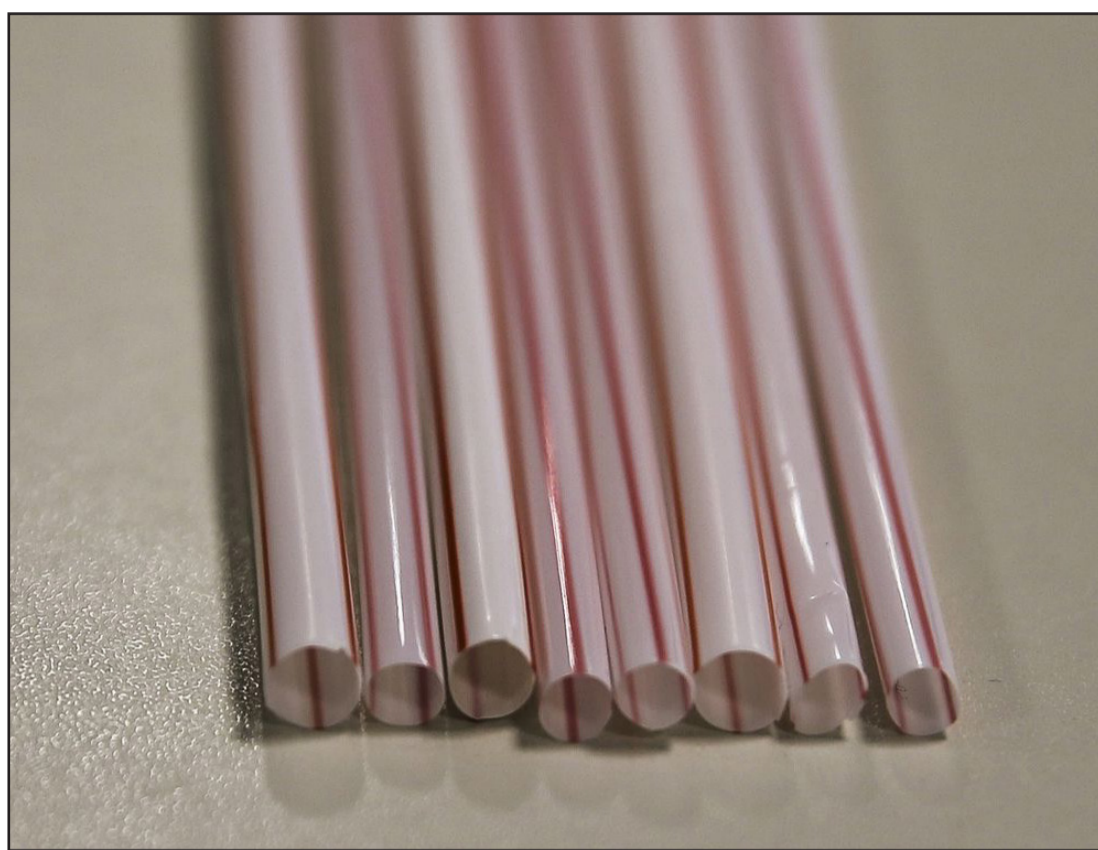


## Alesp aprova proibição de canudos de plástico em todo o estado



Projeto agora está sob análise do governo de São Paulo

A Assembleia Legislativa de São Paulo (Alesp) aprovou medida que proíbe o fornecimento de canudos de material plástico nos estabelecimentos comerciais de todo o estado. De acordo com a lei de autoria do deputado Rogério Nogueira (DEM), os canudos de material plástico terão de ser substituídos por canudos feitos de papel reciclável, material comestível ou biodegradável, embalados individualmente em envelopes completamente fechados feitos a partir do mesmo material. Quem descumprir a determinação poderá ser multado. “O canudo plástico é um dos maiores problemas ecológicos contemporâneos. Se cada brasileiro utilizar um canudo plástico por dia, em um ano, serão consumidos 75.219.722.680 canu-

dos. Pesquisas mostram que mais de 95% do lixo nas praias brasileiras é de material plástico. E, assim como outros resíduos, todo esse material acaba invadindo o mar, prejudicando o habitat natural e a saúde dos animais que, com muita frequência, morrem por ingestão desse plástico descartado pelos humanos”, afirmou o deputado. De acordo com a assessoria de imprensa do governo estadual, o projeto de lei foi recebido e está sendo analisado.

**Capital**  
O prefeito da capital, Bruno Covas, sancionou a lei que proíbe o fornecimento de canudos feitos de material plástico aos clientes de hotéis, restaurantes, bares, padarias e outros estabelecimentos comerciais. A medida, que foi publicada na edição de quarta-feira, dia 26 do Diário Oficial da Cidade, também será aplicada em clubes noturnos,

salões de dança e eventos musicais de qualquer espécie.

No lugar do material plástico, os estabelecimentos deverão fornecer canudos em papel reciclável, material comestível, ou biodegradável, embalados individualmente em envelopes hermeticamente fechados feitos do mesmo material.

“O compromisso ambiental é o compromisso ético da nossa geração com as gerações futuras. Pode parecer um pequeno passo, quando falo de canudos plástico, com tantos problemas que temos a enfrentar. Mas é um passo importante a ser dado ao lado de tantos outros que a cidade pretende dar”, disse Bruno Covas.

Na cidade de São Paulo, a regulamentação da nova lei deverá ocorrer no prazo máximo de 180 dias, conforme prevê a legislação.

## “É uma mula qualificada”, diz Mourão sobre sargento preso na Espanha com drogas



O general e presidente em exercício, Hamilton Mourão, disse acreditar que o militar brasileiro Manoel Silva Rodrigues preso na Espanha após transportar 39 quilos de cocaína em avião da Força Aérea Brasileira não agiu sozinho. “Com certeza existem conexões nisso aí”, afirmou em entrevista à Rádio Gaúcha. De acordo com ele, identificar outras pessoas envolvidas no esquema deve ser uma prioridade. A droga foi encontrada dentro de sua bagagem de mão em 37 tijolos de pouco mais de um quilo cada. O militar integrava a comitiva da aeronave reserva de Jair Bolsonaro, que se dirige ao Japão para o encontro do G20 —o presidente utiliza outro avião. O detido, entretanto, voltaria na mesma aeronave que o presidente, segundo Mourão, afirma O Globo. “É óbvio que, pela quan-

tidade de droga que ele estava levando, que não comprou na esquina e levou, né? Ele estava trabalhando como mula. Uma mula qualificada”, definiu o presidente em exercício. Mourão lembrou ainda que “as Forças Armadas não estão imunes a esse flagelo da droga. Isso não é a primeira vez que acontece, seja na Marinha, seja no Exército, seja na Força Aérea”. Para o presidente em exercício, o “dinheiro” explicaria a tentativa de traficar a cocaína. “Você sabe que o dinheiro é algo... o vil metal corrompe. A pessoa tem que ser muito forte mentalmente, muito ciosa dos seus valores e dos seus deveres para não ser corrompida”, afirmou. O general previu uma “punição bem pesada” para o sargento: “Agora a legislação vai cumprir o seu papel, e esse elemento vai ser julgado

por tráfico internacional de drogas”. Segundo as autoridades espanholas, o sargento da FAB está preso na Espanha sem direito a fiança, e será investigado por suposto crime contra a saúde pública. Chamou a atenção dos agentes que efetuaram a prisão o fato de que a droga não estava sequer “camuflada entre as roupas” dentro da bagagem de mão do militar. Bolsonaro usou o Twitter para comentar o assunto, onde disse que a Defesa brasileira irá cooperar imediatamente com a Espanha para esclarecer o caso, e que “caso seja comprovado o envolvimento desse militar no crime, será julgado e condenado na forma da lei”. Depois da prisão de integrante da comitiva em Sevilha, o avião que leva Bolsonaro ao Japão alterou a escala prevista, e pousou em Lisboa.

## Paróquia celebra tríduo e festa em louvor a São Paulo Apóstolo em Taubaté



A Paróquia Nossa Senhora Aparecida, em Taubaté, dá início nesta quinta-feira (27) à programação do tríduo e festa em louvor a São Paulo Apóstolo. No primeiro dia do tríduo, que tem como tema central “Família, Iniciadora da Fé”, o padre Kléber Rodrigues será o primeiro celebrante. Na sexta-feira (28), será o padre Wilian de Mou-

ra. Neste dia também será realizado o tradicional bingo da comunidade. No sábado (29), dia do padroeiro, será o pároco Cônego Paulo César. Nos dias de semana, as celebrações serão realizadas às 19h30. Sábado, às 19h. No domingo (30), dia do encerramento, a programação começa às 6h, com alvorada e a celebração. Mais tarde, às 16h, a pro-

cessão passando pelas ruas do bairro. Logo após, será realizada uma missa em honra ao padroeiro com o padre Celso Aloísio. Sexta, sábado e domingo haverá barracas típicas e shows na tradicional festa de rua. A Comunidade São Paulo Apóstolo fica na Rua Eduardo Rabelo Sobrinho, 267, no bairro Vila Albina em Taubaté.

**A Gazeta dos Municípios**  
Tudo o que você lê aqui!  
Você encontra em:  
[www.agazetadosmunicipios.com](http://www.agazetadosmunicipios.com)  
Contato: (12) 3672-2257

*Tremembé mora no meu*  
**TREMEMBÉ**  
[www.tremembeonline.com.br](http://www.tremembeonline.com.br)

# Miscelânea

## Curiosidades

As estações primavera e verão são ótimas para as frutas, legumes e verduras, já que no Brasil, a maioria das colheitas são feitas em época de calor. Isso faz com que o preço seja reduzido e o consumidor possa aproveitar melhor as vitaminas que a natureza nos oferece. Deve-se, porém, tomar muito cuidado na compra e no manuseio desses alimentos. Ao comprar frutas, verduras e legumes, devemos verificar se não existem amassados, se a coloração não está desbotada e se esses alimentos não contém pequenos furos. Essas práticas podem evitar que muitas doenças como a virose ataquem nosso corpo. Para guardar o alimento utilize sempre locais frescos, arejados e longe dos insetos. Para cozinhar certifique-se de que a água está cobrindo todo alimento e use a água do cozimento e as cascas para preparo de molhos e sopas, pois muitos nutrientes ficam nela. No verão, procure se alimentar com receitas leves, à base de frutas e verduras e... Bom apetite.

## Humor

Sendo motorista novata, uma loira, minha amiga, achava difícil estacionar junto às bombas nos postos de combustíveis. Um dia depois de ter dado várias voltas pelo local das bombas, o frentista aproximou-se perguntou:

- Então moça, já viu alguma coisa que lhe agradasse?

\*\*\*

O patrão dá uma bronca no caseiro:

- Olha seu Zé, não deixa sua cachorra entrar novamente na minha casa, ela está cheia de pulgas...

No mesmo instante o caseiro vira pra cachorra e diz:

- Teimosa! Vê se não entra na casa do patrão porque ela ta cheia de pulgas.

\*\*\*

Em sua primeira visita na fazenda do tio, o rapaz chegou num momento de muito trabalho e seu tio diz:

- O dia está lindo, pegue a minha carabina e leve os cachorros para atirar um pouco.

Quando o sobrinho volta, o fazendeiro pergunta:

- E aí? Como foi a caçada?

- Fantástica tio e por acaso o senhor teria mais alguns cachorros?

\*\*\*

Mensagem oportuna na minha secretária eletrônica: “No momento não vou atender porque estou evitando conversar com uma certa pessoa, ao ouvir o sinal, deixe seu recado que depois eu telefonarei, mas se eu não telefonar, tenha a certeza de que essa pessoa é você... Obrigado”.

\*\*\*

Uma aluna da minha classe, na faculdade, não sabia como se dirigir à palestrante e pergunta:

- Devemos chamá-la de “mestra” ou de “senhora”?

Sorrindo a palestrante respondeu:

- Podem chamar de “senhora”, pois foi o título mais difícil de conseguir;

## Mensagens

A beleza que tanto buscamos está no nosso interior. Não há roupa, nem penteado que embeleze a falta de caráter. Vivemos em um mundo preocupado com o exterior, onde por tudo tem que haver retribuição, até no amor, espera-se recompensa. Nas brigas de casais, de familiares ou de amigos, quase sempre ouvimos queixas do tipo: Depois de tudo que eu fiz? Verdades, cobranças, infundadas, cheias de ressentimentos e mágoas, frutos das atitudes exteriores que praticamos. Esperamos demais sem oferecer tanto assim. Almas queridas! Antes que o Sol se ponha novamente, aprenda que o que vale é o que vai dentro de você! Faça tudo com serenidade, mantendo-se de bem com você. Faça o seu melhor, não espere nada dos outros, você mesmo deve olhar para o que faz e sentir-se bem. Ainda que venham críticas, desaforos, mal-entendidos. Nada disso vai te afetar, por que você sabe que fez o melhor. Vista a alma com bons pensamentos, perfume-se com boas ações, penteie as emoções com o bem, seja uma pessoa inda no seu interior e brilhe pelo encanto de refletir em sua face, a própria face de Deus. Aquilo que somos é o nosso mundo.

## Pensamentos, provérbios e citações

Pois a coragem cresce com a ocasião.

É chato ser bonito, mas o mis chato é ser feio.

Há idéias que chegam aos lábios sem ainda chegar à mente.

Triste não é mudar as idéias, triste mesmo é não ter idéias para mudar.

Um idealista é alguém que ainda ajuda outros a ter lucro.

Quem não sabe o que é a vida não poderá saber o que é a morte.

Não sabendo que era difícil, ele foi lá e fez.

O sábio tem algo a dizer e o idiota quer dizer algo.

Estou tão velho que nem tenho mais tipo sanguíneo.

Um pequeno vazamento, eventualmente, afunda um grande navio.

O que eu faço é simples, ponho a mão na massa e compartilho-a.

Uma vez por ano é lícito perder a cabeça.

O problema não é perdoar, o problema é confiar de novo.

Oficial de Registro Civil das Pessoas Naturais da Comarca de Tremembé/SP

Livro D-25, FLS. nº 72, Termo nº 7013

Faço saber que pretendem se casar THALISON FELIPE RAMOS DA SILVA e MARIA EDUARDA DE ALMEIDA, apresentando os documentos necessário exigidos pelo artigo 1.525, incisos 1, 3 e 4 do Código Civil Brasileiro. Ele é natural de Taubaté-SP, nascido em 7 de dezembro de 1997, de profissão montador, de estado civil solteiro, residente e domiciliado na Rua José Benedito Alvarenga Filho, nº 26, São Vicente de Paula, Tremembé/SP, CEP 12120-000, filho de JAIRO ALMEIDA DA SILVA, de 46 anos, natural de Quixeramobim/CE, nascido na data de 3 de novembro de 1972 e de SUELI RAMOS DA SILVA, de 39 anos, natural de Taubaté/SP, nascida na data de 12 de junho de 1980, ambos residentes e domiciliados em Tremembé/SP. Ela é natural de Taubaté-SP, nascida em 2 de setembro de 1999, de profissão do lar, de estado civil solteira, residente e domiciliada no mesmo endereço do contraente, filha de NEWTON PIRES DE ALMEIDA, de 55 anos, natural de Araxá/MG, nascido na data de 17 de julho de 1963 e de MARIANA APARECIDA RAMOS, de 45 anos, natural de Tremembé/SP, nascida na data de 26 de setembro de 1973, ambos residentes e domiciliados em Tremembé/SP. Se algum souber de algum impedimento, oponha-o na forma da Lei. Lavro o presente para ser afixado em Cartório e cópia para a imprensa local desta cidade.

Oficial de Registro Civil das Pessoas Naturais da Comarca de Tremembé/SP

Livro D-25, FLS. nº 73, Termo nº 7014

Faço saber que pretendem se casar JOÃO BENEDITO DE MORAES e JOICE LUCIANA DE MORAES, apresentando os documentos necessário exigidos pelo artigo 1.525, incisos 1, 3 e 4 do Código Civil Brasileiro. Ele é natural de Taubaté-SP, nascido em 29 de dezembro de 1996, de profissão ajudante geral, de estado civil solteiro, residente e domiciliado na Estrada Municipal Felício Roberto Manfredini, nº 2750, casa 2754, Vila Nos.Senh.da Guia, Tremembé, filho de EDISON DAVID BARRETO DE MORAES, de 48 anos, natural de Tremembé/SP, nascido na data de 1 de agosto de 1970 e de MARIA CELESTE LUCIANO DE MORAES, de 44 anos, natural de Taubaté/SP, nascida na data de 12 de janeiro de 1975, residentes e domiciliados em Tremembé/SP. Ela é natural de Tremembé-SP, nascida em 20 de abril de 2003, de profissão estudante, de estado civil solteira, residente e domiciliada no mesmo endereço do contraente, filha de EVERTON DAVID DE MORAES, falecido em Tremembé/SP na data de 11 de abril de 2015 e de MARIA APARECIDA FERREIRA DOS SANTOS AZEVEDO, de 34 anos, natural de Taubaté/SP, nascida na data de 22 de setembro de 1984, residente e domiciliada em Tremembé/SP. Se algum souber de algum impedimento, oponha-o na forma da Lei. Lavro o presente para ser afixado em Cartório e cópia para a imprensa local desta cidade.

## Shopping Pátio Pinda recebe quinta edição do “Mova Se Cultural”



O evento acontece no sábado (29) e domingo (30) com apresentações da Cia Fragmento Urbano e Cia Zumbi Boys

A dança é uma das principais, e mais antigas, formas de expressão artística criada pela humanidade. Além de arte, ela também

é uma ótima forma de divertimento, exercício e cultura. Visando celebrá-la, o Shopping Pátio Pinda recebe a quinta edição do “Mova Se Cultural”. O evento é realizado pelo Ateliê Cênico de Dança. O evento é gratuito e acontece no sábado (29)

e domingo (30), às 15h, próximo às Lojas Americanas.

No sábado haverá a apresentação da Cia Fragmento Urbano de São Paulo, e no domingo quem se apresenta é a Cia Zumbi Boys, também de São Paulo.

## Primeiro Fórum de Extensão da Unitau acontece neste sábado

A Unitau realiza a primeira edição do Fórum de Extensão neste sábado, dia 29. O evento é aberto à comunidade e é gratuito. Os interessados em participar podem fazer uma inscrição prévia neste formulário.

A atividade terá início às 9h da manhã e será realizada no campus do Bom Conselho. Para abrir o evento, o Prof. Dr. João Frederico C. A. Meyer, da Universidade de Cam-

pinas (Unicamp), fará uma palestra. Meyer foi Pró-reitor de Extensão da instituição e tem livros publicados sobre as práticas para melhoria da qualidade de vida das comunidades.

Na parte da tarde, os participantes serão divididos em grupos de trabalho para discutir e propor ações a partir de quatro eixos: Cultura, Direitos Humanos e Cidadania, Saúde e Sustentabilidade. Cada

mesa terá mediação de dois docentes da Unitau.

Ao final das discussões, os grupos apresentarão as ideias e, a partir delas, será redigida uma carta que irá nortear os setores que deverão ser priorizados pelos projetos da Universidade, além de orientar sobre o oferecimento de cursos com maior demanda social.

A programação completa está disponível no site da Unitau.

## EXPEDIENTE

JORNAL DIÁRIO E REGIONAL

A GAZETA DOS MUNICÍPIOS

Editada por Editora Flor do Vale Jornalismo

Comunicação e Promoção Ltda.

CNPJ: 61.661.328/0001-43

Rua dos Lírios, 171 - Flor do Vale - Tremembé - SP

Tel. (0xx12) 3672-2257

Fax (0xx12) 3672-4831

CEP 12120-000

E-mail: publicacoesgazeta@hotmail.com

Registro no INPI 81717790

Impresso em 28/06/2019

Diretor responsável pela publicação:

Daniel Domingues Ribeiro PRT 004860

Diretora Comercial: Dolores Russo

Editoração Eletrônica e Impressão: Pré Impressão Gráfica - SP - Capital.

Representante em São Paulo.

REVESP Representações Ltda.

Alameda dos Jurupes, 455

Conj. 46 - São Paulo - CEP 04088-001

Filiado a ADJORJ Associação dos

Jornais do Interior.

Sistema de distribuição dirigida.

Matérias pagas ou autografadas, não representam necessariamente a opinião deste jornal.

**Atenção:** Este jornal é distribuído à todas as Prefeituras e Câmaras Municipais do Vale do Paraíba, Litoral Norte e Região Serrana, além de vários órgãos Federais, Estaduais e Municipais.

**Aviso:** Não existe falta de jornais para demanda diariamente. Edições atuais e de arquivos estão sempre a disposição no endereço: Rua dos Lírios nº 171, Bairro: Flor do Vale, Tremembé-SP, onde poderão ser retiradas.

## DISTRIBUIDORES E REPRESENTANTES:

CAÇAPAVA: Na banca da Praça das Bandeiras e outras da cidade.

CAMPOS DO JORDÃO: Bancas de Jornais da Avenida Abernassia.

CARAGUATATUBA: Salles Jornais e Revistas - Rua Aluno Arantes.

CUNHA: Banca da Várzea - Rua Augusta Galvão de França (Ao lado do campo de futebol).

JAMBEIRO: Papelaria Bangalo - Praça Almeida Gil, 19 - Centro.

LAGOINHA: Parada Obrigatória - Praça Pedro Alves Ferreira, 65.

MONTEIRO LOBATO: Banca do Lu - Praça Com. Freire.

NATIVIDADE DA SERRA: Banca Nossa Senhora de Natividade e Panificadora Pão Zico - Rua Lírio da Serra.

PARAIBUNA: Prancha Antonio Carvalho, 100 - Banca canto das Letras.

POTIM: Nas bancas de jornais e repartições públicas

PINDAMONHANGABA: Distribuidora de Jornais e Rev.

Rua Dep. César Claro 218.

REDENÇÃO DA SERRA: Banca de Redenção Av. 7 de Setembro, 258 e Supermercado Resende

SANTA BRANCA: Banca da Roberta - Rua José Joaquim Nogueira. Tel.: (12) 3972-0622

SANTO ANTÔNIO DO PINHAL: Na banca de jornal da cidade (Estação rodoviária).

SÃO BENTO DO SAPUCAÍ: Na Distribuidora local de Jornais, São Bento do Sapucaí - SP

SÃO LUIS DO PARAITINGA: Banca da Cidade e comércio local.

TAUBATÉ: Banca da Praça. Praça Dom Epaminondas - Tel.: (12)3632-1808

TREMEMBÉ: Nas bancas de jornais da cidade e repartições públicas

UBATUBA: Nas bancas de jornais: Av Iperougue e no Itaguá.

## Insulina inalável pode ajudar no tratamento do diabetes



Maioria dos pacientes mantém doença fora de controle, diz médico. A recente liberação da insulina inalável (03/06) marca a passagem do Dia Nacional do Diabetes nesta quarta-feira (26). O medicamento, autorizado para venda e consumo pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária em oito formas de apresentação, ainda precisa ser importado dos Estados Unidos.

Para o médico e pesquisador Freddy Goldberg Eliaschewitz, a disponibilidade do medicamento pode ajudar no tratamento da doença no Brasil, pois é mais confortável do que a aplicação da insulina por injeção e o manejo é mais eficiente.

A insulina inalável começa a funcionar em 10 minutos no organismo e o efeito dura até 90 minutos.

A insulina injetável pode demorar até 60 minutos para começar a fazer efeito e permanece ativa por até cinco horas no organismo.

“Por um lado, se o paciente aplica a insulina injetável antes do almoço e o medicamento demora a agir, o nível de açúcar

sobe muito no início da refeição. Muitas vezes, a comida foi ingerida, mas a insulina nem começou a agir. Por outro lado, se o efeito da insulina demora a passar, o paciente pode sofrer uma queda de açúcar mais adiante. A absorção dos alimentos já terminou, mas a insulina continua agindo”, explica Eliaschewitz que é médico Hospital Israelita Albert Einstein e diretor clínico do Centro de Pesquisas Clínicas, que desde 2014 trabalhou nos testes para o desenvolvimento da nova droga.

O diabetes é considerado uma doença crônica onde o pâncreas não produz insulina suficiente ou quando o organismo do paciente não consegue utilizá-la. A insulina é o hormônio que regula a glicose no sangue.

Fora de controle Eliaschewitz descreve que já há cerca de 15 milhões de pessoas com diabetes no Brasil, mas 90% dos pacientes com o tipo 1 e 73% dos que sofrem com o tipo 2 “não têm controle sobre a doença”. Ele contabiliza que “metade dos pacientes não controla a doença por falta de conhecimento do diagnósti-

co. Entre os que sabem do diabetes, metade não vai com regularidade ao médico. E mesmo os que vão, mais da metade não toma os devidos cuidados”.

Segundo o Ministério da Saúde, o diabetes do tipo 1, geralmente, surge na infância ou adolescência. “A causa desse tipo de diabetes ainda é desconhecida (...) Sabe-se que, via de regra, é uma doença crônica não transmissível genética, ou seja, é hereditária, que concentra entre 5% e 10% do total de diabéticos no Brasil”.

O diabetes do tipo 2 é mais frequente em adultos e está diretamente relacionado ao sobrepeso, ao sedentarismo e à má alimentação. “Ocorre quando o corpo não aproveita adequadamente a insulina produzida”, explica o Ministério da Saúde.

Para Freddy Eliaschewitz, o Brasil vive uma “pandemia de diabetes do tipo 2 a reboque da pandemia de obesidade”. Segundo ele, o país poderá viver no futuro uma pandemia das complicações causadas pela doença, “que são penosas e custosas de tratar”, como o glaucoma, problema nos rins e disfunção erétil.

## Asma atinge cerca de 20 milhões de brasileiros



Dados da ASBAI mostram que 47% dos pacientes usam a medicação de forma desregulada

A asma é uma doença que não tem cura, mas quando tratada corretamente por meio de terapia medicamentosa, pode ser controlada e ter seus sintomas minimizados. É o que explica o Dr. Ricardo Queiroz, alergista do Grupo São Cristóvão Saúde. No entanto, dados da Associação Brasileira de Alergia e Imunologia (ASBAI) apontam que 47% das pessoas diagnosticadas não utilizam a medicação de forma regular e 73% delas não seguem todas as orientações médicas para o controle da doença, o que pode agravar o problema.

Transmitida geneticamente, a asma é uma doença provocada por fatores alergênicos (elementos que irritam o sistema imunológico como ácaros, poeira, mofo, fumaça, poluição e algumas substâncias químicas) que desencadeiam a inflamação dos músculos pulmonares e aumentam a produção de muco. Dr. Ricardo Queiroz conta que essa alteração causa o estreitamento da passagem de ar, dificultando sua circulação pelo pulmão. “É o que provoca a sensação de sufocamento, um dos principais sintomas da doença”, frisa.

O Ministério da Saúde estima que essa dificuldade respiratória acometa 20 milhões de brasileiros, sendo que 20% dos casos são considerados graves, ou seja, os sintomas são mais agressivos e a sensibilidade aos gatilhos da doença é maior. “O diagnóstico da asma é clínico,

ou seja, é feito por meio da identificação dos sintomas, mas caso seja necessário, o médico pode pedir um exame chamado Prova de Função Pulmonar para eliminar qualquer dúvida existente sobre o diagnóstico”, afirma o especialista.

Com o objetivo de conscientizar a população sobre a importância de realizar o tratamento corretamente, o relatório das Iniciativas Globais para a Asma (Global Initiative for Asthma – GINA) lançou neste ano o tema Pare a Asma (S.T.O.P. for Asthma), cuja palavra em inglês representa uma sigla, indicando os quatro passos para o controle da doença:

Sintomas a avaliar;

Testar a resposta obtida com medicação e controle ambiental;

Observar e avaliar o paciente de forma contínua; Proceder o ajuste ao tratamento e às medidas de controle ambiental.

Os principais sintomas que caracterizam uma crise são: dificuldade para respirar, chiado no peito, tosse seca, respiração rápida e curta, dor no peito e falta de fôlego depois de praticar exercícios. “Essas manifestações costumam ser muito comuns na infância, por causa da maior sensibilidade que o sistema imunológico tem nessa fase. A natação é um esporte que ajuda muito os pequenos, porque a pressão da água faz com que a criança tenha maior expandir o pulmão e respirar”, afirma Cláudia Conti, pediatra do São Cristóvão. No caso de gestantes, é importante que o tratamento não seja interrom-

pido, caso contrário a pressão arterial da mulher pode ficar elevada, acarretando uma gravidez de risco. Além disso, bebê ainda na barriga da mãe também pode ser afetado pela falta de cuidados contínuos da doença, ocasionando falta de oxigenação e a possibilidade de parto pré-maturo.

A sigla S.T.O.P traz, de forma simplificada, as principais medidas que devem ser tomadas após o diagnóstico ser efetuado. Elas incluem a identificação dos fatores externos que desencadeiam o processo inflamatório e o uso de broncodilatadores. Esses remédios, ao serem aspirados, promovem o relaxamento dos músculos pulmonares e normalizam o fluxo de passagem do ar. Segundo o Dr. Queiroz, existem dois tipos dessa medicação:

De longa duração – utilizadas para manutenção e tratamento contínuo, evitando crises intensas;

De curta duração, também conhecidas como terapia de resgate – têm efeito imediato para o alívio de sintomas mais intensos que os de costume, derivados de uma crise.

Para o alergista do São Cristóvão, parte do problema relacionado ao controle da doença se dá pelo fato de que muitos pacientes ignoram os sintomas brandos da asma, procurando auxílio médico somente quando o quadro já está avançado.

“Quando o paciente incorpora em sua rotina todos os cuidados e tratamento necessários, ele terá significativa melhora na qualidade de vida”, finaliza o médico.

## Inverno deverá ser mais quente em três regiões do país, prevê Inmet

O inverno começa na sexta-feira, dia 21, às 13h, devendo originar, ao longo dos próximos três meses, temperaturas acima da média para o período nas regiões Sul, Sudeste e Centro-oeste do país, de acordo com o Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet). A estação se encerra na madrugada do dia 23 de setembro, quando dá lugar à primavera.

Conforme explica o Inmet, o inverno tem como característica a redução de chuvas nas três regiões e em partes do Nordeste e do Norte do Brasil. Com a diminuição da temperatura, ocasionada pelas massas de ar frio do sul do continente, amplia-se a probabilidade de ocorrerem geadas nas regiões Sul e Sudeste e no estado de Mato Grosso do Sul, além da queda de neve nas áreas serranas e planaltos

do Sul do país e friagem em Rondônia, no Acre e no sul do Amazonas. As condições típicas da estação, que incluem inversões térmicas durante as manhãs, também podem produzir a formação de nevoeiros e névoa úmida nos estados do Sul, Sudeste e Centro-Oeste.

Outro fenômeno que o inverno favorece são as queimadas e os incêndios florestais em determinados pontos do país. De acordo com o Inmet, as chances de acontecerem são maiores na Região Norte, entre a metade do inverno e o início da primavera.

Para o Centro-Oeste, a previsão é de que os incêndios florestais serão propícios devido à conjugação de três fatores: a baixa umidade relativa do ar, a menor ocorrência de chuvas e as temperatu-

ras acima da média, que devem marcar, principalmente, os meses de agosto e setembro. Na região, informa o Inmet, a previsão é de que a umidade relativa do ar fique abaixo de 30%, tendo, em alguns momentos, picos mínimos abaixo de 20%.

Quanto à Região Sul, o Inmet prevê que a maior frequência das frentes frias contribuirá para variações nas temperaturas ao longo do trimestre e antecipa que as temperaturas médias devem permanecer acima da média climatológica. A exceção é a metade sul do Rio Grande do Sul e o leste de Santa Catarina, onde o inverno deverá ocorrer dentro da normalidade. Para essas duas áreas, estima-se que as temperaturas atinjam valores abaixo de 0° C em áreas serranas e planalto, principalmente no mês de julho.

# A Gazeta dos Municípios

**Leia e Anuncie**

**Tel: (12) 3672-2257**

**Circulando no Vale do Paraíba Litoral Norte e Região Serrana**

**Para o leitor: Grande conteúdo e informações confiáveis  
Para empresários: Uma vitrine de grande alcance e eficiência  
www.agazetadosmunicipios.com**

## Concurso Público de estágio da Sabesp acontece neste domingo, dia 30



Os jovens candidatos deverão se apresentar no local da prova às 9 horas, mediante o documento de identidade original. No próximo domingo, dia 30, às 9 horas, será realizada a prova do Concurso Público – Estagiários da Sabesp, nas cidades de Botucatu, Franca, Itapetininga, Itatiba, Lins, Presidente Prudente, Registro, Santos, São José dos Campos e São Paulo. Ainda esta semana, os candidatos serão comunicados do local da prova e horário por meio do Cartão Informativo, enviado para seus respectivos e-mails; a informação também está disponível no site da Fundação Carlos Chagas, [www.concursosfcc.com.br](http://www.concursosfcc.com.br). O candidato que não receber o Cartão Informativo ou que tiver dúvidas quan-

to ao local, data e horário, deverá entrar em contato com o Serviço de Atendimento ao Candidato – SAC da Fundação Carlos Chagas, ou pelo telefone (11) 3723-4388, de segunda a sexta-feira, das 10 às 16 horas (horário de Brasília) ou consultar o próprio site da fundação. No dia da prova é importante que o candidato leve o documento de identidade original com foto e em papel, e o Cartão Informativo, se o recebeu, no qual consta dados necessários do inscrito. Além disso, levar caneta esferográfica de material transparente de tinta preta ou azul. A prova terá a duração de 3 horas e 30 minutos, sendo que antes de 2 horas, não será permitida a saída do candidato. O processo seletivo foi aberto para o preenchi-

mento de 947 vagas, de diversas modalidades do Ensino Médio, Médio Técnico e Superior, distribuídas na Região Metropolitana de São Paulo, interior e litoral. Os jovens habilitados e que forem contratados terão os seguintes benefícios: bolsa-auxílio, vale-refeição, vale-transporte, assistência médica e seguro contra acidentes pessoais, e o contrato tem duração máxima de 24 meses. O objetivo do programa é contribuir com a formação dos jovens, dando uma oportunidade de inserção no mercado de trabalho, e também oferece o aprendizado prático, a troca de experiência e a integração entre empregados, os estudantes terão a oportunidade de atuar em uma das maiores companhias de saneamento do mundo.

## Última semana de inscrições para o programa de trainee 2019 da Comgás



Profissionais com até seis anos de experiência podem se candidatar às vagas. Esta é a última semana de inscrições abertas para o programa Trainee Upper 2019 da Companhia de Gás de São Paulo (Comgás). Os candidatos interessados em participar podem se inscrever até o dia 30/06 por meio do site do programa <https://www.traineeuppercomgas.com.br/>. A empresa busca profissionais com até seis anos de experiência, com graduação concluída entre dezembro de 2011 e junho de 2017 nos cursos de Administração de Empresas, Relações Internacionais, Ciências Contábeis, Economia, Direito, Engenharia (todas), Comunicação Social (Publicidade e Propaganda), Marketing e áreas correlatas. Inglês avançado e disponibilização para atuar na cidade de

São Paulo (na região do Brás e Itaim Bibi) também são pré-requisitos para participar do processo seletivo. Há 15 vagas disponíveis. A seleção será realizada em parceria com a consultoria de recursos humanos Matchbox e contempla a realização de teste de raciocínio lógico e inglês, além de game online. Os candidatos finalistas participarão presencialmente de um painel de discussão de um painel de discussão de case e uma entrevista com os executivos da companhia. Além de salário compatível com o mercado de trainee, os aprovados receberão vale alimentação e refeição, assistência médica e odontológica, convênio farmácia, previdência privada, MBA in Company, remuneração variável agressiva de acordo com a política de meritocracia da companhia, academia no local de trabalho, estacionamento,

entre outros. Os trainees contratados terão ainda a oportunidade de atuar em diferentes áreas da companhia. “Acreditamos que esses profissionais, já experientes, representarão um reforço importante ao nosso time atual, para o desenvolvimento de projetos estratégicos na empresa e a busca de geração de valor para nossos funcionários, clientes, acionistas, parceiros, bem como a sociedade geral”, comenta Elisângela Martins, Diretora de Recursos Humanos da Comgás. A Comgás é a maior empresa distribuidora de gás natural encanado no Brasil. Presente em 88 municípios do Estado de São Paulo, a empresa atende mais de 1,9 milhão de clientes dos segmentos residencial, comercial, industrial e automotivo, além de viabilizar projetos de cogeração e fornecer gás para usinas de termogeração.

## Cunha promove o 26º Festival de Inverno Acordes na Serra, a partir de 28 de junho

O tempo de frio pede aconchego, comidas e bebidas que esquentam. Tudo isso em uma região serrana fica ainda melhor se tiver boa música. Esses são os ingredientes do 26º Festival de Inverno - Acordes na Serra que a Estância Climática de Cunha promove de 28 de junho a 28 de julho. Para a edição deste ano, a Secretaria de Turismo e Cultura de Cunha preparou uma agenda variada que deve atrair cerca de 60 mil turistas para a cidade na alta temporada de inverno. A Praça da Matriz, onde ocorrerão os tradicionais shows ao ar livre, será o palco principal do Festival, mas outros locais da cidade, como a Capela da Santa Casa e a Casa do Artesão, também receberão atrações especiais. Como a cidade é reconhecida pelo seu polo de artes, artesanato e cerâmica, a abertura do evento, em 28 de junho, será em grande estilo, às 19 horas, na Casa do Artesão com o lançamento do 1º Festival de Arte e Artesanato, exposição que ficará aberta até o fim de julho. Nessa abertura, o espaço também receberá as apresentações especiais da Folia

do Divino e do Quarteto de Cordas Prestíssimo. No mesmo dia, às 22 horas, haverá a abertura artística com a apresentação da Grande Banda do Sertão, no palco principal do evento, na Praça da Matriz. Uma novidade no festival deste ano será a integração da prova ciclística Big Biker - Etapa Cunha, em 30 de junho, que se juntará à 2ª Corrida Noturna - Revolução de 1932, em 27 de julho (prova pedestre que teve início no ano passado). As duas atividades vão movimentar a cidade com atletas, torcedores e demais visitantes, que poderão acompanhar as largadas e chegadas. Também, pela primeira vez dentro da programação do festival, a Lua na Luneta em Cunha, contará com a presença de astrônomos na cidade que darão palestras e levarão equipamentos para o público observar a lua e as estrelas. E para quem gosta de fotografia, a exposição IX Varal Fotográfico vai retratar a história e as belezas da cidade, a partir de fotos feitas por diversos autores-fotógrafos locais. Agenda variada Para esquentar e embalar os turistas e moradores de

cidade, o palco principal, montado para o evento na Praça da Matriz, vai receber apresentações musicais de jazz, blues, folk, samba, pop rock, rock rural, MPB e sertanejo nos fins de semana, de sexta a domingo, e no feriado prolongado de 9 de julho. Entre os destaques desta edição estão os shows de soul, de Frã Finamore (29 de junho); de blues, de Vasco Faé e Graça Cunha (5 de julho); de soul e blackmusic, de Madmen's Clan (6 de julho); de hip hop, soul e reggae, de Lud Mazzucati e Banda (6 de julho); de homenagem a Raul Seixas, de Chico Salem (13 de julho); de samba, bossa nova e choro, do Grupo Madalena (19 de julho); e de uma releitura de rock rural, com Tuia e Ana Vilela (27 de julho). Além da atração internacional Alabama Mike, que vai embalar o público com muito blues, em 7 de julho; e dos artistas cunhenses, que mais uma vez são valorizados em sua cidade natal. Já no primeiro domingo do evento, em 29 de junho, os turistas e moradores da cidade poderão prestigiar as apresentações das bandas Senteria e Água de Mina. Depois, até

o fim do evento, haverá shows de Duo Manacá da Serra, Os Federais, João Galvão e Pedro e Jeferson. Rica gastronomia Cunha também é reconhecida por sua culinária diversificada em pratos doces e salgados feitos com ingredientes da região, como truta, pinhão, cordeiro, shitake e outros. Durante o Festival de Inverno, variadas receitas preparadas com esses produtos poderão ser saboreadas na praça de alimentação, instalada próxima ao palco principal. Além disso, cardápios especialmente elaborados para a estação estarão disponíveis nos restaurantes locais, dirigidos por chefs renomados e reconhecidos pela excelência e qualidade. 26º Festival de Inverno - Acordes na Serra 28 de junho (sexta) 19 horas - Abertura Oficial do Festival de Inverno na Casa do Artesão: 1º Festival de Arte e Artesanato; Apresentação da Folia do Divino e do Quarteto de Cordas Prestíssimo 21h30 - Grande Banda do Sertão (Proac) 29 de junho (sábado) 22h30 - Frã Finamore - Homenagem ao Soul 30 de junho (domingo)

8 horas - BigBiker - Etapa Cunha (largada no Ginásio de Esportes) 15 horas - Banda Senteria (atração cunhense) 21h30 - Banda Água de Mina (atração cunhense) 5 de julho (sexta) 21h30 - Vasco Faé - participação especial de Graça Cunha 6 de julho (sábado) 17 h às 23 h - Lua na Luneta em Cunha (Em frente à Igreja de São José da Boa Vista) 16 horas - Madmen'sClan 17 horas - Coral Bem Te Canto 22h30 - LudMazzucati e Banda 7 de julho (domingo) 15 horas - Bebê Salvego e Felipe Salvego 22h30 - Alabama Mike (atração internacional) 8 de julho (segunda) 17 horas - Duo Manacá da Serra (atração cunhense) 9 de julho (terça) 14 horas - Os Federais (atração cunhense) 12 de julho (sexta) 21h30 - Kashmir 13 de julho (sábado) 20 horas - Recital de Violão MPB - Rafael Schimiddt (Capela da Santa Casa) 22h30 - Chico Salem - Raul Vivo 14 de julho (domingo) 15 horas - Marcinho Eiras

21h30 - Paula Marchesini 19 de julho (sexta) 10 h às 16h30 - 9º Varal Fotográfico - Cunha para o Cunhense (Praça da Matriz) 20 horas - Quarteto de Cordas Pau Brasil (Capela da Santa Casa) 21h30 - Grupo Madalena 20 de julho (sábado) 10 h às 16h30 - 9º Varal Fotográfico - Cunha para o Cunhense (Praça da Matriz) 16 horas - Sianinhas (Proac) 22h30 - Marcelo Viola e Ricardo 21 de julho (domingo) - Dia da Festa do Divino 12 horas - João Galvão (atração cunhense) 15 horas - Pedro e Jeferson (atração cunhense) 21h30 - André Moraes e Banda 26 de julho (sexta) 21h30 - Peleco e Banda 27 de julho (sábado) 15 horas - Giliardi (Voz e Violão) 19 horas - 2ª Corrida Noturna - Revolução de 1932 (largada na Praça da Matriz) 22h30 - Tuia e Ana Vilela 28 de julho (domingo) 15 horas - Zilei Ribeiro - Projeto Acústico Groove Night 21h30 - Banda Vellin