

APRENDA A TRATAR E EVITAR UNHA ENCRAVADA

GERAL 7

SÉRIE B
KLÉBER
GLADIADOR NÃO
ENFRENTA O
SAMPAIO CORRÊA
ESPORTES 6

São Luís, quinta-feira, 12/4/2018 n° 2.996

aqui
MA

9 772 238 37 61 89

CAPITAL
R\$ 0,50



TAINÁ
MÜLLER

ATRIZ É TÃO
PERFEITA
QUE REVISTA
NÃO USOU
PHOTOSHOP

► TE CONTEI? 5

BAIRRO DE FÁTIMA

SUSPEITO É BALEADO

EM ASSALTO

Homem é baleado durante assalto, no Bairro de Fátima. O rapaz foi socorrido e encaminhado para o Hospital Djalma Marques, Socorrão I

POLÍCIA 8



REFORÇO NA SAÚDE

PREFEITO
EDIVALDO ENTREGA
AMBULÂNCIAS
PARA O SAMU

CIDADES 2



99188.8267



3212.2010 / 3212.2015 / 3212. 2008 / 3212. 2047



oimparcialonline@gmail.com

LIGUE, DENUNCIE,
ENVIE VÍDEOS

SAMU REFORÇADO

Prefeito Edivaldo entrega 10 novas ambulâncias para o atendimento móvel de urgência na capital. O gestor municipal frisou os avanços de sua gestão na área da saúde, bem como os avanços no Samu

O prefeito Edivaldo entregou 10 novas ambulâncias para reforçar o Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (Samu), em São Luís. Com a renovação da frota, o município visa proporcionar mais agilidade, garantir maior eficácia no serviço prestado e redução do tempo-reposta às chamadas feitas pela população. Acompanhado da primeira-dama Camila Holanda, do vice-prefeito Júlio Pinheiro e do secretário municipal de Saúde, Lula Fylho, o prefeito entregou as chaves das novas ambulâncias em cerimônia realizada em frente ao Palácio de La Ravardière. "Melhorar o atendimento móvel prestado pelo Samu significa empreender esforços pela vida humana, o mais importante de tudo. Com a entrega dessas ambulâncias, avançamos significativamente na melhoria do atendimento prestado por esse importante serviço. No início da nossa gestão, encontramos apenas duas ambulâncias do Samu funcionando, o que provocava um grande gargalo no atendimento móvel na nossa cidade e deixava a população à mercê de um serviço deficitário e lento. Além disso, melhoramos também toda a estrutura de atendimento do Samu, aprimorando desde o recebimento das chamadas, o deslocamento das equipes e o atendimento médico socorrista que é prestado por profissionais altamente qualificados. Sem dúvida, temos hoje uma nova realidade na área",



OS BAIRROS CONTEMPLADOS COM O PROGRAMA SÃO AQUELES CONSIDERADOS DE ALTO ÍNDICE DE INSEGURANÇA ALIMENTAR

afirmou o prefeito Edivaldo.

O processo de ampliação do atendimento do Samu atende à política de reestruturação da rede municipal da área, determinada pelo prefeito Edivaldo. O secretário municipal de Saúde, Lula Fylho, informou que os veículos novos vão reforçar o serviço prestado à comunidade nas ocorrências básicas de urgência da capital, somando esforços ao atendimento prestado pelas ambulâncias de suporte avançado do Samu. "A meta é reduzir para cerca de 30 a 40 minutos o tempo de atendimento às chamadas da população", disse o secretário. No ano passado, o serviço mais de 16 mil atendimentos. As novas ambulâncias são resultado da parceria entre a Prefeitura de São Luís e o Ministério da Saúde.

As ambulâncias entregues serão disponibilizadas nas cinco bases descentralizadas, situadas nos bairros São Bernardo, Maracanã, Anjo da Guarda, Vila Vicente Fialho, Ci-

dade Olímpica, além da base principal no Filipinho, cumprindo integralmente o protocolo do Ministério da Saúde que regulamenta os serviços de urgência e emergência. Ao descentralizar as bases do Samu, a gestão municipal diminui o tempo de resposta às ocorrências, pois estão instaladas em pontos considerados estratégicos que permitam uma abrangência maior do atendimento das ocorrências e no menor tempo possível.

A frota do Samu conta ainda com duas motolâncias e um veículo de intervenção rápida, para realizarem o socorro mais imediato aos pacientes com problemas que requerem imediata intervenção, como nos casos de insuficiência respiratória grave ou infarto, por exemplo. Para solicitar atendimento do Samu basta ligar para número 192. Ao ligar, o interlocutor deve responder as perguntas dos atendentes que estão de plantão 24 horas.

▷ CAPACITAÇÃO

Inscrições abertas para cursos no lema do Itaqui-Bacanga

O Governo do Maranhão, por meio do Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Maranhão (lema), lançou edital número nº 07 de 11/04/2018 referente aos cursos técnicos subsequentes de vulcanização e técnico em segurança do trabalho em parceria com a Vale. As inscrições acontecem no período de 13 de maio a 28 de junho, por meio do site do lema. Interessados devem ter concluído o ensino médio e ter 18 anos completo.

O resultado final com os nomes dos selecionados será divulgado dia 28 de junho e as matrículas serão realizadas no período de 2 a 6 de julho. Os cursos serão ministrados na modalidade presencial, a partir do segundo semestre. As aulas acontecerão no turno da noite, na unidade plena Itaqui-Bacanga, localizada na Rua da Estrela, Vila Embratel. "Esse é um compromisso do lema com a Vale. O Instituto se comprometeu em ofertar esses dois cursos para atender à demanda noturna por formação técnica. O lema foi claramente criado com esse objetivo e agora nós iniciamos essa

experiência de oferta de curso técnico de nível médio noturno em uma unidade plena. Acredito que vai beneficiar muitas pessoas que trabalham durante o dia e desejam retomar os estudos durante a noite", frisou o reitor do lema, Jhonatan Almada.

O diretor de ensino do lema, Elinaldo Silva, convida todos os interessados que atendem os pré-requisitos e tenham concluído o Ensino Médio a acessar o site do lema e realizar a inscrição. "Convidamos todos os interessados que desejam ter uma formação técnica que se inscrevam e participem do processo seletivo. É uma oportunidade para a qualificação profissional."



Acredito que vai beneficiar muitas pessoas que trabalham durante o dia e desejam retomar os estudos durante a noite

Jhonatan Almada



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

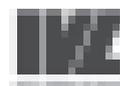
Classificados: 3212-2087
Seja um vendedor: 3212-2071

Geral: aqui-ma@oimparcial.com.br

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

Twitter: @imparcialonline
Instagram: @oimparcial

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



2.112 VAGAS

Secretaria de Estado da Educação (Seduc) divulga concurso público com mais de 2 mil vagas

A Secretaria de Estado da Educação (Seduc) do Pará anunciou Concurso Público para provimento de cargos efetivos na carreira de Magistério da Educação Básica da rede pública.

O certame que tem validade de um ano será composto por: Provas objetivas, previstas para o dia 3 de junho de 2018, discursiva e avaliação dos títulos, como mostra o edital de abertura disponibilizado em nossa página eletrônica. Prepare-se para os exames com o apoio das apostilas digitais elaboradas de acordo com os principais assuntos solicitador por este órgão.

No total são disponibilizadas 2.112 vagas em que os contratados devem exercer a função em jornadas de 20,

30 ou 40 horas semanais mediante salário que varia entre R\$ 963,81 a R\$ 1.927,37, além de gratificação e auxílio-alimentação. Mediante pagamento de taxa no valor de R\$ 74,80 as inscrições podem ser realizadas até o dia 2 de maio do mesmo ano, por meio do endereço eletrônico www.consulplan.net.

As oportunidades aqui citadas estão distribuídas nos municípios que compõem as Unidades Regionais de Educação - URE de Bragança, Cametá, Abaetetuba, Marabá, Santarém, Monte Alegre, Óbidos, Castanhal, Maracanã, Altamira, Santa Izabel do Pará, Itaituba, Breves, Capanema, Conceição do Araguaia, Tucuruí, Capitão Poço, Mão do Rio, Belém e Região das Ilhas.

OPORTUNIDADES

Há oportunidades para docentes com diploma de nível superior nas seguintes áreas:

- Artes (136)
- Biologia (24)
- Educação Física (23)
- Filosofia (103)
- Física (39)
- Geografia (101)
- História (98)
- Inglês (193)
- Português (540)
- Matemática (731)
- Química (35)
- Sociologia (89)

▶ TOCANTINS

Polícia Militar tem dois concursos suspensos

A Polícia Militar do Estado do Tocantins (PM-TO) informa a todos que os dois concursos públicos, para o Curso de Formação de Soldados - CFSD e Curso de Formação de Oficiais - CFO, estão suspensos. O ato

suspensivo dos certames que somam 1.040 vagas cumpre a determinação do Tribunal de Justiça do Estado do Tocantins. Em breve deverão ser divulgadas novas publicações para os candidatos.

▶ NÃO PERCA!

Campos Sales-CE oferece 249 postos de trabalho

Foi publicado o edital retificado do concurso público oferecido pela Prefeitura de Campos Sales, no Estado do Ceará, a fim de prover 249 vagas disponíveis com os cargos nas seguintes escolaridades:

- Nível Fundamental: Motorista Categoria - B (8) e Motorista Categoria - D (11);

- Nível Médio/ Técnico: Agente Administrativo (32); Agente Comunitário de Saúde (29); Agente de Endemias (7); Agente de Vigilância Sanitária (2); Cuidador Educação Especial (8); Guarda Municipal (12); Secretário Escolar (12); Técnico Agrícola (1); Técnico de Enfermagem Hospital (16); Técnico de Enfermagem PSF (7) e Técnico de Saúde Bucal (3);

- Nível Superior: Assistente Social (5); Cirurgia Dentista - PSF (1); Enfermeiro - PSF (7); Enfermeiro Hospital (1); Engenheiro Agrônomo (1); Farmacêutico (1); Fisioterapeuta (2); Fonoaudiólogo (1); Médico PSF (3); Médico Generalista Hospital (2); Médico Gineco-

logista (1); Médico Veterinário (1); Nutricionista (1); Professor Polivalente - Educação Infantil (8); Professor Polivalente - Fundamental I (35); Professor Fundamental II - Ciências (3); Professor Fundamental II - Geografia (3); Professor Fundamental II - História (4); Professor Fundamental II - Inglês (3); Professor Fundamental II - Língua Portuguesa (3); Professor Fundamental II - Matemática (6); Professor Fundamental II - Educação Física (3); Psicólogo (3) e Sociólogo (3).

Os contratados atuarão em jornadas de 20h a 40h semanais, com remuneração de R\$ 954,00 a R\$ 7.500,00.

As inscrições têm taxas nos valores de R\$ 70,00 a R\$ 130,00 e podem ser realizadas até o dia 29 de abril de 2018, exclusivamente via internet, pelo endereço eletrônico www.idib.org.br.

Válido por dois anos, o certame consistirá em aplicação de Prova Objetiva, prevista para o dia 3 de junho de 2018, além de Prova de Títulos.

▶ MARANHÃO

Prefeitura oferece salários de R\$ 3 mil em concurso

Concurso público destinado ao provimento de 9 vagas no quadro permanente é retificado pela Câmara Municipal de Capinzal do Norte - MA.

O quadro de vagas do edital foi retificado. Se você deseja obter mais informações, consulte o documento oficial em nosso site.

Este certame conta com oportunidades disponíveis

nos cargos de Advogado (1), Auxiliar de Serviços Gerais (2), Vigia (3), Agente Administrativo (1), Contador (1) e Secretária Executiva (1).

Aprovados receberão remuneração entre R\$ 954,00 e R\$ 3.000,00, por carga horária de 40h semanais.

Interessados em alguma destas vagas, que tenham escolaridade de Nível Fundamental a Superior,

podem se candidatar por meio do endereço eletrônico www.funvapi.com.br, até o dia 15 de abril de 2018. A taxa de participação tem valor entre R\$ 70,00 e R\$ 100,00.

Todos os inscritos neste concurso público, com validade de dois anos, serão submetidos à prova objetiva, com data prevista para o dia 20 de maio de 2018.

COMPRE SUA CARRADA DIRETO DE FÁBRICA!



Areia SUPER PROMOÇÃO
10 metros ~~RS 758,00~~ 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

CONTRATA-SE pessoas com ou sem experiência para varias funções (início imediato) devido abertura de novos setores.

Entregar currículos de quinta-feira a sábado em horário comercial na rua dos Craveiros 302 Centro entre o Bradesco e o Armazém Paraíba da Rua Grande.

Contrata-se pessoas para trabalhar com vendas externas, na área de confecções e cosméticos

E-mail: selecaoainteto@gmail.com

98858-8679

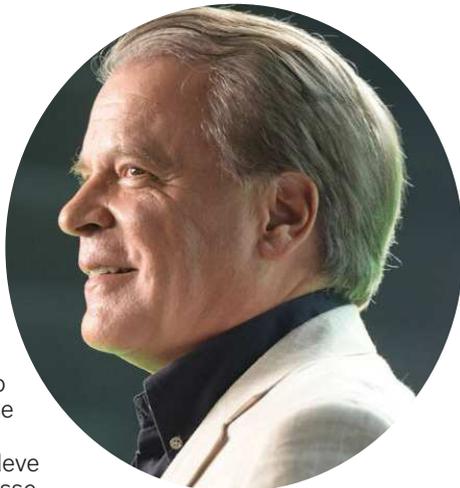
aQui MA

ESSE SABE O QUE É SER LIDER

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

DECLARAÇÃO DE CHICO PINHEIRO FAZ GLOBO ORIENTAR JORNALISTAS

Alguns dias depois de um áudio em que supostamente o jornalista Chico Pinheiro critica a prisão do ex-presidente Luiz Inácio Lula da Silva ter vazado na web, e Rede Globo resolveu orientar os jornalistas da emissora a não declarar preferências partidárias nas redes sociais. Segundo informações, um e-mail foi enviado a todos os profissionais do jornalismo, alertando que quando eles expressam publicamente as preferências políticas prejudicam a imagem da emissora. No e-mail, o diretor-geral de Jornalismo da Globo, Ali Kamel, pede que os profissionais tenham cuidado com o uso das redes sociais. "O maior patrimônio do jornalista é a isenção. Na vida privada, como cidadão, pode-se acreditar em qualquer tese, pode-se ter preferências partidárias, pode-se aderir a qualquer ideologia. Mas tudo isso deve ser posto de lado no trabalho jornalístico. É como agimos", disse.

**"O OUTRO LADO DO PARAÍSO": PATRICK DESMASCARA FABIANA**

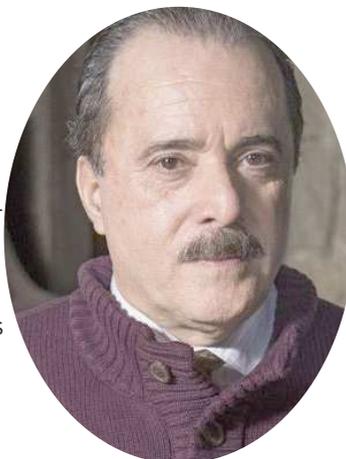
Patrick (Thiago Fragoso) conseguirá uma testemunha capaz de desmascarar Fabiana (Fernanda Rodrigues) na novela "O Outro Lado do Paraíso". Decidido a vencer o processo que a prima - não só unida como também casada com Renato (Rafael Cardoso) para se vingar - moveu para reaver a fortuna deixada como herança por Beatriz (Nathalia Timberg) para Clara (Bianca Bin), o advogado leva ao tribunal a diretora da clínica psiquiátrica, que atesta a sanidade mental da idosa e revela que sua neta pagava propina para deixá-la presa no local. Como consequência, a justiça volta atrás na decisão de bloquear os bens da milionária. De acordo com o colunista Daniel Castro, o julgamento do caso está previsto para ir ao ar na terceira semana de abril.

**GLÓRIA MARIA DISPARA: O RACISMO ESTÁ MUITO FORTE E O MUNDO ESTÁ UMA CHATICE**

A jornalista Glória Maria, 68, concedeu recentemente uma entrevista para um jornal em São Paulo e abriu o jogo sobre racismo e atualidades. Segundo ela, não é fácil viver no mundo de hoje em dia. "O racismo é muito mais forte hoje. Antes, era você com a sua voz e seu sentimento racista. Hoje, você tem como ampliar essa voz. Tem internet, rede social, informação que vem do outro lado do mundo", opinou a global. "O mundo hoje tá uma chatice. Se eu pudesse, nesses últimos 10 anos, teria dormido, me congelado e acordado na frente. Parece medieval, nada pode, agora você tem que estar se justificando o tempo todo", disparou ela.

TONY RAMOS NÃO TEM MEDO DE SER DEMITIDO DA GLOBO

O ator Tony Ramos, 69, conversou no início desta semana com a equipe do programa "TV Fama", da Rede TV!, e deu a opinião dele sobre as recentes demissões feitas pela Globo. Após o canal dispensar veteranos como Malu Mader, 51, Carolina Ferraz, 50, e Giulia Gam, 51, o famoso disse o que pensa sobre a atual política da casa de cortar despesas em seu casting de atores. "Olha, assim como houve demissões, houve contratações. A gente tem que tomar cuidado e ver o caso de cada um. Tenho tristeza, claro. São meus amigos!", declarou ele. Tony Ramos ainda garantiu que não teme em ter o seu contrato finalizado com a Globo. "Todos nós estamos sujeitos a isso. Não tenho medo, trabalho muito. Faço cinema, teatro, mas não penso nisso... A única coisa que posso dizer é que estou preparado", afirmou o artista.

**NOVELAS****▶ MALHAÇÃO**

GLOBO

Cabele repreende Jorge por se deixar envolver por Talíssia e exige que ele dê um fim na casa de Simone. Isadora provoca Ana com o sucesso de seu brechó. Getúlio deguz que o advogado o enganou e Érico se desespera. Maria Alice se afasta de Alex. Flora vende quadros para ajudar na limpeza do piano de Heitor e Tiço fica comovid. Rafael afirma a Érico que a ONG o ajudará com o caso de sua mãe. Alex impede que Leandro beije Maria Alice. Jorge compra um presente para Valentina. O terreiro de Simone e Talíssia é destruído pelos comparsas de Jorge.

▶ DEUS SALVE O REI

GLOBO

Amália desperta do transe. Rodolfo sente ciúmes do sucesso de Catarina junto ao povo. Brumela não aceita a ajuda de Ulisses para fazer o cordeiro pedido por Catarina. Afonso decide ir a Montemor para ter notícias da família de Amália. Catarina comunica a Lucíola que irá à casa da mandingueira. Brumela demite Ulisses. Afonso consegue chegar até a casa de Constância e Martinho. A mandingueira alerta Amália e Levi sobre o perigo que estão correndo.

▶ ORGULHO & PAIXÃO

GLOBO

Darcy descobre as mentiras de Susana, que finge um desmaio no restaurante. Xavier decide inflamar a população do Vale do Café contra o Motoqueiro Vermelho. Camilo se nega a obedecer as ordens de Julieta e afirma que ficará com Jane. Lídia se intromete no passeio de Uirapuru e Mariana. Estilíngue revela a Ema que Jorge escreve sobre ela em seu diário. O Barão e Aurélio vão até a casa de Ofélia e Felisberto para ter notícias de Ema.

▶ O OUTRO LADO DO PARAÍSO

GLOBO

Gael revela a Livia tudo o que descobriu sobre Sophia. Renato anuncia que Adriana tem pouco tempo de vida. Beth confronta Jô, que afirma a Henrique que nunca suportou seu casamento e sua família. Beth garante a Henrique que salvará Adriana. Johnny diz a Maíra que deseja denunciar o desaparecimento de Mariano à polícia. Caetana insinua a Leandra que Mariano pode ter morrido.



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

Tainá Müller exibe corpo sem retoques em revista

Assim como Taís Araújo, Tainá Müller posou sem retoques para a "Women's Health Brasil". Capa de abril, a atriz exibiu a silhueta no ensaio e dispensou o uso de Photoshop. "O corpo que tem história possui sua beleza. A gente precisa trabalhar muito o desapego na vida. Quero muito envelhecer. É a melhor hipótese [risos]. Quero ser uma velhinha com mobilidade, bem ativa, principalmente da cabeça", refletiu. A intérprete da Aura, da novela "O Outro Lado do Paraíso", mostrou que não tem medo de envelhecer: "acho que, quanto era mais jovem, eu tinha mais medo de envelhecer do que tenho hoje. Mas a vida é muito rápida. [...] Então é preciso focar no que interessa, não ficar tentando agarrar o imponderável!".



liberta

GLOBO DISPENSA A ATRIZ GIULIA GAM

Depois de Maitê Proença, Carolina Ferraz, Isabela Garcia e Malu Mader, Giulia Gam é outro nome que não faz mais parte do elenco fixo da Globo. A atriz, de 51 anos, não teve o contrato com a emissora renovado quando venceu, no fim do ano passado, porém a informação sobre a rescisão não havia sido divulgada anteriormente. A assessoria de imprensa da atriz confirmou o rompimento do vínculo com a emissora, porém não descartou a possibilidade de ela continuar trabalhando em algumas produções do canal. De acordo com o novo modelo de contratação da Globo, mesmo os atores que não tiveram seus vínculos renovados, podem ter portas abertas para trabalhar com contratos "por obra" na teledramaturgia da casa.



DOBRADINHA NA COPA DA RÚSSIA

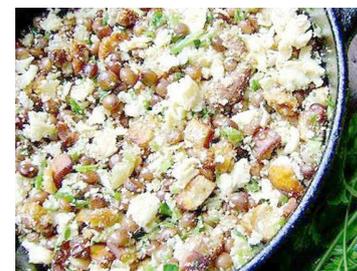
Após cobrirem os Jogos Olímpicos de 2016, Renata Vasconcellos e Galvão Bueno repetirão a parceria no jornalismo de esportes este ano. A dupla apresentará junta a Copa da Rússia, em junho, na TV Globo. De acordo com informações, os profissionais viajarão ao país-se para acompanhar as partidas do campeonato mundial. William Bonner, porém, continuará nos estúdios da emissora, no Rio de Janeiro. Vale ressaltar que a Globo terá mais de 200 funcionários trabalhando em todos os seus departamentos nos dias dos eventos, que acontecerão de 14 de junho a 15 de julho.



RECEITA – FAROFA DE SOBRA DE FEIJÃO

– INGREDIENTES:

1 pedaço de bacon picadinho
1 cebola picada em cortes médio
1 gomo de linguiça toscana em pele
1/2 linguiça calabresa picada em quadradinho
Sobra de feijão, mais ou menos 2 xícaras com pouco caldo
Farinha de mandioca crua ou temperada
1/2 maço de cheiro verde
Azeitonas picadinha
Molho de pimenta a gosto
2 colheres de azeite



MODO DE PREPARO:

1 - Em uma panela grande, coloque o azeite, a cebola picada em cortes médios, o bacon picadinho, em fogo médio
2 - Quando estiver bem murcinha a cebola coloque o gomo da linguiça sem pele e previamente amassada com um garfo, a linguiça calabresa picada e deixe fritar, mexendo sempre para não queimar
3 - Quando o fundo da panela, escurecer, coloque o feijão e continue mexendo, se tiver muito caldo deixe apurar um pouco até que fique mais seco
4 - Em seguida, coloque a farinha até que misture tudo e mexa sempre, deixe que dê uma fritada na farinha, mas observando sempre para não secar muito
5 - Por fim, coloque o cheiro verde picadinho e a azeitona, regue com molho de pimenta a gosto
6 - Coloque em um refratário bonito e sirva com churrasco, carne assada ou bife

DICAS PARA PARA BEBER E CURTIR SEM PASSAR VEXAME

- 1 - Não misture as bebidas - Lembre-se que cada drinque possui um teor alcoólico e - dependendo desse nível ou velocidade que você ingere - poderá passar mal quando menos esperar.
- 2 - Evite a ingestão de bebidas alcoólicas com o estômago vazio - Alguns estudos apontam que beber de estômago vazio faz com que - além de ficar alterado mais rápido - você tenha perda de memória e intoxicação alcoólica. Ou seja, caso você queira se lembrar do que fez na noite anterior, evite beber de estômago vazio.
- 3 - Alimente-se bem antes de beber - Esta é uma dica infalível! No dia que for curtir com os amigos, lembre-se de se alimentar bem durante o dia, pois quando estamos de estômago cheio a absorção do álcool é mais lenta. Mas é importante também continuar se alimentando durante um drinque ou outro, para evitar ficar com tontura.
- 4 - Beba água - As pessoas adoram sair para beber, mas detestam a ressaca e a dor de cabeça do dia seguinte, não é mesmo? Para evitar esse sintomas, é ideal que beba bastante água durante e após o consumo da bebida alcoólica, pois evita a desidratação - além de fazer com que você beba mais devagar.
- 5 - Consuma alimentos ricos em cisteína - A cisteína é um aminoácido que participa das atividades metabólicas, ajudando a promover a desintoxicação do fígado e auxiliar na remoção do etanol do dia anterior. A falta desse poderoso aminoácido no organismo pode causar tontura, náusea e dores de cabeça. Você pode encontrá-lo em alimentos como ovos, leite e derivados, cereais integrais, castanha de caju e do pará, nozes e brócolis.
- 6 - Reponha vitaminas - Como o álcool é diurético, não se esqueça de repor algumas vitaminas que perdemos pela urina - que é formada por 95% água e os outros 5% uréia, toxinas e sais minerais como cloro, magnésio, potássio, sódio, cálcio, entre outros.

PIADA

DINHEIRO NA PRIVADA

Seu Lunga foi ao banheiro fazer sua necessidade fisiológica, mas ao descer sua calça uma cédula de dois reais cai no vaso cheio de merda. Ao ver aquela cena, chateado, Seu Lunga abre sua carteira, pega cinquenta reais, joga no vaso e diz: - Eu lá vou meter minha mão na merda pra pegar dois reais? Mas cinquenta e dois reais eu pego!

SEU SIGNO DE HOJE

ÁRIES - Indecisão para tomar atitudes. Pensamentos pessimistas, sem razão de ser. Procure animar-se. Conte com a compreensão do ser amado. Nervosismo exagerado, cuide-se. Chegou a hora de você começar a se defender das pessoas que estão difamando sua moral.

TOURO - Trate de seus assuntos pessoais e financeiros com o máximo de cuidado neste dia, pois qualquer erro poderia acarretar sérios prejuízos. Indicações que a sua preocupação com o trabalho pode ser fundamentada, pois você durante o período atravessará uma fase difícil.

GÊMEOS - Cuidado com a vida conjugal pode haver o desquite. Benéfica influência astral para tratar de questões sociais pendentes, para lucrar em negócios iniciados anteriormente e a sua prosperidade profissional. Evite brigas com os inimigos.

CÂNCER - Com tato e inteligência, seu êxito será total, neste dia, principalmente no trabalho e na vida social. Momento feliz ao casamento e ao noivado e para tratar de seus interesses financeiros. Amizades bem sucedidas.

LEÃO - Pense positivamente e não se intimide diante das dificuldades que terá, neste dia. Aja conscientemente, que conseguirá resolver todos os seus problemas mais sérios. Êxito romântico e em negócios com o sexo oposto.

VIRGEM - Procure métodos originais para conseguir o que lhe parecer difícil, sejam os objetivos financeiros ou de ordem doméstica. Organize o seu programa de pagamentos e recebimentos. Alimente-se bem, isto é, moderadamente.

LIBRA - Momento em que deverá tomar muito cuidado com escritos e ao assumir compromissos. Verifique antes suas condições. A saúde, nesta fase, necessita de maior atenção, bem como o campo profissional e social.

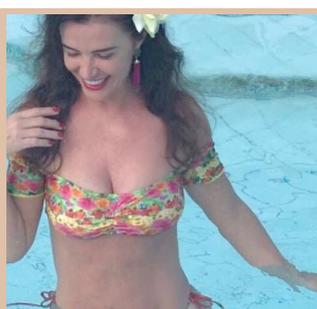
ESCORPIÃO - Será muito bem sucedido nas próximas horas. A posição da lua vai favorecer você em toda ordem. Cuidado com o amor a primeira vista. Confie em si e fará associações que trarão bons resultados. Previna-se em relação a saúde, pois um simples resfriado pode deixar você de cama.

SAGITÁRIO - Conte hoje com colaboração dos amigos. Boas influências para revelar planos para o futuro, fazer amigos, obter resultados positivos e práticos. Cuidado com discussões. Dia bom para viagens curtas.

CAPRICÓRNIO - As influências benéficas atingirão você neste dia, quando então, receberá surpresas agradáveis, ouvirá boas notícias e até confissões que poderão ajudá-lo no futuro. Saúde favorecida. Qualquer plano que você possa fazer em relação a uma possível viagem, encontra-se bem amparada.

AQUÁRIO - Será improdutivo preocupar-se com o que os outros possam fazer ou dizer a seu respeito. Ninguém e perfeito. Mais vale uma orientação do que uma crítica amarga. Problemas familiares.

PEIXES - Hoje poderá receber correspondência do seu interesse. Saiba incentivar o seu otimismo. Deixe de lado o seu ciúme, o seu espírito de vingança. Aja de maneira prática e alcançará maior sucesso.



LUMA DE OLIVEIRA EXIBE BOA FORMA E RECEBE ELOGIOS

Aos 53 anos, Luma de Oliveira exibiu sua boa forma em uma foto em que aparece de biquíni, postada em seu Instagram. "Queridos amigos, que o caminho de vocês seja sempre iluminado, para poderem aproveitar tudo de melhor que a vida tem pra oferecer! Saudades de vocês!", escreveu a musa do carnaval na legenda da imagem na qual ostentou uma barriga chapada. A modelo, que não postava nada desde o carnaval, quando surpreendeu a todos ao reaparecer na Sapucaí, após oito anos longe da folia, posou na piscina da sua casa na Zona Sul do Rio de Janeiro e arrancou diversos elogios dos seguidores. "Linda", "Deusa", "Rainha", "Musa" e "Maravilhosa" foram alguns dos comentários.

COMANDO DA PARTIDA

Trio sul-mato-grossense comanda arbitragem de Sampaio e Coritiba. Paulo Henrique (MS) é o árbitro da partida no Castelão, que será disputada com portões fechados

Já está definido quem será o árbitro da partida inicial do Sampaio Corrêa, na Série B do Brasileiro. A Confederação Brasileira de Futebol (CBF) sorteou a equipe de arbitragem que comandará o duelo com o Coritiba, pela primeira rodada da competição nacional. Para o confronto, um trio do Mato Grosso do Sul foi apontado. O árbitro da partida será Paulo Henrique Vollkopf (MS). Os assistentes serão Eduardo Gonçalves (MS) e Leandro dos Santos (MS).

O duelo entre Sampaio e Coritiba acontece neste sábado, no Castelão, às 19h. A partida será realizada com portões fechados por conta de punição do STJD a respeito de lançamentos de objetos na equipe de arbitragem por parte da torcida tricolor ainda na Série C 2017.

ARBITRAGEM MARANHENSE

A CBF também divulgou a equipe de arbitragem para o duelo potiguar entre Globo e ABC, pela Série C. O árbitro será o maranhense Mayron Frederico dos Reis Novaes. Os assistentes serão Elson Araújo (MA) e Ivanildo Gonçalves (MA).

NOTÍCIA BOA!

Kléber Gladiador deixa o Coxa e não encara o Sampaio

O Sampaio Corrêa recebeu uma importante notícia nessa quarta-feira (11), quando soube que o atacante Kléber Gladiador não enfrentará a Bolívia Querida, neste sábado (14), na abertura da Série B do Campeonato Brasileiro.

O experiente atacante foi liberado pelo Coritiba para viajar ao Rio de Janeiro e fazer exames no Fluminense.



DE OLHO NA POLÍTICA

Rodrigo Ramos quer ser deputado estadual

Uma das maiores baixas do Moto após a conquista do campeonato deverá ser a aposentadoria do goleiro Rodrigo Ramos. Com 38 anos, ele está "pendurando as chuteiras" e deseja representar o futebol maranhense na Assembleia Legislativa. Hoje, ele deve informar oficialmente à diretoria do Papão sua decisão. Ao anunciar seu interesse pela política, Rodrigo disse que este será o caminho mais fácil para ajudar um esporte que no momento necessita muito de ajuda e atenção das autoridades.

ASSEMBLEIA EM PAUTA



VISITA

As candidatas ao concurso Miss Maranhão Be Emotion 2018 fizeram uma visita aos deputados em plenário, ontem. Por solicitação do deputado Rogério Cafeteira (DEM), o presidente da Assembleia Legislativa, deputado Othelino Neto (PCdoB), marcou para recebê-las após a Ordem do Dia, momento em que os parlamentares desejaram sucesso às 28 concorrentes. A coordenadora do evento, Vânia Lopes, do Stúdio Márcio Prado, disse que a visita à Casa tem sido uma tradição nos últimos anos.



COMISSÃO

O deputado Bira destacou a reunião da Comissão de Assuntos Econômicos, que recebe hoje o superintendente dos Correios para debater a distribuição das correspondências no Parques Vitória, São José, Jardim Turu, Alto do Turu e entorno. Ele também convidou para audiência pública sobre a "Economia familiar e os direitos dos filhos/as de catadores". Ontem, o parlamentar ainda esteve na Secretaria das Cidades, onde tratou de regularização fundiária, urbanização e academias ao ar livre.



COROATÁ

Depois de muita insistência da deputada Andrea Murad (PRP) junto à presidência nacional da Codevasf, as obras executadas pela companhia foram retomadas em Coroa. Este mês, será concluído o sistema de abastecimento de água nos povoados Estiva e Jurema. Depois, seguem para Laranjeiras, São Joaquim, Tope de Pedra e demais povoados beneficiados pelo programa. No mês passado, em Brasília, a deputada recebeu a garantia da conclusão das obras do próprio presidente, Avelino Neiva.



RETORNO

O deputado Neto Evangelista (DEM) retornou às atividades parlamentares na Assembleia Legislativa. Em seu primeiro pronunciamento, fez um balanço das ações desenvolvidas pela Secretaria de Estado de Desenvolvimento Social (Sedes), enquanto titular da pasta. Evangelista foi secretário de Desenvolvimento Social por três anos e três meses. Durante o Grande Expediente, declarou que foi uma honra ter tido a oportunidade de compor a equipe do governador Flávio Dino.



CHAPADINHA

O deputado Levi Pontes (PCdoB) visitou a zona rural de Chapadinha, no último domingo, onde moradores, mais especificamente do povoado "Formiga", solicitaram vários benefícios, entre eles, um poço artesiano e melhorias na estrada que dá acesso à localidade. Ele disse que o governador Flávio Dino tem feito muito pelo povo da zona rural de Chapadinha e que uma emenda sua garantiu uma motoniveladora. Destacou ainda o programa "Caminhos da Produção", distribuição de sementes, o programa "Mais Produção" e melhoramento do plantel de caprinos.



RIO MEARIM

O deputado estadual Vinícius Louro (PR), junto com o ex-deputado e empresário Raimundo Louro, reuniu-se, no Palácio dos Leões, com o chefe da Casa Civil, Rodrigo Lago, para tratar de diversos assuntos, entre eles, as cheias no Rio Mearim, que, segundo o parlamentar, deixaram mais de 161 famílias desabrigadas nos municípios de Pedreiras e Trizidela do Vale.

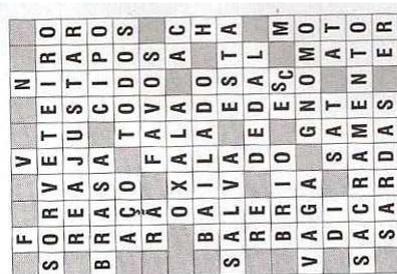
TRATAR A UNHA ENCRAVADA

A unha levemente encravada pode ser tratada, tentando-se levantar o canto da unha que está encravada, inserindo um pedacinho de algodão ou gaze entre a unha e a pele, porque assim a unha descola da pele e desencrava. Contudo, quando a área em torno da unha fica muito vermelha, inchada e com pus, o problema pode exigir o uso de uma pomada antibiótica prescrita pelo médico, como Nebacetin ou Diprogenta. Uma pedicure ou podólogo poderão desencravar a unha, cortando as bordas da unha encravada com um bisturi, uma tesoura fininha de ponta reta ou alicate próprio, mas em alguns casos pode ser preciso realizar uma pequena cirurgia para desencravar a unha.

PALAVRAS CRUZADAS

Revestir; cobrir	Efeito desencadeado por alimentos (Patol.)	Recipiente para plantas	Aviste; divise	Muito visível	Animal que simboliza a astúcia	Um dos maiores açúdes do Ceará
Vendedor de picolé			Objeto para limpeza bucal			
Aumentar segundo a inflação						
			Trepadeira brasileira	Todas as pessoas		
Carvão aceso			Peça que imobiliza fraturas	Dito		
Liga inoxidável						
Anfíbio anuro comestível		Depósitos de mel 14, em romanos				Tradicional bebida inglesa
Queira Deus!					Adriana Calcanhot- to, cantora	
Competição em que a vitória é fácil (pl.)						
A dança como o bumba meu boi						Centro comercial paulista
			"Se (?) Rua Fosse Minha", ciranda			
Armazena no com- putador		Protetor usado pela costureira				Movi- menta o automóvel
Honra			Tecla de micros			
Espaço em garagens			Time de futebol		A erva do chimarrão	
			Entidade de contos de fadas			
Ato como o balismo (Rel.)		Triste, em inglês Satélite (abrev.)			Antigo Testa- mento (abrev.)	
Manchi- nha da pele dos ruivos (pl.)					Termina- ção da 2ª con- jugação	

3/sad. 4/veja. 5/oxial. 7/balido. 8/barbadas. BANCO



Tratamento caseiro para unha encravada



Para tratar a unha levemente encravada e inflamada em casa é recomendado:

1 - Deixar o pé ou a mão que tem a unha encravada de molho em uma bacia com água morna ou quente, por cerca de 20 minutos;

2 - Tentar levantar o canto da unha que está encravada com uma pinça e colocar um fio de dental, pedacinho de algodão ou gaze entre a unha e a pele para mantê-la elevada, trocando diariamente após deixar o dedo em água quente durante 20 minutos. Esse procedimento é ideal para quando a unha está suavemente encravada mas ainda não está inflamada;

3 - Passar alguma solução antisséptica e cicatrizante como o Povidine, por exemplo, para ajudar na cicatrização e evitar que a região infeccione. Se necessário, para aliviar a dor quando se tenta levantar a unha encravada e inflamada, pode-se passar uma pomada anestésica como lidocaína no local. Após a colocação do algodão ou gaze, se o indivíduo continuar com dores, pode tomar um remédio analgésico e anti-inflamatório como Ibuprofeno ou Paracetamol, por exemplo. Se a unha estiver muito encravada, inflamada ou com pus e não for possível caminhar normalmente, nem tentar soltar a unha da pele, deve-se procurar um podologista, enfermeiro ou dermatologista para desencravar a unha. Assim, o procedimento pode ser feito corretamente e sem o risco de agravamento como entrada de bactérias, por exemplo.

O que não fazer

Em caso de unha encravada não se deve cortar a parte da unha encravada; cortar a unha em "v", nem colocar um curativo apertado. Estas medidas apenas pioram a unha encravada e aumentam o risco da unha encravar novamente.

Quando ir ao médico

É indicado ir ao dermatologista quando existe al-

guma das seguintes situações:

Ajuda profissional

Se a unha está muito encravada, inflamada, com pus e não é possível mexer na unha; Se o dedo estiver muito inchado ou se a circulação parecer estar presa.

Também é indicado buscar ajuda profissional se houver lesões na região afetada ou sinais de má circulação sanguínea.

Como tratar a encravada com pus

A unha encravada com pus deve ser vista por um dermatologista, pois nestes casos, geralmente é necessário usar pomadas antibióticas para colocar na unha e tratar a infecção, antes de cortar a unha.

Mesmo com o uso de pomada antibiótica, o tratamento para unha encravada com pus normalmente inclui levantar a unha e colocar um pouco de algodão ou gaze, mas alguns médicos podem preferir cortar os cantos da unha, removendo os pedacinhos de unha que encravaram na pele.

Quando a cirurgia é indicada

A cirurgia para unha encravada é indicada nos casos em que é frequente as unhas encravarem e o tratamento com elevação da unha ou corte não resultam, principalmente se houver carne esponjosa no local. Nesse caso a cirurgia é feita com anestesia local e, na maioria dos casos, não é necessário retirar toda a unha. Dependendo da unha a tratar, o médico pode optar por aplicar um ácido, como o nitrato de prata, que destrói parte da unha que estava encravada, por exemplo.

Como evitar que as unhas encravem

Para prevenir as unhas encravadas deve-se cortá-las de forma reta, tanto na parte superior, como nas laterais da unha. Além disso, também deve-se evitar usar sapatos muito apertados, trocar de meias diariamente, já que isso evita a proliferação de micro-organismos. Veja mais detalhes em: 4 dicas para evitar a unha encravada.

FOI ROUBAR E LEVOU BALA

Suspeito é baleado durante assalto, no Bairro de Fátima. O rapaz foi socorrido e encaminhado para o Hospital Socorrão I

A bala “comeu” no Bairro de Fátima! Na Rua do Peixe, um homem teria tentado assaltar uma mulher que estava com o filho. O caso aconteceu na manhã dessa quarta-feira.

Um homem identificado apenas como “Antônio” teria abordado a mulher e o filho para tentar assaltar. No mo-

mento da ação criminosa, uma pessoa, que até o momento ainda não tinha sido identificada, passou pelo local, sacou a arma e disparou contra o suspeito. O tiro atingiu a perna do rapaz, que ficou caído no solo, próximo a uma padaria.

A Polícia Militar foi acionada, juntamente com o Servi-

ço de Atendimento Móvel de Urgência (Samu). O suspeito baleado foi encaminhado ao Hospital Municipal Djalma Marques, o Socorrão I, localizado no Centro. Após receber alta médica, ele foi levado para o Distrito Policial mais próximo, onde as medidas cabíveis ao caso foram tomadas.

VIOLÊNCIA

Homem reage a assalto e é assassinado a tiros

Na cidade de Imperatriz, uma pessoa morreu ao reagir a um assalto. A vítima foi identificada como Genivaldo da Silva Cardoso, de 50 anos, assassinada a tiros. De acordo com informações, Genivaldo teria efetuado um saque de R\$ 2 mil e se dirigido a um escritório de advocacia, localizado no Centro, para tratar de assuntos particulares, quando foi surpreendido por dois bandidos. Os criminosos teriam abordado a esposa da vítima e anunciado o assalto, pedindo-lhe o dinheiro. Em seguida, os assaltantes se dirigiram ao marido, que reagiu, travando uma luta corporal com os assaltantes. Um deles atirou contra Genivaldo, que morreu no local. A vítima era moradora do povoado Canto da Areia, no município de Ribamar Fiquene.

COHAJAP



“GARDENAL” E WILLIAN SÃO SUSPEITOS DE COMERCIALIZAÇÃO DE DROGAS

Dupla suspeita de tráfico é presa pela Senarc

Em continuidade às ações de combate ao narcotráfico na capital maranhense, a Polícia Civil, por intermédio da Superintendência Estadual de Combate ao Narcotráfico (Senarc), prendeu Nonato de Assis de Melo Queiroz Júnior, mais conhecido como “Gardenal”, e Willian Aparecido de Andrade Santos.

A ação policial ocorreu após várias denúncias anônimas dando conta que os suspeitos estavam comercializando entorpecente no bairro Cohajap, na capital.

Com os suspeitos, foi feita a apreensão de 500g de “erva do capeta”, envoltas em saco plástico, bem como balança de precisão

e apetrechos para embalagem da substância entorpecente.

Após a ação policial, os acusados foram encaminhados à sede da Senarc, onde foram autuados por prática de crime de tráfico e associação ao tráfico ilícito de drogas.

Ressalta-se que Gardenal já responde criminalmente a cinco processos por prática de crime de tráfico ilícito de drogas, bem como Willian Aparecido responde por tráfico de drogas, roubo e porte ilegal de arma de fogo.

Em seguida, os suspeitos foram encaminhados ao Complexo Penitenciário de Pedrinhas, onde ficarão à disposição do Poder Judiciário.

NOSSA

DESDE 2015, nos meses de outubro e novembro, a NOSSA CLINICA realiza MAMOGRAFIA e ULTRASSON. Todos juntos apoiamos essa causa!

3232.1154/3221.2422/9-8909.0999 Rua do Passeio, 643 - Centro (em frente ao hospital Socorrão I)

de segunda a sábado Ressonância

a partir de R\$ 450,00

Mamografia R\$ 70,00

Densitometria R\$ 70,00

CONSULTAS MÉDICAS

ANGIOLOGIA R\$ 100,00
 APLICAÇÃO DE VARIZES R\$ 60,00
 CARDIOLOGIA (CONS+ ECG) R\$ 120,00
 CLÍNICA GERAL R\$ 90,00
 ENDOCRINOLOGIA R\$ 110,00
 FONOAUDIOLOGIA R\$ 80,00
 GASTROENTEROLOGIA R\$ 100,00
 GERIATRIA R\$ 120,00
 GINECOLOGIA CONSULTA R\$ 100,00
 HEPATOLOGIA R\$ 150,00
 PREVENTIVO R\$ 30,00
 NUTRIÇÃO R\$ 90,00
 OBSTETRÍCIA R\$ 100,00
 OFTALMOLOGIA R\$ 100,00
 ORTOPEDIA R\$ 100,00
 OTORRINO R\$ 100,00
 RISCO CIRÚRGICO R\$ 120,00
 VASCULAR R\$ 120,00
 UROLOGIA R\$ 110,00

PRINCIPAIS EXAMES

(FAZEMOS EXAMES PARA CONCURSO)

AUDIOMETRIA TONAL E VOCAL R\$ 50,00
 COLPOSCOPIA R\$ 50,00
 DENSITOMETRIA ÓSSEA R\$ 90,00
 DOPPLER CARÓTIDAS R\$ 180,00
 ENDOSCOPIA R\$ 175,00
 ELETROENCEFALOGRAMA R\$ 80,00
 ELETROCARDIOGRAMA (ECG) R\$ 35,00
 ECO, MAPA, HOLTER R\$ 120,00 CADA
 FUNÇÃO PULMONAR R\$ 85,00
 MAMOGRAFIA DIGITAL R\$ 80,00
 PENISCOPIA R\$ 100,00
 RAIOS X, a partir de R\$ 35,00
 RESSONÂNCIA a partir de R\$ 450,00
 SESSÃO COM FONO R\$ 40,00
 TESTE ERGOMÉTRICO R\$ 120,00
 TC CRÂNIO R\$ 250,00
 TC TORÁX R\$ 290,00
 ULTRASSONOGRAFIA a partir de R\$ 80,00
 VIDEOLARINGOSCOPIA R\$ 150,00

Temos:
 Cardiologista
 Eco, Mapa, Holter
 Ginecologia
 Risco Cirúrgico
 Ultrassom
 Endoscopia



TEMOS LABORATÓRIO