

PABLO VITAR



**DRAG QUEEN  
POSTA FOTO DE  
CUECA E AGITA  
REDES SOCIAIS**

Página 5

'DIMINUIÇÃO' DO CRIME



**DUPLA É PRESA  
COM DROGAS,  
DINHEIRO E  
ARMA**

Página 8

99188.8267

www.aqui-ma.com.br

facebook/aqui-ma

São Luís, terça-feira, 26/6/2018

nº 3.047

**aqui  
MA**

CAPITAL  
R\$ 0,50

Em 10 minutos, tudo o que você precisa saber

**CONFIRA A  
PROGRAMAÇÃO  
DE SÃO JOÃO  
DESTA TERÇA**

Página 4

# EMPREGOS EM SÃO LUÍS

Além da Prefeitura de São Luís, que abre vagas em seletivo nesta terça-feira, várias oportunidades de trabalho estão abertas na capital maranhense

Página 3

### DESIGNER GRÁFICO

Requisitos: Disponibilidade de horário, conhecimento em criação de peças publicitárias, conhecimento em criação de vídeos (vt) e spot. Experiência com empresas de médio porte. Envie seu portfólio para [aligabusiness@gmail.com](mailto:aligabusiness@gmail.com)

### ATENDENTE

Necessária experiência na área; Irá atuar no suporte de loja; organização do ambiente; vendas e atendimento ao cliente em geral. Interessados devem enviar currículo para o e-mail: [rh.saoluis2@gmail.com](mailto:rh.saoluis2@gmail.com) com o assunto "ATENDENTE"

### ESTÁGIO TÉCNICO EM ADMINISTRAÇÃO

Deve estar cursando Técnico em Administração com conclusão prevista até agosto de 2019 e bons conhecimentos em informática. Com ou sem experiência.

COROADINHO

**VIOLÊNCIA NO  
BAIRRO DEIXA  
RASTRO DE  
SANGUE**

Página 8

GRANDE ILHA

**DUAS  
PESSOAS SÃO  
ASSASSINADAS  
NESTA SEGUNDA**

Página 8

PIS/PASEP

**SAQUE DO  
BENEFÍCIO  
TERMINA NO  
SÁBADO**

Página 4



**CONCURSOS  
E EMPREGO**

# Seletivo para São Luís

Prefeitura de São Luís anuncia processo seletivo para o ProJovem Urbano. Os candidatos devem se inscrever até esta terça-feira

A Prefeitura de São Luís, estado do Maranhão anuncia novo processo seletivo que visa contratar 12 agentes de mobilização e matrícula que devem atuar no ProJovem Urbano.

Esta oportunidade exige nível médio e tem carga horária de 40 horas semanais, com remuneração de R\$ 1.000,00.

As vagas são distribuídas em três eixos, sendo eles:

- Eixo Zona Rural: Igarau; Vila Maranhão; Vila Sarney; Vila Cabral; Mato Grosso; Vila Cascavel; Estiva; Santa Barbara; Itapera; Maracaná; Cajueiro; Pedrinhas; Vila Nova República; Cajupari; Tibiri; Cruzeiro de Santa Barbara; Vila Maracujá; Caju-

pe; Quebra Pote; Estiva; e Pedrinhas.

- Eixo Cidade Operária: Santa Clara; São Cristóvão; São Bernardo; Vila Lobão; Vila Operaria; Santa Efigênia; Vila Janaina; Jardim São Cristóvão; Vila Itamar; Cidade Olímpica; e Jardim América.

- Eixo Itaqui Bacanga: Povoado Argola e Tambor;

Anjo da Guarda; Vila Isabel; Vila Ariri; Vila Embratel; Vila Bacanga; Alto da Esperança; Fumacê; e Vila Nova.

As inscrições são gratuitas e devem ser realizadas exclusivamente na U.E.B. Sagarana I, localizada na Avenida Dom José Delgado nº 3, Bairro Alemanha, até esta terça-feira, dia 26 de junho,

no horário das 9h às 12h e das 14h às 18h.

Como forma de classificação, os candidatos são avaliados em duas etapas Avaliação de Títulos e Entrevista, ambas de caráter classificatório e eliminatório. As entrevistas estão previstas para ocorrer no dia 4 de julho de 2018.

## SINE: VAGAS DE EMPREGO

### DESIGNER GRÁFICO

Requisitos: Disponibilidade de horário Conhecimento em criação de peças publicitárias. Conhecimento em criação de vídeos (vt) e spot. Experiência com empresas de médio porte. Envie seu portfólio para aligabusiness@gmail.com

### ATENDENTE

Necessária experiência na área; Irá atuar no suporte de loja; organização do ambiente; vendas e atendimento ao cliente em geral. Interessados devem enviar currículo para o e-mail: rh.saoluis2@gmail.com com o assunto "ATENDENTE"

### ESTÁGIO TÉCNICO EM ADMINISTRAÇÃO

Deve estar cursando Técnico em Administração com conclusão prevista até agosto de 2019; Bons conhecimentos em informática; Com ou sem experiência. Interessados devem enviar currículo para o e-mail: jbe21047@gmail.com

### ESTETICISTA

A Nutrocenter clínica de estética

e emagrecimento contrata esteticista. Necessário ter experiência. Interessados devem enviar currículo para: contato@nutrocenter.com.br

### ANALISTA FINANCEIRO

Requisitos: Experiência na função; experiência com o sistema BIONE-XO. Interessados devem enviar currículo para: vagas@assertivegestaodepessoas.com.br

### GERENTE DE SUPERMERCADO

Necessário experiência no varejo comprovada em carteira; Proativo com espírito de liderança. Será responsável por todo o piso de loja. Interessados devem enviar currículo para o e-mail: Rhmixpinheiro@gmail.com

### ESTÁGIO CONTABILIDADE

Estamos precisando de estagiário na área, envie seu currículo para: danuzioferreira.rh@gmail.com Requer conhecimento intermediário do Pacote Office, especialmente Excel Entre em contato: 98 98108-8040 ou pelo site www.danuzioferreira.com.br

### DIRETOR DE ARTE

Se você é formado em Publicidade e Propaganda e possui experiência na área, envie seu currículo com pretensão salarial e portfólio para: vagas@gringa360.com.br e escreva no assunto: A VAGA DE D.A. - MA É DO(A) "SEU NOME".

### GALPÃO IDEIAS ATENDENTE

Se você é um campeão e quer se juntar ao nosso team, envie seu currículo com o título EQUIPE 2018, respondendo à pergunta: "O QUE É FAZER PARTE DE UM TIME CAMPEÃO?", para luciana@galpaodeideias.com. Requisitos: Formação em Comunicação Social com experiência comprovada de, no mínimo, 02 (dois) anos e; conhecimento nas áreas de propaganda, promoção e eventos.

### ASSISTENTE ADMINISTRATIVO

Requisitos: Formação e/ou cursando Administração (após 5º período), com experiência comprovada de, no mínimo, 01 (um) ano. Indispensável: Conhecimen-

tos em informática (domínio do pacote OFFICE), responsabilidade, disciplina, organização, agilidade, disciplina, boa memória, boa comunicação, bom humor, paciência, facilidade em administrar o tempo e trabalhar em equipe. Envie seu currículo com o título EQUIPE 2018, respondendo à pergunta: "O QUE É FAZER PARTE DE UM TIME CAMPEÃO?", para: luciana@galpaodeideias.com

### REDATOR

Requisitos: Formação em Comunicação Social ou Letras, com experiência comprovada de, no

mínimo, 01 (um) ano. Indispensável: Domínio da língua portuguesa (oratória e escrita), entender marketing, trabalhar com ferramentas como Google Analytics, conhecer as técnicas SEO e monitoramento de conteúdo, criatividade, responsabilidade, disciplina, facilidade em administrar o tempo e trabalhar em equipe.

Envie seu currículo com o título EQUIPE 2018, respondendo à pergunta: "O QUE É FAZER PARTE DE UM TIME CAMPEÃO?", para luciana@galpaodeideias.com

**OPORTUNIDADE**  
40 VAGAS P/ BOLSA DE ESTUDOS  
**OPERADOR DE CAIXA**  
+ Primeiros Socorros Básico  
+ Informática Aplicada **NOVIDADE!**  
+ENCAMINHAMENTO P/ VAGAS EM:  
LOJAS • SHOPPINGS • SUPERMERCADOS • FARMÁCIAS  
+ CARTA DE RECOMENDAÇÃO  
ENVIE SMS /WHATSAPP e GANHE  
**DESCONTO ATÉ 50%**  
☎ 98833-1000 / 3242-1000 / INTERDIGITUS

  
Fabricamos e distribuímos picolés, sorvetes e moreninhas, seja dono do seu negócio a partir de: **R\$ 70,**  
Enviamos cartazes, pазinhas, aceitamos cartões de créditos e levamos a máquina até o seu domicílio, ligue agora mesmo e informe-se.  
(98) 3222-5324 | 3083-3454

**ATENÇÃO!**  
Em Virtude de Inauguração de Novo Setor. Empresa Maranhense seleciona nesta terça-feira e quinta-feira pessoas maiores para várias funções.  
Interessados entregar currículo em horário comercial na Rua da Paz, 245, primeiro andar - Centro. Próx. A casa Arruda e a Rua 7 de Setembro

**COMPRE SUA CARRADA DIRETO DE FÁBRICA!**  
**CARRADAS DE:**  
10m e 30m  
**Areia SUPER PROMOÇÃO**  
10 metros ~~R\$ 458,00~~ por **380,00**  
BRITA • PEDRA BRUTA • TIJOLOS  
**3234.7530 / 98708.3312**

**CONCEIÇÃO SALGADOS**  
ACEITAMOS ENCOMENDA PARA TODOS OS EVENTOS  
GRANDE PROMOÇÃO NO MÊS DE JUNHO  
A partir de 500 salgados, ganha 200 + 1 copo da Conceição Salgados  
Corra e aproveite é o mês da copa. Do dia 01/06 a 30/06.  
Deus seja Louvado! **98900-7562**  
(98) **98701-7082**

**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 para trabalhar com vendas externas, na área de confecções e cosméticos**  
E-mail: selecaoointeto@gmail.com  
**98858-8679**

## BAIRRO A BAIRRO

# PIS/Pasep até sábado

Primeira etapa do saque de cotas para quem tem direito termina no próximo sábado, dia 30 de junho

Termina em 30 de junho, próximo sábado, o prazo para o saque do PIS/Pasep para os cotistas maiores de 57 anos que trabalharam entre 1971 e 1988. Os beneficiários dessa primeira etapa da liberação que não fizeram a retirada até essa data, só poderão fazê-lo a partir de 14 de agosto.

O PIS/Pasep é uma contribuição fiscal cobrada sobre o faturamento ou folha de contribuição que, até a homologação da Constituição Federal de 1988, poderia ser sacado em determinadas situações, como na aposentadoria.

Com a ampliação da possibilidade de saque, antes restrita a trabalhadores maiores de 60 anos, o Governo Federal estima que cerca de 39 bilhões

de reais serão injetados na economia do país.

Muitas pessoas confundem as cotas do PIS com o abono. O abono é para quem recebeu um salário mensal de até dois mínimos em 2016 ou exerceu atividade remunerada por pelo menos 30 dias e seu saque vai até o dia 29 de junho.

Para sanar dúvidas de contribuintes, confire algumas dicas de como o trabalhador que possua cota pode sacar o PIS/Pasep. Veja abaixo:

1) Nessa primeira etapa, que vai até 30 de junho, apenas os trabalhadores que exerceram profissão entre os anos de 1971 e 1988 e tenham mais de 57 anos podem sacar.

2) Caso se adeque nas duas condições anteriores, o segundo passo é descobrir seu número do PIS ou NIS, que geralmente está anotado nas últimas páginas da carteira de

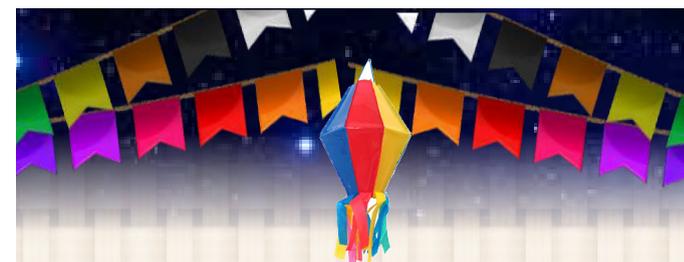
trabalho. Também é possível encontrar a identificação no extrato impresso do FGTS ou no Cartão do Cidadão.

3) Com o número do PIS ou NIT em mãos, o cotista precisa cadastrar uma senha na internet. Para quem já tem a senha do Cartão Cidadão é preciso entrar no site e cadastrar sua senha.

Caso o contribuinte não possua o Cartão Cidadão, pode realizar com o número NIS por meio desta página.

4) Após o cadastro da senha internet, o trabalhador pode fazer a consulta na página [https://cotasidade.caixa.gov.br/sipab\\_quotas/paginas/#!/home](https://cotasidade.caixa.gov.br/sipab_quotas/paginas/#!/home).

Caso possua saldo, o site informará o valor e o trabalhador deve se encaminhar ao Banco do Brasil, que administra o Pasep ou a Caixa Econômica Federal, que cuida do PIS.



### ARRAIAL DO IPEM

- 19h BOI ENCANTO DO OLHO D'ÁGUA (O)
- 20h BOI UPAN AÇU (O)
- 21h BOI NOVILHO BRANCO (A)
- 22h SHOW CELSO REIS
- 23h BOI DA PINDOBA (M)

### ARRAIAL DA MARIA ARAGÃO

- 19h DANÇA DO CARROÇO TREMEMBES
- 20h DP ARTE E BELEZA DE PORTUGAL
- 21h GRUPO PIAÇABA (A)
- 22h SHOW THÁIS MORENO E BANDA
- 23h BOI LÍRIO DE SÃO JOÃO (O)
- 00h BOI DE MIRITIUA (M)
- 01h BOI DA JUVENTUDE DE M. DO NORTE

### BARRACÃO DO FORRÓ – MARIA ARAGÃO

- 20h ANDREZINHO E OS BROTOS DO FORRÓ
- 22h FORRÓ DO RUI

### ARRAIAL DA VILA PALMEIRA

- 19h TC CANTO DE AMOR A SÃO LUÍS
- 20h QUADRILHA FLOR DO AMOR
- 21h BOI UNIDOS DE SÃO BENTO (B)
- 22h SHOW JUAREZ SOUZA
- 23h BOI CAPRICO DE SÃO LUÍS (B)

### ARRAIAL DO BAIRRO DE FÁTIMA

- 19h TC 30 DE OUTUBRO
- 20h DANÇA DO BOIADEIRO CAVALHEIROS UNIDOS
- 21h BOI UNIDOS DE SÃO BENTO (B)
- 22h SHOW ZÉ LOPES
- 23h BOI VALENTE DA ILHA (O)

### ARRAIAL DO JOÃO PAULO

- 19h TC BRILHO DE SÃO BENEDITO DE ANA ROSA
- 20h DANÇA COUNTRY CIA DO RODEIO
- 21h SHOW CANTINHO DO CHORO
- 22h BOI UNIDOS DA BAIXADA DO JOÃO DE DEUS (B)
- 23h BOI ESTRELA DE SÃO JOÃO DO PARQUE HORIZONTE (M)

### ARRAIAL DA LIBERDADE

- 19h TC DE MANEZINHO
- 20h DANÇA CIGANA CORAÇÃO CIGANO
- 21h SHOW TADEU DE OBATALÁ
- 22h BOI CANÁRIO VERDE DE CAXIAS (O)
- 23h BOI DO UNA (O)
- 00h BOI UNIDOS DA BAIXADA DO JOÃO DE DEUS

### ARRAIAL DA VILA EMBRATTEL

- 19h TC BRILHO DA UNIÃO DA VILA MAURO FECURY I
- 20h DANÇA CIGANA HENRIQUE LOBÃO
- 21h SHOW RICARDO BONDIM ENCAIXOTADO
- 22h BOI BRILHO DA SOCIEDADE DE CURURUPU (CM)
- 23h BOI VALENTE DA ILHA (O)
- 00h BOI CANÁRIO VERDE DE CAXIAS (O)

### ARRAIAL DO ANJO

- 19h TC ALEGRIA DE SÃO BENEDITO DE SÃO JOAO BATISTA
- 20h DP MAJESTADE DE PORTUGAL DE ROSÁRIO
- 21h SHOW RIBÃO D'OLUDO
- 22h BOI NOVILHO DOS LENÇÕES (HUMBERTO DE CAMPOS (O)
- 23h BOI NOVO BRILHO (O)
- 00h BOI BRILHO DA SOCIEDADE DE CURURUPU (CM)

## 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 1)

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\$ 120,00
- 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
- REUMATOLOGIA R\$ 100,00
- 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
- ELETOENCEFALOGRAMA R\$ 80,00
- ELETOCARDIOGRAMA (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
- RAIO 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
- ULTRASSONOGRÁFIA a partir de R\$ 80,00
- VIDEOLARINGOSCOPIA R\$ 150,00

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



TEMOS LABORATÓRIO

**TE CONTEI**



**“Desmontada”, Pablo Vittar posta foto de blusinha e cueca**

Na manhã da última sexta-feira, 22, Pablo Vittar compartilhou com os fãs um clique em que está bem à vontade na sua página oficial no Instagram. A maranhense postou uma foto “desmontada”, usando apenas uma blusinha e cueca. Com o corpo bem à mostra, a drag queen mostra que está em ótima forma e ostenta uma barriga chapada. “Lady Boy” foi a legenda utilizada pela cantora, que recebeu muitos elogios dos fãs.

**Bruno Batista anuncia nova parceria**

O cantor Bruno Batista está com tudo! O maranhense recebeu dois gigantes da música para gravar mais um lançamento. Celso Viáfora e Fabiana Cozza gravarão com Bruno, e a música da vez será “Duvido”. A música autoral segue uma sequência de músicas gravadas com grandes artistas para o novo projeto musical de Bruno. “Celso Viáfora e Fabiana Cozza, muito obrigado! Fizemos “Duvido”, parceria inédita minha e de Celso, sob direção musical de Swami Jr. e do olhar cuidadoso de Alessandra Fratus. Daqui a pouco tá chegando! Que dia!”, escreveu o cantor.



**Em casa, Paulinha Lobão comemorou a vitória do Brasil com os amigos**

O segundo jogo do Brasil fez muita gente se reunir para acompanhar a tão esperada vitória. A apresentadora Paulinha Lobão entrou na onda e reuniu os amigos para assistirem à partida, que acabou com um resultado positivo para a seleção. Além da família da apresentadora, amigos da emissora também se fizeram presentes e vibraram muito com os gols. Tatiana Lobão postou as comemorações pelos stories no Instagram. “Hoje coração bateu forte, né gente? Haja coração, meu Brasil!!!! Valew. Na torcida entre eu e minha @tatianalobao\_, nosso amado @netomedeirosreal”, comentou a apresentadora.

**Em clima junino, Thaynara OG apresenta o programa TVZ no Multishow**

O TVZ, programa musical do Multishow que reúne as músicas de sucesso, apresentado na quarta-feira, 20, já está em clima de festa junina, e foi apresentado por ninguém mais ninguém menos que Thaynara OG. A influencer levou o São João da Thay para o palco do programa. Thaynara interagiu com vários convidados do arraial beneficente produzido pela maranhense e contou com a presença de Preta Gil, que é incentivadora do projeto. “Interagi com vários convidados que vão se apresentar no evento e ainda tive o prazer de ter a companhia da @pretagil (grande incentivadora desse projeto)! Obrigada, seguidores! Vocês colocaram a hashtag #SãoJoãoDaThayNoTVZ em primeiro lugar no Twitter e ainda quebraram um recorde do programa! Amo vocês! E que chegue logo o grande dia!”, escreveu a influencer.



# Autoexames em casa

**Escurecimento das axilas e frequência cardíaca alterada são sinais que podem levantar suspeitas de doenças**

Você já parou para medir a sua frequência cardíaca? Um procedimento relativamente simples que você mesmo pode fazer em casa pode trazer alertas importantes à sua saúde. É importante estar atento a alguns sinais do corpo que podem indicar doenças, principal-

mente em pessoas que têm histórico familiar e outros fatores de risco. Separamos alguns autoexames simples que servem de alerta para você conversar com o

médico e pedir exames laboratoriais e clínicos complementares. Confira:

## ○ Circunferência da cintura

Estar com as medidas da cintura acima do recomendado indica uma concentração de gordura na região. O acúmulo de gordura no abdômen se relaciona com diversas disfunções metabólicas, que elevam o risco de hipertensão arterial, diabetes, colesterol alto. Quando associados, esses fatores de risco elevam as chances de doenças cardíacas e diabetes. As recomendações atuais são as de que a circunferência abdominal não ultrapasse 102 cm nos homens ou 88 cm nas mulheres. Para fazer essa medida, explica o profissional, basta posicionar uma fita métrica em volta do abdômen, na altura do umbigo, mantendo a barriga relaxada e tendo o cuidado de verificar se em toda a sua extensão a fita está paralela ao plano do chão. Caso você esteja acima do indicado, é necessário ir ao médico fazer alguns exames de rotina e procurar um plano de emagrecimento e atividade física.

## ○ Frequência cardíaca em repouso

A medição dos batimentos cardíacos pode ser feita manualmente ou através de frequencímetros (relógios que possuem uma fita torácica com sensores e transmissores que indicam os batimentos cardíacos). A frequência cardíaca pode ser medida de forma manual em qualquer lugar do corpo onde possa ser detectada a pulsação arterial, sendo os locais mais comuns o pulso carotídeo (pescoço, logo abaixo da mandíbula) e radial (no pulso).

A medida ideal está entre 60 e 80 batidas por minuto (bpm), porém a pessoa pode ser absolutamente saudável com frequências maiores ou menores - quem determinará isso é o médico. Segundo os especialistas, uma frequência entre 80 e 100 seria considerada como limítrofe e acima de 100 bpm uma frequência aumentada, que recebe o nome de taquicardia. Frequência cardíaca abaixo de 60 bpm pode ser verificada em pessoas que praticam esporte ou atletas. Frequências cardíacas muito baixas devem ser avaliadas para descartar problemas cardíacos.

## ○ Avaliação do sono

Excesso de trabalho, estresse, insônia, acúmulo de tarefas e distúrbios do sono são alguns dos vilões mais comuns de uma boa noite de descanso. Um estudo realizado em 2013 pelo Instituto de Pesquisa e Orientação da Mente (IPOM) afirma que 69% dos brasileiros avaliam seu próprio sono como ruim e insatisfatório, com problemas que vão desde a dificuldade para pegar no sono até acordar diversas vezes durante a noite. Embora as poucas horas de sono já façam parte da rotina dos brasileiros, dormir menos do que nosso corpo necessita pode afetar a nossa saúde como um todo - impedindo a síntese de hormônios, dificultando o emagrecimento, enfraquecendo a imunidade, etc. Os critérios utilizados são o de tempo, frequência e período - conhecido como regra TFP. O tempo que uma pessoa demora para dormir ou voltar a dormir não deve ser superior a 30 minutos. Além disso, essa dificuldade em iniciar ou manter o sono indica um problema se ocorrer pelo menos três vezes por semana e já deve estar ocorrendo há pelo menos seis meses. Esse é um bom indicativo para buscar tratamentos para insônia.

## ○ Alterações na memória

A fluência verbal aparece alterada em pessoas com diversos distúrbios patológicos, tais como Alzheimer, esquizofrenia e depressão. Isso porque a prova de fluência verbal mostra como está a capacidade do indivíduo de armazenar informações, recuperá-las e organizá-las. O teste de fluência verbal funciona da seguinte forma: a pessoa deve dizer o maior número de palavras possíveis dentro de um tema num período de tempo fixado.



AQUI  
ESPORTES

As sombras que crescem na Seleção Brasileira quem pode roubar vaga de titulares

Dos 23 convocados por Tite, 11 chegaram à Rússia com status de titular. Três deles, porém, têm suas vagas no time ameaçadas passados os dois primeiros jogos da Copa do Mundo. Consequência de boa atuação de um trio de suplentes nas partidas contra Suíça e Costa Rica: Fagner, Renato Augusto e Roberto Firmino aproveitaram as oportunidades dadas pelo treinador e brigam para se firmarem entre os principais. Douglas Costa também estaria na lista dos reservas que agradaram e estão prontos para entrar no time, porém sofreu lesão na coxa direita no duelo contra a Costa Rica e não jogará contra a Sérvia, preocupando para a sequência do Mundial.

## Jogos da Copa

## Grupo C

11h00 - Dinamarca x França  
11h00 - Austrália x Peru

## Grupo D

15h00 - Nigéria x Argentina  
15h00 - Islândia x Croácia

# Quem pode dançar na seleção

## JOGADORES



### FAGNER: LESÃO DE DANILLO ABRIU BRECHA PARA JOGADOR DO CORINTHIANS

Na véspera da partida contra a Costa Rica, o lateral-direito Danilo teve diagnosticada uma lesão no quadril. Com isso, imediatamente Tite confirmou Fagner como titular para a partida em São Petersburgo. Com a confiança do treinador com quem trabalhou no Corinthians, Fagner aproveitou bem a chance.

Além de mostrar segurança na defesa, se arriscou no ataque e deu bons cruzamentos, principalmente na etapa final da partida, quando a ansiedade pela estreia na Copa do Mundo já havia passado. Danilo não tem prazo de retorno e, neste momento, a tendência é que Fagner seja mantido para a partida contra a Sérvia, nessa quarta-feira (27).



### RENATO AUGUSTO: RECUPERADO E HOMEM DE CONFIANÇA DE TITE

Os primeiros dias de preparação de Renato Augusto para a Copa do Mundo foram um tanto quanto angustiantes, já que o jogador teve de lidar com problemas no joelho esquerdo. Embora não tenha tido lesão constatada, perdeu a vaga de titular dos dois últimos amistosos antes do Mundial e viu o 4-1-4-1 de Tite se encaixar com Philippe Coutinho. Recuperado do problema no joelho, está à disposição do treinador e foi usado no primeiro jogo da Copa do Mundo, contra a Suíça, na vaga de Paulinho. O volante caiu de rendimento nos últimos dois jogos em comparação com a fase de preparação para o Mundial e corre o risco de perder a vaga para Renato. Tite ainda busca equilíbrio no time e isso passa pela força no lado direito.



### FIRMINO: ELOGIOS E ENCANTAMENTO DE TITE

Após o jogo contra os costarriquenhos, o técnico Tite disse estar "descobrimo características" novas em Roberto Firmino. Após excelente temporada pelo Liverpool, que culminou até com o vice-campeonato da Liga dos Campeões, o atacante chegou com moral para a Copa do Mundo da Rússia, mas ciente de estar atrás de Gabriel Jesus na disputa pela posição de centroavante. Mesmo assim, no segundo jogo da Copa, Firmino entrou quando Jesus ainda estava em campo e acabou cumprindo uma função de meio-campista no time. Questionado, Tite não descartou usar os dois jogadores, embora a chance seja remota. - Temos um tempo junto com os atletas, e as características fazem com que você possa arriscar a execução de uma função.

## O mais velho da Copa do Mundo

Já eliminada da Copa do Mundo com uma rodada de antecipação, a seleção egípcia ao menos cravou seu nome na história da competição na Rússia de alguma forma. Nesta segunda-feira, diante da Arábia Saudita, em Samara, viu seu goleiro Essam El Hadary se tornar o jogador mais velho a

atuar em uma partida na história do Mundial, aos 45 anos. Justamente pelo fato de já ter decretada a eliminação, o técnico Héctor Cúper decidiu escalar El Hadary nesta segunda, até como uma forma de homenageá-lo. O treinador argentino, então, sacou o titular El Shemany, que até teve boa

atuação nos dois primeiros jogos, e escalou o veterano.

Goleiro egípcio supera Mondragón e se torna o mais velho a atuar em uma Copa

El Hadary chegou para este confronto com 45 anos e 161 dias. Com isso, superou com folgas o antigo dono do recorde, o também goleiro Faryd

Mondragón, que entrou aos 38 minutos do segundo tempo da goleada de sua Colômbia sobre o Japão, por 4 a 1, na Copa de 2014, no Brasil. Na época, Mondragón tinha 43 anos e três dias, superando o camaronês Roger Milla, que atuou com 42 anos no Mundial dos Estados Unidos, em 1994. São mais de

duas décadas a serviço da seleção egípcia para El Hadary, que estreou com as cores do país em 1996. Para se ter uma ideia da longevidade do goleiro, um de seus companheiros de equipe na Copa do Mundo da Rússia, o atacante Ramadan Sobhi, só nasceria um ano depois, em 1997.

## RONDA POLICIAL

# Mortes na Ilha

*Duas pessoas foram mortas entre a madrugada e manhã desta segunda-feira. Uma pessoa suspeita de homicídio também foi presa*

### Duas pessoas mortas no Coroadinho

Duas pessoas morreram no bairro do Coroadinho, no último domingo (24). As vítimas foram uma jovem e um adolescente, sendo que este último foi morto com sete tiros, por homens que não encontraram o primo dele, que seria o alvo do crime.

A vítima foi Danilo Câmara, de 15 anos, morto por três bandidos. Eles estariam à procura do primo do garoto, mas, como não o encontraram, Danilo pagou com a vida. Os criminosos atiraram sete vezes no rapaz, que morreu no local.

No mesmo dia, mas por volta das 22h30, ao sair de casa, Tatiana Santos do Carmo, de 24 anos, foi atingida por um tiro. O disparo teria vindo de um tiroteio registrado nas proximidades de onde mora. Ela chegou a ser socorrida, mas morreu a caminho do hospital. Três suspeitos desse crime foram presos: Moisés Pinheiro Pereira, Boaventura Sousa Pereira e Luís Carlos Santos Serra.

Entre a madrugada e manhã desta segunda-feira (25), duas pessoas foram mortas violentamente. O primeiro crime aconteceu durante a madrugada, por volta das 4h. Um homem, ainda não identificado, foi assassinado na Vila Embratel. Ainda não

se sabe qual a motivação do crime.

Já na manhã dessa segunda-feira, João Batista Câmara Oliveira, 39 anos, foi morto, no bairro Vila Bacanga. Informações revelam que o suspeito do crime estava em uma moto e, ao se aproximar da víti-

ma, disparou três tiros.

Na Matinha, em São José de Ribamar, um suspeito de ter praticado um assassinato foi preso e apresentado à Superintendência de Homicídios. Ele foi encontrado em um ônibus e estava com as mãos sujas de sangue.



### Jovem assassinado brutalmente

Um crime brutal foi cometido por várias pessoas, na cidade de Turiilândia, interior do Maranhão. Um jovem foi morto a golpes de faca em plena luz do dia. A vítima foi identificada como Jeremias Silva Ferreira, de 26 anos. Um dos suspeitos do crime foi identificado apenas como "Teteco". O crime aconteceu no centro da cidade. Vídeos que circulam pela internet mostram o momento que o homem era assassinado e agonizando. A polícia foi acionada, fez diligências na região à procura do suspeito, mas não obteve êxito. A vítima não resistiu aos ferimentos e morreu no local.

### Preso com arma, na Forquilha

Uma pessoa identificada como Roberval do Ribamar Pereira foi capturada em posse de uma pistola 0.40, um carregador e munição, no bairro da Forquilha, na MA-201. A informação partiu de um funcionário de uma choperia situada na região. O homem foi encaminhado ao Plantão de Polícia do Cohatrac.

## PM "diminui" tráfico em Pinheiro

Duas pessoas foram presas no povoado Santa Maria, em Pinheiro, cidade localizada na Baixada Maranhense, por suspeitas de tráfico de drogas. De acordo com informações da Polícia Militar, uma guarnição recebeu denúncia anônima que no povoado duas pessoas realizavam comercialização de drogas.

A equipe se deslocou até o local e constatou a veracidade da denúncia, onde foi encontrado dentro do bar, de propriedade de Hugo Jardim Marques, mais conhecido como "Real", 16 trouxinhas de maconha prontas para a comercialização.

Real, quando avistou a viatura da PM, arremessou a sua carteira porta-cédulas. Dentro tinha pedras de crack e R\$ 1.512,50.

Já com Geilson Pimenta Marques, o "Gel", foram encontrados dentro do seu bolso crack e R\$ 209.

Além das drogas, também foram encontrados uma espingarda bate-bucha, dois cartuchos contendo pólvora e a chave de uma motocicleta. A dupla foi encaminhada para a delegacia da cidade, onde todas as providências cabíveis ao caso foram tomadas.



**PROMOÇÃO DE ANIVERSÁRIO**

**40%**

FORMAÇÃO DE VIGILANTES E RECICLAGEM DE VIGILANTES

**30%**

OUTROS CURSOS

**17 ANOS**

**FORMAV**

CENTRO DE FORMAÇÃO DE VIGILANTES

O MELHOR PREPARATÓRIO EM SEGURANÇA!

**PAGUE EM ATÉ**

**TUDO INCLUSO NO VALOR DO CURSO:**

Camisa, apostila, equipamentos para aulas teóricas e práticas, aluguel de armas e munição + certificado (1 por curso)

\*Promoção válida de 11 a 30/06/18 (até o meio-dia)

Rua Odilon Soares, 39 Monte Castelo

www.formav.com.br

formav@formav.com.br

(98) 3253.6801 | 3243.1548

98421.2741