

ADVOCACIA CARLOS GUERRA OAB/SP 146.876

AÇÕES PREVIDENCIÁRIAS, TRABALHISTAS, FAMÍLIA / INVENTÁRIO

12 3961.3975 / 99605.4102

Cidade

Vacinação contra o Sarampo continua nas Unidades de Saúde até o dia 31

PÁG. 4



Geral

INSS retoma atendimento presencial nas agências na próxima segunda (24)

PÁG. 6



PLANO SP

SP autoriza atividades por 8h e anuncia que Jacareí permanece na Fase Amarela

E MAIS

✓ Parques da Cidade e dos Eucaliptos serão reabertos em 1º de setembro PÁG. 3



Os Parque da Cidade (à esquerda) e dos Eucaliptos voltam a funcionar em 1º de setembro, mas com restrições



O secretário de estado da Educação, Rossieli Soares, fala em coletiva à imprensa em São Paulo

Municípios de SP terão autonomia para seguir plano de volta às aulas

O vice-governador Rodrigo Garcia (DEM) confirmou na última quarta-feira (19) que as 645 prefeituras de São Paulo terão autonomia para decidir se vão ou não acompanhar o cronograma previsto pelo Estado para o retorno presencial às aulas nas redes pública e privada. PÁG. 5

Fundação Cultural entrega reforma da Sala Mário Lago

PÁG. 7



Plenário

Por Angelo Ananias

Grupos políticos anunciam pré-candidatos às eleições municipais

PÁG. 2

Saúde | PÁG. 8

Dor nas costas ou na lombar podem estar relacionadas aos novos hábitos

MOLLO CORRETORA DE SEGUROS

Cote seu seguro com aproveitamento total de **BÔNUS** de outras seguradoras

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

INCON INSTITUTO DE CIRURGIA E ONCOLOGIA

Responsável Técnico: Dr. Celso Abraão - CRM SP: 45.379

Oncologia Clínica e Quimioterapia | 12 3953-4550

Rua Professor Job Aires Dias, 76 - Centro
www.clinicaincon.com.br desde 1992

TEMPO



SÁBADO

10° min 14° max

Probabilidade de chuva 90%

DOMINGO

9° min 17° max

Probabilidade de chuva 5%

ÍNDICE

Conhecimento.....pág. 02
Cidade.....pág. 03
Cidade.....pág. 04
Geral.....pág. 05

Geral.....pág. 06
Variedades.....pág. 07
Saúde.....pág. 08



Plenário

Por Angelo Ananias

'SOMA DE ESFORÇOS'

Durou menos de um mês a anunciada 'soma de esforços' de cinco partidos para o lançamento de candidatura única à Prefeitura de Jacareí. Na quinta-feira (20), PTB e PP, com o apoio da executiva local do Avante, decidiram lançar seus pré-candidatos ao Paço. Conforme o **Diário de Jacareí** antecipou em seu site no dia 29 de julho, o vereador Arildo Batista (PTB) e a presidente do PP, Márcia Barbieri, farão uma 'dobradinha' para concorrer como prefeito e vice.



Divulgação

ALIANÇA

O anúncio anterior dos cinco partidos, para o lançamento de candidatura única a prefeito, foi feito no dia 28 de julho, através de um comunicado oficial assinado pelos presidentes das cinco legendas: Valter de Souza (Avante), Francisco Pessoa (PTB), Antônio Simões (MDB), Will Mendes (PV) e Márcia Barbieri (PP). Na ocasião, de acordo com os dirigentes, o objetivo da parceria era apresentar 'um projeto comum e favorável a Jacareí'.

PV/MDB

Dos cinco partidos, dois deles haviam anunciado nomes para concorrer ao Paço: o atual vereador Arildo Batista (PTB) e Will Mendes (PV), que há cerca de dois meses deixou a atual administração, liderada pelo prefeito Izaias. Com a definição de Arildo como pré-candidato a prefeito no grupo formado por PTB, PP e Avante, Mendes deverá ter seu nome confirmado nas prévias de seu partido, o PV, e do MDB para as próximas eleições.

ELEIÇÕES

15 de agosto foi o último dia para a desincompatibilização de agentes públicos que querem concorrer aos cargos. Desde o dia 16, está proibido qualquer tipo de promoção pessoal de candidatos nos meios de comunicação, a não ser atividades urgentes e relevantes a funções públicas. Sites de órgãos públicos e entidades associadas não podem veicular informações que remetam à publicidade de candidatos.

CAMPANHA

A campanha eleitoral, inclusive na internet, começa em 27 de setembro, um dia após o fim do prazo para registro de candidaturas. Vai até 12 de novembro. O horário eleitoral gratuito em rádio e TV começa a ser veiculado em 9 de outubro. O primeiro turno acontece em 15 de novembro e nas cidades em que houver segundo turno (não é o caso de Jacareí), a votação está marcada para 29 de novembro.

DEFINIÇÃO

A ex-secretária municipal de Saúde, Rosana Gravena (DEM), é a pré-candidata a vice-prefeita de Jacareí na chapa liderada por Izaias Santana (PSDB), pré-candidato à reeleição. O anúncio oficial foi feito na quinta-feira (20), após reunião entre os presidentes dos partidos do grupo de apoio ao atual governo. O nome da ex-secretária já vinha sendo 'costurado' há cerca de um ano.

PODEMOS

O Podemos, presidido pelo Dr. Joaquim Ferreira Neto (marido de Rosana), também oficializou o apoio à chapa, mas lançará candidatos a vereador. Joaquim vinha se apresentando como pré-candidato a pre-



feito. Recentemente, Izaias, Rosana e o doutor Joaquim estiveram reunidos com o presidente estadual da legenda, o deputado Márcio da Farmácia, para oficializar o acordo. Com a entrada do Podemos, somam-se ao grupo os partidos PSDB, DEM, PL e PSD em apoio à reeleição de Izaias.

Editorial

Pensando três vezes

A 13 semanas das eleições percebe-se o clima de incerteza para candidatos, partidos, mesários e eleitores. Claro que a pandemia está sendo acusada de responsável por mais esse estrago no país, mas também em alguns casos a realidade é outra. Falamos de uma velha realidade agora realçada pela Covid-19.

Candidatos não escondem a preocupação quanto à dificuldade em conseguir votos. Os que se acham realizadores temem que seus eleitores, por medo de contaminação, possam evitar a ida às urnas. Até porque as medidas de segurança anunciadas poderão provocar ajuntamento de pessoas dentro ou fora dos recintos de votação e tornar tais medidas no mínimo inócuas.

Uma prova dessas incertezas é a campanha incomum que o próprio TRE vem fazendo na mídia para que o cidadão

'se ofereça' a ser 'mesário voluntário'. Talvez por constatar que um alto percentual dos mesários costumeiros pertença ao chamado grupo de risco.

Se acontecer o fenômeno do último pleito, de o eleitor preferir renovar prefeituras e

de candidatos não gozam da credibilidade necessária para garantir novidades eficientes.

Nesse balaio, persistem os resultados municipais da última eleição. Nestes, boa parte de estreates eleitos não responderam às expectativas das promessas de campanha. Finalmente, temos as declarações de pais com medo de permitirem que seus filhos voltem às aulas em outubro 'para - na melhor das justificativas - não contaminarem os de casa'.

Na sexta-feira (21) o Plano São Paulo confirmou a curva descendente da Covid-19 no Estado. Esperamos haver diminuição semelhante na desconfiança e desinformação também do processo eleitoral já em desenvolvimento. E que eleitor não tenha de pensar não duas, mas três vezes antes de sair de casa para votar.

É a nossa opinião.

Candidatos não escondem a preocupação quanto à dificuldade em conseguir votos

câmaras, por exemplo, por entender que o isolamento social e as redes de internet aumentaram as chances de trocar figuras costumeiras, há um equívoco: a pandemia castrou a divulgação eficiente e as redes sociais além de abarrotadas de exposição

*João Xavier

Os casos de violência doméstica no Brasil vêm crescendo exponencialmente e com a necessidade do distanciamento e isolamento social, isso tomou uma proporção muito maior. Segundo estudo elaborado pelo Fórum Brasileiro de Segurança Pública, os casos de feminicídio aumentaram mais de 40%. Nos condomínios, esta realidade ficou ainda mais evidente.

Mulheres que já viviam em situação de violência doméstica, agora estão mais vulneráveis, pois sabemos que pequenos problemas do dia a dia, que poderiam ser relevados, acabam sendo o estopim para discussões e agressões. O Brasil está en-



Artigo

Violência doméstica cresce durante a pandemia

tre os países mais violentos do mundo nesse quesito.

Percebemos que o mesmo problema atinge diferentes classes sociais, culturais, níveis de formação acadêmica e religiosa e profissional. É obrigação do síndico e um dever como cidadão ao perceber qualquer tipo de agressão, relatar as forças policiais ou autoridades locais. Não podemos ser omissos quando sabemos que isto acontece num condomínio.

Os colaboradores devem ser orientados a relatar ao seu superior qualquer situação relacionada à violência doméstica.

Muitas das vezes, a mulher por já estar num ciclo de violência, acaba não percebendo os sinais que, como já relatado diversas vezes na mídia, começa com gritos, empurrões, agressão moral e física e pode levar a morte. Por isso, é muito importante perceber os sinais e colo-

car limites antes mesmo deste ciclo aterrorizante se iniciar.

Vale colocar nos murais dos condomínios sinalizações sobre a violência doméstica e os meios de denúncia, como ligar para o 180, meios online como apps de celular e como sinalizar discretamente aos vizinhos e colaboradores que algo está acontecendo.

A lei Maria da Penha dispõe de instrumentos como medida protetiva que pode ajudar cessar essas agressões, mas de nada adianta se a vítima não denunciar o agressor.

*João Xavier é síndico profissional, membro do Conselho de Administração do estado de São Paulo.

*Lais de Castro Carvalho

É constitucional o adicional de 25% ao aposentado por invalidez que comprove a necessidade de assistência permanente de outra pessoa, conforme previsto no artigo 45 da Lei 8.213/1991. O auxílio tem sido nomeado como "auxílio-acompanhante".

A inovação consiste na abertura de precedente onde o adicional de 25% ao valor da aposentadoria, poderá ser estendido aos aposentados que comprovem a necessidade de assistência, independentemente do tipo de aposentadoria que esteja inserido no Regime Geral.

A discussão visa ampliar a majoração de 25% à todas as aposentadorias e não somente à aposentadoria por invalidez. Temos que o segurado deverá



Justiça Diária

Princípio da Isonomia e Igualdade

comprovar por meio de laudos médicos e perícia, que possui a chamada "grande invalidez", ou seja, que sua incapacidade faz com que tenha a necessidade de assistência de terceiros permanentemente, devido ao grau da doença em que se encontra, que o incapacita de realizar suas atividades cotidianas desauxiliado.

O princípio da isonomia, onde o dever é oferecer o mesmo tratamento para as partes que estão envolvidas numa dada temática, pode ser incluído em tal debate da majoração, tendo em vista que o intuito neste caso, seria igualar

as aposentadorias mesmo nos casos em que a incapacidade do segurado tenha ocorrido antes (originando assim sua aposentadoria por invalidez), ou nos casos em que a incapacidade manifestou-se de forma tardia, após o deferimento de sua aposentadoria "tradicional".

A isonomia aqui contextualizada se estrutura não apenas em normas que visam a garantia do direito do segurado, mas também na efetivação diante das desigualdades existentes. A isonomia difere-se da igualdade, pois a primeira pressupõe as

diferenças contextuais e de assunto, prezando pela aplicação igualitária da norma, enquanto a igualdade pressupõe um tratamento igualitário amplo, conforme Art. 5º de nossa Constituição, onde "todos são iguais perante a lei, sem distinção de qualquer natureza (...)".

Inúmeros pedidos foram formulados ao Judiciário a fim de equipar essa majoração à todas as aposentadorias existentes, estando neste momento todos os processos desta natureza, suspensos até a decisão final do STF, que após julgamento deverá ser seguida por todas as instâncias do Poder Judiciário, pois se tornará vinculante.

*Lais de Castro Carvalho, advogada pós graduada em Direito Previdenciário, membro da Paulo de Tarso Advogados.

diário de jacareí

www.diariodejacarei.com.br

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

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

Editado pela Empresa Jornalística
Diário de Jacareí Ltda. - EPP
Fundado em 06/08/1968
ISSN 2237-1389

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.

PLANO SP

SP autoriza atividades por 8h e anuncia que Jacareí permanece na Fase Amarela

Prefeitura reabre Parque da Cidade e Parque dos Eucaliptos a partir de setembro; cemitérios também voltarão a receber visitas

A Redação

O Governo do Estado de São Paulo anunciou nesta sexta-feira (21) que o município de Jacareí – assim como toda a região –, permanece na Fase Amarela do Plano São Paulo. A novidade é que, agora, todas as atividades permitidas nesta fase poderão funcionar por até oito horas diárias (tanto estabelecimentos comerciais quanto a área de serviços). Até então, eram permitidas seis horas diárias.

De acordo com o Plano, os responsáveis pelos estabelecimentos e serviços poderão escolher se adotam uma jornada contínua ou fracionada, respeitando o limite de oito horas diárias. O consumo local nos restaurantes e similares continua permitido apenas em ambientes arejados ou ao ar livre, com obrigatoriedade de assentos. Não será permitido que os clientes fiquem em pé, para evitar aglomerações.

A ocupação máxima deve ser de 40% da capacidade dos assentos e o fechamento precisa ocorrer até as 22h, com adoção dos protocolos geral e específicos para o setor. Funcionários e clientes devem usar máscara em todos os ambientes, tirando apenas no momento da refeição.

COMO FICA

Com a permanência na Fase Amarela, as atividades que estão funcionando hoje seguem com as restrições e com a adoção de protocolos de segurança. Os shoppings, comércio, área de serviços, salões de beleza e barbearias, por exemplo, devem funcionar com capacidade de 40% e horário de até 8 horas de abertura. No



Os Parque da Cidade (à esquerda) e dos Eucaliptos voltam a funcionar em 1º de setembro, mas com restrições



Parques da Cidade e dos Eucaliptos serão reabertos em setembro

Outra novidade nesta fase do Plano SP, em Jacareí, é a reabertura do Parque da Cidade e do Parque dos Eucaliptos, a partir do dia 1º de setembro. Os espaços voltam a funcionar das 6h às 12h, de segunda a sexta, com restrições.

Deverá ser respeitado o distanciamento mínimo de dois metros entre os visitantes, sendo proibida qualquer forma de aglomeração. Os espaços terão limitação de permanência de pessoas em quantidade equivalente a 30% da média diária de visitas. Sendo assim, o Parque da Cidade poderá receber 120 pessoas, enquanto o Parque dos Eucaliptos, 60.

O acesso a ambos será pela portaria principal e valerão regras como uso de bebedouros apenas mediante utilização de copos ou garrafas individuais. No interior dos parques serão permitidas as seguintes atividades: caminhada, corrida e passeio de contemplação. No Parque da Cidade, o

uso da quadra de tênis será permitido com agendamento prévio. No Parque dos Eucaliptos, a área de skate poderá ser usufruída por, no máximo, três pessoas por vez. Ensaios fotográficos – tradicionais nestes espaços públicos – poderão ser realizados por fotógrafos profissionais, mediante agendamento prévio. Demais detalhes estão no Decreto (Art. 1º).

CLUBES ESPORTIVOS

Em Jacareí, também fica autorizado, a partir desta data, o funcionamento de clubes esportivos para atendimento presencial ao público, mediante o cumprimento de algumas regras, como obrigatoriedade do uso de máscaras a todos os funcionários, colaboradores e usuários, distanciamento mínimo de dois metros entre os usuários, e limitação da permanência de pessoas em quantidade equivalente a 30% da média diária. Fica permitida apenas a prática de

atividades esportivas e contemplativas individuais.

O horário de funcionamento fica restrito ao período de 8 horas diárias, seguidas ou não, de segunda a sexta, em horário a ser definido por cada Clube, desde que limitado o período compreendido entre 6h e 22h. Demais detalhes estão no Decreto (Art. 2º), publicado no Boletim Oficial do Município, na sexta-feira (21).

VEDAÇÕES

Nos parques e nos clubes sociais e esportivos ficam proibidas as seguintes condutas: uso dos parquinhos infantis, quadras de esportes coletivos e equipamentos de ginástica ao ar livre; realização de piqueniques, festas ou eventos (de qualquer natureza), que gerem aglomeração; prática de esportes coletivos em qualquer área do parque ou clube; e entrada de crianças desacompanhadas de seus responsáveis.

caso dos shoppings, com praças de alimentação ao ar livre ou em áreas arejadas, conforme consta no Plano SP.

Academias e centros de ginástica seguem reabertos nesta fase. Mas

a capacidade deve ser de 30%, com horário até 8 horas. Deve ser feito agendamento prévio com hora marcada e as aulas e práticas devem ser individuais. As aulas e práticas de contato, em

grupo, seguem suspensas. Bares, restaurantes e similares continuam abertos em áreas livres ou arejadas, com 40% de capacidade, também por até 8 horas. O atendimento presencial passa a poder funcionar até

22h (antes, era até as 17h, mas como a região permaneceu na Fase Amarela por 14 dias consecutivos, estes locais passam a poder esticar o horário até as 22h, sempre respeitando o limite de 8 horas por dia).

Cemitérios voltam a receber visitantes

No Decreto nº 1.001, de 20 de março, ficaram suspensas as visitas aos cemitérios municipais. A partir deste novo Decreto, datado de sexta-feira (21), ficam novamente autorizadas as visitas a estes locais, além da realização de sepultamentos, nos termos já definidos pela Vigilância à Saúde.

EVENTOS CULTURAIS

Nesta fase, os eventos, convenções e atividades culturais podem acontecer desde que a região fique por 28 dias consecutivos na Fase Amarela (o que ainda não é o caso de Jacareí). E, ao serem liberados, poderão ocorrer com 40% de capacidade, horário reduzido a 8 horas, controle de acesso, venda apenas online, hora marcada e assentos marcados. Além disso, os assentos e filas devem respeitar distanciamento mínimo. As atividades em que o público fica em pé estão proibidas.

Demais atividades que geram aglomeração seguem proibidas, conforme determinação do 'Plano São Paulo'.

>> ESCLARECIMENTO/ PLANO SP

Vale destacar que o Supremo Tribunal Federal (STF) e o Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo (TJSP) entendem que o município não deve dispor de forma contrária ao que foi estabelecido pelo Estado. Portanto, o papel do município é adequar, à sua realidade, as regras fixadas pelo Estado.

Vigilância à Saúde inicia ações para controle de pernilongos

A Redação

A Secretaria Municipal de Saúde, através do Departamento de Vigilância à Saúde, realizou diagnóstico dos principais locais e iniciou uma operação de controle de pernilongos em Jacareí. Os trabalhos foram iniciados após levantamento das regiões com maior infestação do inseto, que têm gerado reclamações de municípios.

De acordo com Ricardo Buchaul, diretor de

Vigilância à Saúde, foram priorizadas as áreas que já permitem as ações de



Durante a operação são realizadas diversas ações com a aplicação de larvicida

combate, como o bairro Jardim Siesta (região oeste), por exemplo, que é cortado por um córrego, e onde, segundo o diretor, 'foi zerada a presença de larvas'.

"As ações, muitas vezes, dependem de aplicação de larvicida nos corpos d'água. Por essa razão as áreas precisam estar livres

de vegetação espontânea que cresce naturalmente. A Secretaria de Infraestrutura é responsável por essa limpeza", acrescentou.

Ainda segundo Buchaul, durante a operação são realizadas diversas ações, como a aplicação de larvicida líquido em corpos d'água, aplicação de larvicida em pastilha em pequenas retenções de água, pulverização de inseticida em bueiros e nas galerias de águas pluviais, e pulverização

inseticida em arbustos e vegetação próximos a corpos

d'água onde os mosquitos se abrigam.



PAULO DE TARSO CASTRO CARVALHO
Advogados Associados

Trabalhista - Previdência (INSS)
Consumidor - Indenizações

(12) 3951-0920 (12) 98202 2455

Vacinação contra o Sarampo continua nas Unidades de Saúde até o dia 31

Até o final deste mês, munícipes podem comparecer em suas unidades de referência de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h

A Redação

Campanha contra o Sarampo continua nas Unidades de Saúde de Jacareí. Até o dia 31 de agosto, os munícipes podem comparecer em suas unidades de referência de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h. A campanha de imunização está sendo realizada em todas as Unidades Básicas de Saúde e nas Unidades Municipais de Saúde da Família.

Para as faixas etárias que incluem crianças de seis meses a adultos de 29 anos, são analisadas as cadernetas de vacina e a aplicação será priorizada para os munícipes que ainda não foram vacinados.

Já para a população de 30 a 49 anos, a vacinação é indiscriminada, ou seja, todas as pessoas nessa faixa etária devem



Neste sábado, 22 de agosto, será realizado o dia 'D' de vacinação contra o Sarampo em Jacareí

procurar suas unidades de saúde de referência. Pessoas com histórico de alergia grave a ovo não podem receber a dose da vacina (que será a tríplice viral, que protege contra sarampo, caxumba e rubéola).

COVID-19

De acordo com dados da Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), especialistas na área da saúde estão reforçando a imunização em tempos de pandemia devido ao novo coronavírus, pois tanto o Sarampo quanto a Covid-19 são doenças respiratórias graves, com sintomas muito parecidos.

Depois de anos sem registro de mortes por Sarampo, o Brasil viveu um surto da doença em 2018, com mais de 10 mil casos. Por isso, o país perdeu o certificado de erradicação do vírus.

>> SERVIÇO/A DOENÇA

O sarampo é uma doença altamente contagiosa, causada por um vírus transmitido por meio de espirros ou secreção de uma pessoa infectada a outra. Os sinais mais comuns de infecção são manchas vermelhas pelo corpo, irritação dos olhos, tosse persistente, corrimento do nariz, mal-estar e manchas brancas na região interna da boca. Em casos mais graves, é comum o paciente apresentar sintomas como pneumonia, conjuntivite, febre, convulsões, entre outras decorrências que podem levar à morte.

No ano do surto, Jacareí não registrou casos da doença. Já em 2019, foram 12 casos confirmados, sem registros de óbitos. Neste ano, até aqui, foram registrados dois casos, sem óbitos.

do Jardim Vale, São Silvestre, Santo Antônio da Boa Vista, Igarapés, Jardim Yolanda, Cidade Salvador, Rio Comprido, Jardim Emília, Parque Meia Lua, Parque Brasil e Jardim das Indústrias.

DIA 'D'

Neste sábado, 22 de agosto, será realizado o dia 'D' de vacinação contra o Sarampo em Jacareí. Das 8h às 17h, haverá atendimento nas UBSs do Parque Santo Antônio e Santa Cruz dos Lázarus, e nas Unidades Municipais de Saúde da Família

Pessoas com histórico de alergia grave a ovo não podem receber a dose da vacina

Ação solidária entrega novo lote de alimentos e produtos a comunidades

A Redação

Projeto de ação solidária 'Todos Juntos por

Jacareí!' entregou, no último dia 9 de agosto, cerca de duas toneladas de alimentos, produtos

de higiene e limpeza para famílias carentes residentes nos bairros Veraneio Ijal, Terras da Conceição e Vila Ita, todos situados na região oeste da cidade.

De acordo com os organizadores, voluntários envolvidos ficaram muito felizes em poder levar ajuda a essas famílias "tão sofridas em um momento tão difícil como o que estamos vivendo, com a pandemia de coronavírus", reforçam. Até agora, foram mais de oito toneladas de alimentos,

produtos de higiene e limpeza distribuídas entre comunidades carentes e moradores de rua em Jacareí.

Representantes de algumas das entidades parceiras como Grupo de Amigos de Jacareí, Rotary Flórida 3 de Abril, Lions Club e Casa da Amizade - Força Jacareí, são presenças permanentes nessas ações.

Os produtos foram arrecadados em supermercados de Jacareí, além de empresas que



Voluntários do projeto durante entrega de produtos a famílias carentes em bairros da região oeste de Jacareí

colaboram com a iniciativa. "O projeto nasceu para atender a população mais vulnerável em um momento de pandemia

e com a ajuda da população tem atingido com sucesso suas metas", afirmam voluntários da iniciativa.

CORRENTE DO BEM

O Diário de Jacareí quer divulgar a sua empresa, e de graça! Se você é um **EMPRESÁRIO DO BEM** e organizou uma ação solidária em apoio a entidades ou aos mais necessitados, durante a pandemia de Covid-19, fale com o nosso jornal. Mande informações e fotos (angeloanancias@diariodejacarei.com.br), que a gente ajuda você a aumentar essa corrente da **SOLIDARIEDADE**.

José Luiz Bednarski

Como visto em texto anterior, é crime de abuso de autoridade deixar injustificadamente de comunicar prisão em flagrante à autoridade judiciária, no prazo legal. O infrator sujeita-se às penas de detenção, de seis meses a dois anos, e multa.

O parágrafo único do art. 12 da Lei Federal nº 13.869, de 05 de setembro de 2019 (conhecida como Lei de Combate ao Abuso de Autoridade), prevê que incorre na mesma reprimenda quem deixar de comunicar, imediatamente, a execução de prisão temporária ou preventiva à autoridade judiciária que a decretou.

Nesse tocante, o legislador errou por excesso de zelo. A temporária e a preventiva são modalidades de prisão provisória que divergem da flagrancial por passar pela prévia análise de legalidade. Como o Magistrado competente já a decretou, a omissão comunicadora posterior à execução da ordem é de



O 5º Poder

Crime de Prisão Autoritária

inferior gravidade e deveria ser punida apenas em âmbito administrativo-disciplinar.

Ademais, o tipo penal comentado padece de erro técnico crucial. O verbo incriminado é "deixar de comunicar", ou seja, restringe-se à omissão completa. Se a informação for emitida de forma incompleta, contiver dado crucial equivocado ou chegar a ser expedida com atraso (o que deve ser mais comum), o fato em julgamento não confere com descrição objetiva e o agente que agir à margem da lei restará impune por atipicidade da conduta.

Outra modalidade do crime em apreço, que merece ser chamado de prisão provisória autoritária, figurando no segundo inciso do mesmo dispositivo legal acima citado, é deixar de comunicar imediatamente a prisão de qualquer pessoa e o local onde se encontra à sua família ou à pessoa por ela indicada.

Novamente, o legislador penal obrou com erro técnico que pode levar à impunidade de boa parte dos agentes da lei que agem de má-fé, em detrimento de garantia fundamental do preso à instrumentalização de seu direito de ampla defesa. Cientes, a parentela pode arregimentar advocacia adequada ao detido.

O tipo penal exige duas circunstâncias simultâneas para configuração do crime – omitir a prisão e o local dela. Quem oculta só o último dado sai impune do delito. Inescusável tropeço legislativo.

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

Municípios de SP terão autonomia para seguir plano de volta às aulas

Decreto estadual detalha normas sanitárias e epidemiológicas para que prefeituras avaliem reabertura opcional em setembro

O vice-governador Rodrigo Garcia (DEM) confirmou na última quarta-feira (19) que as 645 prefeituras de São Paulo terão autonomia para decidir se vão ou não acompanhar o cronograma previsto pelo Estado para o retorno presencial às aulas nas redes pública e privada. A previsão é que as escolas possam reabrir parcialmente para aulas de recuperação a partir de 8 de setembro.

A Secretaria de Estado da Educação autorizou a abertura gradual das escolas nas cidades que estão na fase amarela do Plano São Paulo (como é o caso de Jacareí) em duas datas distintas. A partir do dia

O secretário de Educação, Rossieli Soares, fala em coletiva à imprensa



8 de setembro, a retomada atenderia apenas alunos com mais dificuldade de aprendizado em atividades de reforço. A retomada efetiva, mas ainda gradual e restrita do calendário letivo, é prevista para 7 de outubro.

Mas, o secretário de Educação Rossieli Soares destacou que os municípios podem criar calendários próprios e planos mais restritivos, com base nos dados epidemiológicos regionais. Se uma eventual decisão municipal diferir do calendário proposto pelo Estado, a medida local valerá para todas as escolas públicas e privadas daquela cidade.

“Os municípios têm a possibilidade de fazer vetos por questões de saúde, mas todo o

processo desenhado pelo Estado está mantido. Eles não podem autorizar a abertura das escolas antes do dia 8 de setembro”, disse. “Continuamos trabalhando em conjunto com os municípios e os

A previsão é que as escolas possam reabrir parcialmente para aulas de recuperação a partir de 8 de setembro

protocolos anunciados nas últimas semanas”, reforçou.

CALENDÁRIO

Para retomar atividades presenciais a partir de 8 de setembro, as escolas devem estar em

regiões que estão há 28 dias na fase amarela do Plano São Paulo. As unidades podem receber alunos para aulas de reforço, recuperação e atividades opcionais.

Nesta primeira etapa, na educação infantil e nos anos iniciais do ensino fundamental, o limite máximo é de até 35% dos alunos em atividades presenciais. Para os anos finais do ensino fundamental e ensino médio, o limite máximo é de 20%.

O retorno oficial das aulas é previsto para 7 de outubro, o que só ocorrerá se 80% das regiões estiverem por 28 dias seguidos na fase amarela do Plano São Paulo. A retomada será gradual e, na primeira etapa, vai atingir até 35% dos alunos.

Educação municipal diz que retomada parcial ‘não vai acontecer em setembro’

A Redação

Procurada pela **Diário de Jacareí** para comentar o assunto, a Prefeitura Municipal, através da Secretaria de Educação, informou que em Jacareí, nesse mês de setembro, a retomada parcial ‘não vai acontecer’. “A rede municipal vai passar ainda por uma análise, para verificar

se as aulas voltam em outubro, mas somente para os quintos anos”, completou em nota.

PESQUISA

Recentemente, a pasta promoveu uma pesquisa junto aos pais e/ou responsáveis de alunos da rede municipal de ensino sobre a possível retomada de aulas presenciais a partir do

dia 8 de setembro.

Do total de 14.237 respostas apuradas, 68,3% afirmaram que seus filhos participarão apenas das atividades remotas e 31,7% participarão das atividades remotas + presenciais.

Em outro ponto do levantamento que obteve 14.236 respostas ao questionário, 95,3%

responderam que têm acesso à internet.

NÚMEROS

Atualmente, 22.829 alunos estão matriculados na rede municipal de ensino de Jacareí, sendo 4.501 em creches, 5.109 na pré-escola, 12.919 no ensino fundamental e outros 300 alunos na EJA – Educação de Jovens e Adultos.



Atualmente, 22.829 alunos estão matriculados na rede

Acesso às atividades não presenciais aumenta na rede pública

Pesquisa Datafolha, encomendada pela Fundação Lemann, Itaú Social e Imaginable Futures, e realizada com pais ou responsáveis por 1.556 estudantes da rede pública municipal e estadual do país, mostra que as atividades não presenciais chegaram a 82% dos alunos em julho - contra 74% em maio. Esta é a terceira onda da pesquisa - resultados mensais. Trata-se, portanto, de panorama amplo da educação brasileira durante a pandemia.

O estudo aponta que o percentual de alunos desmotivados, de acordo com a percepção de pais

ou responsáveis, passou de 46% em maio para 51% em julho. Passou também de 58%, em maio, para 67%, em julho, os alunos com dificuldades na rotina de estudos em casa.

Aumentou de 31% para 38% o percentual de estudantes cujos pais e responsáveis temem que estes desistam da escola por não conseguir acompanhar as atividades. Os dados apontam um alerta em relação aos Anos Finais do Ensino Fundamental (6º ao 9º ano), em que o percentual de alunos desmotivados é maior (54%) assim como o temor dos responsáveis

em relação ao abandono escolar (43%).

Na pesquisa realizada em julho, também foi feita uma segmentação por perfil de estudantes, na qual 35% dos que recebem algum tipo de atividade em casa se enquadraram no grupo ‘em risco’ de desistir da escola; em maio, esse índice era de 26%.

RETORNO ÀS AULAS PRESENCIAIS

Ainda segundo a pesquisa, 92% dos pais e responsáveis pelos estudantes avaliaram que, para não perder o ano escolar, eles deveriam seguir o

modelo híbrido no retorno às aulas presenciais. Ou seja, os estudantes continuariam tendo atividades pedagógicas em casa e na escola.

Para 86%, o ano letivo de 2020 deveria continuar até 2021 para que os alunos aprendam, com reforço escolar, o que não aprenderam durante a pandemia. Assim, não haverá reprovação.

Os responsáveis por 76% dos estudantes também acreditam valer a pena ter aulas aos sábados, 74% defendem aulas em dias alternados e 73% gostariam que houvesse mais horas de

aula por dia para os alunos não perderem o ano letivo de 2020.

Na terceira pesquisa da série, o Datafolha

entrevistou, via telefone, 1.056 pais ou responsáveis por 1.556 estudantes de escolas públicas de 7 a 15 de julho de 2020.



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.radiopiratinga.com.br

INSS retoma atendimento presencial nas agências na próxima segunda (24)

O tempo de funcionamento das agências será de seis horas contínuas com agendamento

Andreia Verdélio
Agência Brasil

O Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) retoma, na próxima segunda-feira (24), o atendimento presencial nas suas agências. A suspensão do atendimento nas unidades aconteceu em março em razão da pandemia de Covid-19 e, desde então, o INSS e a Secretaria Especial de Previdência e Trabalho do Ministério da Economia vem prorrogando o atendimento remoto aos segurados e

beneficiários.

Os canais remotos - Meu INSS e Central 135 - continuarão sendo utilizados mesmo após a reabertura das agências e serão adotadas medidas para simplificação dos procedimentos e a ampliação do prazo para cumprir exigências.

De acordo com o INSS, em um primeiro momento, o tempo de funcionamento das unidades da Previdência será parcial, com seis horas contínuas, e o atendimento será



Agências do INSS estavam fechadas por causa da pandemia



Os trabalhadores podem consultar o valor do crédito em seu extrato, disponível no aplicativo FGTS, no site da Caixa e no Internet Banking Caixa

Crédito com resultado do FGTS de 2019 pode ser verificado em extrato

Kelly Oliveira
Agência Brasil

A partir desta quarta-feira (19), os valores creditados nas contas do Fundo de Garantia do Tempo de Serviço (FGTS) já podem ser verificados no extrato da conta do fundo. Os saques poderão ser feitos pelos trabalhadores nas situações previstas na Lei 8.036/90, como nos casos de demissão sem justa causa, saque aniversário, aposentadoria e outros.

Os trabalhadores podem consultar o valor do crédito em seu extrato, disponível no aplicativo

FGTS, no site fgts.caixa.gov.br e no Internet Banking Caixa.

A Caixa concluiu na terça-feira (18), com duas semanas de antecedência, o depósito do resultado do FGTS do ano de 2019, no montante de R\$ 7,5 bilhões. Cerca de 167 milhões de contas do Fundo que tinham saldo em 31 de dezembro de 2019 receberam o crédito, que foi distribuído de forma proporcional ao saldo dessas contas naquela data. Inicialmente, o prazo para conclusão dos créditos era o dia 31 de agosto de 2020.

COVID-19 EM JACAREÍ

Confira os números atualizados, divulgados pela Prefeitura Municipal

BOLETIM COVID-19
21 de agosto - 15h30



NOTIFICAÇÕES	7.544	RECUPERADOS	1.385
CONFIRMADOS	1.674	TRATAMENTO	EM CASA 149 HOSPITAL 27
SEXO	FAIXA ETÁRIA	ÓBITOS	CONFIRMADOS 113 SUSPEITOS 2
851	MENOR DE 15 21 DE 15 A 30 297 DE 30 A 45 599 DE 45 A 60 422 ACIMA DE 60 335	INVESTIGAÇÃO	267
823		EXCLUÍDOS	770
DESCARTADOS RESULTADO NEGATIVO	3.873	SUSPEITOS AGUARDAM RESULTADO	960

exclusivo aos segurados e beneficiários com agendamento prévio pelos canais remotos. Também serão retomados os serviços que não possam ser realizados por meio dos canais de atendimento remotos como perícias médicas, avaliação social e reabilitação profissional.

A reabertura considerará as especificidades das 1.525 agências da Previdência Social em todo o Brasil. Aquelas que não reunirem

as condições mínimas de segurança sanitária continuarão em regime de plantão reduzido para tirar dúvidas.

Cada unidade deverá avaliar o perfil do quadro de servidores e contratados, o volume de atendimentos realizados, a organização do espaço físico para o adequado distanciamento social, as medidas de limpeza e desinfecção dos ambientes e os equipamentos de proteção individual e coletiva.



CONFIANÇA É TUDO!

www.pantherseguranca.com.br

5 motivos para escolher a Panther

- 1 25 anos na liderança através de qualidade incomparável;
- 2 Em uma única empresa, todas as soluções;
- 3 Tecnologia aumentando segurança e reduzindo efetivo ocioso;
- 4 A maior e mais estruturada central de monitoramento;
- 5 Sua família e sua empresa merecem segurança de elite!

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



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



NOS EMOCIONAR, TOCAR NOSSOS SENTIDOS E NOS REUNIR COM QUEM AMAMOS: SÓ A TELA DE CINEMA FAZ ESSA MAGIA ACONTECER.

PERMITA-

CINEMARK
É MAIS QUE CINEMA. É CINEMARK.



BAIXE AGORA

Disponível para Android e iOS

Variedades

Fundação Cultural entrega reforma da Sala Mário Lago

Dos R\$160 mil investidos nas obras, cerca de R\$106 mil é de emenda parlamentar

A Redação

No último dia 14, foi entregue a reforma da Sala Mário Lago, na região central de Jacareí. As obras, com investimentos de cerca de R\$160 mil, foram realizadas ao longo de quatro meses.

Dos R\$160 mil investidos, cerca de R\$106 mil vieram de emendas do deputado federal Eduardo Cury (PSDB) para a aquisição de poltronas, troca de carpete do auditório, aplicação de manta heterogênea no palco, reformas na estrutura do prédio (como na escadaria que leva a sala de máquinas) e mobiliário para o foyer.

A reforma da Sala Mário Lago contemplou a compra de novas



Vista externa da Sala Mário Lago no Pátio dos Trilhos, região central

poltronas, troca de carpete do auditório, aplicação de manta heterogênea no palco, reformas na estrutura do prédio (como na escadaria que leva a sala de máquinas) e mobiliário para o foyer.

HISTÓRIA
O prédio que abriga a Sala Mário Lago é datado de 1876, quando foi inaugurada a Estação Ferroviária de Jacareí. Mas foi só em 1996 que foi inaugurado o primeiro

prédio restaurado, a Vila da Cultura.

Em 2002, foi inaugurada a atual Sala Mário Lago. Ao longo de 18 anos de existência, o local foi palco de apresentações teatrais, musicais, cursos e especializações da área da cultura.

Com a pandemia de Covid-19 em curso no mundo, ainda não há previsão de retomada das atividades culturais presenciais na Sala Mário Lago, em Jacareí.



Coisas de Cinema
Por Rodrigo Romero

Um bem à alma

Dos 5 indicados a ator coadjuvante no Oscar 2020 o meu predileto era Tom Hanks por 'Um Lindo Dia na Vizinhança' (2019). É mais uma cinebiografia, desta vez a de Fred Rogers (1928-2003), famoso apresentador de programa infantil cujo nome é o título do filme.

Este programa foi sucesso nos EUA durante mais de 30 anos, entre 1968 e 2001 e trazia às crianças histórias de superação e brincadeiras com bonecos. O filme foi baseado no artigo da revista Esquire de 1998 sobre Rogers intitulado 'Você pode ser um herói?', escrito pelo jornalista Tom Junod.

A diretora Marielle Heller pegou esse texto e transformou Junod em personagem, cujo nome é Lloyd Vogel (Matthew Rhys, da série 'The Americans'). De reputação maculada por obras críticas e sobre tragédias, o jornalista é enviado para trabalhar no perfil de Rogers (Hanks), sujeito totalmente diferente dele: de família sólida, religioso e aparentemente sem problemas. O desafio de Vogel é encontrar manchas naquele homem inspirador e ídolo de gerações.

Se a vida de Rogers parece mar de rosas, a do jornalista é estrada esburacada. Perdeu a mãe na adolescência e tem no pai, Jerry (Cris Cooper), o mais vilão que imagina. Bastam 2 minutos de conversa para que eles entrem nos sopapos. A proposta de Heller é dar ao público um pouco da rotina de ambos - Rogers e Vogel.

O formato de tela quando é exibido o programa de TV muda, assim como o estilo de imagem. Hanks dá show como pastor. A fala mansa, olhar circunspecto, gestos serenos, carisma expansivo, enfim, tudo se soma e faz com que gostemos de Rogers. O script tem tons de onirismo e às vezes coloca o espectador contra a parede emocionalmente falando: tem sensibilidade fora do comum, mesmo não sendo a obra-prima que a diretora pretendia. Ao abordar a bondade humana, nós nem precisamos saber quem foi o Mr. Rogers da atração televisiva.

Basta que nos entreguemos à vontade dos personagens e compreenda-os em suas falhas e virtudes. A ideia da produção de ilustrar a cidade e ruas com estradas e casas formadas pelo sistema de 'stop motion' foi das mais simpáticas. **Duração:** 108 minutos. **Cotação:** ótimo.

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

jacareishopping
Jacareí

CINEMARK

Querido cliente,
zelando pela sua saúde e bem-estar e também dos nossos colaboradores, estamos suspendendo as nossas operações temporariamente

RECOLHA - ISOLE - CUIDE -
CADA DIA CONTA

Jacareí SHOPPING

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

Onde?
Guia Comercial e Cultural

Recomendamos...



Cepac tem serviço de marmitex caseira em prol da manutenção da entidade

A Cepac – Associação 'Criança Especial' de Jacareí oferece um serviço de entrega de refeições com o objetivo de arrecadar fundos para a manutenção da entidade. Trata-se do 'Marmitex Delivery Comida Caseira', que funciona de segunda a sexta-feira, das 11h às 14h, em sua sede, na Travessa Catari-na Magela Ramos, nº 59, no

Jardim das Indústrias. Os pedidos, que podem ser pagos com cartões de crédito, variam de R\$ 12,00 (marmitex média) a R\$ 15,00 (marmitex grande), com taxa de entrega de R\$ 3,00 para regiões próximas. Para pedidos acima de três unidades, a taxa de entrega sai de graça!

Ligue ou mande um WhatsApp (12) 97406-5776.

Horóscopo

VISITE: WWW.OMARCARDOSO.COM.BR



INSTITUTO OMAR CARDOSO

ÁRIES 21/03 a 20/04

Prenúncios de melhoria geral. Boa saúde. Felicidade amorosa, alegrias proporcionadas por crianças e lucros através de negócios imobiliários. Tudo que fizer refletirá sobre sua família. Imagine coisas boas, otimistas e que lhe tragam benefícios.

TOURO 21/04 a 20/05

Excelentes influências para desenvolver suas atividades de modo geral. Aproveite, pois está é a melhor fase para progredir profissional, social e materialmente. Êxito romântico e sentimental. Bom para jogar na loteria.

GÊMEOS 21/05 a 20/06

Suas boas qualidades e habilidades influenciarão de maneira benéfica, pessoas importantes para você. O trabalho, as empresas e o amor estão em bom aspecto. Ouça e aprecie as sugestões que receber. Lucrará muito com isto.

CÂNCER 21/06 a 21/07

Evite nesta fase, qualquer ação que possa afetar seu equilíbrio nervoso. Por outro lado, sua saúde melhorará totalmente, suas chances de sucesso geral também, pela ciência e educação, serão evidentes.

LEÃO 22/07 a 22/08

Excelente momento para tratar com agricultores, agropecuários, feirantes e agrônomos. Terá sucesso nos negócios imobiliários e muito poderá progredir, profissionalmente, nesta fase.

VIRGEM 23/08 a 22/09

Talvez você tenha de fazer algumas mudanças inesperadas na sua vida, mas não se preocupe, pois os resultados serão excelentes. No final do período você estará sob melhor fluxo astral para os assuntos do coração e financeiro. Sucesso social.

LIBRA 23/09 a 22/10

Pensar no êxito de tudo. Aguarde uma surpresa neste período. Tudo indica que você se sentirá disposto a tirar alguns dias de folga e curtir ao lado da pessoa amada um merecido descanso.

ESCORPIÃO 23/10 a 21/11

Será bastante difícil conseguir a colaboração de alguém, nesta fase, para solucionar problemas pendentes. Conte consigo e seja mais otimista e perseverante, que tudo sairá a contento. Cuide da saúde e da reputação.

SAGITÁRIO 22/11 a 21/12

Maior entendimento com as pessoas do seu convívio. Possibilidade de programar uma linha de ações e de interesses mútuos, mesmo que a antiga simpatia não esteja plenamente restabelecida. Novas ideias e estudos elevados poderão entusiasmar-lhe bastante.

CAPRICÓRNIO 22/12 a 21/01

Período de máximo desenvolvimento dos relacionamentos íntimos. A reflexão a respeito da sua maneira de agir tenderá a trazer maior harmonia, se bem que uma maneira diferente daquela imaginada por você. Mais disposição para enfrentar os problemas financeiros.

AQUÁRIO 21/01 a 19/02

Ainda um período de disposição favorável e conciliatório nos assuntos amorosos, nas associações e no relacionamento humano. Algumas pequenas surpresas no ambiente de trabalho e na saúde poderão quebrar seu ritmo.

PEIXES 20/02 a 20/03

A lua e a posição de mercúrio favorecerão a vida amorosa, as atividades criativas e as artes. Sentimentos fortes e sintonia afetiva com a pessoa amada permitirão um perfeito entendimento, com a possibilidade de surgirem novos planos para o futuro.

Dor nas costas ou na lombar podem estar relacionadas aos novos hábitos

Especialista do HCor dá dicas para minimizar dores musculares durante o período de distanciamento social

A pandemia de Covid-19 mudou a rotina das pessoas ao redor do mundo e, no Brasil, não foi diferente. Abandono de exercícios físicos, home office e adoção de atividades não habituais, como reformas e faxinas mais intensas, passaram a ser uma realidade na vida dos brasileiros e, com isso, a saúde ortopédica acabou sendo prejudicada.

De acordo com o Dr. Eduardo Puertas, ortopedista do HCor, é comum que dores nas costas e na lombar aumentem durante esse período de distanciamento social, e até mesmo que inflamações como tendinites e bursites sejam mais frequentes nessa época.

“Essas mudanças ocorreram abruptamente, sem que dessemos a devida atenção aos nossos músculos e ossos. Tanto o excesso quanto a falta de movimento facilitam a ocorrência de dores na coluna e demais articulações”, destaca o ortopedista.

Para o especialista, o sedentarismo é um dos principais adversários da



A recomendação é que sejam realizadas atividades físicas no mínimo 30 minutos por dia, durante cinco dias na semana

saúde ortopédica. O médico salienta, no entanto, que o retorno às atividades físicas deve ser feito com os devidos cuidados não somente por conta do risco de infecção como também

pelo risco de lesões após esse intervalo parado.

A recomendação é que sejam realizadas atividades físicas no mínimo 30 minutos por dia, durante cinco dias na semana, podendo

>> SERVIÇO

DEZ DICAS PARA MELHORAR A POSTURA DURANTE O HOME OFFICE

- ▶ Escolha um local de trabalho adequado;
- ▶ Opte por uma cadeira com altura e encosto reguláveis;
- ▶ Fique sentado com a coluna reta ao encosto da cadeira, com ombros e quadris alinhados;
- ▶ Flexione os braços a 90 graus do corpo;
- ▶ Apoie os pés no chão o tempo todo, com ou sem uso de suporte;
- ▶ Alinhe a parte superior da tela do computador, que deve estar na altura dos olhos;
- ▶ Mantenha uma distância de pelo menos 50 centímetros da tela do computador;
- ▶ Faça pausas a cada 30 ou 40 minutos, saindo da posição em que se encontra;
- ▶ Se possível, faça algum tipo leve de alongamento da musculatura do pescoço, dos membros superiores e da região lombar;
- ▶ Se já for portador de dores, consulte um médico para diagnóstico e orientações.

ser fracionadas durante o dia, em duas caminhadas de 15 minutos, por exemplo.

“A retomada deve ser feita em baixa intensidade, tanto no volume quanto na frequência, para que o corpo volte a se acostumar com o ritmo e com a atividades executada. Além disso, vale lembrar que não são recomendados exercícios em grupo, devido aos

riscos de contágio de Covid-19”, ressalta.

HOME OFFICE

Outro rival da saúde ortopédica, segundo Puertas, é a prática do home office e as suas adaptações nem sempre adequadas à postura. “Se nos escritórios a ergonomia nem sempre era a mais propícia, em casa, essa dificuldade é ainda maior,

com mesas em alturas incorretas, cadeiras sem os apoios necessários e uma grande propensão ao uso da cama ou do sofá como ambiente de trabalho”, reforça.

O especialista destaca ainda três atividades que ajudam a cuidar melhor de músculos e articulações.

Alongamento - Além de diminuir o encurtamento dos músculos, esses exercícios ajudam a fortalecer a musculatura, mantendo o corpo alinhado e evitando a sobrecarga nas costas;

Musculação - A musculação auxilia na manutenção da força muscular. Séries de exercícios para abdômen e pernas ajudam o corpo a ganhar mais sustentação, amortecendo impactos na coluna;

Pilates - O pilates proporciona o fortalecimento da musculatura do tronco, que sustenta a coluna como um todo. Isso inclui a musculatura posterior (lombar, torácica) e também a musculatura abdominal. Desta forma, ele permite a biomecânica harmoniosa da coluna.

As atividades devem ser feitas preferencialmente em casa ou em ambientes controlados, com os devidos cuidados de higiene, distanciamento e uso de máscaras.

Santas Casas e hospitais filantrópicos têm mais da metade dos atendimentos do SUS

As Santas Casas e hospitais filantrópicos têm papel de extrema importância na prestação de serviço de saúde aos pacientes usuários do SUS (Sistema Único de Saúde), sendo responsáveis por mais da metade dos atendimentos e por 70% da assistência de alta complexidade. No Estado de São Paulo, são 516 instituições filantrópicas, que realizam, anualmente, 28.105.822 consultas, 543.551 cirurgias, 275.068 tratamentos oncológicos e 3.751 transplantes.

“O trabalho prestado pelas Santas Casas e hospitais filantrópicos é o motor do SUS, inclusive, há municípios em que essas entidades são a única opção de atendimento à população”, ressalta o presidente da Fehosp (Federação das Santas Casas e Hospitais Beneficentes do Estado de São Paulo), Edson Rogatti.

Em meio ao maior desafio enfrentado pela área da saúde, com a pandemia da Covid-19, o setor filantrópico vem dando grande contribuição ao enfrentamento da doença.

“Desde o início da pandemia, a rede filantrópica se mobilizou, integrando os hospitais de pequeno porte a receberem os pacientes de média complexidade que buscam tratamento médico em unidades de saúde de médio e grande porte, para desafogar os leitos dos hospitais maiores para

governo para pagar procedimentos hospitalares de média e alta complexidade, além da atenção básica de saúde, são insuficientes para cobrir os custos. O desfinanciamento, culminando com o déficit médio entre o custo na assistência SUS e a receita dele proveniente, superior a 65%, já determinou o fechamen-

to de hospitais, além de restrição acentuada de ofertas de serviços em diversas regiões, situação que não pode ocorrer na área da Saúde”, salienta o presidente da Fehosp.

“Somasse a isso a crise econômica dos últimos anos,

que se agrava agora com a pandemia da Covid-19 e, também, atingiu o setor filantrópico, uma vez que, com tantas pessoas desempregadas e sem planos de saúde privados, a demanda sobe exponencialmente. Mais do que nunca, as instituições filantrópicas carecem de atenção do poder público, para que possam continuar com sua missão, de atender dignamente as pessoas e salvar vidas”, conclui.



Vista externa do prédio da Santa Casa de Jacaréi

o atendimento aos casos de coronavírus”, fala Rogatti.

DESAFIOS

Embora o protagonismo das Santas Casas e hospitais sem fins lucrativos no atendimento à saúde, a relação com o Sistema Único de Saúde é marcada por subfinanciamento e endividamento, que coloca em risco a continuidade dos serviços prestados.

“A tabela SUS não é reajustada há 17 anos. Os recursos repassados pelo

#FIQUEEMCASA

A GENTE SE CUIDA

Não fique sem plano de saúde.

PRA CUIDAR DE VOCÊ.

Cuidar da sua saúde é um ato de amor. Entre em contato e agende um atendimento direto. Nós iremos até você, tomando todas as precauções.

Planos Pessoa Física a partir de

R\$ 99,09*

Central de Vendas:

12.3955-0100

12.99700-4998

Rua General Carneiro, 471 - Centro - Jacaréi/SP

saofranciscovida.com.br | #saofranciscovida | @sfvida