



SERVIDOR

Informativo mensal dos servidores municipais de São João da Boa Vista

Confira as novidades sobre o dissídio 2015 e 2016

FOTO: ALEXIS BATISTA



Sindicato faz novas negociações para reajuste justo, que respeite as determinações da justiça eleitoral | Pág. 5

Deficiência de vitamina B12 pode causar anemia

Quando falamos sobre anemias sempre associamos à deficiência de ferro. No entanto, nem sempre é isso que ocorre. Uma das carências mais comuns em

nosso meio é a deficiência de vitaminas do complexo B, comumente a vitamina B12. Deficiência de vitamina B12 é causa de anemia. | Pág. 8

Agente de saúde é agredida durante o trabalho

Paciente do posto de saúde deu socos na cabeça da funcionária pública, que caiu no chão e foi socorrida por pessoas que estavam na unidade durante o ato de violência | Pág. 3



**SERVIDOR SINDICALIZADO
FICOU AINDA MAIS FÁCIL
TER AQUELE SORRISO DESEJADO.**

Venha para a Dent System ou solicite a visita de nossos representantes, temos certeza que teremos o plano ideal para você e sua família.

Rua Carolina Malheiros, 385 (esquina com 14 de Julho) - (19) 3633.1826

**DENT
SYSTEM**
PLANO ODONTOLÓGICO

www.dentsystem.com.br

EDITORIAL

De olhos bem abertos

Mirtes dos Santos Batista

Não vou defender nenhum partido ou pensamento político. Acho que cada um é livre para levantar a bandeira que quiser. Mas alguns fatores precisam ser observados com calma. Um exemplo é o Projeto de Lei Complementar (PLP) 257/16, enviado ao Congresso no dia 22 de abril, conforme consta no site da Câmara dos Deputados, para autorizar o refinanciamento da dívida dos estados e do Distrito Federal. Ufa! Quanto nome esquisito, não é mesmo? Mas vamos trocar em miúdos: o que isso tem a ver com o servidor. Muito simples. Para autorizar esse tal refinanciamento de dívidas há diversas condições, como a suspensão de direitos básicos de todos os servidores públicos. Dentre as exigências constam a suspensão de contratações, não oferecer aumento na remuneração dos servidores, não criar leis ou programas que concedam benefícios financeiros etc. Não é pouca coisa. Tem mais. Mas não vou listar tudo aqui porque o espaço é pequeno perto da lista de absurdos que esse projeto propõe.

O que realmente precisamos levar em conta são as intenções do governo com um projeto como esse, que fere inclusive direitos essenciais de qualquer trabalhador. Prejudicar uma categoria que luta tanto e que se dedica a servir o próximo. Por isso, servidor, não seja esquecido. Fique de olho em todos os níveis de governo: desde o seu município até o seu presidente. Os atos que essas pessoas tomam refletem diretamente em cada um de vocês e na comunidade que o cerca.

Como disse, não é uma questão de partido X ou Y, mas uma questão de direitos trabalhistas, que foram conquistados com muita luta. Não pode-

mos andar para trás. O caminho é sempre em frente. Informaremos sempre qualquer novidade sobre ações que contrariem a dignidade e os direitos do funcionário público. Caso queira consultar o projeto inteiro, acesse o link: http://www.camara.gov.br/proposicoesWeb/prop_mostrarintegra;jsessionid=BD83D-3F8E24C-7C4B128E55C3A42CFFC9.proposicoesWeb1?codteor=1445370&fi-lename=PLP+257/2016.

Por enquanto o projeto não foi apre-

ciado pela Câmara, mas vamos ficar de olhos bem abertos para que não sejamos passados para trás por pessoas que não conhecem nossa luta e nossas dificuldades. Seja ativo e acompanhe as novidades por este informativo e por meio de nosso site e nossas redes sociais. No mais, desejo a todos boas comemorações juninas.

Mirtes dos Santos Batista é presidente do Sindicato dos Servidores Públicos Municipais

PROGRAMAÇÃO DO ROSÁRIO JUNHO

DIA 1 quarta 21h	Baile Especial Grupo Musical Os Bergsons – Vargem Grande do Sul
DIA 4 sábado 23h	Forró Banda Remelexo com Sapézinho no Acordeom – Pinhal
DIA 5 domingo 20h	Forró Baiano e Baianinho – São João da Boa Vista
DIA 28 quarta 21h	Baile Especial Adelson Santos de Ribeirão Preto
DIA 11 sábado 23h	Baile Especial Carlos Roberto e Juvenil – Caconde
DIA 12 domingo 20h	Forró Banda De Bem com a Vida – Caconde
DIA 15 quarta 21h	Baile Especial Vado Negri e Banda – Americana
DIA 18 sábado 23h	Baile Universitário Westboys e Abertura com Júnior e Raphael – Vargem Grande do Sul
DIA 19 domingo 20h	Forró João Luiz e Leonardo – São João da Boa Vista
DIA 22 quarta 21h	Baile Especial Banda Paladium – Santa Bárbara d' Oeste
DIA 25 sábado 23h	Forró Kleiton Eduardo – Banda de Limeira
DIA 26 domingo 20h	Forró Ronaldo Show – São João da Boa Vista
DIA 29 quarta 21h	Baile Especial Banda Sintonia – São José do Rio Preto

EXPEDIENTE

O SERVIDOR

Rua Oscar Janson, 3, Centro
São João da Boa Vista (SP)
(19) 3623-1834
www.sindicatosjvb.com.br
sindprsjbv@gmail.com

Jornalista responsável Bruna Mazarin Boaventura
MTb 0079881/SP

Diagramação: Bruna Mazarin Boaventura

DIRETORIA

Mirtes dos Santos Batista presidente
José Orlando de Oliveira vice-presidente
Christiane Margutti Liparini secretária-geral
Dr. Marcos Rossi Mendes secretário
Débora de Lourdes A. Alberto tesoureira

Impressão: Gráfica Sanjoanense
Tiragem: 2 mil exemplares

VIOLÊNCIA

Agente de saúde é agredida durante o trabalho

Falta de segurança para servidores públicos tem sido alvo frequente de questionamentos

Saiu na mídia agente de saúde de São João da Boa Vista foi agredida por uma paciente que estava no posto de saúde em busca da vacina da gripe. A funcionária estava trabalhando na triagem de pacientes do posto do Jardim Magalhães quando uma mulher chegou exaltada e disse que queria vacinar os filhos de 7 e 8 anos. A agente informou que, conforme determinação, as crianças não poderiam receber a vacina porque não se enquadram no grupo de risco. A mulher teria insistido e foi orientada a procurar a enfermeira chefe. Conforme relatos, a enfermeira explicou para ela e saiu da sala. A funcionária estava sentada colocando o comprovante da vacina na carteirinha de um idoso de 83 anos, quando a mulher deu um soco no olho e dois na cabeça. A profissional caiu e foi socorrida por pessoas que estavam na unidade de saúde.

Essa não é a primeira vez que o Sindicato relata a falta de segurança nos espaços públicos prestadores de serviços. Nas últimas edições, apontamos o problema de segurança no Centro do Idoso, furtos e insegurança no CSU do Durval Nicolau.

O Sindicato lamenta o ato de violência ocorrido com uma profissional que estava apenas cumprindo sua função, servindo à população sanjoanense. A diretoria do Sindicato espera que a Administração Pública tome uma atitude efetiva para dar mais segurança e tranquilidade a todos os servidores. Que eles possam sair de suas casas com a certeza de exercerem suas funções da melhor forma possível e sem nenhum medo ou risco.

Violência não resolve

Na edição 14 da Enfermagem em Revista, publicação oficial do Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo (Coren), uma matéria mostra que 32% dos profissionais de saúde entrevistados já sofreram ou presenciaram alguma forma de violência no ambiente profissional. Cerca de 81% dos profissionais de enfermagem que sofreram agressão disseram que foi praticada por pacientes ou acompanhantes. A violência verbal foi citada por 71% dos entrevistados, seguida pela física, denunciada por 20%. A demora no atendimento foi citada por 50% dos profissionais ouvidos como a principal causa dessa reação.

Para por um fim na situação, os conselhos regionais de Enfermagem e Medicina decidiram unir forças e lançaram a campanha "Violência não resolve", que tem como público-alvo os usuários dos serviços de saúde.

A campanha pretende conscientizar a sociedade e propõe uma mudança de atitude, destacando a necessidade de respeitar os profissionais de saúde. Entre as estratégias utilizadas estão cartazes, painéis de metrô e ações nas mídias sociais, com a hashtag #violenciaaoreolve. As peças buscam o diálogo direto com o cidadão, ao usar a frase "Quando um profissional de saúde é agredido, quem perde é você".

NÚMEROS QUE ASSUSTAM

- 32% dos profissionais de enfermagem já sofreram ou presenciaram alguma situação de violência;
- 81% relatam que a violência veio dos próprios pacientes ou acompanhantes, com 71% de agressão verbal e 20% de agressão física;
- 71% dos profissionais que vivenciaram situações de violência são auxiliares de Enfermagem;
- 50% dos profissionais agredidos destacam que o principal motivo da agressão é a demora no atendimento.

VIOLÊNCIA NÃO RESOLVE
RESPEITE O PROFSSIONAL DA SAÚDE

#violenciaaoreolve

QUANDO UM PROFISSIONAL DE SAÚDE É AGREDIDO, QUEM PERDE É VOCÊ.

ELES TRABALHAM PELA VIDA. E MESMO ASSIM MÉDICOS E PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM SÃO AGREDIDOS NO TRABALHO.

CREMESP | Coren^{SP}
Unidos por uma saúde melhor

JUSTIÇA

MP analisa irregularidades nas condições de trabalho dos servidores

Segurança no trabalho é principal alvo da denúncia anônima que é analisada pelo MP

O Ministério Público do Trabalho apura irregularidades na situação de trabalho de servidores públicos municipais de diversos setores de São João da Boa Vista. A Prefeitura foi citada na apuração, que pede esclarecimentos sobre falta de equipamentos de proteção individual problemas nos setores da saúde, segurança do trabalho entre outros. O processo surgiu de uma denúncia anônima e o Sindicato dos Servidores Públicos Municipais foi convidado a colaborar com as averiguações. Desde então, a equipe junta informações que possam ser pertinentes e ajudem a melhorar as condições de trabalho dos servidores.

Após a Prefeitura ser questionada da ausência de algumas condições mínimas de trabalho, apresentou ao MP diversos documentos que comprovariam a regularização das situações citadas. Mas o Sindicato apurou que o Município faltou com a verdade em sua defesa apresentada ao Ministério Público. Que administração se defende com inverdades

que prejudicam seus servidores? Qual é a dificuldade em cumprir determinações da lei que garantem apenas a segurança dos servidores que estão exercendo seu trabalho? O Sindicato continua apurando fatos e levantando provas para garantir que nenhum servidor seja prejudicado. Condições mínimas de trabalho não deveriam ser questionadas e co-

bradas pela justiça, é uma questão de dignidade. Toda a categoria merece condições decentes para cumprir sua função, que nada mais é que servir o povo.



MINISTÉRIO PÚBLICO DO TRABALHO
Procuradoria Regional do Trabalho da 15ª Região - Campinas

NOTIFICAÇÃO Nº 88934.2016

PROCESSO Nº 002641.2015.15.000/4

DENUNCIANTE: ANÔNIMO

INQUIRIDO: MUNICÍPIO DE SÃO JOÃO DA BOA VISTA

TEMAS: 04.08. - OUTROS TEMAS PREVISTOS NAS DEMAIS ÁREAS TEMÁTICAS (incluir obrigatoriamente o código do tema complementar), Temas complementares: 01.01.02. - Atividades e Operações Insalubres, 01.01.04. - Atividades e Operações Perigosas, 01.01.09. - EPI e EPC - Equipamentos de Proteção Individual ou Coletiva, 01.01.12. - PCMSO - Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional, 01.01.14. - PPRA - Programa de Prevenção de Riscos Ambientais, 01.01.15. - SESMT - Serviço Especializado em Engenharia de Segurança e em Medicina do Trabalho

De ordem da Exma. PROCURADORA DO TRABALHO, Doutora Fabíola Junges Zani, fica NOTIFICADO(A), com a finalidade de tomar ciência/dar cumprimento ao r. despacho exarado nos autos do procedimento em epígrafe, abaixo transcrito:

Notifique-se o Sindicato dos Funcionários da Prefeitura Municipal de São João da Boa Vista para que se manifeste sobre os documentos apresentados pelo Município no peticionamento eletrônico do dia 02/05/2016 (seguem no anexo).

Cópia do documento recebido pelo Sindicato dos Servidores Públicos Municipais do Ministério Público do Trabalho

Um Novo Conceito em Estética Automotiva



- Lavagem
- Higienização
- Polimento
- Vitrificação
- Reparos

Rua Padre Vieira, 248 - (19) 99131-1328

ASSEMBLEIA

Confira os acontecimentos referentes aos dissídios 2015 e 2016



Sindicato faz novas negociações para reajuste justo, que respeite as determinações da justiça eleitoral

O Sindicato dos Servidores Públicos Municipais esteve em audiência, no dia 6 de maio, com a Prefeitura no TJ-SP. Na ocasião, a Administração Pública propôs 9% de reajuste referente aos dois anos [2015 e 2016] e sem o pagamento do retroativo. Como a equipe do Sindicato tinha autorização da assembleia para discutir apenas o ano passado, optou-se por suspender o processo de 2015 por 30 dias, para levar ao conhecimento dos servidores a proposta da Prefeitura e deliberar em assembleia os próximos passos a serem tomados. Para isso, foi convocada uma assembleia no dia 11 de maio. Essa assembleia contou com mais de 300 servidores, que participaram ativamente das discussões. A presidente do Sindicato, Mirtes Batista, explicou por diversas vezes, de forma bastante clara e popular, sobre os ganhos e as perdas dos servidores em cada uma das propostas em análise —as do Sindicato e a da Prefeitura. O Sindicato havia preparado 300 cartões para que os servidores votassem, mas por conta do grande número de participações não foram suficientes. Por conta disso, o Sindicato providenciou mais cartões, mas a presidente sinalizou e explicou por diversas vezes sobre as cores dos cartões e que voto eles representariam. “Foi uma assembleia participativa. Muitos servidores estiveram presentes e fizemos o possível para esclarecer todas as dúvidas e mostrar com clareza os pontos positivos e negativos das pro-

postas. Também levamos alguns dados que o nosso auditor fiscal, o senhor Edson Cozol, preparou para ajudar os servidores em sua decisão”, define Mirtes.

Os servidores que estiveram presentes na assembleia do dia 11 de maio optaram por não descartar os 9%, mas novas negociações serão feitas entre Sindicato e Prefeitura. Por conta da decisão, o Sindicato enviou ofício ao prefeito, Vanderlei Borges de Carvalho, informando o que os servidores haviam decidido em assembleia, bem como solicitando uma reunião para uma nova rodada de negociação.

Também foi convocada uma assembleia geral extraordinária para o dia 3 de junho, que irá discutir junto aos servidores o dissídio coletivo e outros assuntos de interesse da categoria.

Entenda o processo

No ano de 2015, os servidores escolheram a proposta de 7% de reajuste mais a incorporação da parcela destacada, um grande anseio da categoria. Depois de várias tentativas de negociação entre a categoria e a administração pública, não houve acordo quanto ao dissídio coletivo. Ineditamente, a equipe do Sindicato entrou com um processo de dissídio coletivo no Tribunal de Justiça de São Paulo. Os funcionários que não são considerados de serviços essenciais entraram em greve parcial, com a redução de duas horas da carga horária diária. O prefeito chegou a afirmar que não teria nada para reajustar o salário do servidor, **oferencendo 0%**.

Neste ano, as negociações sobre o dissídio de 2016 tiveram início com responsabilidade. Cientes do ano eleitoral,

a equipe do Sindicato elaborou uma proposta que estivesse de acordo com as leis eleitorais, para que o ajuste não fosse considerado “ilegal”. Depois do estudo das possibilidades, chegou-se aos 5,34%, uma porcentagem segura que não trará problemas para o reajuste da categoria.

Foi convocada uma assembleia para discutir duas propostas e os servidores escolheram a que distribuía esses 5,34% em um aumento percentual de 2% no salário-base, mais no vale-alimentação —R\$ 50— e na parcela destacada —R\$ 100. No dia 30 de maio, a diretoria do Sindicato esteve presente na Câmara Municipal para solicitar apoio dos vereadores para qser melhorada a proposta da Administração. A presidente demonstrou que no ano de 2014 houve o repasse do duodécimo para pagar os servidores [R\$ 300 mil]. O prefeito alegou que sem isso não conseguiria pagar os funcionários. Mas foi constatado que a Prefeitura fechou o ano de 2014 com superávit de quase R\$ 16 milhões. O dado está disponível no site oficial da Prefeitura [balanço patrimonial - exercício de 2014]. Vale considerar também que no fechamento do primeiro quadrimestre de 2016, mesmo pagando as férias dos funcionários da educação em fevereiro, foi gasto em despesa total 49,8%, não atingindo o limite prudencial de 51,3%.

Durante a sessão, o presidente da Câmara e todos os vereadores se comprometeram em marcar uma reunião com a Prefeitura para melhorar a proposta, uma vez que o servidores não receberão nem a inflação dos dois anos [2015 e 2016].

Aniversariantes de junho

01 Tereza Police Muniz
Nagib Chicani
Donizetti Paulino
Christiane Margutti Liparini
Luciano Vaz de Lima
Ana Claudia de Sousa Rizzo

02 Edson Luis Masteguim
Flavia Luzia E. Docema

03 Catarina Angelica Martins Santos
Júlio Cesar Varsoni Salomão

04 José Carlos Fábio
Lucila de Souza e Santos
Maria Eulalia Cavalcante de Carvalho
Maria Angela de Andrade Rodrigues
Anaceli Soares
Jamil Aparecido Galeni
Madalena de Fátima Cândido Del Rosal

05 Ana Dalva Pires Silva
Meri Aparecida de Oliveira Rui
Marisa Donizeti Roque
Rosemary Nery de Mello
Michelli de Souza F. Melo

06 Eni Ferreira Mastri
Veronica Rezende
Luiz Carlos Ferreira

07 Telma Elita Ardana Telini Vitali
Jorge Roberto Dos Santos
Daniela Bedin do Nascimento Toderó
Benedito de Souza Zavao
Gleber Paula

08 Henrique de Jesus Tassone
Marinita de Souza Trafane Violante
Marco Antonio Collozzo
Jose Carlos Vanzela
Leticia da Cruz Pezzuto
Luis Cesar Aparecido Valim
Andreia Reis Porfirio Vanzela

09 Luiz Sergio Bernardes
Iracema Valois Martins Cardoso

10 Adelson Pereira
Maria Luiza Eduardo De Souza
Nilson Aparecido Caetano
Nilva Aparecida Selegato
Fernando Henrique Simoes
Patricia Rossi Beraldo Pela

11 Maria de Lourdes Fogarolli
Gilmar de Alencar Laranjeiras
Norival Domingos
Alda Soares de Araújo Cassiano
Rafael Ciconi Trevisan
Gemima Etel Vina Aurélio

12 Antonia Ribeiro Rosa
Antonio Cesar Valdo
Roselia de Cassia Tenari Dias

13 Helena Borges da Costa
Telma Salles Corulli
Marco Antonio Goulart
Maria Cecilia Federice Sandeville

14 Maria da Conceição de L. Cândido
Irene Camara Alvarez
Meire de Fatima Ciacco Pires
Sandra Regina de Souza Vanzela
Jucimara Gualtieri Montejane
Maria Elena Cyrino dos Reis
Graziela Zaneti Peres Gonçalves
Marina da Silva Melo Oliveira
Maria Sueli Turatti

15 Josue da Fonseca

16 Angelina Aparecida A. da Silva
Eliana Franciole Borges
Jussara Calvente Sebila
Eloisa Helena Rodrigues Matielo Ribeiro
Ana Luiza da Silva Stanguini
Andreza Regina de Godoy Cadete

17 Ivoni Ferreira Moraes
Maria Rita Juvencio
Adelaide Aguilar Martinez
José Floriano da Silva Neto
Rosemary Tenil Alves

18 Divino Benedito Dias
Precildo Borges
Jorge Renato Somenzari

19 Fernando Cesar de Souza
Maria Aparecida Barbosa Schilive
Alcideo Domingos
Christiane Ferrari Bogon Costa
Janaina Maria Curtio Parmejani
Fabiana Rodrigues da Silva
Patricia Moraes da Silva

20 Liberato Roque
Xenia Fonseca Rickheim
Margarete Severino
Elza Furtado Franco
Lúcia Helena Buffo Cavini
Margarette da Silva Infanti
Renata Gião Ruy
Daniela Gabriel Belisario da Silva

21 José Aparecido Toderó
Marcia Poletini Lopes da Silva
Maria Aparecida dos Reis Urtado
Pedro Marin
Claudete Aparecida Assalin Rodrigues

22 João Batista Couto Zavan
Maurício Aparecido Tabarin
Gloria Aparecida de Freitas
Fabiana Silva Pereira Casarin
Rosana Cintra Mattos de Abreu
Mônica Cristina Paulo Andrade

23 João Batista Gomes
Sonia Aparecida Pereira da Silva
José Carlos Sibila Barbosa

24 João Debone Cassiano
Marcelo Batista Ribeiro
José Batista Ferreira Rangel
João Batista de Oliveira
João Luis Rodrigues dos Santos
Osvania Aparecida Gomes Fornaziero
Clesio Gomes Mariano

25 Daniel Evaristo da Costa
Luis Fernando Fontana Campos

26 Henrique Carneiro Junior
Eunice Cristina da Silva Costa

27 Evane Pereira de Araújo
Eloisa Correa Leite
Nilceia Ramos de Almeida
Kelly Cristina Figueiredo Gomes

28 Alfredo Caparron Gomes
José Moacir Alves
Edmur Lúcio da Silva

29 Onofre Alves
Mauro Pedro Moniz
Angelica Aparecida Fortunato
Patricia Hellen Campos
Carolina Prado Miguel Bertoloto

30 Antonio Aparecido Teixeira
Domingos Curcio Neto
Joel Gutierrez
Luiz Gustavo Pegatto

Curta a fanpage
do Sindicato



CONECTE-SE!

facebook.com/sindpublisjbv

Classificados

VENDE | ALUGA

Vendo peugeot 207 Passion, 2011, preto, 60 mil km. R\$ 22 mil. Tratar com Lurdinha. Contato: 9.9182-7365 ou 3633-5196.

Alugo casa no Santo Antonio. Quarto cômodos: sala, cozinha, quarto e banheiro. Tratar com Ana. Contato: 9.8313-8127.

Vendo carro Del-Rey GLX, cor azul, ano 89, com direção hidráulica. Tratar com Nilson. Contatos: 3633-5263 ou 9.8149-2343.

Vendo moto Lead, honda, 2012, vermelha. Único dono. Contato: 9.9294-3104 ou 3631-6803.

Vendo pedra de granito 1m por 32cm, cor cinza mesclado, R\$ 60. Tratar com Ana. Contato: 9.83138127.

Alugo cama-elástica nova, tamanhos média e grande para todos os tipos de evento. Tratar com Claudinho Silva. Contato: 3633-6366 ou 9.9725-9270.

Vendo chácara na Pedra Rachada, 1774 metros, casa nova com 5 cômodos e fogão à lenha. Tratar com Vera Lucia. Contato: 3056-2206 ou 9.8306-4790.

Vendo casa no bairro 1º de Maio. 3 quartos, sala, cozinha, banheiro e garagem coberta. Valor a combinar. Tratar com Glória. Contato: 3631-1699 ou 9.9142-8501.

Jean e Dayane Brinquedos, aluguel de cama elástica e piscina de bolinhas. Preços especiais. Contato: 9.9135-7021, 99883-9389 ou 9.9305-3247

Vendo máquina de cortar cabelos Wah Homecut 7 pentes. Sem adaptador R\$60, com adaptador R\$90. Tratar com Ana. Contato: 9.83138127.

Vendo moto Intruder, 125cc, cor verde escura. partida elétrica e freio a disco. Tratar com Stela. Contato: 3631-4409.

Vendo fogão R\$ 50; sofá dois lugares R\$ 60; geladeira 110v R\$150. Tratar com Mari. Contato: 3624-1278.

Alugo apartamento no Guarujá, na praia Pitangueiras. Local com acomodação para até oito pessoas, à 50 metros da praia. Tratar com Danielle. Contatos: 3622-3725, 9.9576-3929 ou 9.9469-6870.

Vendo bolachas mineiras. Tratar com Maria Zavan. Contato: 9.9166-5168.

Vendo andador e cadeirão de papinha para menina. Valor R\$ 250. Tratar com Aparecida Carrocieri. Contato: 3631-3206.

Vendo moto CG150, 2010, na cor prata. Com partida elétrica e freio. Tratar com Luana. Contato: 9.9595-4947.

Vendo moto NXR bross 160 ESDD, cor vermelha, zero km, completa. Valor a combinar. Tratar com Marcio Gião. Contato: 9.9414-0406.

Vendo moto Kasinski Mirage 150, ano 2013, com pouco uso, baixa quilometragem. Único dono. Tratar com Daniela. Contato: 3631-5966 ou 9.9197-5756.

Vendo balcão bar colonial de madeira nobre, com mais 2 bancos altos. Tratar com Mariângela. Contato: 3623-3195

Vendo cortador de frios Caseiro por R\$110. Tratar com Mariângela. Contato: 3623-3195.

Vendo Corsa Maxx 2014 com 52.000 km, TR, DH, alarme. Valor a combinar. Tratar com Julia ou João. Contato 3633-2830 ou 9.9353-4733.

Vendo Brasilia ano 1977, cor branca; Valor R\$ 2.500. Tratar com Maria Luiza. Contato: 3633-1248.

Vendo portão de ferro largura 1.20 x 1.20 altura 1.60. Valor: R\$ 300. Tratar com Jurandir. Contato: 3631-0634.

SERVIÇOS

R&A Transporte e Turismo. Viagens e turismo com total segurança e conforto. Preços Promocionais. Tratar com Ronaldo. Contato: 9.9711-1614 e 9.9192-3304.

Construção de barracão, assentamento de pisos, revestimentos especiais e reformas em geral. Tratar com Júlio Cesar. Contatos: 3056-5616 ou 9.9436-4749.

Vôlei adaptado de terças e quintas, das 7h30 às 8h50, para a segunda idade (acima de 50 anos), com prof. Gustão. Tratar com Haide. Contato: 3631-0314

Artesanato: sacolas retornáveis de rafia, buquê de Santo Antônio, caixas de madeira para decoração ou lembrancinhas. Tratar com Evelise. Contatos: 3633-2552, 3056-4714 ou 3056-2547.

Fotografia de batizados, casamentos, formaturas, aniversários e eventos em geral. Tratar com Miriam ou Paulo. Contato: 9.9192-9311 e paulo.fotografo@globomail.com.

Fotografia de festas e eventos em geral. Preços acessíveis. Tratar com Rodrigo Trevisan. Contato: 9.9245-3131.

Formatação de computadores e serviços técnicos em informática. Tratar com Leo. Contato: 3634-1746 ou 9.9184-1587.

Faço pequenos carretos com caminhonete F1000 carroceria. Tratar com Pedro Marçola. Contatos: 3631-1185 ou 9.9755-2799.

Temperos Caseiros. Temos ovos, galinhas, frangos, leitões e mel (vários tipos). Tratar com Marçola. Contato: 9.9267-9509.

Irmãos Nogueira Autoelétrica, Peças e Baterias. Contato: 3624-2211.

Faço carretos e entregas. Tratar com Alessandro. Contato: 9.9290-8454

Gigante Serviços Automotivos. Borracharia e higienização em ar-condicionado. Lavamos seu carro, buscamos e entregamos. Lavagem completa R\$50. Contato: 3631-4326 ou 9.9694-9796.

Pequenos serviços de solda (elétrica) em domicílios. Tratar com Sergio. Contato: (19) 9.9198-7998.

Montador de móveis. Tratar com Robson Antonio. Contato: 3056-4224.

Músicas para casamentos, formaturas, bodas e eventos. Tratar com Fernanda ou Leandro. Contato: 9.9342-4421 e 9.9428-8675.

MANUTENÇÃO

Limpeza de terrenos, corte de paredes e demolição de casas. Tratar com Rovilson. Contato: 3631-5779 ou 9.9766-7151.

Podo grama com máquina. Tratar com Antonio. Contato: 3633-1740 ou 99425-8200.

Limpeza de terrenos, corte de grama com máquina. Tratar com Osvaldo ou Emanuel. Contatos: 9.9253-4861 e 9.9242-0811.

Limpeza de terrenos, corte de grama com máquina à gasolina e aplicação de veneno e demolição de casas. Tratar com Pedro. Contato: 3631-1185 ou 9.9755-2799.

TRANSPORTE

Motorista especializado (particular ou carro próprio). Bom conhecimento da cidade de São Paulo e aeroporto. Viagens para todo o Brasil, carro com ar-condicionado. Tratar com Zavan. Contatos: 3631-8935, 9.9747-4155 ou 9.9715-8375.

Motorista profissional. Vans de 11, 15 ou 17 lugares, micro-ônibus de 21 lugares e carro particular. Tratar com Francisco. Contatos: 3633-5913 ou 9.9249-7083.

Transporte de passageiros e encomendas para a região (interior do Estado e São Paulo). Tratar com Luiz Vanzela. Contatos: 9.9179-7947 (aceita ligações a cobrar).

SAÚDE

Anemia por falta de vitamina

Conheça os sintomas e tratamentos da osteoporose, que afeta principalmente as mulheres

Quando falamos sobre anemias sempre associamos à deficiência de ferro. No entanto, nem sempre é isso que ocorre. Uma das carências mais comuns em nosso meio é a deficiência de vitaminas do complexo B, comumente a vitamina B12.

Deficiência de vitamina B12 é causa de anemia, acompanhada ou não por dificuldade para andar e parestesias ou formigamentos de distribuição simétrica, principalmente nas pernas, pés e mãos.

Pode haver ainda palidez, inchaço, hiperpigmentação da pele, icterícia e fraqueza muscular. Inflamações na língua, má absorção de nutrientes, infertilidade e trombozes são menos frequentes.

A vitamina B12 é essencial para a formação, integridade e maturação das hemácias. Em sua ausência, elas aumentam de volume e o tamanho do núcleo fica desproporcional ao do citoplasma. Na medula óssea — local em que são produzidas — o número de células chega a aumentar tanto que o aspecto simula o das leucemias.

É uma vitamina necessária para o desenvolvimento e manutenção das funções do sistema nervoso. Sem ela, a mielina que recobre os nervos — como a capa de proteção faz com os fios elétricos — sofre um desgaste que recebe o nome de desmielinização, processo que ocorre tanto em neurônios de nervos periféricos, quanto naqueles da substância branca do cérebro.

A principal fonte de B12 está nos alimentos de origem animal. Mas, para absorvê-la, o tubo digestivo depende de fatores intrínsecos presentes num grupo especial de células do estômago — células parietais — e de receptores localizados no íleo.



Anemia perniciosa

A causa mais frequente da deficiência de B12 é a perda desse fator intrínseco produzido pelas células parietais, associada a um tipo de gastrite — gastrite atrófica. A anemia resultante é denominada anemia perniciosa, nome inadequado, porque não leva em consideração as manifestações neurológicas.

A anemia perniciosa resulta de um mecanismo autoimune em que a própria resposta imunológica destrói as células parietais do estômago. Como consequência, ocorre perda do fator intrínseco necessário para a ligação com a vitamina B12 ingerida.

Doenças autoimunes, como diabetes do tipo 1, vitiligo e as que afetam a tireoide, aumentam o risco de anemia perniciosa.

A prevalência é de 50 a 4 mil casos em cada cem mil habitantes. É mais comum em descendentes de africanos e europeus do que em asiáticos. É preciso estar atento às formas leves de gastrite atrófica que ocorrem em até 20% das pessoas mais velhas.

Se alimentados exclusivamente com leite materno, filhos de mães portadoras de deficiência de B12 podem apresentar a partir dos quatro meses de idade: anemia, hipotrofia cerebral, retardo de desenvolvimento, hipotonia

muscular, perda de apetite, irritabilidade, tremores, letargia e coma.

A reposição de B12 provoca regressão rápida do quadro. Quanto mais prolongada a deficiência, mais lenta e incompleta a recuperação.

Diagnóstico e tratamento

Embora níveis sanguíneos de B12 muito baixos estejam associados à deficiência, é raro encontrá-los. Resultados na faixa de normalidade não excluem a possibilidade de haver déficit. Exames falso-negativos e falso-positivos são frequentes.

O diagnóstico é feito com base nas dosagens sanguíneas de ácido metilmalônico e homocisteína, que se encontram elevadas em 98% dos casos. Como a reposição vitamínica provoca diminuição progressiva dessas concentrações, a primeira dosagem deve ser pedida antes de iniciar o tratamento. A reposição começa com uma dose de ataque de oito a dez ampolas de 1 mil microgramas, por via intramuscular, seguidas de uma ampola por mês. A dose por via oral é de 1 mil a 2 mil microgramas diárias. A anemia geralmente é corrigida em dois meses. O quadro neurológico regride parcial ou completamente em seis meses. O tratamento é mantido por períodos longos ou pela vida toda.



LABORATÓRIO CENTERMED
MEDICINA DIAGNÓSTICA

Análises Clínicas Especializadas

Dr. Roberto Dias C. Júnior

CRBM 8069

Registro Vigilância Estadual: 3549102908640000111-2 CNES: 8640-2/02 - Razão Social: Roberto Dias Conceição Junior - ME - CNPJ: 11.506.324/0001-12 - Inscr. Est.: ISENT0

Controle de Qualidade
PELM
Sociedade Brasileira
de Patologia Clínica
CONTROLLAB

Responsabilidade Técnica: DR. ROBERTO DIAS CONCEIÇÃO JUNIOR - CRBM: 8069