -, coisa típica de mineiro. Impossível a gente não perder a noção da hora ao escutá-los nos "causos" que contam.

O 'Filho Brilhante' Darci de Almeida, mais conhecido por "Arroz Doce", é uma dessas figuras típicas. Natural de Itamonte/MG chegou em 1965 e nunca mais quis voltar em de-



Um mineiro 'muito doce'

finitivo, mesmo depois de aposentado; quando alcançou a merecida condição, passou a dar conta de outros afazeres.

Migrou, como a maioria, para trabalhar na antiga Indústria Papel Simão (atual Suzano Papel e Celulose) e com o tempo acabou trazendo quinze outras pessoas de Minas para ingressar na



ARQUIVO PESSOAL

empresa, todas familiares seus. Sempre envolvido com a comunidade desempenhou inúmeras atividades filantrópicas como fundador e membro da sociedade amigos do bairro e do

Sindicato dos Papeleiros. Participou também na comissão para construção da igreja e organização das inúmeras atividades

festivas do distrito.

Atualmente, também se dedica com esmero aos filhos e netos, o que não o impede receber pessoas para mostrar com orgulho os inúmeros troféus e medalhas conquistados em torneios de futebol, truco, vôlei e buraco. Outro prazer do 'Doce aposentado' é narrar histórias do trabalho, falar do General Zerbini - de quem privou da amizade - e dedilhar no violão para mostrar algumas das quase duzentas canções que compôs, parte delas com letras de cunho ecológico. Apesar da idade, jeito calmo e vida mansa, se for para defender a natureza mostra-se mais bravo do que uma onça pintada; revela seu lado azedo.

(Colaborou, Waldir Capucci).



Usucapião Administrativo

e o lapso temporal.

Não são incomuns pretensões judiciais de usucapião, julgadas improcedentes por ausência de prova da efetiva posse de fato com ânimo de dono. Alguns crendo que a propriedade é garantia de direitos sobre o bem, negligenciam ao atributo da posse e abandonam o bem à própria sorte, até que um terceiro postule pedido de usucapião, provando a posse prolongada, mansa e pacífica.

Atualmente, é possível deduzir pedido de usucapião pela via extrajudicial, cujo procedimento tem início sempre com a assistência de um Advogado, devido à especialidade. O interes-

sado peticionará para o registrador de imóveis da situação do bem, juntando provas documentais de sua posse, passando por documentos fiscais, recibos de aquisição de materiais para construção, edificação, plantações, erguimento de muros ou cercas, culminando com as declarações de testemunhas, oportunidade em que o postulante da usucapião requererá para o Tabelião de sua livre escolha que lave um documento denominado Ata Notarial, documento este que relatará as circunstâncias do imóvel, seus confrontantes, suas características, a existência de vizinhos,

plantações, benfeitorias, pagamento de impostos, edificações porventura existentes, cercas, muros. Para isso, deverá o Notário deslocar-se até o imóvel, conversar com confinantes e confrontantes, lavrando após uma escritura com viés declaratório, que deverá com outros documentos, inclusive planta e memorial descritivo, instruir o pedido dirigido para o Registrador.

Por fim é necessário dizer que o proprietário de tudo tomará ciência, em homenagem ao princípio do contraditório e da publicidade, oportunidade em que apresentará, se quiser, oposição ao pedido. Se tal acontecer, o Registrador encaminhará os autos para o Juízo competente, judicializando a questão.

***Dr. Paulo de Tarso Castro Carvalho** é advogado, mestre em direito e professor universitário.

diário de jacareí
www.diariodejacarei.com.br

Editado pela Empresa Jornalística Diário de Jacareí Ltda. - EPP
Fundado em 06/06/1988
ISSN 2237-1389

Solange Aparecida Moraes Ananias
Sócia proprietária
solangeananias@diariodejacarei.com.br

Angelo de Paula Ananias
Diretor responsável e de redação
angelooananias@diariodejacarei.com.br

Circulação:
Jacareí, SJCampos, Guararema,
Santa Branca e Igaratá

Nº atrasado (mês em curso): R\$ 1,50
Demais edições: R\$ 5,00
Circulação: sábado

Rua João Américo da Silva, nº 41, Centro - Jacareí - SP - CEP: 12.308-660
PABX/FAX: (12) 3953-2966
E-mail: contato@diariodejacarei.com.br

Os artigos assinados são de responsabilidade dos autores
Impressão: MAR MAR Gráfica e Editora Ltda.

Curtas

Jacaréi tem dois casos confirmados de sarampo



Jacaréi tem dois casos confirmados de sarampo e nenhum caso suspeito em investigação. Ambos foram confirmados na segunda quinzena de agosto. Um homem de 40 anos e uma mulher de 29 anos, de bairros não informados pela Prefeitura Municipal. De acordo com a atual administração, Jacaréi recebeu cerca de 1.700 doses extra da vacina contra o sarampo e todas as unidades da rede de saúde estão abastecidas.

Conselho dos Direitos da Mulher realiza fórum na quarta-feira (4)

Na quarta-feira (4) será realizado o Fórum do Conselho Municipal dos Direitos da Mulher. O evento acontece no auditório da Secretaria de Educação, das 9h às 13h. O objetivo é preparar o processo de eleição dos novos representantes da sociedade civil que atuarão até 2021. Para participar, as candidatas deverão ser maiores de 18 anos, residir no município de Jacaréi e ter feito a inscrição no prazo estabelecido.

Prefeitura anuncia início de obras de drenagem no Jardim do Marquês

De acordo com a atual administração, homens e máquinas estão trabalhando no bairro desde segunda-feira (26)

A Redação

A Prefeitura de Jacaréi anunciou o início de obras de drenagem no Jardim do Marquês (região leste). De acordo com a atual administração, homens e máquinas estão trabalhando no bairro desde segunda-feira (26). A previsão é de que as obras sejam concluídas até o final deste ano.

Ainda de acordo com o atual governo, numa primeira etapa, a colocação de guias, sarjetas e calçadas vinha sendo feita em todo o bairro.

No total a Prefeitura Municipal investirá mais de R\$ 4 milhões para obras na Avenida Condessa da Pedra Branca e nas ruas Marquês do Paraná, Marquês de Santo Amaro, Marquês de São Vicente, Marquês do Maranhão, Marquês de Itanhaém, Marquês de Baependi, Marquês de Aracati, Marquês de



Obras de drenagem e pavimentação chegarão a 16 vias

Olinda, Princesa Maria Bonaparte, Marquês de Tamandaré, Manoel Luís Osório, Marquês de Paranaguá, Cândido José de Araújo Viana (Marques de Sapucaí), Marquês de Abrantes e rua Marquês de Vila Real da Pedra Grande.

Emendas parlamentares garantem recapeamento nas regiões sul e leste

A Redação

Emendas parlamentares destinadas por dois deputados federais estão garantindo obras de recapeamento em bairros das regiões sul e leste de Jacaréi. Ao todo, sete vias receberão melhorias.

No Parque Santo Antônio (região sul), na Rua das Dálías, as obras estão em ritmo acelerado. Ainda no bairro estão

em andamento as obras de recapeamento na Avenida Pedra Santa. As duas foram possíveis devido a emendas no valor de R\$ 394 mil destinadas pelo deputado Eduardo Cury (PSDB).

Já no Jardim Primavera (região leste), outras cinco ruas serão contempladas. As ruas Amarilis e Prímulas já tiveram obras de recapeamento e aguardam serviços de sinalização. Ainda es-

tão previstas obras nas ruas Paineiras, Rosas e Tagetes. Os investimentos somam R\$ 493 mil que vieram por meio de emenda do deputado Gilberto Nascimento (PSC).

De acordo com a Secretaria de Infraestrutura, as obras serão realizadas em momentos distintos, conforme a liberação dos recursos de responsabilidade da Caixa Econômica Federal.

Contrato para obras no Jardim do Marquês foi assinado em janeiro

O prefeito de Jacaréi, Izaias Santana (PSDB), assinou contrato para obras de drenagem e pavimentação de 16 vias no Jardim do Marquês em evento realizado no dia 24 de janeiro, na igreja do bairro. Em agosto de 2018, ao anunciar a abertura do processo licitatório para a contratação da empresa responsável pelos serviços, a atual administração informou que do valor total de pouco mais R\$ 5,278 milhões estimado para

a execução das obras, foi determinado em juízo que R\$1,300 milhão seria de responsabilidade do proprietário do loteamento.

Na época, Izaias disse que o projeto realizado pela gestão do ex-prefeito Hamilton Mota (PT) 'não atendia as exigências mínimas de qualidade, seja na drenagem ou pavimentação'. "Com isso, fez-se necessário refazer o projeto, além de resolver o impasse jurídico com o loteador", destacou.

MANUTENÇÃO

Equipes da Secretaria de Infraestrutura realizam periodicamente a manutenção das vias não pavimentadas no Jardim do Marquês.

"Na última visita, na segunda quinzena de março, foram realizados serviços de cascalhamento e motonivelamento de todas as vias", reforça em nota.

DIVULGAÇÃO/PMJ



No Parque Santo Antônio (região sul), na Rua das Dálías, as obras estão em ritmo acelerado

José Luiz Bednarski



O 5º Poder

Controle Externo do Judiciário

Ministério Público estadual, escolhidos pelo Procurador-Geral da República dentre os nomes indicados pelo órgão competente de cada instituição estadual.

Também completam o CNJ dois advogados indicados pelo Conselho Federal da Ordem dos Advogados do Brasil, e dois cidadãos de notável saber jurídico e reputação ilibada, indicados na Câmara dos Deputados e outro pelo Senado Federal.

Em linhas gerais, compete ao Conselho o controle da atuação administrativa e financeira do Poder Judiciário e do cumprimento dos deveres funcionais dos juizes.

O CNJ analisa reclamações contra membros ou órgãos do Poder Judiciário, independentemente da

competência disciplinar e correções realizadas pelos tribunais sobre os mesmos fatos.

Assim, pode avocar processos disciplinares em curso e determinar, após o exercício do direito de defesa, a remoção, a disponibilidade ou a aposentadoria com subsídios ou proventos proporcionais ao tempo de serviço, além de poder aplicar outras sanções administrativas até mais gravosas aos faltosos, como a demissão a bem do serviço público e a cassação da aposentadoria.

O poder disciplinar do CNJ aplica-se igualmente aos serviços auxiliares da Justiça, serventias (ofícios judiciais) e órgãos prestadores de serviços notariais e registrários que atuem por delegação do poder público ou oficializados (cartórios extrajudiciais).

Alcança também a revisão, de ofício ou mediante provocação, dos processos disciplinares de juizes e membros de tribunais julgados há menos de um ano.

José Luiz Bednarski é Promotor de Justiça da Cidadania e do Consumidor

Avulta-se no cenário parlamentar tendência para aprovação de projeto de nova Lei de Abuso de Autoridade. Qualquer que seja a real motivação, são tempos sombrios: ou existem excessos impunes, ou se objetiva manietar politicamente o Poder Judiciário.

A discussão é antiga. Outrora, intitulou-se 'controle externo' e deu ensejo à Emenda Constitucional nº 45, do ano de 2004, que criou o Conselho Nacional de Justiça (CNJ).

Embora surgido para exercer o controle externo, referido sodalício é contraditoriamente listado na Constituição Federal entre os órgãos do Poder Judiciário (art. 92, I-A), porém dispõe de extensa normatização apartada (art. 103-B).

De fato, sua composição heterogênea demonstra que se cuida efetivamente de órgão de controle externo. Além de magistrados, compõem-no um membro do Ministério Público da União e outro oriundo de

Secretaria de Esportes mobiliza terceira idade para o Dia do Idoso

No dia 27 de setembro, em parceria com o 'Agita São Paulo', a pasta promove um dia de atividades dedicadas à melhor idade

A Redação

Na semana em que se comemora o Dia Internacional do Idoso (1º de outubro), a Prefeitura Municipal de Jacareí, através da Secretaria de Esportes e Recreação, prepara uma série de even-

A programação também prevê orientação sobre nutrição, descarte correto de resíduos e direitos dos idosos

tos para celebrar a data.

No dia 27 de setembro (sexta-feira), em parceria com o 'Agita São Paulo', a pasta promove um dia inteiro de atividades dedicadas à melhor idade.

O evento será realizado no Viveiro Municipal, das 8h às 12h, e inclui atividades físicas como alongamento, dança rítmica, caminhada, dança circular, meditação, oficina da memória e jogos de mesa.

Além disso, a programação também prevê orientação sobre nutrição, descarte correto de



Evento para celebrar o Dia do Idoso será realizado em Jacareí no Viveiro Municipal

>> QUANDO SE COMEMORA O DIA DO IDOSO

No 1º dia do mês de outubro celebra-se o Dia do Idoso no Brasil. Até 2006, o Dia do Idoso era comemorado no dia 27 de setembro. Pelo fato de o Estatuto do Idoso ter sido instituído em 1º de outubro, em 2006 foi criada uma outra lei (Lei nº 11.433, de 28 de Dezembro de 2006) para transferir o Dia do Idoso para 1º de outubro.

resíduos, plantas medicinais e direitos dos idosos.

Para participar, a Secretaria de Esportes e Recreação orienta que os idosos compareçam com roupas confortáveis, usem repelente e protetor solar, além de trazer uma garrafa de água.

O Viveiro Municipal 'Seu Moura' está localizado no bairro Campo Grande, região sul da cidade.

Em 2030, o número de idosos deve superar o de crianças e adolescentes

Atualmente, os idosos representam 14,3% dos brasileiros, ou seja, 29,3

milhões de pessoas. E, em 2030, o número de idosos deve superar o de

crianças e adolescentes de zero a quatorze anos. Em sete décadas, a mé-

dia de vida do brasileiro aumentou 30 anos saindo de 45,4 anos, em 1940, para 75,4 anos, em 2015.

O envelhecimento da população tem impactos importantes na saúde, apontando para a importância de organização da rede de atenção à saúde para a oferta de cuidados longitudinais.

As doenças crônicas não transmissíveis atualmente afetam boa parte da população idosa. De

acordo com pesquisas anteriores promovidas pelo Ministério da Saúde, 25,1% dos idosos tem diabetes, 18,7% são obesos, 57,1% tem hipertensão e 66,8% tem excesso de peso. Também são responsáveis por mais de 70% das mortes do país.

O número de pessoas com idade igual ou superior a 60 anos vai mais que dobrar no mundo em 2050, passando de 900

milhões em 2015 para cerca de 2 bilhões.

Por isso, a Organização Pan-Americana da Saúde/Organização Mundial da Saúde (OPAS/OMS) acredita ser importante que os idosos de hoje e os do futuro possam envelhecer de maneira saudável e ativa. Ou seja, que a idade avançada não impeça as pessoas de ser e fazer o que querem ou valorizam.

COMPRE PELO APLICATIVO EMBARQUE COM QR CODE!

- ✓ PRATICIDADE
- ✓ SEM FILAS
- ✓ + CONFORTO

GET IT ON Google Play | Download on the App Store

ESCOLHA SUA PASSAGEM E PAGUE PELO SMARTPHONE

SCANEIE O QR CODE* NO TOTEM** PARA IMPRIMIR O TICKET

BOA VIAGEM!

*O QR CODE CHEGA NO APP E NO SEU E-MAIL.
**TOTENS DISPONÍVEIS NAS SALAS DE AUTOATENDIMENTO.

PÁSSARO MARRON NA PALMA DA SUA MÃO!

WWW.PASSAROMARRON.COM.BR | Passagem Marron | LITORÂNEA

Meio Ambiente prepara nova edição do Festival da Primavera

A Redação

A Secretaria de Meio Ambiente de Jacareí está ultimando detalhes para a 3ª edição do Festival da Primavera, que será realizado nos dias 22 de setembro, 12 e 13 de outubro. A iniciativa visa o plantio de 100 mudas de árvores nativas no Viveiro Municipal, além de atividades culturais no Parque da Cidade e no próprio Viveiro, envolvendo contação de histórias, teatro e apresentações musicais.

Desde o primeiro ano da atual administração, em 2017, a Secretaria de Meio Ambiente promove o evento com o intuito de aproveitar a mudança de estação "para promover a cul-



Vista interna do Parque da Cidade que receberá atividades

tura associada a valores relacionados ao meio ambiente, cultura de paz e a cooperação", reforça.

A 3ª edição do Festival da Primavera é mais uma oportunidade para a Secretaria de Meio Ambiente de promover

a disseminação e multiplicação da educação ambiental através de atividades culturais, pela interação dos cidadãos com o ambiente natural, no caso, o Viveiro Municipal e o Parque da Cidade.

Quantos somos...

População do País passa de 210 milhões, diz IBGE; em Jacareí, são mais de 233 mil

Em Jacareí, de acordo com o instituto, a população é de 233 mil, 662 habitantes. Os dados foram publicados no Diário Oficial da União

Akemi Nitahara
Agência Brasil

O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) divulgou nesta quarta-feira (28) as estimativas da população. Pela data de referência de 1º de julho de 2019, o Brasil tem uma população total de 210.147.125 pessoas. Em Jacareí (terceira cidade mais populosa do Vale do Paraíba), de acordo com o instituto, a população estimada é de 233 mil, 662 habitantes.

São José dos Campos (maior cidade da região) está em sétimo lugar na lista dos municípios brasileiros com mais de 500 mil habitantes (exceto capitais), com 721.994 habitantes.

Ainda no Vale do Pa-



O Brasil tem uma população total de 210.147.125 pessoas

raíba, Taubaté ocupa a segunda posição com 314.924 habitantes. Os dados relativos aos estados foram publicados no

Diário Oficial da União. Em 1º de julho do ano passado, o número era de 208.494.900. O crescimento absoluto da popu-

lação no país em um ano foi 1.652.225 pessoas, o que representa aumento de 0,79%.

O estado com a menor

população continua a ser Roraima, que chegou a 605.761 pessoas, um crescimento de 5,06% frente os 576.568 registrados no ano passado. Amapá tem população de 845.731 pessoas e o Acre somou 881.935.

A maior população se encontra em São Paulo, com 45.919.049 pessoas, um aumento de 0,83% em relação aos 45.538.936 estimados há um ano. Minas Gerais tem uma estimativa de população de 21.168.791 pessoas e o Rio de Janeiro aparece em terceiro lugar, com 17.264.943.

CRITÉRIOS

As populações dos municípios foram estimadas por procedimento matemático e são o resultado da distribuição das populações dos estados,

projetadas por métodos demográficos, entre seus diversos municípios. O método baseia-se na projeção da população estadual e na tendência de crescimento dos municípios, delimitada pelas populações municipais

A maior população se encontra em São Paulo, com 45.919.049 pessoas

captadas nos dois últimos Censos Demográficos (2000 e 2010) e ajustadas. As estimativas municipais também incorporam alterações de limites territoriais municipais ocorridas após 2010.

Observatórios de Jacareí e São José se fundem para ações mais consistentes

A Redação

As unidades do Observatório Social de Jacareí e de São José dos Campos anunciaram uma 'fusão'. Criadas em 2016 e 2013, respectivamente, a união das duas entidades objetiva que o Controle Social nos dois municípios seja feito de uma forma mais 'integrada e consistente'.

A fusão foi oficializada em 12 de agosto durante reunião na sede do Observatório Social



A fusão foi oficializada em 12 de agosto durante reunião na sede do Observatório Social de Jacareí

de Jacareí. Nesse dia foi definida a composição dos novos conselhos administrativo e fiscal, que passam a ser responsáveis pela gestão do grupo.

O presidente do novo Observatório Social é o empresário e coordenador de cursos de pós-graduação da Univap – Universidade do Vale do Paraíba, Ricardo Hamad. "Temos agora quase um milhão de cidadãos para representar, o que aumenta nossa responsabilidade, mas, ao mesmo tempo, nos dá ânimo e mais recursos para poder atuar melhor nos quatro pilares do OS, que são Transparência, Educação Fiscal, Acompanhamento de Licitações e Capacitação das empresas em integridade e participação em licitações", enfatizou.

OBSERVATÓRIO SOCIAL

O Observatório Social do Brasil (OSB) é uma instituição da sociedade civil, sem fins lucrativos, disseminadora de uma metodologia padronizada para a criação e

O Sistema OSB é formado por 3 mil voluntários engajados na causa da justiça social

atuação de uma rede de mais de 140 organizações democráticas e apartidárias. O Sistema OSB é formado por 3 mil voluntários engajados na causa da justiça social e contribui para

a eficiência da gestão pública, tendo ajudado a economizar mais de R\$ 3,5 bilhões aos cofres municipais entre 2013 e 2018.

CONTROLE SOCIAL

Controle Social é a participação do cidadão na gestão pública. É um mecanismo de prevenção da corrupção e de fortalecimento da cidadania. Assim, o Controle Social revela-se como complemento indispensável ao controle institucional, exercido pelos órgãos fiscalizadores, tais como Tribunais de Conta e Controladoria Geral da União.

Para saber mais sobre o trabalho da entidade, acesse: www.osbrasil.org.br.



**COMPRE 1 INGRESSO
GANHE R\$ 10,00
DE DESCONTO
NO COMBO
PIPOCA + REFRI**



Ingressos a partir de R\$ 6,00*

VÁLIDO 2ª E 3ª-FEIRAS

CONFIRA NO JACAREÍ SHOPPING.



Geral

Caixa prorroga até o final do ano campanha para quitação de dívida

A campanha abrange cerca de 3 milhões de clientes no país, 80% de pessoas físicas

Luciano Nascimento
Agência Brasil

A Caixa Econômica Federal prorroga, até o dia 31 de dezembro, a campanha 'Você no Azul', voltada para a renegociação de dívidas de créditos comerciais para pessoas físicas e jurídicas, informou nesta terça-feira (27) o banco. De acordo com a Caixa, os descontos podem chegar

a 90% para liquidação à vista, conforme a situação dos contratos e o tipo de operação de crédito.

"Com 297 mil contratos liquidados até o momento, correspondendo a cerca de R\$ 2 bilhões em dívidas quitadas, a campanha proporciona facilidades para regularização de débitos com atraso superior a 360 dias", informou a assessoria da Caixa.

MARCELO CUNHA/AGÊNCIA BRASIL



O presidente da Caixa, Pedro Guimarães, durante entrevista coletiva para apresentar detalhes da campanha

A campanha abrange cerca de 3 milhões de clientes, 80% de pessoas físicas. Eles podem quitar suas dívidas à vista por valores inferiores a R\$ 1.000 e 70% dos clientes pessoa jurídica terão oportunidade de quitá-las com valores inferiores a R\$ 5.000.

"A Caixa possui ainda outras alternativas de negociação. No crédito comercial é possível unificar os contratos em atraso e parcelar em até 96 meses, realizar uma pausa no pagamento de até uma prestação vencida ou a vencer ou ainda efetuar a repactuação de dívida, com possibilidade de aumento do prazo", disse o banco.

Nos casos envolvendo contratos habitacionais, as condições variam de

acordo com as características do contrato e tipo de operação. Entre as possibilidades, os clientes podem pagar uma entrada e incorporar as demais parcelas em atraso, realizar acordo com um pagamento inicial ou utilizar o saldo do Fundo de Garantia do Tempo de Serviço (FGTS) para reduzir em até 80% o valor de 12 prestações, inclusive até três prestações atrasadas.

Os clientes interessados em renegociar as dívidas com o banco podem procurar os canais de atendimento por meio dos sites www.caixa.gov.br/vocenoazul e www.negociardividas.caixa.gov.br, pelo telefone 0800 726 8068 opção 8, nas redes sociais da Caixa no Facebook, Twitter, além das agências.

Classificados

IMÓVEIS VEÍCULOS EMPREGOS DIVERSOS
Anuncie Agora!
3953-2966

IMÓVEIS

CASA VENDA - JD. PITORESCO
Sito à Av. São Jorge, nº 577 - Cid. Salvador. Casa c/ dois dormitórios, sala, cozinha, wc, garagem c/ uma vaga, mais um porão c/ três cômodos e um wc. Documentação "ok". R\$ 300 mil (não aceita financiamento), (aceito troca por imóvel em Jacareí). Tratar c/ Maria Aparecida. Fone: (12) 3951-6167

CASA - COND. MIRANTE SERRA
Dois dormitórios, sala dois ambientes, cozinha planejada, duas vagas de garagem, área externa (fogão lenha, forno e churrasqueira). Valor: R\$ 215 mil. Tels.: (12) 3951-8534 ou (12) 99151-0887 (WhatsApp).

TERRENO - VENDA
A 3 km do centro de Santa Branca, sentido Toca do Leiteão. Com 820m². Valor: R\$ 60 mil. Tels.: (12) 3951-8534 ou (12) 99151-0887 (WhatsApp).

CASA EM CARAGUATUBA
Vendo casa no bairro Massaguçu em Caraguatuba. Um dormitório, sala, cozinha, banheiro e quatro vagas de garagem. Escritura definitiva, IPTU em dia. R\$ 170 mil. Tels.: (12) 3951-4356 ou (12) 98805-1852 (WhatsApp)

EMPREGO

REPRESENTANTE COMERCIAL
Procuro representantes para Região Metropolitana do Vale do Paraíba, com habilidades em vendas para pet shops, ser ágil, desinibido, ambos os sexos. Interessados entrar em contato, através dos telefones: (11) 2154-7325 / (11) 3791-4928 ou pelo e-mail: grazi.amup@gmail.com

Classificados
Quer vender, trocar ou alugar?

R\$ 10 Anúncio publicado 2x seguidas com foto
Anuncie Agora! 3953-2966

Classificados
Quer vender, trocar ou alugar?

R\$ 5 Anúncio publicado 2x seguidas sem foto
Anuncie Agora! 3953-2966

DIVERSOS

COTA CONTEMPLADA
Crédito imobiliário no valor de R\$ 400 mil. Quero R\$ 48 mil e passo dívida. Particular. Tel.: (12) 99640-3955

DETIETIVE PEREIRA
Investigações em Geral, com escritório na Avenida Roberto Lopes Leal, nº 897, Jardim Santa Maria, em Jacareí. Tel.: (12) 98284-4430 (WhatsApp).

JÚ FRETAMENTO E LOCAÇÕES
Vans e carros. Transporte de funcionários, Serviços Executivos, Eventos, Festas, Aeroportos, Feirinha da Madrugada e Pescarias. Tels.: (12) 98181-1904 (WhatsApp).



SUPER RÁDIO
PIRATININGA

COMECE BEM O SEU DIA!
Com jornalismo imparcial e interativo. Os principais fatos que são notícia, de forma direta e objetiva.

JORNAL PIRATININGA
JORNALISMO PRA VALER!

De segunda a sexta, das 8h às 10h da manhã
Apresentação: Angelo Ananias

Acompanhe pelo site ou via APP no seu celular!
Acesse: www.radiopiratininga.com.br

vasques
CONTABILIDADE

Serviços Contábeis, Fiscais, Trabalhistas e Legalização de Empresas
Fone: (12) 39534601
e-mail: vasquescontabilidade@uol.com.br

PAULO DE TARSO CASTRO CARVALHO
Advogados Associados

Trabalhista - Previdência (INSS)
Consumidor - Indenizações
(12) 3951-0920



JTU
JACAREÍ TRANSPORTE URBANO

Implantou e utiliza um sistema de Garantia de Qualidade para o transporte coletivo urbano de passageiros e transporte escolar rural

Avenida Getúlio Vargas, 3450
Tel. (12) 3955-4744 / Fax 3958-1523,
Cx. Postal: 279 - CEP: 12.305-903 - Jacareí-SP
e-mail: jtu@jtu.com.br ou [acesse: www.jtu.com.br](http://www.jtu.com.br)

COMUNICADOS

ABANDONO DE EMPREGO

A empresa **LOPES COMÉRCIO DE MATERIAL DIDÁTICO E ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL**, situada à Av. Santa Cruz dos Lázarus, nº 597, Santa Cruz dos Lázarus, Jacareí/SP, CEP 12.322-310, inscrita no CNPJ sob o nº 62.543.814/0001-20 e Inscrição Estadual nº 392.107.750.111, comunica que o funcionário **JULIANO NOVAES PORTES**, portador do CPF nº 356.577.168-25 e CTPS 00068254, Série: 00293/SP, não comparece ao seu local de trabalho desde o dia 31 de julho de 2019, configurando abandono de emprego, sujeito às penalidades previstas no Art. 482 da CLT.

EXTRAVIO DE DOCUMENTO FISCAL

A empresa **GR COMÉRCIO DE VESTUÁRIOS LTDA.**, situada à Avenida Adhemar Pereira de Barros, nº 727, bairro Jardim Santa Maria, Jacareí/SP, Inscrição Estadual nº 392.251.531.111 e CNPJ nº 11.018.203/0001-21, comunica a perda do Livro Registro de Utilização de Documento Fiscais e Termos de Ocorrências, Modelo 6, preenchido.

EDITAIS

EDITAL DE CONVOCAÇÃO

SANTA CASA DE MISERICÓRDIA DE JACAREÍ, inscrita no CNPJ 50.471.564/0001-80, situada na Rua Antônio Afonso, nº. 119, Centro, Jacareí/SP, CONVOCA todas as pessoas que lhe prestaram serviço no período de julho/1988 a novembro de 2003 a comparecerem no Departamento de Recursos Humanos do Hospital unidas de documentos comprobatórios do vínculo de emprego (CTPS, PIS/PASEP, TRCT), para regularização do Fundo de Garantia do Tempo de Serviço - FGTS junto à Caixa Econômica Federal.

Jacareí, 27 de agosto de 2019.

Elisete Sgorlon - Superintendente
Santa Casa de Misericórdia de Jacareí

CARTÓRIO DO OFICIAL DE REGISTRO DE IMÓVEIS DA COMARCA DE JACAREÍ - SP

EDITAL

O Bel. **EDSON DE OLIVEIRA ANDRADE**, Oficial do Cartório de Registro de Imóveis desta única circunscrição imobiliária da Comarca de Jacareí, do Estado de São Paulo, na forma da lei, etc...

FAZ SABER a **FAUSTINO ALVES DE OLIVEIRA**, brasileiro, casado, que perante este Cartório de Registro de Imóveis, sito na Rua XV de Novembro, 269, nesta cidade, sob a prenotação nº 204.415, tramitam os termos do procedimento administrativo de **RETIFICAÇÃO DE REGISTRO IMOBILIÁRIO** requerido por **CONSTRUTORA VALE SUL LTDA.**, objetivando a retificação da descrição do imóvel de sua propriedade, designado como uma casa e seu respectivo terreno e quintal, situada na Rua Marcolina, nº 141, matriculado neste Cartório sob nº 5.669, cuja área se encontra devidamente descrita e caracterizada no memorial descritivo e levantamento planimétrico juntado às fls. 19/21 dos autos. Assim sendo e constando que **FAUSTINO ALVES DE OLIVEIRA**, proprietário do imóvel confrontante designado como uma casa residencial e seu respectivo terreno com frente para a Rua Capitão José Neves Bicudo, nº 475, na Chácara Bela Vista (transcrição nº 18.828, fls. 145, do Livro 3-O), não foi encontrado no referido endereço, expediu-se o presente pelo qual fica devidamente **NOTIFICADO** para que, no prazo de quinze (15) dias, contados da primeira publicação deste edital, se manifeste sobre a pretensão da requerente, ficando ciente de que, nos termos do artigo 213, § 4º, da Lei nº 6.015/1973, presumir-se-á a anuência dos confrontantes que deixarem de apresentar impugnação no referido prazo. E, para que chegue ao conhecimento de todos e ninguém possa alegar ignorância, expediu-se o presente edital que será publicado por duas vezes em jornal local, com intervalo inferior a quinze dias e afixado no lugar de costume deste Cartório.

Jacareí, 23 de agosto de 2019.

Edson de Oliveira Andrade
EDSON DE OLIVEIRA ANDRADE
Oficial Registrador

24/08/2019 e 31/08/2019

Variedades

Festival da Cerveja movimentada a região central neste fim de semana

Estarão presentes 10 cervejarias, totalizando mais de 30 rótulos de cervejas especiais

A Redação

Neste final de semana, os apreciadores de cervejas especiais e boa música têm encontro marcado com o 'Festival Jacareí Terra da Cerveja', que começou na sexta-feira (30), e segue até domingo

A iniciativa visa desenvolver o turismo, fortalecendo a vocação do município para o setor cervejeiro

(01), das 12h às 22h, na região central da cidade. Estarão presentes 10 cervejarias, totalizando mais de 30 rótulos de cervejas especiais. Os mestres-cervejeiros e proprietários



Festival contará com praça gastronômica, diversos shows de rock e atração internacional

de cervejarias também estarão no festival.

O evento, realizado pela Fundação Cultural de Jacareí e Secretaria de Desenvolvimento Econômico, faz parte do projeto 'Jacareí Terra

da Cerveja', lançado em março. A iniciativa visa desenvolver o turismo, fortalecendo a vocação do município para o setor cervejeiro, uma vez que a cidade é uma das maiores produtoras de

cerveja do Brasil.

O Festival contará com uma ampla praça gastronômica, diversos shows de rock e uma atração musical internacional. O evento tem entrada franca.

Viva Cancún com quem vive o México, conheça a Tio Nenê Tours!

| PACOTES | PASSEIOS | ACESSORIA | CASAMENTOS |
| roteiros personalizados | atendimento 24h |
| turismo receptivo para brasileiros |

A sua casa em Cancún!

facebook.com/tionenetours contato@tionenetours.com.br

CINEMARK
É MAIS QUE CINEMA. É CINEMARK

Jacareí Shopping, R. Barão de Jacareí, 364 - cinemark.com.br - (12) 3951-0435

PROGRAMAÇÃO DE 31 08 A 06 09 2019 Sujeita a alteração sem aviso prévio.
Estreias de filmes ou conteúdos alternativos podem ter preços diferenciados. Consultar os valores em nossos cinemas.

Brinquedo Assassino	Sala 5 21:25 DUB
Nada a Perder 2	Sala 2 20:30 ORIG
O Rei Leão	Sala 2 12:15 15:00 17:45 DUB Sala 3 14:30 17:10 20:00 DUB Sala 5 13:35 16:10 18:50 DUB
Velozes e Furiosos: Hobbs & Shaw	Sala 4 21:45 DUB
Yesterday	Sala 1 13:00 18:10 DUB Sala 1 15:35 20:45 LEG

ATENÇÃO) Informações sobre dias, horários e faixa etária dos filmes, acesse o site: www.cinemark.com.br ou ligue para o Cinemark Jacareí (12) 3951-0435

LEG: Legendado DUB: Dublado ORIG: Áudio Original

Horóscopo
VISITE: WWW.OMARCARDOSO.COM.BR

ÁRIES 21/03 a 20/04
Procure a felicidade no terreno espiritual e tudo será mais fácil. Os obstáculos tendem a desaparecer diante do período propício que se inicia agora. Você poderá apaixonar-se, sobretudo se esta pessoa for de um signo que atraia você, especialmente pela criatividade.

CÂNCER 21/06 a 21/07
Aproveite este benéfico dia para promover seu sucesso social, profissional e material. Uma excelente conjunção astral o está favorecendo. Bom para o comércio e negociação de papéis. As pessoas têm reparado em suas qualidades e você pode ser convidado para fazer um curso de aperfeiçoamento.

LIBRA 23/09 a 22/10
Você deve aproveitar este dia para deixar tudo claro em relação aos seus familiares, podendo se beneficiar com uma conversa franca com os parentes mais próximos. Confie mais em sua memória principalmente dentro do trabalho.

CAPRICÓRNIO 22/12 a 21/01
Dia em que poderá contar com as melhores condições nos negócios. Não se deixe enganar pela popularidade que goza nos últimos dias, pois muita coisa pode ser falsa ou mesmo lhe causar aborrecimentos.

TOURO 21/04 a 20/05
Desde as primeiras horas do dia, procure evitar atritos com pessoas de temperamento forte. Mais compreensão e inteligência para proveito dos benefícios deste dia. Este é um bom período do ano para você. Sucesso nas questões financeiras, nos jogos e na loteria.

LEÃO 22/07 a 22/08
Bom dia para tratar com militares, políticos e pessoas ligadas à igreja. Muito bom, também, para abrir uma caderneta de poupança ou para solicitar empréstimo de dinheiro. Êxito profissional. Boa saúde. Você estará mais disposto a participar de reuniões sociais.

ESCORPIÃO 23/10 a 21/11
Vida familiar beneficiada. Durante o período você poderá perceber a intensificação nos contatos com pessoas do sexo oposto. Você também tende a sentir-se atraído por questões secundárias, principalmente aquelas que constituem um empecilho para o seu progresso.

AQUÁRIO 21/01 a 19/02
Cuidado com os inimigos ocultos e opostores, pois estes estarão prontos a prejudicá-lo em algum sentido. Bom, porém para pesquisas, investigações e ao amor. Festa, divertimentos podem fazer parte da sua agenda hoje.

GÊMEOS 21/05 a 20/06
Bom para novos empreendimentos e para os negócios ao mesmo tempo. Muita habilidade literária e mente fértil, penetrante e influente. Em relação ao trabalho, se você se envolveu em um mau negócio, tenha calma, pois tudo se resolverá ainda este mês.

VIRGEM 23/08 a 22/09
Durante o transcorrer do período, você poderá perceber que ser livre é um direito e não uma ilusória utopia. Você deve aproveitar a sua criatividade que está em alta, para resolver os seus problemas mais urgentes. O convívio familiar vai ganhar em harmonia.

SAGITÁRIO 22/11 a 21/12
Cuide de sua reputação, evite precipitações e pessoas de caráter duvidoso. O trabalho, apesar das dificuldades normais, está indo bem. Neste setor, use a sua intuição para que tudo vá cada vez melhor. Trate de praticar esportes para liberar mais energias.

PEIXES 20/02 a 20/03
Dia dos mais propícios para pesquisas e à medicina e tudo que está relacionado com ocultismo. O esforço pessoal e a dedicação vai lhe possibilitar converter em realidade suas esperanças, desejos e aspirações.

Coisas de Cinema
Por Rodrigo Romero

Sem sal

O ex-Casseta & Planeta Cláudio Manoel fez correto trabalho com 'Simonal: Ninguém Sabe o Duro que Dei' (2009), documentário que finalmente esclareceu a não-colaboração do cantor com o governo dos militares nos anos 1970, boato que sugou o intérprete de 'Meu Limão, Meu Limoeiro' ao ostracismo e o ralo do desprezo, ajudado por grupos de esquerda que infectionaram os bastidores de programas para obrigá-los a jamais chamar Simonal a apresentações.

Agora em 2019 Manoel se juntou a Alê Braga e Álvaro Campos e montou outro longa: 'Tá Rindo de Quê?'. O trio explora e tenta iluminar o humor na época do regime militar (1964-85).

Censuras, humilhações, coerções, frustrações e prisões compõem o cenário que serve de base aos depoimentos dos artistas como Bruno e Alcione Mazzeo (filho e mãe), Ary Toledo, Carlos Alberto de Nóbrega e Evandro Mesquita.

Porém, a tinta passada pelo roteiro, e em conjunto os diretores, é fraquíssima. De maneira superficial, passam pano úmido numa história onde a sujeira deve ser lavada com caminhões-pipa.

Todo mundo sabe: havia censura, os censores eram em sua maioria incultos, os comediantes escreviam uns 30% a mais de scripts com o objetivo de passar o que desejassem...

'Tá Rindo de Quê?' funciona de forma precária até o seu terço final. Aí simplesmente abandona o tema e passa a homenagear a trupe que penou na repressão. 'Não ser de esquerda naquele tempo era o fim.

E eu senti isso na pele, porque não estava nem aí e via os colegas me condenando por apenas não apoiar passeatas, brigas, confronto', diz Nóbrega no filme. De conteúdo raso, o resultado é decepcionante, infeliz.

Bem melhor são entrevistas de Chico Anysio em programas como 'Roda Viva', por exemplo. No Youtube tem tudo isso. 'Eu me cansei de ir a Brasília. Apresentava o show a censores. Eles ficavam sentados, de braços cruzados, sem esboçar sorrisos. Precisava fazer isso, senão Chico City não ia ao ar. Falava o texto para que os censores percebessem de que forma as palavras seriam ditas', diz Anysio num dos programas.

'Tá Rindo de Quê?': duração: 95 minutos; cotação: ruim.

Rodrigo Romero é jornalista e escreve para este jornal semanalmente
www.recantodasletras.com.br/autores/rodrigoromero

Onde?
Guia Comercial e Cultural

Recomendamos...

Projetos apoiados pela Suzano são destaque em festival na Vila Garcia

Alguns dos projetos de cunho social, ambiental, cultural e esportivo apoiados pela Suzano estarão em destaque neste sábado (31), quando ocorre o 2º Festival Costuras Urbanas 'Conexões para Sustentabilidade', na Praça de Eventos da Vila Garcia, das 8h às 14h, distrito de São Silvestre (região oeste), em Jacareí.

Aberto ao público, o evento tem o objetivo de valorizar as iniciativas da comunidade e gerar renda para participantes de projetos apoiados pela empresa, que tem uma unidade fabril no bairro.



SAÚDE

VIDA
O plano certo para sua família e sua empresa
Central de vendas (12) 3955 - 0100
www.saofranciscovida.com.br

Veículos **Presentes**
Saúde
Serviços
Onde...
Guia comercial

Cuidado! Uso de celular com cabeça inclinada pode causar lesão na cervical

Segundo especialistas, se postura não for corrigida, pode gerar dor crônica e lesões que podem até precisar de cirurgia

Flávia Albuquerque
Agência Brasil

A Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que pelo menos 37% da população brasileira, cerca de 60 milhões de pessoas, convivem com a dor gerada pela má postura ao manusear os smartphones. O número já é mais do que a média mundial que é de 35%.

Segundo pesquisa

da Fundação Getúlio Vargas (FGV), os celulares ativos já somam 230 milhões no Brasil, um crescimento de 10 milhões em comparação com 2018. O Brasil tem mais dispositivos

digitais do que brasileiros, uma média de dois smartphones, notebooks, computadores ou tablets por habitante.

Por isso, profissionais da saúde estão alertando os usuários com relação à postura ao utilizar os aparelhos. Se não for corrigida, pode gerar dor crônica e lesões que podem até precisar de cirurgia.

Profissionais da saúde estão alertando os usuários com relação à postura ao utilizar os aparelhos

POSIÇÃO VICIOSA

A orto-

pedista do Grupo Notedrame Inter-médica, Liège Mentz-Rosano, explicou que o uso do celular faz com que a pessoa fique em uma posição viciosa, levando o pescoço a fazer uma flexão, que eleva o peso



carregado pela região.

“Quando ficamos em uma posição neutra de zero graus, é exercida uma força de cinco quilos. À medida em que vamos dobrando o pesco-

ço e fazendo uma curva, o ângulo aumenta e a pressão exercida ao chegar em 30 graus será de 18 quilos. Aos 60 graus, chega em 30 quilos”, destacou.

Segundo Liège, isso leva à sobrecarga nos discos, que são como borrachinhas entre cada vértebra, que servem como amortecedores para evitar lesões quando

Cerca de 60 milhões de pessoas no país convivem com a dor gerada pela má postura ao manusear os smartphones

são feitos movimento de impacto, além de serem fundamentais para a mobilidade.

“Essas lesões podem levar à degeneração do disco, que vai formando uma barriga, que nada mais é do que a hérnia de disco. Essas hérnias podem resultar na compressão dos nervos, ocasionando perda de força, formigamento braços, artrose precoce nas pessoas mais jovens, degeneração não só no disco, mas na parte óssea”, disse Liège.

A médica explicou ainda que muitas vezes as lesões da cervical podem levar o indivíduo a sentir dores fortes de cabeça, sem associar os fatos.

Prevenção é a melhor forma para evitar esses problemas

A ortopedista Liège Mentz-Rosano reforçou que a prevenção é a melhor forma para evitar esses problemas. Além de manter a postura correta ao manusear o celular, levando-o a uma posição neutra em que se consiga olhar discretamente para baixo, utilizar apoios, ou transferir os aplicativos possíveis para o computador, é preciso fazer exercícios de fortalecimento e alongamento de uma a mais vezes por dia. “Quando fortalecemos a musculatura anterior e posterior, fortalecemos as estruturas do pescoço. Isso protege e ajuda na correção

postural”, completa.

De acordo com o responsável técnico de hospital Anderson Benine Belezia, há diferentes métodos de imagem para avaliar a coluna cervical. O primeiro é uma radiografia simples da região, exame simples pelo qual é possível avaliar as estruturas ósseas e ver sinais que podem sugerir problemas no disco intervertebral. O segundo é uma tomografia computadorizada, que tem a maior capacidade de avaliação das estruturas ósseas. Já o terceiro, a ressonância magnética é o que tem melhor capacidade

de avaliação de danos nos discos intervertebrais (hérnias principalmente), podendo avaliar eventuais compressões nervosas e da medula com maior precisão que outros métodos.

“Nos três exames, o médico radiologista avalia as alterações presentes ou não, correlacionando com os dados clínicos informados pelo médico solicitante ou pelo próprio paciente, e fornece uma descrição detalhada dos achados de imagem que poderão nortear o tratamento e manejo clínico ou cirúrgico do paciente”, explicou Belezia.

QUANTO MAIS PROTEÇÃO, MAIS DESCONTO.

2 pessoas	3 pessoas	4 pessoas ou +
5%	7%	10%
de desconto	de desconto	de desconto

Promoção por tempo limitado.

Adquirir o São Francisco Vida é investir no plano de saúde com o melhor custo-benefício do Vale e Litoral Norte. Com ele sua família fica mais protegida e tem acesso aos melhores hospitais, clínicas e laboratórios da região.

Promoção válida de 01/08 até 31/10/2019. O desconto será concedido para adesões pelo grupo familiar, de forma simultânea dos beneficiários titulares e dependentes. Não se considera para fins de composição do grupo familiar o titular financeiro que não for beneficiário do operadora. Os valores a serem praticados para as inclusões serão de acordo com a tabela aplicada ao beneficiário titular. Na hipótese de ocorrência de exclusão após a formação do grupo familiar, os valores praticados serão mantidos.

Central de Vendas:
(12) 3955-0100
Rua General Carneiro, 471 - Centro - Jacarei
saofranciscovida.com.br | @saofranciscovida

São Francisco VIDA

5 motivos para escolher a Panther

- 25 anos na liderança através de qualidade incomparável;
- Em uma única empresa, todas as soluções;
- Tecnologia aumentando segurança e reduzindo efetivo ocioso;
- A maior e mais estruturada central de monitoramento;
- Sua família e sua empresa merecem segurança de elite!

CONFIANÇA É TUDO!

www.pantherseguranca.com.br

Tel.: (12) 3951-8505 Jacarei São José dos Campos