

NOSSO LEITOR



Kélian Moraes
Cirurgiã-dentista

Jornal Província

www.clicportela.com.br

O JORNAL MAIS LIDO DA REGIÃO

Tenente Portela, Vista Gaúcha, Derrubadas, Miraguai, Erval Seco,
Dois Irmãos das Missões, Três Passos, Barra do Guarita, Redentora,
Coronel Bicaco, Campo Novo, Braga, Santo Augusto e Palmitinho

Fundado pelo jornalista *Jalmo Fornari* em
31 de março de 1986. Filiado a Associação
dos Jornais do Rio Grande do Sul.



R\$ 2,50

=> ROTA DO YUCUMÃ, SEXTA-FEIRA, 12 DE JANEIRO DE 2024 => ANO: XXXVI => N 1417

Secretaria de Saúde de Tenente Portela

Miraguai

Raimundo Adolfo Hett



Mais Frango levará 15
meses para reconstruir
área destruída por fogo

Pág.04

Tenente Portela

Divulgação



Presidente da Câmara
determina arquivamento
de CPI

Pág.05

Tenente Portela

Alair Constantino/Dono do Apito



Gurias do Yucumã terão novo
treinador para a temporada

Pág.11

Ouçã na Província

**De bem
com
você**

Segunda a Sexta



13 horas
Apresentação

**Carine de
Carvalho**



Casos de Dengue avancam em Tenente Portela e região

Pág.07



Prefeitura de Vista Gaúcha

Vista Gaúcha realiza obras de restauração asfáltica no Distrito de Bom Plano

Pág.06

Atenção: A próxima edição do Jornal Província circulará dia 12 de janeiro



Depois de enfrentar os desafios da pandemia de Covid-19, Tenente Portela se vê diante de outra batalha crítica: a maior crise de casos de Dengue em sua história recente. Ao contrário da pandemia global, onde o combate dependia de recursos e estratégias governamentais, a luta contra a dengue recai, em grande parte, sobre os ombros da população local.

Não podemos ignorar a gravidade da situação. Os números de casos de dengue têm aumentado exponencialmente, colocando uma pressão significativa sobre os sistemas de saúde e gerando preocupações crescentes entre os residentes. Ao contrário da pandemia de Covid-19, onde a resposta dependia em grande parte de recursos e coordenação governamen-

tal, a batalha contra a dengue é, em grande medida, moldada pelas ações - ou inações - individuais.

É perplexo constatar que, em pleno século XXI, a inoperância de muitos torna-se o principal combustível para a propagação descontrolada da dengue. A falta de consciência sobre a importância de medidas preventivas, como a eliminação de recipientes que acumulam água parada, cria um terreno propício para a reprodução do mosquito *Aedes aegypti*, transmissor da doença.

Enquanto enfrentamos uma crise de saúde pública, é crucial que cada cidadão entenda sua responsabilidade no combate à dengue. Não podemos atribuir toda a culpa às autoridades locais ou ao sistema de saúde; é hora de reconhecer que a prevenção da dengue está ao alcance de cada um de nós.

As campanhas de conscientização devem ser intensificadas, abordando não apenas os perigos da dengue, mas também destacando a importância de ações individuais na prevenção. A colaboração entre a comunidade, autoridades de saúde e organizações locais é fundamental para criar uma frente unida contra a proliferação do vírus.

É urgente que as autoridades locais implementem estratégias eficazes de combate à dengue, incluindo fiscalização rigorosa, campanhas educativas e suporte aos cidadãos para a eliminação de focos do mosquito transmissor. Além disso, é imperativo que a população esteja plenamente informada e consciente de seu papel crucial nessa luta.

O momento exige a união de esforços, a superação da apatia e a adoção de práticas responsáveis. A epidemia de dengue em Tenente Portela é uma chamada para ação, um apelo à responsabilidade individual. Cada cidadão é um soldado nessa batalha, e a vitória só será alcançada quando cada um cumprir sua parte na defesa da saúde pública.

@rtigo

Ansiedade e depressão: como se livrar desses companheiros indesejados?

Michel Simplicio

Com o começo de janeiro, muitos de nós refletimos sobre os altos e baixos vividos ao longo dos últimos meses. Ansiedade, estresse e depressão tornaram-se companheiros indesejados para muitos, deixando-nos a buscar maneiras de encontrar paz e tranquilidade. Em meio a esse turbilhão de emoções, para além do cuidado psicológico, também precisamos priorizar Deus como uma ferramenta poderosa para enfrentar esses desafios diários.

Esses males que atingem a saúde mental são batalhas reais enfrentadas por aproximadamente 19 milhões de brasileiros, segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), hoje, crianças, jovens, adultos e idosos são atingidos por essas condições. No entanto, a rotina de oração e conexão com Deus oferece um refúgio seguro. Cada oração, reflexão e meditação é uma pílula diária de esperança, proporcionando não apenas consolo, mas também clareza sobre os planos e a vontade do Criador para as nossas vidas.

Quando se prioriza Deus em sua rotina diária, você não apenas combate a ansiedade e a depressão, mas também se prepara para iniciar 2024 com a mente e a alma mais tranquilas. A conexão regular com a fonte de paz e esperança proporciona uma base sólida para enfrentar os desafios que o novo ano pode trazer.

Ao considerar as resoluções para este ano novo, adotar uma rotina de oração não é apenas uma promessa para si mesmo, mas um compromisso com uma transformação genuína. Priorizar Deus não é apenas uma meta; é um algo além na busca por uma vida mais plena e equilibrada. A busca por momentos significativos com Deus não é uma tarefa adicional, mas uma prioridade que molda todas as outras áreas de nossa vida.

Portanto, ao dar os primeiros passos em 2024, considere a importância de reservar momentos diários para a oração e conexão com o Pai. Permita que esses momentos guiem os dias, trazendo serenidade à sua jornada. Com dedicação e persistência, você descobrirá que a prática da oração não apenas acalma a mente, mas também fortalece a alma. Em cada momento com Deus, encontramos uma fonte inesgotável de paz, esperança e propósito.

** Michel Simplicio é teólogo, pastor, ex-jogador de futebol profissional e autor do devocional Priorize Deus (Editora Vida).*

Falando de Política

Por Percival Puggina



Os dois patéticos dias 8 de janeiro

O 8 de janeiro de 2023 foi patético. Aqueles poucos milhares de pessoas que chegaram à desguarnecida Praça dos Três Poderes não levavam armas nem megafones e não obedeciam a liderança alguma. Pessoas incautas, ingênuas, desorientadas, somavam-se a manés inconformados e a alguns arruaceiros, infiltrados ou não. Sobre estes últimos, não cabe a mim, mas às investigações, esclarecer quem eram e por que faziam o que fizeram. Transcorrido um ano inteiro, porém, a quem interessa deixar a sociedade sem essa informação? Por que o PT tanto quis pôr os arreios e freios que pôs na CPMI?

Repetidamente exibidas, as cenas mostram brutamontes dedicados à tarefa de rebentar, com frieza de robôs, o que encontravam pela frente, a torto e a direito, sem sequer olhar o que quebravam. Se me coubesse interpretar aquelas ações, eu diria que elas refletiam a seguinte mensagem: missão dada, missão cumprida. Os vândalos preparavam o cenário para as imagens que ilustrariam as narrativas daqueles dias. Digo narrativas e não história porque até agora, que se saiba, num palco bem abastecido de câmeras de vídeo, não houve a individualização dos agentes que se dedicaram à ignóbil tarefa. A partir daí, o assunto é tratado pelo STF como conta de restaurante: 100% pagam em anos de cadeia o vinho que 10% beberam. Muito conveniente! No entanto, os atores daquele estrupício têm nome e sobrenome.

Enquanto os fatos ainda estavam em curso, escrevi no artigo "Um erro descomunal!", que, instigados pelo vandalismo ignóbil, os donos do poder iriam intensificar e ampliar suas ações! Outras garantias individuais iriam para o saco e muita gente de bem pagaria a conta. Subestimei, claro, as consequências que estavam por vir.

Um ano inteiro passou e ontem, 8 de janeiro de 2024, foi outro dia patético. Como um comandante que discursasse a seus homens antes do desembarque na Normandia, Alexandre de Moraes usou da palavra no evento que marcou o dia da "Democracia inabalada". Parecia um implacável lança-chamas ou um canhão de bordo cuspidor fogo sobre o "populismo extremista" ao qual prometeu todos os suplícios que o destino pode reservar a quem ouse ver as coisas sob outro ponto de vista. Existem discursos que abalam democracias inabaladas. O público do evento incluía a nata da oligarquia governante. Todos eram adoradores de uma deusa Têmis que pairava sobre o ambiente. Na minha imaginação, ela era exótica. Não inspirava confiança com seus braços musculosos fartamente tatuados com corpulentos dragões e vampiros...

O público, que se via como representativo dos democratas brasileiros numa sociedade de indivíduos livres, não demonstrava grande abertura às diversidades inerentes à política. Aplaudia o indiscriminado furor punitivo, prestava culto à moldagem da Lei à forma das "excepcionalidades" do momento histórico, posava fazendo o L e deixava suas digitais ideológicas nos punhos que se erguiam ao ar nos momentos de maior vibração.

Que coisa mais patética pretender que aquele evento sem povo e aquelas falas pudessem ser representativos dos democratas brasileiros!

Jornal
Província

Sistema Província de Comunicação

E-mail:

redacao@provinciafm.com

Fone: (55) 3551 1121/1261

Dep. Comercial: 3551 1877

Província é uma publicação semanal da **Empresa Rota do Yucumã Ltda.**

Esta publicação tem o objetivo de informar e integrar os municípios do Noroeste do Rio Grande do Sul. Os artigos assinados são de inteira responsabilidade de seus autores.

Fundado em 31 de março de 1986

Praça Tenente Bins, 139, sala 3. Tenente Portela, Rio Grande do Sul
CGC/MF: 03.043.551/0001-20



Editor Chefe: Jornalista Jalmo A. Fornari (RP 5087/RS-MTB) **Sub-Editor/Revisor e Diagramação:** Jornalista Jonas Martins (RP 19864/RS-MTB) **Reportagens:** Jonas Martins **Dep. Comercial/Distribuição:** Soraia Fornari **Fotos:** Jalmo Fornari, Soraia Fornari, Bruno Giordano Fornari, Jonas Martins **Colaboradores:** Percival Puggina, Nilton Kasstin dos Santos, Robinson Girardi dos Santos, Ingrid Krabe - **Impressão:** ITS Gráfica e Editoria Jornalística LTDA- Ijuí/RS

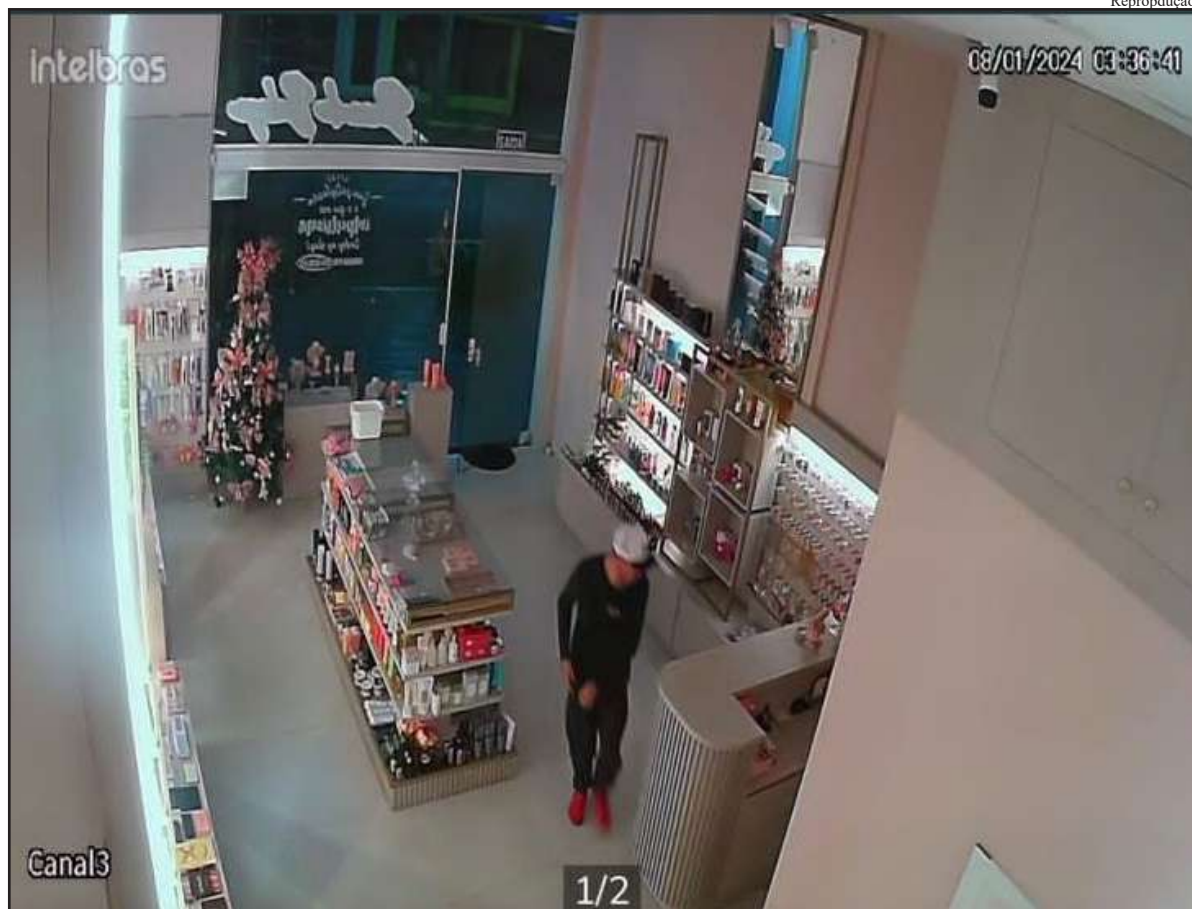
www.clicportela.com.br

O província pode ser acessado e lido integralmente em qualquer lugar do planeta que tenha conexão com a internet. Basta acessar a página www.clicportela.com.br e navegar nos fatos que fazem a história deste pedaço de mundo. Indique-o aos seus amigos.

@ página da região na Internet.



Os furtos não param



A comunidade de Tenente Portela segue apreensiva em relação aos casos recorrentes de furtos que estão sendo registrados no município. No último final de semana mais uma loja no Centro da cidade foi arrombada. Na mesma madrugada os amigos do alheio também fizeram uma visita uma estética, apenas não foram capazes de efetuar o roubo porque o alarme disparou e eles fugiram.

A solução encontrada por alguns comerciantes tem sido a contratação de empresas de vigilância que fazem o monitoramento de seus estabelecimentos. Apenas câmeras e dispositivos eletrônicos não são mais suficientes para frear o ímpeto dos criminosos.

A maioria dos estabelecimentos comerciais que foram arrombados e furtados possuíam câmeras de vigilância. Em alguns casos os criminosos usaram as camisetas para tentar esconder o rosto. Em outros apenas olharam para baixo en-

cobertos por um boné ou por um capuz e em alguns casos foram mais ousados e chegaram a olhar diretamente para o dispositivo de filmagem.

A pergunta que tem reverberado pelas redes sociais é só uma: porque a polícia não prende esses criminosos? E a resposta está num velho jargão policial: “Para a Justiça não basta saber, tem que provar.”

As inúmeras imagens de flagrante dos arrombamentos levaram muitas pessoas a apontar quem seriam os autores. A Polícia já tem posse desses nomes. São supostamente dois elementos que já estiveram presos pelo mesmo crime e que foram soltos no final do ano passado. Supondo que sejam mesmo esses os criminosos que estão agindo em Tenente Portela novamente, isso reflete diretamente em outro velho ditado: “a polícia prende e a justiça solta.”

Acontece que é um pouco mais complexo do que isso. Quando esses elementos dei-

xam a prisão e voltam a atuar no município a polícia precisa iniciar o trabalho do zero, ou seja, diligências, coletas de provas materiais, testemunhas, montagem do caso e levantamentos de elementos que indiquem a autoria dos novos crimes. É o eterno enxugar gelo.

A situação é ainda mais complicada quando nos deparamos com o histórico déficit de efetivo que a Polícia Civil de Tenente Portela enfrenta. Na maioria do tempo são dois policiais responsáveis por dar conta de toda a demanda portelense e ainda do atendimento que é contínuo na delegacia local.

Na comunidade existe já quem defenda um protesto em frente ao Fórum de Tenente Portela, para cobrar por maior eficiência do judiciário em manter esses elementos presos por mais tempo. Grupos de redes sociais estão se organizando nesse sentido. Algo precisará ser feito. Ninguém mais aguente o clima de insegurança.

Comissário de Polícia de Tenente Portela recebe comenda pelos 30 anos de serviço prestados

Polícia Civil



O Comissário de Polícia Valmir Pressi, lotado na Delegacia de Polícia de Tenente Portela, recebeu nesta quinta-feira, 04 de janeiro, das mãos da Delegada de Polícia Regional Cristiane de Moura e Silva Braucks, a medalha De Serviço Policial Delegado Plínio Brasil Milano, graça concedida aos policiais que tenham atuado na Instituição por 30 anos.

O Delegado de Polícia Roberto Fagundes Audino, titular da Delegacia de Polícia de Tenente Portela, se fez presente na cerimônia.

Pressi, como é conhecido, cursou academia em 1993, e assumiu a primeira lotação na Delegacia de Polícia de Braga em 1994. Já em 1996 foi removido à Delegacia de Tenente Portela onde continua lotado até os dias atuais.

Além das Delegacias de lotação, o policial trabalhou em Operações na Divisão Especial

de Criança e Adolescente e na Delegacia Especializada de Atendimento à Mulher, ambas na capital, e Serviço de Proteção de Testemunhas na região Metropolitana.

No litoral trabalhou em reforço nas Delegacias de Santa Vitória do Palmar, Cidreira, Xangrilá e Torres.

Pressi dedicou a homenagem aos seus pais, agricultores de Tenente Portela, cujos ensinamentos eram de que cultivasse os princípios da transparência e comprometimento, em qualquer profissão que desempenhasse.

Dedicou ainda a homenagem a sua esposa e filhos, seus esteios para os momentos bons e os menos bons da vida profissional.

Finalizou Pressi dizendo que ainda tem energia para mais 30 anos na via profissional, contudo, deverá usufruir do seu direito de aposentadoria no segundo semestre do corrente ano.



Jalmo Fornari
Advogado - OAB /RS: 81.908

- * Especialista em direito previdenciário;
- * Ações e reparação de danos morais e materiais;
- * Indenizações em Geral.

Praça Tenente Bins, 200, Centro, Tenente Portela
ou na Rádio Província



Cidades

Mais Frango levará 15 meses para retomar atividade



Incêndio destruiu 95% da empresa

Sobre os estragos registrados durante um incêndio que atingiu o Frigorífico Mais Frango em Miraguai, no dia 17 de dezembro do ano passado, a empresa confirmou que cerca de 95% do espaço fabril foi destruído pela chama. A recuperação deverá levar cerca de 15 meses. A empresa afirma que não tem

condições de manter os vínculos trabalhistas durante esse período e por isso deverá demitir a grande maioria da sua força de trabalho.

Cerca de 750 funcionários enfrentarão demissões no frigorífico Mais Frango de Miraguai ao longo do mês de janeiro. Os trabalhadores eram todos alocados nos setores que tiveram

perda total durante o incêndio. São moradores de diversos municípios da região. A empresa empregava mais de mil funcionários.

O Sindicato dos Trabalhadores da empresa aceitou a proposta de demissão com a garantia que a empresa pagará todos os encargos trabalhistas e direitos dos funcionários demitidos e a garantia de que na retomada das contratações os dispensados de agora terão prioridade. A proposta será debatida em assembleia pelos funcionários.

A direção da Mais Frango informou que 13 setores serão mantidos, incluindo áreas como comercial, logística e financeiro, preservando aproximadamente 250 empregos. A empresa continua operando nos setores não afetados e transferiu a atividade de abate para um frigorífico em Nova Erechim, SC, localizado a cerca de 180 quilômetros de distância de Miraguai.

Um acerto com o Governo do Estado do Rio Grande do Sul também garantiu que o recolhimento de ICMS, mesmo com o abate em outro local seja direcionado para Miraguai.

Cidades

Hospital de Caridade de Três Passos recebe novo tomógrafo de última geração em investimento de R\$ 1 milhão

Na última sexta-feira, 29 de dezembro de 2023, o Hospital de Caridade de Três Passos recebeu um novo aparelho de tomografia de última geração, com 16 canais, da marca Canon. O investimento de R\$ 1 milhão foi possível graças aos recursos dos municípios de Bom Progresso, Esperança do Sul, Tiradentes do Sul e Três Passos, além da contrapartida financeira do próprio hospital.

O projeto para a aquisição do novo tomógrafo teve início em 16 de outubro de 2023, após uma reunião entre dirigentes do

hospital e líderes políticos dos quatro municípios envolvidos. Os gestores municipais concordaram em antecipar os recursos necessários para viabilizar a compra do equipamento, que representa um avanço significativo na capacidade de diagnóstico por imagem na região.

A previsão é que o novo tomógrafo, mais moderno e eficiente, comece a ser utilizado a partir de 10 de janeiro de 2024. A chegada desse equipamento representa um marco para a saúde da região, proporcionando uma melhor resolutividade nos exames.

**COLUNA**

Pavilhão Tradicionalista

Por Ingrid Krabbe



Veraneio Gaúcho

Não sei se vocês, de outros Estados, sabem, mas temos o mais fantástico litoral do País: de Torres ao Chuí, uma linha reta, sem enseadas, baías, morros, reentrâncias ou recortes. Nada! Apenas uma linha reta, areia de um lado, o mar do outro.

Torres, aliás, é um equívoco geográfico, contrário às nossas raízes farroupilhas e devia estar em Santa Catarina. Característica nossa, não gostamos de intermediários.

Nosso veraneio consiste em pisar na areia, entrar no mar, sair do mar e pisar na areia. Nada de vistas deslumbrantes, vegetações verdejantes, montanhas e falésias, praias paradisíacas e outras frescuras cultivadas aí para cima.

O mar gaúcho não é verde, não é azul, não é turquesa. É marrom! Cor de barro iodado, é excelente para a saúde e para a pele! E nossas ondas são constantes, nem pequenas nem gigantes, não servem para pegar jacaré ou furar onda. O solo do nosso mar é escoregado, irregular, rico em buracos. Quem entra nele tem que se garantir.

Não vou falar em inconvenientes como as estradas engarrafadas, balneários hiper lotados, supermercados abarrotados, falta de produtos, buzinações de manhã de tarde e de noite, areia fervendo, crianças berrando, ruas esburacadas, tempestades e pele ardendo, porque protetor solar é coisa de fresco e em praia de gaúcho não tem sombra.

Dois ventos predominam, em nosso veraneio: o nordeste – também chamado de nordestão – e o sul, cuja origem é a Antártida. O nordestão é vento com grife e estilo... estilo vendaval.

Chega o nordestão e... lá se vai o guarda sol, voando alegremente pela orla e você correndo atrás. Ganha quem consegue pegá-lo antes de ele se cravar na perna de alguém ou desmanchar o castelo de areia que, há três horas, você está construindo com seu filho de cinco anos.

O vento sul, por sua vez, é menos espalhafatoso. Se você for para a praia de sobretudo, cachecol e meias de lã, mal perceberá que ele está soprando. É o vento ideal para se comprar milho verde e deixar a água fervente escorrer em suas mãos, para aquecê-las.

Outra coisa: nosso mar é pra macho! Água gelada, vai congelando seus pés e termina nos cabelos. Se você prefere sofrer tudo de uma vez, mergulhe e erga-se, sabendo que nos próximos quinze minutos sua respiração voltará ao normal: é o tempo que leva para recuperar-se do choque térmico.

E, em todos os veraneios, acontece aquele dia perfeito, nenhum vento, mar tranquilo e transparente, o comentário geral é: "foi um dia de Santa Catarina, de Maceió, de Salvador" e outras bichices. Esse dia perfeito quase sempre acontece no meio da semana, quando quase ninguém está lá para aproveitar. Mas fala-se dele pelo resto do veraneio, pelo resto do ano, até o próximo verão.

Nossos veraneios costumam começar aí pela metade de janeiro e terminar aí pela metade de fevereiro, depende de quando cai o Carnaval. Somos um povo trabalhador, não costumamos ficar parados nas nossas praias. Vamos para lá nas sextas-feiras de tarde e voltamos de lá nos domingos à noite. Quase todos na mesma hora, ida e volta.

É assim que, na sexta-feira, pelas quatro ou cinco da tarde, entramos no engarrafamento. Chegamos a nossa casa, rezando para que não tenha sido arrombada, pelas nove ou dez da noite. Usufruímos nosso mar paradisíaco no sábado – manhã, tarde e noite – e no domingo, quando fechamos a casa.

Adoramos o trabalho que dá para abrir, arrumar e prover a casa na sexta de noite, e o mesmo trabalho que dá no domingo de noite.

Temos, aqui no Sul, uma expressão regional que vou revelar ao resto do mundo: Graças a Deus que terminou esta bosta de veraneio!

Fragmentos do texto bem humorado de Paulo Weinberg sobre o Veraneio Gaúcho.

Até a próxima.

ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
PREFEITURA MUNICIPAL DE MIRAGUAI
AVISO DE LICITAÇÃO
EDITAL DE CHAMADA PÚBLICA Nº 01/2024

O Município de Miraguai-RS, torna público aos interessados que de 12 de Janeiro de 2024 à 02 de Fevereiro de 2024, serão recebidas propostas p/aquisição de gêneros alimentícios da agricultura familiar para a Merenda Escolar.

O Edital está a disposição através do site: www.miraguai.rs.gov.br outras informações pelo fone (55) 3554-2300.

LUIS CARLOS HERRMANN - Prefeito Municipal

Cidades

Presidente da Câmara de Tenente Portela determina arquivamento da CPI do Ozempic



Mesa diretora eleita para esse ano. Derli da Silva (Centro) determinou o arquivamento da CPI

Clic Portela

O recém-eleito presidente da Câmara Municipal de Vereadores de Tenente Portela, Derli da Silva, do PSDB, tomou uma das primeiras decisões de sua gestão ao determinar o arquivamento da Comissão Parlamentar de Inquérito (CPI) que estava em andamento na Câmara. A CPI tinha como objetivo investigar o prefeito Rosemar Sala por possível favorecimento ilegal

na compra de medicamentos, especialmente o Ozempic, fora da lista do SUS.

Derli da Silva, que é conhecido como defensor do prefeito Rosemar Sala, justificou a decisão alegando que a CPI já excedeu o tempo previsto para sua realização. Em seu despacho, o presidente também citou o elevado número de documentos acumulados durante a CPI, apontando a falta de um local adequado para armazená-los de

maneira adequada como um dos motivos para o arquivamento.

Além disso, o vereador determinou que todos os documentos que compõem o inquérito sejam digitalizados pela Câmara Municipal de Vereadores e uma cópia seja enviada ao Ministério Público. A decisão foi alvo de críticas por parte de alguns setores da oposição, que questionam a justificativa de tempo para o arquivamento da CPI.

Cidades

Bebê recém-nascido morre em Três Passos após demora na Transferência para UTI

No último domingo (7), um bebê recém-nascido, Laís Valentina de Moura Rodrigues, faleceu após mais de 12 horas de espera por uma transferência para uma unidade de terapia intensiva (UTI) neonatal em hospitais do Estado do Rio Grande do Sul. A criança nasceu no Hospital de Caridade de Três Passos, na região Noroeste, em parada respiratória, sendo reanimada pela equipe médica. Apresentando um quadro de infecção, necessitava de leito na UTI neonatal por insuficiência respiratória.

A busca por um leito adequado iniciou-se por meio do sistema de Gerenciamento de Internações Hospitalares (Gerint) do Estado. Um leito em Erechim ficou disponível, mas a equipe de transporte terceirizada, que deveria se deslocar de Passo Fundo, chegou tarde demais para o transporte ser seguro devido à distância. Posteriormente, uma vaga na UTI



Diones Roberto Becker

neonatal do Hospital Vida e Saúde, em Santa Rosa, surgiu, mas a falta de transporte disponível impediu a transferência.

A tragédia evidencia a insuficiência de leitos de UTI neonatal no estado. A Associação Pró-UTI Neonatal e Pediátrica do Rio Grande do Sul aponta que, embora o estado tenha 370 vagas de UTI neonatal, o número é insuficiente diante do nascimento de cerca de 10,2 mil bebês por mês. O presidente da associação destaca a urgência de investimentos nessa área, especialmente em regiões mais distantes dos grandes centros.

A Secretaria Estadual de Saúde afirmou que não faltam vagas em UTI neonatal no Estado, mas não forneceu informações específicas sobre o caso em respeito à Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD). Alegou que, em alguns casos, a demanda por equipamentos específicos pode causar demora na transferência de pacientes. O incidente levanta preocupações sobre a capacidade do sistema de saúde em lidar com situações críticas e reforça a necessidade de melhorias na infraestrutura e nos serviços de saúde neonatal no Rio Grande do Sul.

Nilton Kasctin dos Santos
Professor e Promotor de Justiça



Quando Deus está ausente

Você já se sentiu sozinho diante de um problema? Já se sentiu abandonado pelos amigos ou parentes numa hora difícil da vida? Já experimentou a sensação de que a dor desse momento possa durar para sempre?

Pois é, quem ainda não passou por isso está sujeito a passar a qualquer momento. Aí então haverá apenas uma saída: Deus. Por isso que costumamos ouvir expressões como “agora só um milagre”, ou, “só Deus para resolver esse problema”.

E quando Deus não se apresenta para solucionar nosso problema? Quando o milagre não vem? Quando não temos fé em nada? Quando não sentimos confiança em nossa oração? É sobre isso que escrevo hoje.

O escritor Philip Yancey escreve em “O Deus (in)visível” (Editora Vida, SP, 2001), p. 234: “Não precisamos olhar além da Bíblia para encontrar exemplos da ausência de Deus. “Pois escondeste de nós o teu rosto”, disse o profeta Isaías”. “Por que te comportas como um estrangeiro na terra, como um viajante que fica somente uma noite?”, perguntou Jeremias. Todo relacionamento passa por períodos de proximidade e distanciamento, e, no relacionamento com Deus, por mais íntimo que seja, o pêndulo vai oscilar de um lado para outro. Conheci o sentimento de abandono exatamente quando estava progredindo na vida espiritual, avançando além da fé infantil, para o ponto em que me sentia capaz de ajudar os outros. Subitamente, as trevas se instalaram. Por um ano inteiro, minhas orações pareciam não ir a lugar algum. Não confiava que Deus estivesse ouvindo. Ninguém me havia preparado para o ministério da ausência”.

Gosto desse escritor, porque me parece escrever a mais pura verdade em todos os seus livros. Inclusive sobre ele próprio, o que não é comum, principalmente quando se trata de um grande intelectual, como é o seu caso. E contando coisas simples da sua vida ele me ensina lições de extrema importância, que me dão forças para continuar a caminhada da fé mesmo nos momentos difíceis. Quando se encontrava na situação deplorável relatada anteriormente, ele teve uma ideia revolucionária. Sem fé e já sem ânimo para orar, compra um livro de orações e o lê inteiro para Deus, depois de explicar ao Pai Celeste:

- Não tenho palavras próprias. Talvez não tenha fé. Por favor, aceite as orações dos outros como as únicas que posso oferecer neste momento. Aceite as palavras deles no lugar das minhas.

Depois de muitos dias, já no final da leitura do livro de orações, Yancey tem fortalecida sua fé, e descobre que a ausência de Deus também é necessária na nossa vida de vez em quando. E explica de forma iluminada o significado dessa ausência (idem, pp. 234/235):

- Aprendi a considerar os períodos da ausência de Deus uma espécie de presença ausente. Se um estudante vai para a escola, seus pais sentem sua falta. Mas não a sentem como um vazio, pois ela tem uma forma, a forma de sua presença anterior. Encontram vestígios dele por toda a casa, e diversas vezes se deparam com algum objeto que o traz à mente. Também têm a esperança de sua volta. Esse é o tipo de ausência criado pelo afastamento de Deus.

É estranho e paradoxal, mas parece que também precisamos de períodos de fraqueza espiritual, de pouca fé e até da sensação de ausência de Deus. Talvez para sentirmos saudades de Deus, como os filhos sentem do pai que saiu para uma viagem longa. Ou para que possamos olhar para dentro de nós e exclamar com sinceridade: como eu era mais feliz, como era melhor minha vida na presença de Deus!

Especial

Vista Gaúcha celebra conclusão rápida do recapeamento no Distrito de Bom Plano

*Obras foram entregues em poucos dias**Prefeito e vice acompanharam pessoalmente os trabalhos*

Na primeira semana do ano de 2024, a Administração Municipal de Vista Gaúcha comemora a bem-sucedida conclusão e entrega da obra de recapeamento das ruas do distrito de Bom Plano. Este feito, alcançado com eficiência e rapidez, representa um marco significativo para a gestão liderada por Locatelli e André, evidenciando o compromisso com o desenvolvimento e aprimoramento da infraestrutura.

O prefeito Locatelli enfatiza que o êxito desse projeto é resultado de um planejamento estratégico cuidadoso, envolvendo a Administração Municipal,

Secretários Municipais, Vereadores e Vereadoras. Com foco nas necessidades da comunidade, a execução da obra foi ágil e eficaz, contando com um investimento total de R\$ 567.000,00 (quinhentos e sessenta e sete mil reais), provenientes dos recursos municipais.

Segundo a Administração a entrega rápida não apenas evidencia o comprometimento da administração com prazos, mas também representa um esforço conjunto para proporcionar melhorias tangíveis à vida dos moradores do distrito de Bom Plano. Além de embelezar a comunidade, o recapeamento

valoriza as propriedades dos residentes, elevando o padrão de qualidade de vida local.

As vias asfaltadas, além de contribuírem para a estética da região, desempenham um papel fundamental na facilitação do tráfego, promovendo uma circulação mais eficiente e segura. Os moradores do distrito de Bom Plano, ao experimentarem diretamente os benefícios dessa obra, podem desfrutar de uma comunidade mais acessível e agradável, sinalizando um 2024 promissor e reforçando a importância do trabalho conjunto para o desenvolvimento urbano sustentável.

**Especial**

Divulgado Índice de Participação dos Municípios no rateio do ICMS no Rio Grande do Sul

A Secretaria da Fazenda (Sefaz-RS) divulgou recentemente o Índice de Participação dos Municípios (IPM) definitivo, que determina o percentual de participação dos 497 municípios gaúchos no rateio da arrecadação do Imposto sobre Circulação de Mercadorias e Serviços (ICMS). Pela primeira vez, parte dos recursos será distribuída com base em critérios educacionais.

Calculado pela Receita Estadual, o índice indica que cerca de R\$ 8,5 bilhões serão distribuídos entre as prefeituras. Esse montante corresponde a 25% da receita de ICMS prevista para o próximo ano, considerando as deduções estabele-

cidas pela Constituição Federal, como o Fundo de Manutenção e Desenvolvimento da Educação Básica (Fundeb). O rateio do ICMS é uma das receitas mais significativas para os municípios, representando, em média, 20% do total da arrecadação das prefeituras.

Na Região Ceileiro, nove dos 21 municípios tiveram variação positiva no IPM, com destaque para Três Passos, que apresentou uma variação de 6,7%. No entanto, os demais municípios registraram declínio na variação, conforme tabela divulgada pelo Governo do Estado do Rio Grande do Sul.

Entre as 20 maiores economias do Estado, avaliadas pelo

*Foto: Reprodução/Rádio Alto Uruguai**Três Passos registrou maior crescimento em todo o estado*

critério de Valor Adicionado Fiscal (VAF), oito delas registraram crescimento, enquanto doze apresentaram queda na comparação com o IPM de

2023. As maiores variações positivas foram de Horizontina (35,04%) e Montenegro (14,38%), enquanto Triunfo (-26,22%) e Guaíba (-9,62%)

registraram as reduções mais acentuadas. No total, 282 cidades tiveram crescimento em seus índices, enquanto 215 diminuíram.

Especiais

Casos de Dengue avançam em Tenente Portela e região



Um grande surto de dengue que atingi a região desde o final do ano passado se acentuou no início desse ano. São da região os municípios com mais casos de Dengue confirmados no estado do Rio Grande do Sul. Tenente Portela e Barra do Guarita são os municípios que mais preocupam, no entanto, casos também estão sendo registrados em outros municípios como Vista Gaúcha e Derrubadas.

Tenente Portela é a cidade do estado com maior número de casos confirmados. Segundo as informações divulgadas pela Secretaria Municipal de Saúde são 93 casos confirmados somente neste ano. Nas últimas semanas do ano passado foram outros confirmados 43 casos positivos.

Segundo a Secretária Municipal de Saúde, Lisete Bison, as equipes de agentes de saúde e endemias estão realizando buscas ativas nas residências e fiscalizando denúncias que tem chegado até o órgão. O objetivo é realizar a contenção da infestação de mosquitos transmissores da doença e assim controlar a doença o mais rápido possível.

Uma ação mais efetiva para a contenção da doença deve ser realizada na próxima semana com a aplicação de in-

seticidas nas residências através da Borrifação Residual Intradomiciliar (BRI), prática utilizada em estados do norte do Brasil para combater a malária. Diferente da tradicional fumaça que dispersa inseticida no ambiente sem direcionamento, o BRI tem alvo definido.

O produto é aplicado em paredes, rodapés, pilastras e locais estratégicos internos e externos das residências onde é mais comum a existência do mosquito *Aedes aegypti*. Uma vez aplicado, o inseticida cria uma película que age durante quatro meses. Todo o processo de borrifação demora, em média, quatro minutos para ser concluído.

Em Barra do Guarita, na primeira semana do ano, foram confirmados 82 casos de Dengue. Ao todo, em 2023, haviam sido 287 casos no município. Para conter a doença a prefeitura realizou aplicação de fumacê e os agentes de saúde e de endemias estão reforçando o trabalho de eliminação de criadouros, intensificando as orientações à população sobre a limpeza de pátios e outras medidas preventivas. Um carro de som também está sendo utilizado, circulando pelas ruas do município alertando e orientando a comunidade.

CONVITE PALESTRA SHOW

SURPREENDA-SE | ENCANTE-SE | FAÇA O BEM

você sempre pode ir além

Otelio Drebes

Recepção: 19h30
Início Palestra: 20h

16.01

terça-feira

Tenente Portela
Criptada Igreja Matriz, Paróquia N.Sª Aparecida
Av. Santa Rosa, 22

SIGA f @oteliudrebes

VEJA COMO PARTICIPAR

✓ Inscrições:
www.oteliudrebes.com.br

♥ Jantar cortesia!
Doação espontânea de alimentos não perecíveis.

⚠ Atenção!
Lugares limitados

ℹ Informações ou dúvidas:
51 99648.3163

Inscreva-se preferencialmente até 15/01/2024.

As bebidas serão comercializadas pela copa local. Ao participar deste evento concorda com o uso de sua imagem em veículos de comunicação e redes sociais.

Apoio:

BOLETIM DENGUE

2024

Atualização: 11.01.24

NOTIFICADOS	108
CONFIRMADOS	93
DESCARTADOS	10
EM INVESTIGAÇÃO	05
ÓBITOS	0

FAÇA SUA PARTE
ACABE COM CRIADOUROS DO MOSQUITO

PORTELA CONTRA A DENGUE

SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE E SANEAMENTO

TENENTE PORTELA

SINAIS E SINTOMAS DA DENGUE CLÁSSICA

www.mdsaude.com

Dor nas articulações e músculos

Manchas vermelhas na pele

Dor de cabeça

Náuseas e vômitos

Cansaço e falta de apetite

Febre alta

ODONTOTOP COMPLETA UM ANO TRANSFORMANDO SORRISOS EM TENENTE PORTELA

Neste mês de janeiro a maior rede de hospitais odontológicos do Brasil completa um ano de portas abertas em Tenente Portela. Com a missão de transformar sorrisos, a OdontoTop começou a realizar o sonho de um sorriso perfeito para toda a população, em um espaço único, com equipamentos de alta tecnologia e atendimento humanizado.

A OdontoTop transformou mais de 2 mil sorrisos, contando com um modelo de atendimento que acolhe e trata os pacientes com foco em carinho, atenção e agilidade no tratamento, entregando não só qualidade de vida às pessoas como também a realização de um sonho.



Dra. Kélian Moraes
Dentista

Em comemoração ao aniversário, a OdontoTop preparou um mês repleto de atrações e programações especiais.



**Agende sua
avaliação e
proveite para
transformar o
seu sorriso.**



 **(55) 2016-3030**

 **Rua Tamoio, 98,
sala 101, Tenente
Portela /RS**

Cidades

Prefeito de Barra do Guarita assume a Presidência da Amuceleiro e destaca prioridades para a região



Amuceleiro/Divulgação

Rodrigo assumiu a presidência da entidade neste ano

Durante uma intensa semana de reuniões e visitas aos prefeitos da região, o Prefeito Rodrigo Locatelli Tisott, de Barra do Guarita, assumiu oficialmente a Presidência da Associação dos Municípios da Região Ceileiro (Amuceleiro).

Durante suas visitas, o agora Presidente da Amuceleiro enfatizou o compromisso contínuo com a questão do emprego na região, especialmente

nas empresas locais, e destacou a importância do retorno das atividades econômicas. Ele ressaltou que a Amuceleiro continuará tratando esse tema como máxima prioridade, demonstrando também preocupação com outras áreas da cadeia produtiva.

Nos próximos dias, a nova diretoria da Amuceleiro planeja visitar todos os municípios da região, abordando diversas

questões importantes. Entre as prioridades estão o combate aos casos de Dengue, a reforma tributária, melhorias nos acessos asfálticos, a construção da ponte entre Barra do Guarita e Itapiranga, a ponte entre Tiradentes do Sul e El Soberbo, além da ERS 305. Também serão discutidos recursos estaduais e federais para enfrentar as consequências das catástrofes climáticas.

Cidades

Tenente Portela decreta situação de emergência após vendaval causar danos generalizados

O município de Tenente Portela decretou situação de emergência nesta sexta-feira, 05, em virtude do vendaval que atingiu a região no último dia 29. O prefeito Rosemar Sala assinou o decreto executivo de número 02/24, considerando os extensos danos provocados pelo evento meteorológico adverso que afetou praticamente todo o território portelense.

Segundo laudos apresentados pela Secretaria de Assistência Social, pela Defesa Civil e pelo Departamento de Engenharia da Prefeitura, aproximadamente 280 moradias foram atingidas, com a maioria dos danos concentrados no perímetro urbano e na Terra Indígena do Guarita. Residências e instalações rurais também foram afetadas, juntamente com sete estabelecimentos comerciais ou industriais e seis prédios



Prefeitura de Tenente Portela

Cerca de 280 moradias foram atingidas pelo temporal

públicos, incluindo escolas e unidades de saúde. Sedes de entidades locais também não escaparam dos estragos. O vendaval resultou na queda de dezenas de árvores e postes de energia elétrica, deixando várias localidades sem luz por até quatro dias, resultando em con-

sideráveis prejuízos.

A declaração de situação de emergência permitirá que o município acesse recursos e tome medidas emergenciais para a reconstrução e assistência às áreas afetadas, visando a recuperação rápida e eficaz da comunidade portelense.

Cidades

Polícia abre investigação para apurar morte ocorrida em “cadeia indígena”



polícia, o homem foi detido após ter ameaçado sua companheira.

Na manhã de hoje, por volta de 10h30min, Valdones foi encontrado morto, com a cabeça em uma abertura de entrada de ventilação na estrutura que serve como “cadeia indígena”.

O delegado de polícia, Vilmar Alaídes Schafer, que está à frente das investigações, afirma que algumas hipóteses estão sendo apuradas: o homem poderia ter tentado fugir pela abertura, ficando parte do corpo presa no vão, e morrendo por asfixia ou fato diverso.

A Polícia Civil está investigando as circunstâncias da morte de um indígena, no setor Irapuá, em Redentora, na Terra Indígena Guarita.

A partir de costumes que são seguidos no território, Valdones Emilio, de 39 anos, estava recolhido em uma “prisão” que existe no local, por decisão da liderança indígena, desde a madrugada desta segunda-feira (08). Segundo informações da

O corpo de Valdones foi encaminhado para exame de necropsia. O levantamento pericial, no local do óbito, foi realizado por agentes da Delegacia de Polícia de Redentora, que abriu inquérito para investigar o caso.



ESTAMOS CONTRATANDO

VAGAS

- Serralheiro
- Montador de estruturas metálicas

Envie seu currículo pelo
nosso whatsapp **55 99717-8576**
ou pelo nosso e-mail
contato@funilariadoalemao.com.br



Cidades

Coronel Bicaco renova convênio com o hospital de Tenente Portela

No final do último mês ocorreu a assinatura do novo convênio entre o município de Coronel Bicaco e o Hospital Santo Antônio (HSA) de Tenente Portela. O ato teve a presença da secretária municipal de Saúde, Adriana da Silva Benites, e da presidente do HSA, Mirna Braucks.

O convênio assegura atendimento médico e hospitalar em caráter de urgência e emergência, durante as 24 horas do dia, para diversas especialidades disponíveis no corpo clínico do HSA de Tenente Portela.

Pela prestação de serviços médicos hospitalares, o município pagará R\$ 60 mil por mês. O convênio tem validade até 31 de dezembro de 2024 – podendo ser prorrogado mediante renegociação entre as partes e através de Lei Municipal autorizativa.

— Ficamos muito felizes com a assinatura do novo con-



Convênio assegura atendimento em caráter de urgência e emergência,

vênio, pois desta forma manteremos o bom atendimento à comunidade, e a parceria tão importante com o Hospital Santo Antônio nos atendimentos de urgência, emergência e demais exames de rotina — disse Adriana da Silva Benites. — Sem dúvida essa parceria nos dá mais segurança para seguir em frente nas tarefas do dia a

dia — acrescentou a secretária.

Adriana da Silva Benites deixou ainda um agradecimento especial à presidente do HSA. — Uma pessoa incrível que sempre está disponível e disposta para nos atender da melhor forma possível em qualquer momento do dia — frisou a secretária municipal de Saúde.

Cidades

Governo anuncia novo concurso do magistério com 3 mil vagas

Maurício Tonetto/Secom



Ao retornar ao exercício do cargo de governador, na manhã desta quarta-feira (10/1), Eduardo Leite anunciou que haverá um novo concurso público da Rede Estadual de educação em 2024. Serão 3 mil vagas destinadas aos professores. A previsão é de que as provas ocorram no segundo semestre.

O anúncio ocorre após a nomeação dos mais de 1,5 mil novos servidores efetivos aprovados no último concurso para docentes da Rede Estadual. Somando os dois certames, até

2026 haverá pelo menos mais 4,5 mil novos educadores para compor o quadro de recursos humanos das escolas estaduais de forma efetiva.

Além desses dois processos seletivos, um já consolidado e o outro em projeto para lançamento de edital, o governo do Estado protocolou, no ano passado, na Assembleia Legislativa, um projeto de contratação emergencial (PL 364/2023) que prevê vagas para até 9 mil professores e servidores temporários.

O IPVA chegou? Pode contar com o Sicredi.

Conte com a comodidade e facilidade do pagamento via canais digitais e das agências da Sicredi Raízes. Aproveite também o benefício do desconto em caso de antecipação de pagamento.



Aplicativo Sicredi



Caixa eletrônico



Internet Banking*



Agente credenciado

Não é só dinheiro. É ter com quem contar.

Sicredi

Esportes

Gurias do Yucumã anunciam novo treinador

Alair Constantino/Dono do Apito



Diel, natural do Pará, de 45 anos, teve sua última passagem pelo elenco feminino do Imperatriz do Maranhão

Jonas Martins

Com a confirmação da saída de Thiago Rodrigues do comando da equipe das Gurias do Yucumã, o treinador Diel Fernandes é anunciado como o novo responsável pela equipe para a temporada. Diel, natural do Pará, de 45 anos, teve sua última passagem pelo elenco feminino do Imperatriz do

Maranhão em 2022, além de ter treinado equipes masculinas como Patrocinense (MG), Teresópolis (RJ), Marília (SP), Concórdia (SC) e experiência nas categorias de base do Corinthians. Ele também dirigiu o União Suzano no feminino.

O Flamengo, Gurias do Yucumã, renovou o contrato com a preparadora física Monica Botton. Segundo Ildo Scapini, di-

retor da equipe, a principal mudança com a chegada do novo treinador é a alteração no perfil da equipe. A partir de agora, as Gurias do Yucumã passarão a treinar pelo menos cinco vezes por semana, em contraste com a prática anterior de apenas uma vez nas últimas temporadas. A mudança visa fortalecer a preparação e desempenho da equipe para os desafios futuros.

Esportes

Finais da 7ª edição da Copa Regional Sicredi/OdontoTop de Futsal prometem emoção e representatividade

A 7ª edição da Copa Regional Sicredi/OdontoTop de Futsal está chegando ao seu momento decisivo, com as finais programadas para o dia 20 de janeiro. O torneio contou com a participação de 32 equipes representando municípios da região, incluindo Tenente Portela, Derrubadas, Vista Gaúcha, Três Passos, Palmitinho, Vista Alegre, Miraguaí, Redentora, Braga, e Barra do Guarita.

As finais das diferentes categorias prometem emoção e rivalidades locais. No Master 50, a disputa será entre as equipes Portelenses POSTO ABEGG/ PORTELA ENGENHARIA e G.AGRO/SECO AUTO PEÇAS. Já na categoria Veteranos, os municípios de Miraguaí e Barra do Guarita estarão representados por PADARIA DOCE SABOR/FB HIDRÁULICA e BAR DO DIONE/VARGAS MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO, respectivamente.



Divulgação

Nãn Ga Guarita/Posto Tenente é a primeira equipe indígena a chegar na final da competição

A final feminina terá a disputa entre as equipes de Três Passos e Vista Gaúcha, com AVOZZANI FUTSAL enfrentando ES INSTALADORA/ JAPA LANCHES. A categoria masculino livre reserva uma novidade especial, com a equipe Nãn Gá Guarita, essencialmente INDÍGENA, chegando à final em sua primeira participa-

ção na Copa. Eles enfrentarão a atual campeã, Gamelinhas, que busca a inédita conquista do bicampeonato.

A competição, além de promover o esporte na região, destaca-se pela diversidade e inclusão, proporcionando momentos emocionantes e de integração entre os municípios participantes.

Zaca - Educador Físico
CREF - 016912G/RS -
robinson.giraldi@bol.com.br



VO2 máximo reduz o risco de problemas de saúde graves

Vamos começar com definições. Como conceito, o VO 2 máximo foi treinado pela primeira vez na década de 1920 por pesquisadores que observaram que o consumo de oxigênio aumenta com a velocidade de corrida até um certo limite, e depois não mais. Neste ponto, seu corpo depende de outras fontes de energia e não consegue sustentar esse nível de esforço por muito tempo. Seu número, então, representa esse pico: a quantidade máxima de oxigênio (O2), medida em volume (V), que seu corpo pode absorver durante o exercício.

O VO2 máximo é frequentemente interpretado como um indicador de exaustão cardiorrespiratória e muitos estudos de treinamento físico o utilizam como medida de eficácia. Planos de treinamento oferecem a possibilidade de melhorar seu VO2 máximo, geralmente usando sprints de três minutos de corrida em ritmo acelerado, intercalados com estímulos de menor intensidade. O VO2 máximo “relativo”, que permite a comparação entre atletas, é medido em mililitros de oxigênio por quilograma de peso corporal por minuto.

No entanto, o VO2 máximo é um pouco complicado de avaliar especificamente. O mais preciso, é claro, é subir em uma esteira ou bicicleta ergométrica enquanto usa aquela máscara de borracha (geralmente disponível em instituições esportivas profissionais ou academias de última geração), que permite medir a mistura de gases que você inspira e expira, dando-lhe a melhor imagem possível do seu consumo de oxigênio.

E, para ser claro, 58,7ml/kg/min é muito bom. As marcas mais altas registradas foram na década de 90, a maioria por ciclistas de calibre olímpico e esquiadores cross-country. Não é o único determinante do desempenho em esportes de resistência, o maratonista recordista mundial de 1969, Derek Clayton, registrou apenas 69, mas certamente ajuda.

Quanto isso é importante para sua saúde?

Há uma quantidade incrível de evidências que indicam que o seu VO2 máximo pode prever o risco de doenças cardiovasculares. Além do mais, a associação do VO2 máximo com a morbidade e a mortalidade é mais forte do que a dos fatores de risco normalmente considerados, como colesterol, IMC e glicemia. Numa meta-análise em grande escala realizada em 2022, por exemplo, os indivíduos que se classificaram no terço superior em termos de capacidade aeróbica, medida pelo VO2 máximo, tiveram um risco 45% reduzido de morte por qualquer causa em comparação com indivíduos no grupo terço inferior.

Sua capacidade aeróbica máxima é uma integração de sistemas fisiológicos. O sistema nervoso independente, o coração e os vasos sanguíneos, os pulmões e as mitocôndrias, entre outros, influenciam a sua capacidade aeróbica máxima. Você também precisa de um corpo forte, pois mais massa muscular significa que você pode extrair mais oxigênio do sangue, a massa e a força muscular estão altamente relacionadas à morbidade e à mortalidade.

Por outras palavras, se tivermos um VO2 máximo elevado, provavelmente também irá beneficiar de uma série de outras análises fisiológicas que significam que estão de boa saúde. Treinos longos e lentos podem funcionar melhor a longo prazo para maximizar o consumo de oxigênio do que treinos curtos e de alta intensidade. A mensagem para levar para casa é que se seu treino incluir ambos os estilos de treino, você vai melhorar muito sua saúde, mesmo que nunca coloque uma máscara e descubra seu VO2 máximo.

Redação

Praça Tenente Bins, 139
Cep: 985000-000 - Tenente Portela
redacaol@provinciafm.com

Assinaturas

(55) 3551-1877

Anúncios

(55) 99952-9850

Projeto para Hospital do Câncer Infantil de Ijuí avança com detalhes e valor estimado de R\$30 milhões

A mobilização da comunidade de Ijuí para a construção de um centro de tratamento do câncer infantil na região alcançou um novo estágio. Desde o final de 2023, o projeto ganhou definições mais concretas, incluindo uma localização específica e detalhes que prometem fazer a diferença, como a previsão de um andar dedicado para receber as famílias dos pacientes.

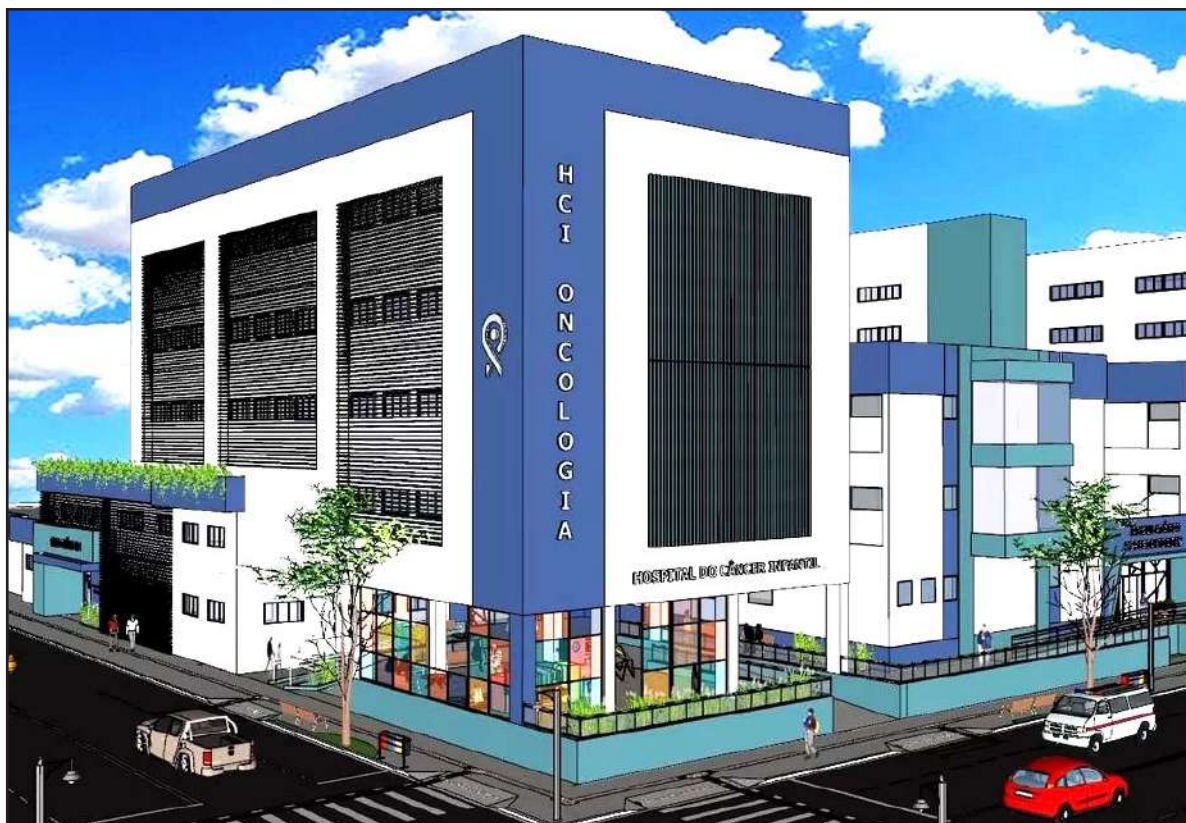
A proposta é edificar o prédio junto ao Hospital de Clínicas do município (HCI), utilizando parte da estrutura da instituição, referência em saúde de alta complexidade para 285 municípios gaúchos. Com isso, o valor inicialmente previsto da obra, estimado em R\$ 80 milhões, deve ser reduzido para cerca de R\$ 30 milhões.

O projeto do Hospital do Câncer Infantil de Ijuí visa proporcionar tratamento local para crianças acometidas pela doença, evitando o deslocamento

de aproximadamente 170 quilômetros até Passo Fundo ou, em casos mais graves, até 400 quilômetros até Porto Alegre.

A iniciativa pretende disponibilizar 20 leitos de internação para pacientes de zero a 18 anos, 10 leitos de UTI pediátrica, uma unidade de infusão para quimioterapia e um andar exclusivo para as famílias dos pacientes. Este último aspecto é destacado como um diferencial importante, garantindo espaços adequados para o acompanhamento próximo dos familiares durante o tratamento.

O movimento liderado pelo médico Douglas Uggeri, presidente do HCI, planeja apresentar oficialmente a proposta aos deputados da bancada gaúcha em Brasília em fevereiro. A intenção é buscar o apoio dos parlamentares para incluir o projeto nas emendas da bancada de 2025, com a expectativa de iniciar a obra em 2025 e concluí-la até 2027 ou 2028, no máximo.



A expectativa é que a unidades especializada seja construída junto ao prédio do Hospital de Clínicas de Ijuí (HCI), usando parte da estrutura já existente.

Programa Lição de Casa investe R\$ 3 milhões em melhorias em escolas da região



O Programa Lição de Casa, coordenado pelas Secretarias de Obras Públicas e Educação, destinou R\$ 3 milhões em investimentos no mês de dezembro, visando melhorias em escolas da região. Desse montante, R\$ 2 milhões foram destinados a reformas já concluídas em dez instituições, enquanto R\$ 1 milhão foi investido em cinco escolas que tiveram suas melhorias iniciadas. Essas intervenções beneficiarão mais de 4,3 mil alunos.

Em 22 de dezembro, teve início a reforma da rede elétrica e implementação de subestação na Escola Estadual de Educação Básica Padre Gonzáles, em Três Passos, com um investi-

mento de R\$ 247,2 mil. A escola, que atende a 172 alunos, está localizada na Rua Coronel José Gomes Portinho.

Na região Celeiro, a Escola Estadual Indígena de Ensino Fundamental Mukey, em Tenente Portela, está passando por uma reforma geral. Os investimentos de R\$ 258,2 mil incluem a construção de duas salas de aula, circulações externas cobertas, pintura e reforma de pisos. As melhorias beneficiarão 162 alunos da instituição, localizada na Terra Indígena do Guarita. Os trabalhos, a cargo da Tettosul Engenharia, começaram em 14 de dezembro e têm um prazo de execução de 120 dias.

Não importa o que você decidiu. O que importa é que isso te faça feliz.

Sulsera
Levando você