



Maternidade real - aquilo que ninguém conta sobre ser mãe

Pág. 13

CETAS RECEBE 60 AVES APREENDIDAS EM FISCALIZAÇÃO DA POLÍCIA MILITAR EM POÇÕES

Págs. 16 e 17



(FOTO: SECOM/PMVC)



Prefeita anuncia pagamento do Piso Nacional aos Agentes Comunitários de Saúde de Vitória da Conquista

Pág. 19

Fumar aumenta em 10 vezes o risco de câncer de laringe, doença 5 vezes mais comum nos homens

Pág. 04

ARTIGO



Professor-Direito Administrativo
Mestre em Direito-UFPE
Doutorando em Direito-UAL-Lisboa
Membro efetivo do IGHB-BA
Oficial de Justiça Federal
Membro da Associação Bahiana de Imprensa.

POR ROMMEL ROBATTO

“

Registra-se, por oportuno, que muitos escoteiros de outrora , hoje são importantes ativistas - em prol - da preservação do nosso ecossistema.

”

ESCOTEIRO : “SEMPRE ALERTA”.

O movimento do escotismo é de extrema importância na formação dos jovens. Embora tenha como ênfase sua atuação nas crianças e adolescentes, o escotismo é plúrimo e não excludente!

Trata-se, seguramente, de um antídoto no combate às drogas que, infelizmente, atingem milhares de jovens.

Precisa-se - com urgência - do fomento desta doutrina, em especial, nas escolas públicas e particulares.

O Colégio Antônio Vieira, em Salvador - do qual - fui egresso, mantinha à época forte ligação com o movimento.

Infelizmente, não fui escoteiro, todavia, tinha muita admiração por eles e sua conduta ética com a natureza .

Exemplos a serem seguidos!

Escoteiros, lobinhos e bandeirantes devem ser valorizados, mormente, neste estágio de pós pandemia .

A sociedade e o meio ambiente agradecem!

O contato com a natureza , eventuais animais e o respeito a nossa fauna e flora são “mantras” do escotismo.

Pregam a paz e o respeito ao próximo.

Exploram os locais e acampam com racionalidade e senso de preservação.

Registra-se, por oportuno, que muitos escoteiros de outrora , hoje são importantes ativistas - em prol - da preservação do nosso ecossistema.

Forma-se, portanto, jovens para um futuro melhor.

O escotismo, em apertada síntese, é uma escolha certa!

Aliás, Baden Power pontuava: “O caminho para se conseguir a felicidade é fazendo as outras pessoas felizes” .

Reflitamos, pois!

Julho Turquesa: campanha alerta sobre síndrome dos olhos secos

Especialista alerta para a importância do tratamento para minimizar o problema

BRASIL61
<https://brasil61.com/>

O “Julho Turquesa” é a campanha que marca o mês dedicado à prevenção da síndrome dos olhos secos. De acordo com a Associação Brasileira de Portadores de Síndrome do Olho Seco (APOS), estima-se que de 13 a 24% da população brasileira é portadora da doença.

A síndrome dos olhos secos é uma doença crônica que se caracteriza pela diminuição da produção da lágrima ou deficiência em alguns dos componentes, segundo a APOS. Suas causas têm relação com uso contínuo de telas eletrônicas, ar condicionado, medicamentos e clima.



FOTO: MARCELLO CASAL JR/AGÊNCIA BRASIL

A estudante Rayna Mendes, 23, moradora da cidade de Águas Claras, em Brasília, desenvolveu a síndrome do olho seco em 2020, após fazer uso de um medicamento para controle de acnes. Ela explica que desde então sente incômodo nos olhos e que precisa recorrer à colírios para o alívio dos sintomas, “sinto meus olhos ardendo, não consigo ficar sem usar colírio. Como se ficasse pregando. A sensação é como se você estivesse piscando sem lubrificação nenhuma.”

“O clima de Brasília já não é propício, no inverno fica pior. Outro fator é quando fico exposta às telas, principalmente a do celular. Normalmente estou de óculos mas quando não estou parece que meu olho fica muito mais cansado. E aí preciso desligar, passar o colírio de novo e deixar o olho fechado por um tempinho. Para ver se a lubrificação volta”, completa.

A médica oftalmologista do CBV-Hospital de Olhos, Núbia Vanessa, explica que durante o uso da tela do computador e celular as pessoas passam horas sem piscar adequadamente. “Isso combinado à própria luminosidade das telas fazem com que você tenha o agravamento da diminuição das lágrimas, e com isso, piorando a síndrome do olho seco”, reforça.

A oftalmologista ressalta que é importante procurar um médico para o tratamento da síndrome dos olhos secos. “Alguns pacientes que não fazem o tratamento adequado ao longo da vida, depois de um certo período de tempo, podem ter úlceras de córnea relacionadas a não lubrificação, porque a córnea fica exposta. Isso pode evoluir até mesmo para alguns tratamentos cirúrgicos, onde você tem que às vezes fechar a pálpebra para que essa córnea possa ser regenerada adequadamente”, explica.

Núbia ainda explica que, no caso de suspeita da síndrome, o ideal é procurar um médico oftalmologista para confirmar. Segundo ela, o tratamento inclui medicamentos tópicos oculares e laser para melhorar a produção das glândulas que produzem as lágrimas.
Fonte: Brasil 61 - https://brasil61.com/n/julho-turquesa-campanha-alerta-sobre-sindrome-dos-olhos-secos-bras227063?email=editor@jornaldosudoeste.com&utm_source=newsletter&utm_medium=newsletter&utm_campaign=newsletter

FUMAR AUMENTA EM 10 VEZES O RISCO DE CÂNCER DE LARINGE, DOENÇA 5 VEZES MAIS COMUM NOS HOMENS

O fumo de qualquer produto - cigarro, cachimbo, charuto, narguilé, cigarro de palha e cigarro eletrônico - aumenta em 10 vezes o risco de desenvolver câncer de laringe. No Brasil, é esperado para 2022 o registro de 7.650 novos casos, sendo 6.470 em homens e 1.180 em mulheres

■ MOURA LEITE NETTO

moura@sensucomunicacao.com.br

O câncer de laringe é o nono tipo de câncer mais comum entre os homens brasileiros e o segundo mais comum na região de Cabeça e Pescoço, atrás apenas dos tumores de cavidade oral. Para 2022, segundo o Instituto Nacional de Câncer (INCA) são esperados 7.650 novos casos de câncer de laringe, sendo 6.470 em homens e 1.180 em mulheres, ou seja, a doença é 5,5 vezes mais comum no sexo masculino. Sua maior prevalência é em homens acima de 40 anos.

Localizada no pescoço, acima da abertura da traqueia, a laringe é o órgão onde estão as cordas vocais. Ela apresenta três partes: supraglote: logo acima das cordas vocais. Tem a função de enviar comida pelo esôfago (o tubo que se conecta ao estômago) e impedir que alimentos e líquidos entrem nos pulmões; glote onde estão as cordas vocais e a subglote: fica localizada abaixo das cordas vocais. A maioria dos casos de câncer de laringe se desenvolve na glote. E mais de 90% dos casos são do tipo carcinoma de células escamosas.

Os principais fatores que têm relação com o desenvolvimento do câncer de laringe são o tabagismo e o consumo de bebidas alcoólicas, especialmente a combinação dos dois. O oncologista clínico Thiago Bueno de Oliveira, presidente do Grupo Brasileiro de Câncer de Cabeça e Pescoço (GBCO), alerta que o fumo de qualquer produto (cigarro, cachimbo, charuto, narguilé, cigarro de palha, cigarro eletrônico), aumenta em 10 vezes a chance de desenvolver o câncer de laringe.

Outros fatores são:

Estresse e mau uso da voz

Excesso de gordura corporal

Exposição a alguns produtos químicos: óleo de corte, amianto, poeira de madeira, de couro, de cimento, de cereais, têxtil, formaldeído, sílica, fuligem de carvão, solventes orgânicos e agrotóxicos

ATENÇÃO AOS SINAIS - O GBCP realiza neste Julho Verde a campanha “Sinais que podem mudar histórias”, com uma programação especial de conteúdo sobre prevenção, diagnóstico e tratamento dos diferentes tumores que acometem a região de cabeça e pescoço: cavidade oral (boca, lábios, língua, gengiva, assoalho da boca e palato), seios da face (maxilares, frontais, etmoidais e esfenoidais), faringe (nasofaringe (atrás da cavidade nasal), orofaringe (onde se encontra a amígdala e a base da língua) e hipofaringe (porção final da faringe, junto ao início do esôfago), além da laringe (supraglote, glote e subglote), glândulas salivares e glândula tireoide. O conteúdo completo da campanha, disponível para download gratuito, está em <http://www.gbcp.org.br/julhoverde2022/>.

Os principais sintomas de câncer de laringe, que podem variar de acordo com a localização e estágio da doença, são:

- Rouquidão ou alterações na voz;
- Dificuldade para engolir alimentos ou sensação de algo preso na garganta;
- Dor de garganta ou de ouvido persistentes;
- Caroço no pescoço;
- Tosse constante;
- Problemas respiratórios;
- Perda de peso sem motivos.

Os sintomas podem não ter relação com o câncer de laringe, mas é preciso estar atento e consultar um médico especialista para uma avaliação mais precisa.

Ao observar alguma alteração suspeita é importante o paciente buscar avaliação de um médico otorrinolaringologista ou cirurgião de cabeça e pescoço. Além do exame clínico, o médico pode solicitar a realização de uma laringoscopia, exame que pode ser feito no consultório, com a necessidade de coleta de fragmentos da lesão (biópsia) se for identificada suspeita para a confirmação ou não do câncer.

PREVENÇÃO - Cerca de 30% dos casos de câncer de laringe poderiam ser evitados com a adoção de algumas medidas.

- Não fumar nenhum produto e evitar o tabagismo passivo
- Evitar o consumo excessivo e constante de bebidas alcoólicas
- Manter o peso corporal adequado
- Cuidar da saúde da voz

julho verde

o que você precisa saber sobre...

CÂNCER DE LARINGE



Conheça. Observe.
Diagnóstico precoce do câncer de cabeça e pescoço salva vidas

SINAIS QUE PODEM mudar HISTÓRIAS

A LARINGE

Localizada no pescoço, acima da abertura da traqueia, é o órgão onde estão as cordas vocais. Tem três partes:

- **Supraglote:** está logo acima das cordas vocais. Tem a função de enviar comida pelo esôfago (o tubo que se conecta ao estômago) e impedir que alimentos e líquidos entrem nos pulmões.
- **Glote:** é onde estão as cordas vocais.
- **Subglote:** fica localizada abaixo das cordas vocais.



A DOENÇA por que se desenvolve

Os principais fatores que têm relação com o desenvolvimento do câncer de laringe são o **tabagismo** e o **consumo de bebidas alcoólicas**, especialmente a combinação dos dois.

o fumo de qualquer produto (cigarro, cachimbo, charuto, narguilé, cigarro de palha, cigarro eletrônico), aumenta em 10 vezes a chance de desenvolver o câncer de laringe.



Outros fatores são:

- Estresse e mau uso da voz
- Excesso de gordura corporal
- Exposição a alguns produtos químicos: óleo de corte, amianto, poeira de madeira, de couro, de cimento, de cereais, têxtil, formaldeído, sílica, fuligem de carvão, solventes orgânicos e agrotóxicos

HIGHLIGHTS



O câncer de laringe é mais frequente em homens acima de 40 anos



É um dos tipos mais comuns de câncer que acometem a região da cabeça e pescoço



A maioria dos casos de câncer de laringe se desenvolve na glote. E mais de 90% dos casos são do tipo carcinoma de células escamosas

SINAIS QUE FALAM

Os **sintomas podem variar** de acordo com a localização e estágio da doença.

- Rouquidão ou alterações na voz;
- Dificuldade para engolir alimentos ou sensação de algo preso na garganta;
- Dor de garganta ou de ouvido persistentes;
- Caroço no pescoço;
- Tosse constante;
- Problemas respiratórios;
- Perda de peso sem motivos;

Os sintomas podem não ter relação com o câncer de laringe, mas **é preciso estar atento e consultar um médico especialista** para uma avaliação mais precisa.

DIAGNÓSTICO PRECOCE

Ao observar alguma alteração suspeita é importante buscar avaliação de um **médico otorrinolaringologista** ou **cirurgião de cabeça e pescoço**.
Além do exame clínico, o médico pode solicitar a realização de uma laringoscopia, exame que pode ser feito no consultório, com a necessidade de coleta de fragmentos da lesão (biópsia) se for identificada suspeita para a confirmação ou não do câncer.

SALVA VIDAS

www.jornaldosudoeste.com

PREVENIR É POSSÍVEL

Cerca de **30% dos casos** de câncer de laringe **poderiam ser evitados** com a adoção de algumas medidas.

- Não fumar nenhum produto e evitar o tabagismo passivo
- Evitar o consumo excessivo e constante de bebidas alcoólicas
- Manter o peso corporal adequado
- Cuidar da saúde da voz



PARTICIPE DESSE MOVIMENTO!

you can be
SER O SINAL
na vida de alguém
E MUDAR HISTÓRIAS



Compartilhe esse conteúdo



GBCP
GRUPO BRASILEIRO
CÂNCER DE CABEÇA
E PESÇOÇO

Conheça. Observe.
Diagnóstico precoce do câncer
de cabeça e pescoço salva vidas

SOBRE O GBCP - O Grupo Brasileiro de Câncer de Cabeça e Pescoço é uma organização sem fins lucrativos estabelecida por meio da colaboração voluntária de seus membros, profissionais da área da saúde envolvidos na jornada de cuidado do paciente com tumores de cabeça e pescoço. O GBCP é um grupo multiprofissional com a missão de influenciar todo o ciclo de cuidado do câncer de cabeça e pescoço no Brasil, atuando em quatro frentes de trabalho: comunidade geral, cuidados com pacientes e cuidadores, profissionais de saúde e pesquisa científica.

#SEMPREBOM #LEMBRAR

É necessário completar o
esquema vacinal contra a

COVID-19

OK

Conheça os principais tipos de tumores ósseos

■ MELINA LOZANO
melina.lozano@maquinacohnwolfe.com

De acordo com o American Cancer Society, os tumores ósseos representam menos de 1% de todos os cânceres. Embora raro, ele pode ser agressivo. Ficar atento a sinais diferentes do corpo - como dor nos ossos, inchaço nas articulações e facilidade para fraturas - é fundamental para chegar ao diagnóstico precoce e aumentar o sucesso do tratamento.

Dra. Angela Soares, médica radiologista da Fundação Instituto de Pesquisa e Estudo de Diagnóstico por Imagem (FIDI), lista os principais tipos de tumores que afetam os ossos.

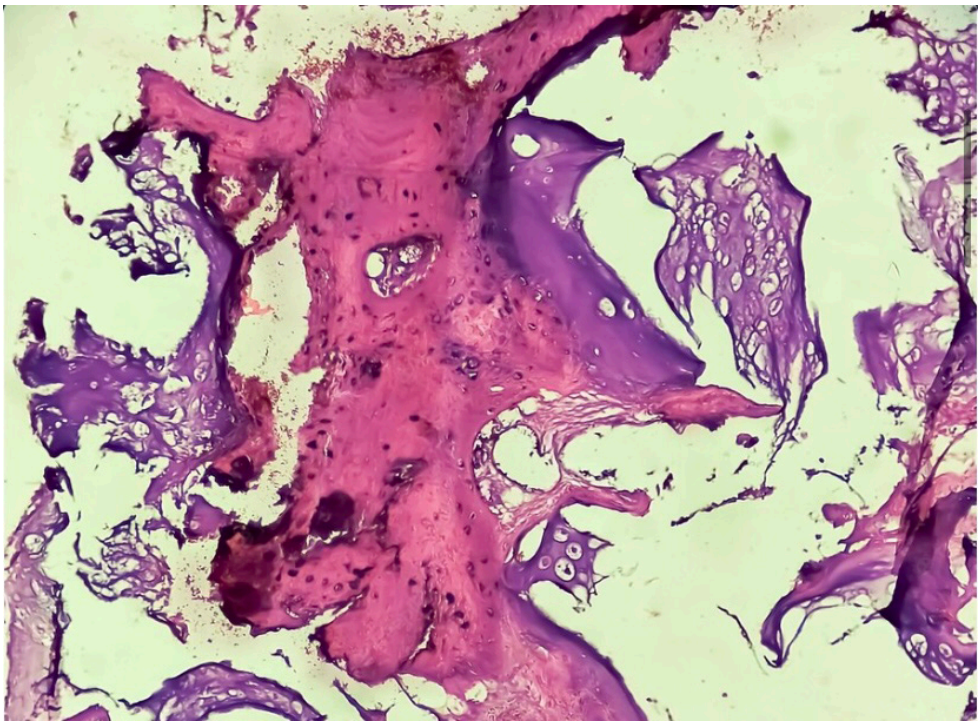


FOTO: FREEPIK

Osteossarcoma

O osteossarcoma é o tipo mais frequente de tumor ósseo primário em geral, e, por se iniciar nas células ósseas, acomete principalmente pessoas com idades entre 10 anos e 30 anos, sendo a maior incidência em homens.

Esses tumores se desenvolvem com mais frequência em ossos dos braços, pernas e pelve. Sendo a queixa mais comum entre os pacientes com osteossarcoma a dor, podendo estar ou não associada a massas de partes moles como o joelho, uma das principais regiões de incômodo. Ao decorrer do tempo, a doença tende a progredir de forma a interromper as atividades diárias.

Condrossarcoma

Mais frequente em adultos e idosos, o condrossarcoma é o tumor maligno primário do osso, originado de células cartilaginosas. Com evolução extremamente lenta, esse tumor afeta os ossos das cinturas pélvica e escapular e os ossos longos, particularmente fêmur e úmero. Os sintomas incluem dor e aumento do volume local.

Como a maioria dos tumores apresentam desenvolvimento lento, existe uma menor chance de metástase quando diagnosticado rapidamente. Raramente acomete pessoas com idade inferior a 20 anos.

Tumores de Ewing

Considerado um dos cânceres mais frequentes em crianças, adolescentes e adultos jovens, os tumores de Ewing são encontrados com regularidade na pelve, parede torácica, ossos das pernas e dos braços. Pessoas do sexo masculino são mais propensas a desenvolver a doença, que raramente acomete indivíduos com mais de 30 anos.

Manter um estilo de vida saudável e acompanhamento médico para diagnóstico precoce são os primeiros passos para combater o câncer ósseo. “Quando há suspeita de alguma doença nos ossos, o médico recorrerá a exames de imagens que ajudarão a identificá-la e a definir o melhor tratamento”, explica Dra. Angela Soares. As opções terapêuticas podem assumir diferentes abordagens, utilizando quimioterapia e radioterapia. Em alguns casos, há necessidade de cirurgia para a retirada do tumor.

HÁBITOS NA DIETA E NUTRIÇÃO PODEM EVITAR ATÉ 25% DOS CASOS GERAIS DE CÂNCER

Alimentos à base de plantas possuem fitoquímicos, que interrompem os processos no corpo que estimulam a produção de câncer

■ LUISA PASCOARELI



FOTO: DIVULGAÇÃO

As escolhas dos alimentos que consumimos têm impacto na prevenção do câncer. Embora algumas pessoas tenham um risco genético maior de desenvolver câncer, pesquisas mostram que quase 25% dos casos gerais de câncer podem ser evitados apenas com dieta e nutrição. Muitos tipos de câncer podem levar 10 ou mais anos para se desenvolver, portanto, as escolhas nutricionais diárias são cruciais na prevenção do câncer.

De acordo com a Organização Pan Americana de Saúde, o câncer é a segunda principal causa de morte no mundo, sendo uma em cada seis mortes relacionadas à doença. Aproximadamente 70% das mortes por câncer ocorrem em países de baixa e média renda.

Cerca de um terço das mortes por câncer se devem aos cinco principais riscos comportamentais e alimentares: alto índice de massa corporal, baixo consumo de frutas e vegetais, falta de atividade física e uso de álcool e tabaco.

Outras pesquisas apontam que os veganos, que não comem nenhum produto de origem animal, incluindo peixe, laticínios ou ovos, parecem ter as taxas mais baixas de câncer de qualquer dieta. Alimentos à base de plantas estão cheios de compostos químicos, chamados fitoquímicos, que interrompem os processos no corpo que estimulam a produção de câncer. As dietas à base de plantas também são ricas em fibras, o que demonstrou reduzir o risco de câncer de mama e

colorretal.

A nutricionista da Mayo Clinic, Grace Fjeldberg aponta que os dois dos fitoquímicos mais úteis são os antioxidantes e os carotenóides. O primeiro neutraliza processos de dano ao corpo enquanto protegem e restauram as células. Alguns alimentos que contêm um alto nível de antioxidantes incluem chocolate amargo, maçã com casca, abacate, alcachofra, repolho roxo, chá, café, nozes e grãos. Já o segundo têm sido associado à redução do risco de doenças cardíacas, câncer, degeneração macular e catarata. São compostos lipossolúveis, o que significa que precisam ser acompanhados de uma fonte de gordura para serem absorvidos. Os carotenóides estão naturalmente presentes em muitas frutas, grãos, óleos e vegetais, como cenoura, batata doce, abóbora, espinafre, damasco, pimentão verde e folhas verdes.

Muitos alimentos à base de plantas também são ricos em provitaminas chamadas alfa e gama-caroteno. Quando consumidas, essas vitaminas podem ser convertidas em vitamina A. Esse nutriente é importante para a visão, crescimento, divisão celular, reprodução e imunidade. A vitamina A também tem propriedades antioxidantes.

Nutrientes e fitoquímicos encontrados em alimentos à base de plantas parecem funcionar de forma independente e em conjunto para diminuir o risco de câncer e doenças. Isso significa que os alimentos à base de plantas funcionam melhor quando consumidos em combinação com outros alimentos, e não sozinhos. Um estudo de câncer de próstata mostrou que uma combinação de dieta de tomate e brócolis foi mais eficaz em retardar o crescimento do tumor do que tomate ou brócolis sozinhos. Isso demonstra o poder que a nutrição tem quando os alimentos são combinados.

As dietas à base de plantas também são ricas em fibras naturais. Isso foi mostrado para reduzir o risco de câncer e níveis moderados de insulina. As mulheres jovens que comiam dietas mais ricas em fibras tinham 25% menos probabilidade de ter câncer de mama mais tarde na vida, segundo um estudo. Outra pesquisa descobriu que cada 10 gramas de fibra diária podem reduzir o risco de câncer colorretal em 10%.

Bactérias saudáveis no trato digestivo podem fermentar fibras e outros amidos para produzir compostos conhecidos por ajudar a promover o desenvolvimento normal do cólon e reduzir a inflamação. Essas bactérias convertem alguns fitoquímicos em formas mais utilizáveis ou ativas.

Para a especialista da Mayo Clinic, comer uma dieta baseada em vegetais não precisa ser tudo ou nada. “Fazer mudanças graduais é mais sustentável e realista para a maioria das pessoas”, diz Grace. Algumas maneiras de fazer isso incluem:

Desfrute de um delicioso e saudável café da manhã com aveia integral, juntamente com frutas, para lhe dar energia para enfrentar o seu dia.

Experimente refeições sem carne. Abrace as “segundas-feiras sem carne” e experimente uma nova receita sem carne por semana.

Trate a carne como um condimento. Em vez de usar carne como prato principal, use apenas um pouco para dar sabor.

Diminua a quantidade de carne em algumas receitas aumentando a quantidade de leguminosas como feijão, lentilha ou legumes. Esses alimentos ocupam mais espaço no seu prato para que você se sinta mais satisfeito.

Encha seu prato com frutas e legumes primeiro. Cubra cerca de metade do seu prato com frutas e legumes para o almoço e jantar.



Sempre é HORA DE COMBATER a Dengue

FAÇA SUA PARTE

Jornal do Sudoeste
Apenas a verdade.
Apoia essa campanha.

Cuidado com a alimentação: conheça as alergias mais comuns durante a infância

A alergia à proteína do leite de vaca (APLV) é a mais comum entre as crianças. Os sintomas podem ocorrer entre o primeiro e terceiro ano de vida



FOTO: UNSPLASH

■ **ERCILIA RIBEIRO**
ercilia@visarplan.com

A alergia é uma resposta exagerada do nosso sistema imunológico contra uma substância que entrou no organismo. Pode ser causada por fatores variados, como fungos, medicamentos e a ingestão de determinados alimentos. No último caso, é preciso ter ainda mais atenção na infância, época em que é mais comum a incidência do problema. Para evitar, os pais devem priorizar uma alimentação mais saudável e rica em nutrientes.

Entre os alimentos que mais comumente podem causar mal-estar, principalmente em crianças peque-

nas, é possível citar a alergia à proteína do leite de vaca (APLV). Ela é caracterizada pela reação anormal do sistema de defesa contra proteínas do leite, principalmente aquelas presentes no coalho (caseína) e no soro. Entre alguns dos sintomas estão a dermatite atópica, coceira na pele, inchaço de lábios, dificuldade para engolir, vômitos, diarreia e respiração difícil. A criança também pode ter baixo ganho de peso e atraso no crescimento e desenvolvimento.

A primeira dica de prevenção é estimular o aleitamento materno, evitando o contato precoce com ali-


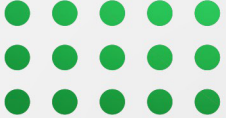
mentos potencialmente alergênicos. Quem tem alergia ao leite de vaca, por exemplo, deve evitar todos os tipos de queijos, requeijões e manteigas, além de outras preparações como bolos e biscoitos que tenham derivados lácteos, com exceção das versões veganas. Se a criança for diagnosticada com os sintomas durante o aleitamento materno, a mãe deve deixar de consumir esses alimentos.


“Para crianças na fase pré-escolar e escolar, outra dica importante é ficar de olho no rótulo dos alimentos. É possível encontrar produtos saudáveis e que podem ser substitutos ideais nas refeições e lanches, a exemplo dos leites e bebidas vegetais”, pontua Alessandra Luglio, nutricionista e consultora científica da A Tal da Castanha.

Alessandra também explica que é possível encon-

trar produtos prontos para o consumo, que oferecem nutrientes essenciais para o desenvolvimento infantil. Um deles é o Mini, da A Tal da Castanha. A bebida contém apenas ingredientes naturais e vegetais e não leva nenhum aditivo sintético ou item de origem animal, sendo também uma opção segura para famílias veganas ou para crianças que sofrem de algum problema relacionado à proteína do leite de vaca.



“Por ser produzido a partir da castanha de caju orgânica, o Mini é livre de caseína, a proteína do leite que mais frequentemente provoca alergias. Ela também é rica em gordura “do bem”, zinco, proteína, ferro e é enriquecida com fibras e cálcio, ajudando a suprir a necessidade deste nutriente tão fundamental para o desenvolvimento ósseo das crianças”, finaliza.




#queremos
saber! 

VACINAÇÃO

JÁ CONFERIU A DATA DA SUA
DOSE DE REFORÇO?





Itapetinga recebe nova etapa do Programa Saúde do Homem e da Mulher Rural



(FOTO: ASCOM/PMI)

■ ASCOM/PMI

<http://www.itapetinga.ba.gov.br/>

A parceria entre O Serviço Nacional de Aprendizagem Rural (Senar), Sindicato Rural e Prefeitura Municipal de Itapetinga seguiu levando benefícios aos homens e mulheres do campo. As ações do Programa de Saúde do Homem e da Mulher continuaram na terça-feira, 19, no Parque de Exposições Juvino Oliveira. Os pacientes que participaram da primeira etapa do Programa, no último dia 29 de junho, voltaram ao local para receberem os resultados de exames e passarem pelos médicos disponibilizados.

Novamente, Clínicos Gerais, Urologistas e Ginecologistas atenderam à população rural promovendo

Educação em Saúde, prevenção e maior bem estar. “Esta nova etapa vem completar o Programa de Saúde, Educação e Cidadania que estamos buscando implantar. Ao trazer esses serviços de forma integrada aqui, junto com o Senar e o Sindicato Rural, a gente consegue oferecer maior comodidade e agilidade àqueles que, muitas vezes, têm dificuldade de vir à cidade buscar os serviços de Saúde. Além de facilitar o acesso à Saúde, a gente conseguiu passar informações sobre a necessidade de prevenção e reduzir as demandas desse grupo específico”, explicou o secretário municipal de Saúde, Hugo Sousa.

Bom Jesus da Lapa vacina crianças e adolescentes contra Covid-19 nas Escolas Municipais

■ LUCIMAR ALMEIDA DA SILVA
lucimaralmeidajs@gmail.com

Com base no entendimento da Sociedade Brasileira de Pediatria, que a vacinação nas Escolas pode ser um mecanismo importante para reduzir o ritmo crescente de contaminação e tendo como foco ampliar o alcance da imunização contra a Covid-19, que juntamente com outras medidas sanitárias (uso de máscaras de proteção, higienização das mãos e uso de garrafas individuais para beber água nas Unidades Escolares), a Prefeitura Municipal de Bom Jesus da Lapa, através de parceria entre as Secretarias Municipais de Educação e de Saúde, está promovendo nas Unidades da rede municipal de Ensino, nesta semana, a Campanha ‘Vacinação nas Escolas’.

(FOTO: ASCOM/PMBJL)



listas, está convencido que a completa vacinação de crianças e adolescentes é uma das etapas fundamentais da proteção contra Covid-19.

Para acesso à vacinação dentro do ambiente escolar, além do Cartão SUS e Carteira de Vacinação, é necessário que a criança ou adolescente esteja acompanhado dos pais ou responsáveis.

De acordo com o prefeito Fábio Nunes Dias (PSD), a imunização é um direito das crianças e adolescentes e a Campanha ‘Vacinação nas Escolas’ foi pensada com este objetivo, além, evidentemente, de ampliar a cobertura vacinal no município, principalmente diante da nova e crescente onda de contaminação.

Juntamente com a vacinação, as equipes da Educação e da Saúde estão promovendo informações sobre a utilidade e importância da vacina para a Saúde, de forma a sensibilizar a comunidade sobre a importância de manter a Caderneta de Vacinação atualizada. “A conscientização é essencial”, pontuou o gestor, acrescentando que, baseado no que dizem especial

15 anos

Atendendo Brumado e Região!

(77) 9 8824 - 9163

(77) 3441 - 1405

@proativacontabil



(FOTO: DIVULGAÇÃO)

MATERNIDADE REAL – AQUILO QUE NINGUÉM CONTA SOBRE SER MÃE

■ **DAIANA BARASA – ASCOM (AGÊNCIA NAIÁ)**
daianabarasa@agencianaia.com.br

De alguns anos para cá muito tem se falado sobre a maternidade real e esse movimento começou a se tornar notório por meio de algumas mães famosas na internet postando

sobre o “lado real da maternidade”. Dentre tantos desabafos, os temas variavam entre: cansaço, amamentação, ter de fazer várias coisas ao mesmo tempo e cuidar do bebê, etc.

Mas as realidades são inú-

meras e muitas mulheres costumam se manifestar em posts de mulheres famosas dizendo que aquela realidade não as representa, afinal, elas não têm cuidadores em tempo integral ou as muitas facilidades

como não ter que realizar afazeres domésticos, etc.

Mas a maternidade real, além de estar relacionada às diferentes realidades das mulheres, também é sobre a “desromantização” do que é ser mãe.

Nem só dores ou só alegrias – mas a realidade

Essa transparência de mostrar uma maternidade “entre delícias e dores” vem da necessidade de mostrar o ser mãe como é, sem a imagem romantizada da mãe perfeita e de que o processo da maternidade é lindo e feliz.

O site de roupa infantil, Datitia, também especialista em temas em torno do comportamento infantil e maternidade, entrevistou algumas mães para relatarem as suas experiências.

Ana Clara de Paula, 28, mãe do Arthur de 1 ano, conta que para ela, além do desafio de ser mãe, existia a sensação de solidão:

“Sou mãe solo, pouco antes do nascimento do meu filho, meu namorado terminou comigo e mesmo tendo o apoio dos meus pais e amigos eu me senti muito sozinha no processo todo. E o dia a dia também foi muito complicado nos primeiros meses. Eu não tinha leite e sentia uma cobrança de que eu teria que amamentar. Eu ainda estou me recuperando de muitas coisas, mas algumas cobranças ainda doem em mim”.

Já Fernanda Souza Gidiard, 36, mãe de dois filhos, César, 2 anos e Maria Eduarda, 4, diz que o desafio é diário:

“Tem dias que eu tenho vontade de sumir de casa, mas aprendi a ver esses momentos com um pouco mais de autocompreensão. Meu marido me ajuda dentro do possível, mas a maior carga sempre costuma ficar com a mãe. Eu tenho o privilégio de contar com pessoas para me ajudar e mesmo assim é difícil, imagino quem precisa fazer tudo sozinha. Mas ser mãe está longe de ser uma propaganda de margarina na TV, tem dias que eu não tenho paciência nem comigo mesma”, conta.

Para Érika Júlio de Souza, 27, mãe da Giulia de apenas 4 meses, a maternidade, além de inesperada, tem sido confrontadora:

“Eu ainda não me reconheço como mulher, sabe? Não parece que sou a mesma Érika, amo minha filha, mas não é um sonho lindo não, é uma realidade e eu estou aprendendo a enxergar beleza em tudo isso. Engravidei tomando pílula, eu não queria agora ser mãe, mas aconteceu, dentro daquele 1% de possibilidade. Não é fácil, mas é também uma transformação, por enquanto nem boa e nem ruim”, acredita.

A maternidade é uma vivência particular, além dos mitos e, para cada mulher, dentro de sua realidade, é uma experiência que une fatores positivos e negativos.

Maternidade real é o ser mãe de verdade, sem manual de como tem que ser ou não. Cada mãe terá uma vivência única. Qual o seu relato de maternidade real?

Termina dia 27 inscrição para bolsas de estudo da Capes

Bolsas são para projetos que apoiem vítimas de desastres naturais

LUCIANO NASCIMENTO
<https://agenciabrasil.ebc.com.br/>

FOTO: MARCELLO CASAL JR/AGÊNCIA BRASIL

Terminam na próxima quarta-feira (27) as inscrições para as bolsas de estudo oferecidas pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes) para projetos que busquem melhorar as condições de vida de quem passou por eventos extremos, como desastres relacionados a emergências climáticas e acidentes ambientais. São oferecidas 60 bolsas de doutorado e pós-doutorado. As inscrições devem ser feitas por meio do Sistema de Inscrições da Capes (Sicapes).



Serão ofertadas 36 bolsas de pós-doutorado e 24 bolsas de doutorado, em um número máximo de 12 projetos. Os projetos aprovados terão vigência de 40 meses, com previsão para início das atividades em dezembro de 2022.

Segundo a Capes, o objetivo é "estimular e apoiar projetos de formação de recursos humanos de alto nível com foco em investigação acadêmico-científica para o desenvolvimento de políticas e projetos de prevenção, mitigação e resposta a situações de vulnerabilidade social decorrentes de emergências climáticas".

Os projetos também devem analisar o impacto social, econômico e familiar de eventos ambientais que tenham ocasionado o estado de calamidade pública, tal como enchentes, deslizamentos, incêndios e seca, no Brasil, entre 2020 e 2022.

O chamamento público integra o edital Programa de Desenvolvimento da Pós-Graduação (PDPG) Vulnerabilidade Social & Direitos Humanos e faz parte do Programa Emergencial de Prevenção e Enfrentamento de Desastres Relacionados a Emergências Climáticas, Eventos Extremos e Acidentes Ambientais, da Capes.

Entre os requisitos para concorrer às bolsas estão ser docente ou pesquisador vinculado a programa de pós-graduação recomendado pela Capes, ter título de doutor, ter currículo cadastrado e atualizado na Plataforma Lattes.



SIGA-NOS
nas **REDES-SOCIAIS**

JORNALDOSUDOESTE
(77) 9 9804-5635





Facebook



Instagram



Twitter



YouTube



Whatsapp

Funceb premiará propostas de criação artística voltada para infância

Inscrição gratuita acontece no site da Funceb até 30 de julho

■ AMANDA MORENO

amandamorenofunceb@gmail.com

FOTOS: ASCOM/FUNCEB

A Fundação Cultural do Estado da Bahia está com inscrições abertas para o **Prêmio Dança para Infância** – Processos de Criação Artística 2ª Edição. Esta edição acontece de forma híbrida (virtual/presencial) e visa estimular a pesquisa artístico-pedagógica voltada para crianças, considerando as diversas possibilidades de experiências nas inúmeras manifestações artísticas do campo da dança.

Pessoas interessadas precisam ser maiores de 18 anos e podem se inscrever gratuitamente, de **28 de junho a 30 de julho**, através do preenchimento integral de formulário. O prêmio vai contemplar quatro propostas de processos criativos que tenham os trabalhos direcionados à dança para crianças, realizados por artistas de dança na Bahia.

As pessoas selecionadas irão realizar pesquisas e experimentações, estabelecendo o desenvolvimento de processo de criação/artístico-pedagógico. Esse processo acontecerá sob tutoria/orientação de um profissional do quadro da Fundação Cultural do Estado.

Aos proponentes selecionados será destinado o prêmio no valor bruto de R\$ 4 mil para subsidiar o processo de pesquisa, que terá duração de dois meses. A seleção das propostas acontecerá de forma remota e terá apenas uma etapa.

Nesta edição haverá reserva de 30% das vagas para cotas raciais, voltadas para proponentes pretos e pardos, além do indutor para identidade de gênero (mulher cisgênero, mulher transgênero, homem transgênero e travesti).

A seleção será realizada através de uma Comissão de Seleção, que trabalhará de modo remoto e será composta por três membros representantes do poder público e/ou colaboradores da Funceb, nomeados pela diretoria geral.



SERVIÇO:

Prêmio Dança para Infância – Processos de Criação Artística 2ª Edição

Inscrição: 28 de junho a 30 de julho de 2022

Onde: site da Funceb: www.fundacaocultural.ba.gov.br

Gratuita

ARTIGO



GABRIEL KESSLER É CGO DO Dialog.ci

POR GABRIEL KESSLER

“

Uma lição foi a valorização da comunicação entre funcionários e gestores de forma remota e constante para evitar ruídos e desalinhamentos que pudessem interferir no desempenho das tarefas.

”

10 LIÇÕES IMPORTANTES PARA COLABORADORES E GESTORES

Em 2020 e 2021 o cenário econômico global foi afetado por causa da pandemia - a qual deixou grandes lições para gestores de negócios. Para se ter uma ideia, segundo dados do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística), o PIB (Produto Interno Bruto) sofreu uma queda histórica de 9,7% no segundo trimestre de 2020.

Assim, as empresas tiveram que enxergar novas possibilidades de crescimento em meio a dificuldades, sendo que uma delas foi o fortalecimento da relação empresa-colaborador e da cultura organizacional.

Esses dois pontos são extremamente importantes dar esteio a empresas de todos os portes em momentos de crise.

Uma lição foi a valorização da comunicação entre funcionários e gestores de forma remota e constante para evitar ruídos e desalinhamentos que pudessem interferir no desempenho das tarefas.

Abaixo, listo as 10 lições que os colaboradores aprenderam em 2021. Confira:

1. Tecnologia e equipes estruturadas têm de ter total foco no cliente e na resolução de possíveis problemas.
2. Planejamento com opções A, B e C são fundamentais para um bom andamento das corporações nesse momento de readaptação.
3. Lidar com novas gerações de colaboradores requer da liderança entendê-las e, sobretudo, as engajar. Acredito que o uso de tecnologias e formatos que se assemelham com redes sociais são boas alternativas nesse sentido.
4. Conhecer colaboradores significa também gerar e analisar métricas de alcance, absorção e engajamento.
5. Encontrar influenciadores internos é um benefício, já que todas as empresas têm alguns colaboradores que são mais “populares”. Esse colaborador pode ajudar tanto no processo de comunicação dentro da empresa, quanto engajar outros colegas.
6. Flexibilização em relação à quantidade de dias que o colaborador precisa estar presente no escritório. Hoje, o modelo híbrido é bem mais aceito no mundo corporativo e há ferramentas que contribuem para manter a cultura organizacional em pleno funcionamento.
7. O colaborador precisa conhecer diferentes setores e unidades da empresa e incentivá-lo a publicar conteúdos em canais horizontais de comunicação interna, descentralizando a função que normalmente é atribuída a um único departamento, criando uma cultura de comunicação horizontal.
8. A contratação de novos talentos para as empresas passou por uma implantação de processos realizados de forma remota no recrutamento, no onboarding e no engajamento do dia a dia.
9. Uma preparação adequada na política de trabalho remoto fez toda a diferença para desenvolver planos de contingência no gerenciamento das equipes que trabalhavam de forma remota.
10. Para finalizar, considero importante também ressaltar que a comunicação da empresa pode andar de forma integrada com o RH. As redes sociais corporativas também tornaram possível entregar métricas aos gestores de RH e ter uma visão clara do alcance, absorção e eficácia dos comunicados internos.

CETAS RECEBE 60 AVES APREENDIDAS EM FISCALIZAÇÃO DA POLÍCIA MILITAR EM POÇÕES



■ **SECOM/PMVC**
secom@pmvc.ba.gov.br

O Centro de Triagem de Animais Silvestres (Cetas), ligado à Secretaria Municipal de Meio Ambiente de Vitória da Conquista, recebeu, no domingo (17), 60 aves apreendidas pela Polícia Militar no município de Poções durante Operação Pássaro Livre realizada em parceria com a Comissão Intermunicipal de Meio Ambiente. As aves estavam sendo comercializadas na feira da cidade.





Entre as espécies apreendidas estão sofrê, cardeal, canário-típico, pássaro preto, pipira, canário, pixoxó, tico-tico, periquito-da-caatinga, papa-capim, gaturamo, tiziu e bem-te-vi. Algumas aves estavam bastante abatidas, como informou o veterinário do Cetas, Aderbal Azevedo. “Inclusive, na segunda-feira (18), tivemos o óbito de um periquito e um sofrê”, contou Aderbal.

“Continuaremos cuidando das demais aves para que, assim que estejam reabilitadas, a gente faça a soltura na natureza”, assegurou o veterinário.

Comercializar animais silvestres é crime previsto na Lei nº 9.605/98, que regulamenta as sanções penais aplicadas às condutas lesivas ao meio ambiente. A pena prevista é de detenção de seis meses a um ano e multa. Denúncias podem ser feitas pelo telefone 3429-7902.



(FOTO: COMISSÃO AMBIENTAL).

Aves foram apreendidas durante feira livre da cidade.

Diretório do PT de Brumado solidariza com familiares e repudia assassinato de liderança petista no Paraná


■ DA REDAÇÃO
redacao@jornaldosudoeste.com

O Diretório Municipal do Partido dos Trabalhadores de Brumado e o Comitê Popular de Luta Articulação Política, em Moção de Pesar divulgada na segunda-feira (18), lamentou e repudiou o assassinato do Guarda Municipal Marcelo Aloizio de Arruda, 50 anos, na festa de seu aniversário, em Foz do Iguaçu (PR), pelo Agente Penitenciário Federal Jorge José da Rocha Guaranho, com evidentes motivações fúteis e de intolerância política, manifestando profundo pesar aos familiares e amigos.

Na Moção, o Partido dos Trabalhadores de Brumado e o Comitê Popular de Luta Articulação Política, reforçam que o crime e sua motivação – por mais que tentem desviar o foco - são incompatíveis com o Estado Democrático de Direito.

A Moção deixa evidente o sentimento de revolta que toma conta dos petistas brumadenses, assim como de resto, da sociedade brasileira, reforçando que a violência que toma conta do discurso de setores políticos da sociedade, que preferem substituir o debate ideológico pela apologia à violência, não pode prosperar.

Confira a íntegra da Nota:



MOÇÃO DE PESAR

PELA MORTE TRÁGICA DO COMPANHEIRO MARCELO ARRUDA

A Comissão Executiva Municipal do Partido dos Trabalhadores - PT Brumado e o Comitê Popular de Luta Articulação Política, considerando a morte trágica do Companheiro Marcelo Aloizio de Arruda, do PT de Foz do Iguaçu – PR, assassinado por motivo fútil e de intolerância política, vem manifestar aos seus familiares e à sociedade brasileira, os sentimentos de pêsames, entendendo aquela tragédia como incompatível com o Estado Democrático de Direito e decorrente da apologia à violência e da hostilidade no tratamento a adversários políticos.

O Companheiro Marcelo Arruda foi assassinado por um seguidor do Presidente Bolsonaro, na presença de familiares e amigos, em sua festa de aniversário temática, comemorativa dos seus 50 anos, fazendo referência ao PT e ao Companheiro Lula.

Brumado – BA, 16 de julho de 2022.

Comissão Executiva Municipal do PT Brumado
Comitê Popular de Luta Articulação Política

PREFEITA ANUNCIA PAGAMENTO DO PISO NACIONAL AOS AGENTES COMUNITÁRIOS DE SAÚDE DE VITÓRIA DA CONQUISTA

■ SECOM/PMVC
secom@pmvc.ba.gov.br

Em reunião com representantes do Sindicato de Agentes Comunitários de Saúde (Sindacs), na manhã da segunda-feira (18), a prefeita Sheila Lemos anunciou o pagamento do Piso Nacional aos Profissionais da categoria. O Projeto de Lei que assegura o aumento e trata de outros benefícios, entre eles o Auxílio Fardamento, já foi encaminhado à Câmara de Vereadores.

A prefeita explicou que o Piso Integral será pago no salário de julho e virá com valores retroativos aos meses de maio e junho e também falou da importância de o município controlar seus gastos, respeitando os limi-

tes de despesas impostos pelas Lei de Responsabilidade Fiscal.

A coordenadora estadual do Sindacs, Rita Suzana França, que estava acompanhada da também coordenadora Maria Luiza Silva, agradeceu e parabenizou o Governo Municipal porque tem mantido diálogo permanente com a categoria. Sobre o anúncio do pagamento do Piso Nacional, Rita declarou: “A cidade mais uma vez sai na frente no que diz respeito à valorização do servidor e o pagamento deste Piso é um avanço e uma conquista histórica da categoria”.



FOTO: SECOM/PMVC

Também participaram da reunião a secretária municipal de Saúde, Ramona Cerqueira, e a subsecretária Kallily Lemos, e os secretários Lucas Dias, do Gabinete Civil e Edivaldo Júnior, de Gestão e Inovação.

Sheila Lemos destacou ainda ações de valorização ao servidor público municipal que vão além da questão sa-

larial, entre elas o investimento em iniciativas que promovam a saúde do servidor, a exemplo do atendimento multidisciplinar oferecido pelo Núcleo de Atenção e Saúde do Trabalhador (Nast) e o Serviço de Psicologia para os profissionais que atuam no Deserg (Central de Equipamentos).

Com recursos próprios, Prefeitura de Poções executa pavimentação de ruas no Bairro Alto do Recreio

■ DA REDAÇÃO

redacao@jornaldosudoeste.com

Para dar acesso, conforto e comodidade à população, a Prefeitura Municipal de Poções, por meio da Secretaria Municipal de Obras, está executando as obras de pavimentação de cinco ruas do Bairro Alto do Recreio.

As obras vão garantir mais qualidade de vida para a população. A pavimentação nas referidas ruas, era uma reivindicação antiga dos moradores, que reclamavam da poeira no verão e lama nos períodos de chuva.



Na terça-feira (19), a prefeita Irenilda – Dona Nilda – Cunha de Magalhães (PCdoB), esteve em uma das vias que estão sendo pavimentadas, a Rua Alaíde Soares, acompanhando os serviços. Segundo a gestora, as intervenções vão proporcionar mais conforto e qualidade de vida aos moradores, além de impactar positivamente na segurança e na trafegabilidade. A prefeita reforçou ainda que a pavimentação de vias públicas é também uma ação de Saúde Pública, e que as intervenções vão ser executadas para outros Bairros da cidade e sede de Distritos.



ANUNCIE

em nosso portal



**Jornal do[®]
Sudoeste**

Apenas a verdade.

Sua Marca merece **DESTAQUE**

*Tenha um
retorno
garantido*



Brumado - Ba

FONTE: WWW.CLIMATEMPO.COM.BR

21
qui



↓ 17°

↑ 25°



90%

Sol com muitas nuvens durante o dia. Períodos de nublado, com chuva a qualquer hora.



Madrugada



Manhã



Tarde



Noite

TEMPERATURA

↓ 17° ↑ 25°

CHUVA

 5mm - 90%

VENTO

← E - 14km/h

UMIDADE DO AR

 34%  97%

ARCO-ÍRIS

Média probabilidad.

SOL

 06:10 - 17:35

LUA

 Minguante

Digital

Total







