

SAIBA COMO TRATAR E CURAR AFTA NA BOCA

GERAL 7

**NÃO FIQUE NO PREJUÍZO
VEJA DICAS DE
COMO TROCAR
PRODUTOS
COMPRADOS
EM LOJAS**

CIDADES 2



CONCURSO BOM

MAIS DE 3 MIL VAGAS DE EMPREGO

Ministério da Saúde divulga edital de processo seletivo com mais de 3 mil vagas. Os salários chegam a R\$ 5.815

OPORTUNIDADES 3

SAMPAIO CORRÊA

DIEGO SILVA
VOLTA E YURI
PEDE PARA SAIR

ESPORTES 6

TRAGÉDIA

ACIDENTE ENTRE
MOTOS DEIXA DUAS
PESSOAS MORTAS



POLÍCIA 8

ENTROU ERRADO!

HOMEM É
AMARRADO E
LEVA SURRA POR
INVADIR CASA

POLÍCIA 8



99188.8267



3212.2010 / 3212.2015 / 3212. 2008 / 3212. 2047



oimparcialonline@gmail.com

**LIGUE, DENUNCIE,
ENVIE VÍDEOS**

REFORMA COMEÇOU

Obras para reforma da Rua Grande tiveram início nesta segunda-feira. O valor gira em torno de R\$ 31 milhões

Começaram, nesta segunda-feira (9), as obras do Projeto de Requalificação Urbana da Rua Grande. A reforma é orçada em R\$ 31 milhões, em recursos do Iphan, através do PAC Cidades Históricas.

Segundo a Câmara de Dirigentes e Lojistas de São Luís (CDL), são 16 lojas afetadas na primeira fase da obra, localizadas no quarteirão da via.

O trecho sofrerá mudanças que trarão ganhos tanto para o aspecto visual, quanto para a utilidade prática do espaço. Será feita a recomposição de toda a rede de infraestrutura da rua, a exemplo de esgotamento sanitário, drenagem de água pluvial, embutimento

de toda a rede elétrica e telefônica, bem como outras infraestruturas.

PAC CIDADES HISTÓRICAS

O Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan) informa que, em função de sua importância para o comércio, das referências históricas e, principalmente, pela sustentabilidade que as atividades econômicas e de geração de emprego e renda trazem para a cidade e para o Centro Histórico, a Rua Grande foi inserida no PAC Cidades Históricas como a obra de maior relevância e de impactos positivos para a população de São Luís.



DICAS

Procon orienta sobre troca de produtos por clientes

Quem nunca realizou uma compra e, logo depois, insatisfeito, resolveu trocar o produto? O Instituto de Proteção e Defesa do Cidadão e Consumidor do Maranhão (Procon/MA) esclarece sobre as condições de troca. De acordo com o Procon/MA, embora o estabelecimento não tenha obrigação de trocar produtos sem defeitos ou vícios de fabricação, caso a empresa tenha se comprometido a realizar a troca mediante a vontade do consumidor, o acordo deve ser cumprido. O cumprimento do acordo está garantido pelos artigos 18 e 30, da Lei nº 8.070/90.

No caso das compras feitas fora do estabelecimento, via internet, por exemplo, o consumidor tem direito de se arrepender e pode fazer a devolução, é o que explica a presidente do Procon/MA, Karen Barros. "O consumidor tem direito a desistir da compra em até sete dias, a contar da assinatura, data do recebimento ou execução do serviço, nos casos de compras feitas fora do estabelecimento", disse.

O Código de Defesa do Consumidor, em seu artigo 49, garante o direito de arrependimento para o caso de compra pela internet, sem que o cliente tenha que apresentar uma justificativa para a desistência.

Caso o consumidor constata qualquer irregularidade, deve formalizar sua reclamação no Procon, por meio dos canais virtuais (App e site) ou em uma das 50 unidades físicas distribuídas pelo Maranhão.

PROJETO

Feirinha São Luís será destaque na imprensa do Nordeste

A Feirinha São Luís, projeto da Prefeitura de São Luís na gestão do prefeito Edivaldo, desenvolvido pela Secretaria Municipal de Agricultura, Pesca e Abastecimento, (Semapa), foi cenário para o programa de TV "Expedição Nordeste", do SBT Nordeste. A Feirinha São Luís foi escolhida como destaque na capital por reunir muitas atrações, por ser um espaço que congrega produtos agrícolas, cultura, literatura e lazer. Na

ocasião, também foram comemorados o Dia Mundial da Atividade Física e Dia Mundial da Saúde, celebrados, respectivamente, nos dias 6 e 7 de abril.

A 44ª Feirinha São Luís teve apoio das Secretarias Municipais de Saúde, (Semus) e de Desportos e Lazer, (Semdel). Na ocasião foi promovido o evento "Corpo em Movimento é Corpo com Saúde", com parceria do Governo do Estado, via Secretaria Estadual de

Saúde (SES). O vice-prefeito, Julio Pinheiro esteve presente nessa edição da Feirinha São Luís, com o governador em exercício, Carlos Brandão, acompanhados de diversos secretários e presidentes de órgãos públicos.

DESTAQUE NACIONAL

A alternativa de lazer familiar atrai a população e os turistas, reunindo além de produtos e subprodutos agroecológicos, o artesanato mar-

cante, a gastronomia única, literatura e apresentações culturais em um único espaço.

Tantas atrações em um só espaço despertaram o interesse do novo programa de TV "Expedição Nordeste", do SBT Nordeste, em que dois jovens partem em viagem pelas estradas nordestinas em meio a descobertas e aventuras. O programa destaca as belezas, cultura, paisagens e identidade dos estados nordestinos.



EMPRESA PACOTILHA SA

End.: Rua Assis Chateaubriand S/N- Renascença II - São Luís-MA - CEP: 65075-670

Pedro Freire

Diretor-Presidente

pedrofreire@oimparcial.com.br

Pedro Henrique Freire

Diretor de Gestão e Novos Negócios

pedrohfreire@oimparcial.com.br

Raimundo Borges

Diretor de Redação

borges@oimparcial.com.br

Editor responsável

Saulo Duailibe

sauloduailibe@oimparcial.com.br

Celio Sergio

Superintendente Industrial

celiosergio@oimparcial.com.br

FALE CONOSCO - GRUPO O IMPARCIAL

Jornalismo: 3212-2010/3212-2049
Anuncie: 3212-2086/ 3212-2030

Classificados: 3212-2087
Seja um vendedor: 3212-2071

Geral: aqui-ma@oimparcial.com.br

WhatsApp: (98) 991888267
facebook.com.br/oimparcialma

Twitter: @imparcialonline
Instagram: @oimparcial

Snapchat: impar.online
www.oimparcial.com.br



3.592 VAGAS E SALÁRIOS DE R\$ 5.815

Ministério da Saúde divulga edital do processo seletivo com mais de 3 mil vagas

O Ministério da Saúde no Rio de Janeiro informa a todos sobre o edital do processo seletivo que visa contratar no máximo 3.592 profissionais para assumirem funções de nível médio/técnico e superior.

São disponibilizadas oportunidades nos cargos de Enfermagem, Técnico de Enfermagem, Médico Especializado, Atividades de Gestão e

Manutenção Hospitalar (Superior), e Atividades de Suporte em Gestão e Manutenção Hospitalar (Intermediário).

Estes profissionais devem atuar nos hospitais federais do Andaraí, Bonsucesso, Ipanema, Lagoa, Servidores do Estado e Cardoso Fontes, além dos institutos nacionais de Cardiologia (INC) e de Traumatologia e Ortopedia (Int), todos de administração direta

do Ministério da Saúde.

A remuneração dos servidores varia de R\$ 1.374 a R\$ 5.815. Para se inscrever é necessário acessar o site www.nerj.rj.saude.gov.br, até 30 de abril de 2018.

O candidato deve preencher todos os campos solicitados no formulário, anexando ao final o currículo para avaliação, no período e endereço indicados acima.

► POLÍCIA MILITAR

Inscrições do concurso com 2.000 vagas estão prorrogadas

Estão prorrogadas até as 22h do dia 16 de abril de 2018 as inscrições do concurso público realizado pela Polícia Militar do Distrito Federal (PM - DF) para Admissão ao Curso de Formação de Praças com Graduação de Soldado.

Os interessados em participar devem acessar o site www.iades.com.br e preencher a ficha disponível. Porém, a confirmação só será efetivada após o pagamento da taxa no valor de R\$ 88,00.

Este concurso dispõe de 427 oportunidades para provimento imediato de candidatos do sexo masculino e 73

para candidatas do sexo feminino, além de 1.500 destinadas a formação de cadastro reserva.

A remuneração durante o Curso de Formação de Praças - Soldado 2ª Classe é no valor de R\$ 4.119,22, com auxílio alimentação no valor de R\$ 850,00. E após o CFP o valor será de R\$ 5.242,41.

Os candidatos que desejam participar precisam ter formação superior, 18 anos completos e no máximo 30 anos de idade até a data de inscrição, além de altura mínima de 1,65m se do gênero masculino e 1,60m se do sexo

feminino.

A classificação será obtida por meio de Prova Objetiva e Discursiva; Testes de Aptidão Física, Exames Biométricos e Avaliação Médica; Avaliação Psicológica; Prova Prática Instrumental; Sindicância da Vida Progressiva e Investigação Social. Para auxiliar nos estudos é possível adquirir a Apostila Digital elaborada de acordo com o conteúdo exigido. Com validade de dois anos, contados da data de publicação da homologação do resultado final, este certame pode ser prorrogado por igual período.

► MAGISTÉRIO

Universidade no Maranhão abre vagas para professores

A Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão - Uemasul anuncia a retificação do concurso público para contratar 10 professores de Magistério Superior nos Centros de Ciências Agrárias; Ciências Exatas, Naturais e Tecnológicas; e Ciências Humanas, Sociais e Letras, pertencentes aos Campi de Estreito e Imperatriz.

Houve alteração nos requisitos das áreas de Agronomia/ Fitotecnia - Olericultura, Fruticultura; Paisagismo e Jardinocultura e Plantas Mediciniais; Agronomia/ Fitotecnia - Culturas Agrícolas; Sementes e Agricultura; Agronomia/ Fisiologia Vegetal - Fisiologia e Manejo pós-colheita, Nutrição Mineral e Anatomia e Morfologia Vegetal (1); Agronomia/ Experimentação Agropecuária e Estatística - Experimentação Agropecuária e Estatística (1); Física/ Física Clássica (1); Física/ Eletricidade e Magnetismo (1); Matemática/ Álgebra (1); Matemática/ Equações Diferenciais Ordinárias (1); Teoria Literária e Literaturas de Língua Portuguesa (1); e Língua Portuguesa (1).

Os candidatos serão avaliados por meio de prova escrita e prova didática de caráter eliminatório e classificatório; e também avaliação de títulos de natureza apenas classificatória. Sendo assim, as inscrições deste concurso ficam prorrogadas até o dia 12 de abril de 2018. Os interessados devem comparecer ao Protocolo Geral da Uemasul, Campus Imperatriz - MA, localizado na Rua Godofredo Viana, nº 1.300, centro, no horário das 8h às 12h e das 14h

às 18h. A taxa é de R\$ 100.

Este certame conta ainda com oportunidades para Docentes nas áreas de Agronomia/ Fitotecnia - Olericultura, Fruticultura; Paisagismo e Jardinocultura e Plantas Mediciniais (1); Agronomia/ Fitotecnia - Culturas Agrícolas; Sementes e Agricultura (1); Agronomia/ Fisiologia Vegetal - Fisiologia Vegetal, Fisiologia e Manejo pós-colheita, Nutrição Mineral e Anatomia e Morfologia Vegetal (1); Agronomia/ Experimentação Agropecuária e Estatística - Experimentação Agropecuária e Estatística (1); Física/ Física Clássica (1); Física/ Eletricidade e Magnetismo (1); Matemática/ Álgebra (1); Matemática/ Equações Diferenciais Ordinárias (1); Teoria Literária e Literaturas de Língua Portuguesa (1); e Língua Portuguesa (1).

Os candidatos serão avaliados por meio de prova escrita e prova didática de caráter eliminatório e classificatório; e também avaliação de títulos de natureza apenas classificatória.

Em carga horária de 40 horas semanais, os contratados farão jus à remuneração que pode variar de R\$ 4.568,06 a R\$ 8.236,22.

COMPRE SUA CARRADA DIRETO DE FÁBRICA!



Areia SUPER PROMOÇÃO
10 metros ~~R\$ 458,00~~ por **380,00**

BRITA • PEDRA BRUTA • TIJOLOS

3234.7530 / 98708.3312

BENEFÍCIOS NEGADOS?

Fale com Advogados especialistas em INSS, Aposentadorias, Auxílio Doença, Benefício aos Idosos/Deficientes, Revisões. Rua Celso Magalhães, 639, loja 3 - Centro de São Luís (próximo ao Ginásio Costa Rodrigues).

98 3302-9934/98477-3886

A VOLTA DO BALÃO MÁGICO SERÁ DIA 2 DE JUNHO, EM SÃO PAULO

A edição 2018 do Milkshake Festival trará o retorno do Balão Mágico com a primeira formação. Simony, Mike e Tob estarão juntos no palco da Arena Anhembi, em São Paulo, no dia 2 de junho. Uma das maiores sensações dos anos 1980, o grupo vendeu mais de 12 milhões de cópias de seus discos e chegou a comandar um programa diário na TV Globo. O encontro celebra 35 anos de sua criação e a turnê comemorativa passará pelas principais capitais. No próximo dia 20, o trio gravará o programa "Altas Horas", de Serginho Groisman, para anunciar as novidades.

**TV RECORD É CONDENADA A RETRATAÇÃO APÓS OFENSAS ÀS RELIGIÕES AFRICANAS**

O Tribunal Regional Federal de São Paulo negou um recurso pedido pela TV Record e condenou as emissoras da rede a cumprirem a decisão do direito de resposta das religiões afro-brasileiras que se sentiram ofendidas com conteúdos exibidos na programação do canal. Na ocasião, foi dito que sacerdotes seriam pais e mães de encosto e de demônio. Por conta disso, a Justiça ordenou que a emissora do bispo Edir Macedo veicule cerca de 16 horas de programação com mensagens positivas e informativas sobre cultura e religiões de matriz africana.



dos

NOVELAS**▶ MALHAÇÃO**

GLOBO

Malhação: Vidas Brasileiras
Rosália vende um vaso da casa de Isadora para comprar comida. Gabriela conversa com Garoto na frente da escola. Alex sente ciúmes de Maria Alice e Leandro. Pérola fica magoada ao ser dispensada por Alex. Pérola acusa Rosália de roubar Isadora. Kavaco se declara para Amanda e a beija. Talíssia afirma a Simone que Valentina será iniciada em sua religião, apesar das ameaças de Jorge. Pérola pede perdão a Rosália. Isadora propõe vender mais objetos de sua casa. Simone revela a Gabriela que Talíssia foi agredida.

▶ DEUS SALVE O REI

GLOBO

Catarina convence Rodolfo a convidar Virgílio para trabalhar como conselheiro no reino. Diana não gosta de ser vigiada por Lucíola. Afonso, Levi e Amália conseguem fugir de Delano. Rodolfo vende títulos de nobreza para arrecadar fundos para o castelo. Matilda diz a Lupércio que Rodolfo revogou a proibição das reuniões públicas. Glória fica frustrada com a falta de atenção de Osiel à aparência. Ulisses aproveita a ausência de Brumela para liderar a equipe da cozinha do castelo. Rodolfo pede a Betânia que parabeneze Ulisses pelo jantar.

▶ ORGULHO & PAIXÃO

GLOBO

Susana garante a Petúlia que impedirá o encontro entre Darcy e Elisabeta. O artista Januário desenha Darcy no hospital. Uirapuru beija Lídia e propõe um romance secreto entre os dois. Brandão confronta Uirapuru, que ofende o coronel. Jorge beija Amélia, que desmaia em seus braços. Há um problema na estrada para São Paulo e Ema e Susana interrompem a viagem. Amélia revela a Jorge que sofre de uma doença rara. Darcy defende Januário, que estava sendo expulso do hospital. Susana e Petúlia sabotam o carro de Ema. Rômulo se explica a Cecília e os dois reatam o noivado.

▶ O OUTRO LADO DO PARAÍSO

GLOBO

Mercedes afirma que Xodó deve contar o que sabe a Gael. Samuel flerta com um entregador de pizza e Suzy e Adinéia se incomodam. Raquel marca um encontro com Bruno e Odair provoca o rapaz. Nádia se decepciona com a performance de Odair. Amaro faz a cirurgia e Estela torce para que ele recupere a visão. Gael desconfia da proximidade entre Sophia e Zé Victor. Zé Victor ameaça Sophia. Mercedes desenvolve o dom de Cleo, que começa a ouvir as mesmas vozes que a avó. Xodó pede para conversar com Gael. Lívia conta para Tomaz sobre sua gravidez.





Garanta seu lugar no MERCADO DE TRABALHO!

CURSOS DE QUALIFICAÇÃO

- ✔ Mecânica de Motocicletas
- ✔ Mecânica Automotiva
- ✔ Mecânica de Refrigeração
- ✔ Manutenção de Notebooks
- ✔ Manutenção de Equip. Eletrônicos

CURSOS TÉCNICOS

- ✔ Eletromecânica
- ✔ Eletrônica
- ✔ Informática
- ✔ Eletrotécnica
- ✔ Mecatrônica

📍 Rua Padre Antônio Vieira – 37 – Cohab Anil IV (atrás do Terminal da Cohab)



(98) 4009-7000
www.netcom-ma.com.br

DADO DOLABELLA É SOLTO DEPOIS DE 2 MESES NA PRISÃO

O ator Dado Dolabella foi solto após permanecer 60 dias preso no 33º Distrito Policial de Pirituba, em São Paulo, por não pagar pensão alimentícia para um dos seus filhos.

O famoso foi detido no dia 5 de fevereiro. Segundo a polícia informou para o portal "G1", o artista deve R\$ 196 mil para sua ex-mulher, Fabiana. Apesar da liberdade, outro mandado de prisão em nome de Dado já foi expedido. A juíza Ana Paula Delduque do 3º Juizado da Violência Doméstica em Jacarepaguá, no Rio de Janeiro, revogou os termos de condicional e expediu no fim de fevereiro um novo termo de prisão para Dado por outro crime.

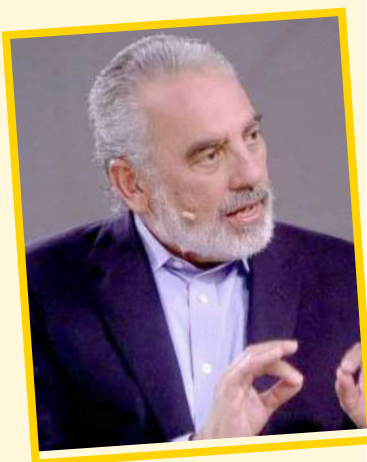
FOTO/REPRODUÇÃO/INSTAGRAM

**Aos 41 anos, Ticiane Pinheiro esbanja charme e boa forma**

O tempo passa, mas Ticiane Pinheiro continua esbanjando charme e boa forma por aí. Aos 41 anos de idade, a apresentadora da Record apareceu na web de lingerie e surpreendeu os seus seguidores. A âncora do programa matinal "Hoje em Dia" posou para um catálogo de moda íntima e se destacou ao exibir o corpão em seu Instagram oficial. "Minha nova coleção, tudo tão lindo", postou a loira que recebeu inúmeras curtidas na rede social.

**TONICO PEREIRA PEDE PARA SAIR DA GLOBO**

A Globo acaba de perder um dos nomes mais tradicionais e representativos de seu núcleo de jornalismo. Após 37 anos de casa, Tônico Ferreira decidiu pedir demissão da emissora carioca. O desligamento do jornalista foi confirmado pelo diretor-geral de jornalismo e esportes da Globo, Ali Kamel, em comunicado oficial. De acordo com ele, o contrato de Tônico com a família Marinho se estenderia originalmente até 2020, mas será rescindido a pedido do próprio comunicador, que, com 70 anos de idade e 50 de carreira, deseja se aposentar a fim de ter mais tempo para se dedicar à família, ao lazer e aos estudos. "Doeu, mas não pude dizer não. Ninguém resiste ao Tônico. Não é à toa que sempre há uma roda de colegas em volta dele, quando está na redação. E não apenas para ouvir sua análise sem paixões dos assuntos da política, do sobe e desce da economia e da vida brasileira", afirmou Kamel.

**SEU SIGNO DE HOJE**

ÁRIES - Hoje, você corre perigo de romper com alguma pessoa de sua amizade. Evite a pressa, ao realizar negócios, e não se precipite em seu campo profissional. Êxito amoroso e sentimental. Portanto, o momento é excelente para novos contatos, que podem mudar os rumos de sua vida.

TOURO - Como nativo de um signo firme e paciente procure associar seus pensamentos ao idealismo e sonhos com pessoas realmente amigas que conseguirá realizar o que pretende. Evite atitudes de submissão. Você vai repassar para as pessoas, uma grande intensidade, charme e outros atrativos que as pessoas procuram uma nas outras.

GÊMEOS - Período muito bom para você. Tendeência a se entender perfeitamente com sua família e com seus superiores e colegas de trabalho e lucrará bastante se poupar seu dinheiro. Pode realizar negócios.

CÂNCER - Período favorável para receber benefícios de parentes e do cônjuge e para progredir no trabalho e no plano material. A disposição mental será muito boa, e o trato com pessoas de posição lhe trará prosperidade. Indicações que o período será muito feliz com relação aos seus sentimentos com pessoas do sexo oposto.

LEÃO - Disposição tranquila e excelente estado mental para entabular novas coisas visando sua melhora geral. A elevação da personalidade será o ponto máximo de seu sucesso. Você também tende a sentir-se atraído por questões secundárias, principalmente aquelas que constituem um empecilho para o seu progresso.

VIRGEM - Vida tranquila e feliz ao lado dos familiares e da pessoa amada você terá hoje. O trabalho lhe trará satisfação e os negócios tendem a render bons lucros. Favorável para poupar o seu dinheiro.

LIBRA - Faça de tudo hoje, para melhorar suas condições sociais, amorosas profissionais e financeiras. Mas tudo dentro de um sentido honesto e inteligente. Estão favorecidos os contatos pessoais. Boa influência para a compra e venda de propriedades, e para cuidar da sua saúde.

ESCORPIÃO - Assuntos econômicos o aborrecerão logo as primeiras horas deste dia. Mas não se aborreça, pois a tarde terá ótimas chances de colocar tudo em ordem.

SAGITÁRIO - Dia dos mais indicados para iniciar a melhoria da aparência de sua casa, tais como nova decoração e reformas. Fará ótimas amizades, mas não confie demais em estranhos. Sucesso junto ao sexo oposto. Em relação ao amor, use da sinceridade e franqueza para acertar junto à pessoa amada.

CAPRICÓRNIO - Continue se esforçando no campo profissional, pois espetaculares serão as chances de elevação matéria. Bons negócios em vista e excelente influência astral para a vida sentimental e amorosa. Alguns obstáculos poderão se apresentar, todavia, nada conseguirá demovê-lo [a] de seus propósitos, e no final, quem lucrará será você.

AQUÁRIO - Muito boa influência para cuidar de sua beleza física e para submeter-se a operações plásticas. A saúde está melhorando bastante, bem como as chances de progresso financeiro e profissional. Se você está ligado às profissões voltadas ao intelecto passará por um período gratificante.

PEIXES - Os excessos de prazer, de bebidas alcoólicas, alimentos gordurosos e as questões extraconjugais poderão lhe complicar física e moralmente neste dia. Não saia da rotina, fale pouco e escute mais. Provável surgir uma oportunidade para uma viagem inesperada.

RECEITA - MACARRÃO COM MOLHO DE REQUEIJÃO E MAIONESE**INGREDIENTES:**

200 gramas de macarrão de sua preferência
2 colheres (sopa) de azeite
1/2 cebola
1/2 pimentão amarelo
1/2 xícara (chá) de ervilha
1/2 xícara (chá) de creme de leite fresco
100 gramas de requeijão
2 colheres (sopa) de maionese
50 gramas de presunto
Queijo parmesão ralado para polvilhar

**MODO DE PREPARO:**

- 1 - Encha uma panela com 2 litros de água e leve para levantar fervura. Acrescente sal.
- 2 - Assim que a água ferver, acrescente o macarrão e deixe cozinhar por aproximadamente 8 minutos.
- 3 - Enquanto isso, é hora de preparar o molho!
- 4 - Para isso, aqueça uma frigideira com o azeite até ficar bem quente, mas com cuidado para não queimar.
- 5 - Adicione a cebola picadinha e refogue em fogo médio até dourar.
- 6 - Em seguida, acrescente o creme de leite fresco, o pimentão cortado em cubinhos, o requeijão, a maionese, a ervilha e o presunto. Misture bem e abaixe o fogo.
- 7 - Diminua o fogo e deixe levantar fervura.
- 8 - Escorra o macarrão e acrescente-o à frigideira com o molho.
- 9 - Misture para bem e sirva.
- 10 - Não se esqueça de salpicar o queijo parmesão ralado na hora de servir!

DICAS - COMO ESCOLHER CARNE

Preste atenção - O cheiro forte e a coloração mais acinzentada podem ser sinais de que essa carne não está boa. Além disso, não deixe de verificar a textura: se ao apertar a carne ela não voltar ao seu estado normal, isso é um sinal de que ela não está fresca.

Carne de bandeja ou direto no açougue? - É necessário ter uma atenção especial às informações da etiqueta das carnes de bandeja? reparar desde quando estão ali, a data da validade, qual o corte e até mesmo reparar se os pedaços de carne suculentos que estão por cima não estão escondendo pedaços gordurosos, com nervos e de outros cortes por baixo.

Fique atento ao corte - São tantos tipos de corte de carne que fica difícil saber qual a diferença entre eles e qual é melhor para cada tipo de prato. Existem umas mais gordurosas, outras menos, umas mais macias, outras nem tanto... Ou seja: detalhes característicos do próprio corte? e não um sinal de que a sua carne esteja possivelmente estragada ou "dura demais".

De olho na gordura - A gordura possui um tom amarelo claro em carnes frescas. Alguns cortes como picanha, costela e maminha têm uma camada de gordura que confere maciez e suculência à carne durante seu preparo.

Sebo? Aqui não! - Se a carne estiver com sebo, peça para o açougueiro removê-lo praticamente por inteiro. Geralmente o seu tom é esbranquiçado. Diferentemente da gordura, o sebo não confere maciez à carne. Além do sebo, outros elementos como hematomas, coágulos, ossos e cartilagens devem ser descartados.

PIADA**PROBLEMA DE HEMORROIDAS**

- A mulher vai a um curandeiro, com um grave problema de hemorroidas.
- A senhora faz o seguinte — explica o curandeiro: — Pega um anel de ouro, esfrega numa lixa e passa o pozinho sobre as hemorroidas...
 - Mas isso vai me curar? — pergunta ela, cética.
 - Se vai curar eu não sei, mas o seu cu vai ficar uma joia!

UM CHEGA E OUTRO SAI

Presidente do Sampaio Corrêa anuncia retorno do volante Diego Silva e desligamento de Yuri

O volante Diego Silva está de volta ao Sampaio Corrêa. O presidente Sérgio Frota anunciou o retorno do jogador, após deixar o clube no fim do ano passado no meio de uma turbulenta confusão.

O cartola não viu empecilho em repatriá-lo após seu desligamento do Atlético-GO. "Trata-se de um grande jogador, que nos ajudou bastante no acesso, e tem tudo para ser muito útil novamente. Não penso no que passou, os muitos anos no futebol me ensinaram a passar por cima de certos pormenores. O importante é pensar no que for melhor para o Sampaio", afirmou o presidente boliviano.

Diego Silva deve chegar a São Luís no início desta semana para passar pelos exames de rotina e ser apresentado.



DIEGO SILVA RETORNA AO SAMPAIO APÓS SAÍDA TURBULENTA DO CLUBE

Volante é desligado do Tubarão

Além do retorno de Diego Silva, o presidente Frota fez outro anúncio. O volante Yuri (foto) saiu da equipe. De acordo com informações, o próprio atleta pediu para sair do Sampaio. "O Yuri teve uma conversa muito franca comigo, revelou ter uma proposta, e acabamos chegando a um entendimento. Queria que ele continuasse, pois trata-se de um ótimo profissional, mas têm certas circunstâncias que não se pode lutar contra. A vida segue e iremos em breve anunciar mais alguns jogadores para reforçar o elenco", frisou.



► FIM DE SEMANA

Rafael Suzuki fica em 8º na 2ª etapa da Stock Car

Nada como um dia após o outro! Dessa forma, Rafael Suzuki pode definir o desenrolar da 2ª etapa da Stock Car, disputada em Curitiba no último fim de semana, com um desfecho muito positivo. O piloto da Hot Car Bardahl fez uma grande largada, ganhando 16 posições antes da primeira curva, e comemorou um 10º e um 6º lugar na rodada dupla, além da pole position na corrida 2 - pela regra de inversão do grid. Com esses resultados, Suzuki sai da capital paranaense com o 8º lugar na classificação geral do campeonato entre os 33 pilotos do grid.

Depois de começar o fim de semana com o 3º e o 10º lugar nos treinos livres da última sexta-feira, a classificação não saiu como o esperado para Suzuki no sábado. Uma

bandeira vermelha interrompeu a tomada de tempos de seu grupo quando ele começaria a marcar voltas rápidas, acabando com as chances de uma boa posição de largada.

Em 26º no grid, Suzuki foi pra cima na largada da Corrida 1 e já fechou a primeira volta em 10º. O piloto do carro #8 mostrou bom ritmo durante toda a prova, mas voltou em 12º após o pit-stop, já que a equipe optou por um maior tempo de abastecimento neste prova. Um incidente com dois pilotos à sua frente fez com que a prova terminasse com o safety-car.

Rafael garantiu o 10º lugar e partiu da pole position para a Corrida 2. O piloto perdeu algumas posições na largada, mas manteve boa velocidade para andar entre os primeiros e cruzar a linha de chegada

em 6º lugar.

Na primeira prova, a vitória ficou com Felipe Fraga e, na segunda, Lucas di Grassi foi o vencedor.

Nas três corridas de 2018, Suzuki ficou no top-10 e está em 8º no campeonato, com 20 pontos, entre os 33 pilotos do grid. "Saio daqui com 15 pontos e, considerando de onde largamos, estar em 8º no campeonato é um objetivo alcançado. Agora é trabalhar, porque não é fácil estar entre os 10 primeiros na Stock Car. Mas tem sido um ano muito bom e tenho certeza que temos muito a crescer", completou Suzuki.

A 3ª etapa da Stock Car acontece entre os dias 20 e 22 de abril, no circuito do Velopark, em Nova Santa Rita, no Rio Grande do Sul.

OS 10 PRIMEIROS COLOCADOS - CORRIDA 1:

1. 88 Felipe Fraga (Cimed Racing)
2. 29 Daniel Serra (Eurofarma RC)
3. 65 Max Wilson (Eurofarma RC)
4. 4 Julio Campos (Prati-Donaduzzi)
5. 83 Gabriel Casagrande (Vogel Motorsport)
6. 11 Lucas di Grassi (Hero Motorsport)
7. 0 Cacá Bueno (Cimed Racing)
8. 30 Cesar Ramos (Blau Motorsport)
9. 80 Marcos Gomes (Cimed Racing)
10. 8 Rafael Suzuki (Bardahl Hot Car)

OS 10 PRIMEIROS COLOCADOS - CORRIDA 2:

1. 11 Lucas di Grassi (Hero Motorsport)
2. 0 Cacá Bueno (Cimed Racing)
3. 83 Gabriel Casagrande (Vogel Motorsport)
4. 111 Rubens Barrichello (Full Time)
5. 1 Antonio Pizzonia (Prati-Donaduzzi)
6. 8 Rafael Suzuki (Bardahl Hot Car)
7. 46 Vitor Genz (Eisenbahn Racing Team)
8. 10 Ricardo Zonta (Shell V-Power)
9. 21 Thiago Camilo (Ipiranga Racing)
10. 29 Daniel Serra (Eurofarma RC)

CLASSIFICAÇÃO DO CAMPEONATO (TOP-10 ENTRE 33 PILOTOS):

1. D. Serra 49 pontos
2. L. di Grassi 35
3. R. Barrichello 32
4. M. Wilson 32
5. G. Casagrande 31
6. F. Fraga 30
7. C. Bueno 30
8. Rafael Suzuki 20
9. J. Campos 19
10. Ricardo Zonta 17

TRATAR E CURAR AFTA

Curar rapidamente essas lesões na boca ou na língua é o desejo de muitas pessoas. Saiba como evitar a afta e suas complicações

As aftas são feridas em geral dolorosas que se formam na parte interna da boca e costumam se desenvolver a partir de pequenas lesões já existentes. Na tentativa de sarar o local, células de defesa migram até ali e acabam despertando uma reação inflamatória exagerada — daí o inchaço e a dor.

As aftas são mais comuns na área interna das bochechas, na língua ou na porção logo abaixo dela. Sua característica mais notável é a cobertura úmida e branca no topo da ferida.

Existem dois tipos do problema. A chamada afta menor responde por 90% dos casos, é pequena (de 2 a 8 milímetros) e dura até duas semanas. Já a afta maior, menos incidente, mede pelo menos 1 centímetro e pode demorar até dois meses para ir embora.

Ainda não se decifrou muito bem a origem das aftas nem por que elas pipocam com frequência em algumas pessoas e raras vezes em outras. Acredita-se que o estado da imunidade e a acidez excessiva na boca contribuem para o seu aparecimento.

SINAIS E SINTOMAS

- Ardor no local
- Coceira no local
- Vermelhidão
- Dor no local

FATORES DE RISCO

- Condimentos em excesso na comida
- Ingestão exagerada de refrigerantes
- Hábito de mastigar objetos, como pontas de lápis ou caneta
- Estresse e ansiedade
- Distúrbios imunológicos
- Deficiência de nutrientes como vitamina B12, ácido fólico e ferro
- Má higiene bucal
- Problemas gastrointestinais
- Predisposição genética



Herpes labial

Aftas

A prevenção

É difícil estabelecer uma estratégia 100% certa para evitar a recorrência das aftas, mas medidas como zelar por uma alimentação balanceada, pela imunidade e pela higiene bucal garantem maior proteção contra as feridas. Experts também aconselham investir em fontes de vitaminas B e ferro (como folhas verdes escuras) na dieta, uma vez que esses nutrientes resguardam a mucosa interna da boca. Corrigir eventuais problemas gástricos também permite impedir a reincidência dessas lesões dolorosas.

O diagnóstico

Um simples exame físico no dentista ou no médico dá a certeza de que se trata de afta. Quando o problema demora a ir embora, aparece com frequência ou leva a complicações, como infecções por bactérias, recomenda-se procurar apoio especializado. A avaliação clínica é importante para vasculhar se existe algum distúrbio (imunológico, digestivo...) por trás das aftas.

O tratamento

A afta tende a desaparecer sozinha depois de duas semanas em média. Mas, se houver desconforto demais, um especialista poderá prescrever pomadas analgésicas e anti-inflamatórias ou até mesmo medicamentos de uso oral. Bochechos com própolis também funcionam, mas como paliativo. Já o bicarbonato de sódio, além de ineficaz, é capaz de fazer a afta evoluir para uma queimadura. Atualmente, em casos mais agressivos, dentistas chegam inclusive a aplicar raios laser de baixa potência na lesão para acelerar a recuperação e a cicatrização.



PALAVRAS CRUZADAS

Dirigiu a Filarmônica de Berlim	A interpretação de textos religiosos	Cidade do Egito em que começaram as manifestações que levaram à derrubada de Mohamed Morsi	Traje como o kilt	Estado brasileiro fronteiriço à Guiana	Fruto da elevação brutal dos preços do petróleo decidida pela Opep em 1973
"Inimiga" das Artes nos Anos de Chumbo	Suporte de reletores teatrais (pl.)	Ruth Landes, etnóloga	Árvore muito resistente à poluição	Artigo definido feminino singular	Utensílio para moer farinha de mandioca
Bairro de minorias raciais ou sociais		O primeiro canal de TV do Brasil		Principal, em inglês, jogo de cassino	Medida equivalente a 30,48 cm
Sobrinha, em inglês	Conjunção alternativa	(?) de máscaras, evento carnavalesco	Objeto de estudo da Nefrologia (Med.)	"Libertas que sera (?)", lema da Conjuração Mineira (Hist.)	Neveiro típico de Londres
Liquidar a (?): saldar compromisso		Em um tempo passado			Mente, em inglês
Grupo de rock progressivo brasileiro					
Ordem publicada em anúncios	Gelo, em inglês	Organização como o Viva Rio		1.003, em romanos	Alcoólicos Anônimos (sigla)
					Nino Cerruti, estilista italiano
Corpo (?): Excessivos professores de uma escola	Excessivamente apegada ao dinheiro				

C	R	T	E	E	N	A	R	A	S	A	I	T	I	C	A	M	T	E	E	
C	R	A	I	T	I	C	A	M	T	E	E	N	A	R	A	S	A	I	T	I
H	E	N	S	U	R	A	O	R	A	S	A	I	T	I	C	A	M	T	E	E
C	E	R	A	M	B	I	A	O	R	A	S	A	I	T	I	C	A	M	T	E
G	A	M	B	I	A	O	R	A	S	A	I	T	I	C	A	M	T	E	E	
G	U	E	T	O	U	P	E	N	I	C	E	M	A	I	L	E				
N	O	U	E	B	A	I	L	E												
F	A	T	U	R	A	B	A	I	L	E										
B	A	C	A	M	A	R	T	E	E											
A	N	A	A	M	T	E	E													
E	D	I	T	O	M	I	I													
D	O	C	E	N	T	E	I	N	C											
E	S	G	A	N	A	D	A													

aQui
MA

ESSE SABE O QUE É SER LIDER

TOCOS OS DIAS O JORNAL MAS LIDO DO MARANHÃO.
LIGUE AGORA 3212.2030 E ANUNCIE

TRAGÉDIA E MORTES

Colisão entre motos deixa duas vítimas no Maranhão. Com o impacto, as vítimas morreram no local do acidente

Uma tragédia foi registrada na MA-122, entre os municípios de Davinópolis e Imperatriz. Um grave acidente deixou duas pessoas mortas.

De acordo com informações, as vítimas, que foram identificadas como Thais Ribeiro Sá e Odílio Oliveira Torres, estavam em motocicletas, cada um, e acabaram colidindo frontalmente.

Equipes do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (Samu) foram acionadas, mas as vítimas já estavam mortas.

Uma terceira pessoa ficou ferida e foi socorrida. Os corpos dos mortos foram levados para o Instituto Médico Legal (IML) de Imperatriz.



AS VÍTIMAS ESTAVAM PILOTANDO MOTOS E BATERAM DE FRENTE, MORRENDO NO LOCAL

▶ **EM CANA!**

“Tuntum” é preso de novo dentro de Pedrinhas

A Polícia Civil do Maranhão, por meio da Delegacia de Roubos e Furtos (DRF), conseguiu cumprir mandado de prisão preventiva contra Marcos Freitas da Silva, mais conhecido por “Tuntum”.

Segundo o delegado Thiago Dantas, Tuntum foi identificado como um dos autores de dois crimes de roubo a residência, ocorridos nos dias 6 e 10 de

janeiro do ano de 2017, no bairro do Araçagi, em São José de Ribamar, na região metropolitana de São Luís.

O mandado de prisão de Marcos da Silva foi cumprido nas dependências do Complexo Penitenciário de Pedrinhas, onde permanece preso. Vale ressaltar que no ano de 2017 o homem foi preso pela DRF como sendo autor de diversos crimes de roubo a residência.

▶ **BACABEIRA**

Homem é suspeito de tentar arrombar casa

A Polícia Militar prendeu uma pessoa suspeita de arrombar uma residência em Bacabaeira, na localidade Peris de Baixo. O suspeito, identificado como Adriano Duarte Mendes, de 32 anos, teria invadido uma residência, e a dona da casa pediu apoio policial.

Ela informou que uma pessoa havia tentado adentrar sua residência pelo telhado. A mulher disse ainda que, após

o homem perceber que populares tinham visto sua tentativa de invadir a casa, ele tentou fugir, mas foi contido e amarrado pela população para ser entregue à polícia.

A guarnição foi ao local, onde constatou a veracidade da informação. O telhado da residência estava quebrado. Diante dos fatos, o suspeito foi conduzido e apresentado na Delegacia na cidade de Bacabaeira.



O SUSPEITO FOI DETIDO E AMARRADO PELA POPULAÇÃO



“TUNTUM” FOI IDENTIFICADO COMO UM DOS AUTORES DE DOIS CRIMES DE ROUBO A RESIDÊNCIA