



## Parceria entre SINTESP e CEREST de Jundiá abre 18 vagas para profissionais do SESMT na região

Norminha teve acesso ao relatório da parceria firmada entre o SINTESP (Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho do Estado de São Paulo) e CEREST (Centro de Referência em Saúde do Trabalhador) de Jundiá (SP), que no período de 17 a 21 de março de 2014 realizaram visitas de fiscalização em mais de 90 empresas daquela região, com a finalidade de informar aos empregadores sob a necessidade do dimensionamento do SESMT conforme exigem os quadros da NR-4.

Esta parceria se concretizou através de uma reunião em que se reuniram representantes do Cerest - Centro de Referência em Saúde do Trabalhador, de Jundiá, e o presidente do SINTESP - Marcos Antonio Ribeiro, oportunidade em que assinaram, no dia 11 de março de 2014, na sede do Cerest, em Jundiá, SP, um termo de cooperação dando início a operação especial NR4/1, que objetiva fazer com que as empresas em geral contratem os profissionais da área de segurança e medicina do trabalho (técnicos e engenheiros de segurança, médicos e enfermeiros do trabalho e auxiliares de enfermagem).

Dentre as informações apresentadas no relatório de fechamento da ação conjunta CEREST/Jundiá e SINTESP, destacamos que na ação foram enviadas 9 autoridades sanitárias tendo à frente o Sr. Jesus dos Santos, Gerente do Cerest Jundiá e 17 diretores do Sintesp coordenados pelo Presidente Marcos A.A. Ribeiro, além de representantes dos sindicatos das categorias preponderantes daquela região, possibilitando uma blitz fiscalizatória composta por 5 equipes diárias, chegando-se ao seguinte resultado, considerando anteri-

ormente uma proposta de abordagem de 30 empresas:

Foram visitadas 93 empresas, definindo o número de vagas a serem preenchidas, por estarem em desacordo com o dimensionamento dos SESMTs: 13 Técnicos de Segurança do Trabalho; 02 Engenheiros de Segurança do Trabalho; 01 Médico do Trabalho; 01 Enfermeiro do Trabalho e 01 Auxiliar de Enfermagem do Trabalho.

Nesta semana, 24 a 28 de março, segundo informações do Gerente do Cerest de Jundiá, Sr. Jesus dos Santos, estarão ocorrendo reuniões com as empresas fiscalizadas para fechamento das não conformidades.



A foto mostra a oportunidade em que Marquinhos (SINTESP) assina acordo de parceria com Cerest de Jundiá (SP).

O gerente do Cerest explicou que, embora o objetivo da operação não seja o de multar as empresas, algumas delas poderão ser penalizadas. "Nosso objetivo é que as empresas contratem os profissionais. Para isso terão prazo suficiente, mesmo depois da lavratura de nosso Auto de Infração. Mas, em não sendo corrigida a infração, configurada pela falta de algum dos profissionais, a multa será lavrada no valor equivalente ao piso salarial do profissional, multiplicado pelos meses em que ele não está na empresa", explica Jesus.

Parcerias com demais Cerest de SP poderão ser firmadas com o SINTESP

## Itajaí (SC) vai receber em outubro o III Congresso Nacional de Segurança e Saúde no Trabalho Portuário e Aquaviário

Realizado pela Fundacentro, SIT-MTE, evento gratuito pretende reunir mais de 500 profissionais do setor



Evento será em Itajaí (SC) no período de 13 a 16 de outubro de 2014  
Inscrições para apresentação de trabalho estão abertas.

As reuniões preparatórias do III Congresso Nacional de Segurança e Saúde no Trabalho Portuário e Aquaviário, realizadas em 2013 e 2014 serviram como um ponto de início para as discussões, aprovação e andamento do evento que ocorrerá em Itajaí (SC), de 13 a 16 de outubro de 2014.

Instituições tripartites, representantes dos trabalhadores, empregadores e governo, reuniram-se na sede da Fundacentro em São Paulo, com o objetivo de traçar o cronograma de trabalho, bem como a redação do Regimento Interno, ficando acertado que a Coordenação Geral e Secretária Executiva do evento serão coordenadas pela Fundacentro de Santa Catarina junto às demais entidades participantes, a Comissão Executiva pela Diretoria Técnica participante e a Comissão Técnica coordenada pelo servidor Antonio Carlos Garcia Junior da Fundacentro do Espírito Santo e demais entidades participantes.

Destinado a trabalhadores portuários e aquaviários, operadores portuários, técnicos em SST e profissionais das entidades públicas e privadas ligadas ao setor, o III Congresso espera receber mais de 500 profissionais do setor, com o objetivo de divulgar conhecimentos, experiências no setor e dar continuidade de ações na melhoria das

condições de trabalho, considerando a implantação das NR 29 e 30 e seus anexos.

O período de inscrição de trabalhos teve início em 15 de março de 2014 e se encerra em 30 de junho de 2014. Poderão ser apresentados em forma oral, pôster ou multimídia, devendo ser encaminhados para o e-mail:

cesc@fundacentro.gov.br ou junto à Fundacentro em Florianópolis (SC), no endereço: rua Silva Jardim, 213, Praia-Centro, CEP: 88020-199, ou, ainda pelo telefone (48) 3212.0500 / Fax: (48) 32120572.

Todos os detalhes sobre as Normas para Apresentação dos Trabalhos, programação, credenciamento, local do evento, entidades participantes e informações gerais encontram-se disponíveis no portal da Fundacentro.

O evento conta com o apoio do Ministério dos Transportes, Marinha do Brasil/Diretoria de Portos e Costas (DP-C), Associação Brasileira dos Terminais Portuários (ABTP), Federação Nacional dos Operadores Portuários (FENOP), Petrobras Transportes S.A. (Transpetro), Sindicato Nacional das Empresas de Navegação Marítima (Syndarma), Confederação Nacional dos Trabalhadores em Transportes Aquaviários e Aéreos, na Pesca e nos Portos (CONTT-MAF), Federação Nacional dos Conferentes e Consertadores de Carga e Descarga, Vigias Portuários, Trabalhadores de Bloco e Arrumadores (FENCCOVIB), Federação Nacional dos Estivadores (FNE), Federação Nacional dos Portuários, Federação Nacional dos Trabalhadores em Transportes Aquaviários e Afins (FNTTAA), Previdência Social, Sindicato Nacional dos Oficiais da Marinha Mercante (SINDMAR), Secretaria dos Portos/PR (SEP), Associação Brasileira dos Terminais de Contêineres de USP Público (ABRATTEC) e Federação Nacional das Empresas de Navegação Marítima, Fluvial, Lacustre e de Tráfego Portuário (FENAVEGA).

## 7º Encontro Estadual da Construção Civil em Família será neste sábado em dez municípios paulistas

Vem aí o 7º ConstruSer 2014!



7º ConstruSer (Encontro Estadual da Construção Civil em Família), maior evento de responsabilidade social da construção civil paulista, acontecerá neste ano no dia 29 de março de 2014 (próximo sábado), simultaneamente em dez municípios do Estado.

Em 2014, o tema do evento é "ConstruSer Desperta a Inclusão do Esporte na Família", com um dia voltado a festivais e competições esportivas, com muita diversão exclusivamente para o trabalhador da construção civil pré-inscrito pelas construtoras, para participar com sua família e amigos.

O ConstruSer objetiva elevar a qualidade de vida dos trabalhadores da construção civil e de seus familiares por meio de atividades lúdicas e socioedu-

cativas que fortaleçam o vínculo familiar e promovam a autoestima. O evento é uma realização do SindusCon-SP (Sindicato da Indústria da Construção do Estado de São Paulo) conjuntamente com Fiesp, Sesi-SP, Senai-SP e em parceria com o Seconci-SP.

Os participantes terão à disposição atividades como educação alimentar, oficinas de leitura, orientações às mães e gestantes, exames médicos e odontológicos, esportes, oficinas de artesanato para geração de renda complementar, oficinas de educação ambiental e outras práticas relacionadas à saúde, educação, cultura, lazer e entretenimento, como o Show de Talentos, um concurso no qual os participantes podem mostrar seus dotes artísticos, da músi-



sábado, 29 de março de 2014

## Grupo dos Técnicos de Segurança do Trabalho de Alagoas realiza seminário sobre NR 35 nesta sexta

Evento será realizado nesta sexta-feira, 28 de março de 2014, a partir das 08 horas no Auditório do SENAI Poço, Maceió (AL).

No período da manhã será apresentada a seguinte palestra:

"Gestão documental da NR 35: os desafios para uma implantação eficaz", por Cosmo Palasio de M. Junior - Colunista da Revista Proteção e CP Soluções. Na sequência terá um debate aberto para discutir sobre engenharia, medicina e psicologia do trabalho.

Já no período da tarde, com início às 14h30, serão apresentadas as seguintes palestras:

"Considerações sobre plano de emergência e resgate em altura" com CBM/AL e;

"NR 35: as dificuldades de interpretação e a realidade da fiscalização" com Alexandre Sabino de Oliveira - Auditor Fiscal SRTE/AL.

INSCRIÇÕES: [lstprevencionista.al@gmail.com](mailto:lstprevencionista.al@gmail.com)  
Enviar a solicitação com nome, empresa, cargo, fone e e-mail.  
LEVAR 2Kg DE ALIMENTO NO DIA DO EVENTO.

## Sindalquim realiza 5º Seminário de Saúde em Rio Preto (SP)

Será realizado hoje (27/03/2014) e amanhã no Hotel Nacional Plaza Inn, em Rio Preto (SP), o 5º Seminário de Saúde do Trabalhador. O objetivo do evento é fomentar a participação dos trabalhadores, da CIPA e do SESMT do setor químico, para proporcionar uma política de ação conjunta entre os diversos setores, com o intuito de construir um ambiente e uma organização de trabalho saudável propiciando a redução e eliminação dos acidentes e doenças do trabalho. O diretor do Departamento de Saúde do Trabalhador da Fequimfar, João Donizeti Scaboli, é um dos parceiros do evento.

O evento é uma realização do Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias da Fabricação de Alcool Químicas e Farmacêuticas de São José do Rio Preto - SP e Região.

Neste encontro terá uma palestra motivacional com o Casal Peralta, do Rio Grande do Sul.

## "Introdução a higiene ocupacional" será tema de sábado de capacitação

Sábado de capacitação do SINTESP será neste próximo dia 20/03

Mais um sábado de capacitação será realizado no SINTESP em São Paulo, na Rua 24 de maio, 104 - 5º andar - República - São Paulo, capital.

Desta vez será neste próximo dia 29 de março de 2014, quando os participantes estarão discutindo a "Introdução a Higiene Ocupacional".

O encontro tem participação gratuita e é voltado para os profissionais de SST, desenvolvido das 09 às 12 horas.

O palestrante será José Henrique que é técnico em eletroeletrônica pelo Senai e especializado em segurança do trabalho, atuando há quase cinco anos na Instrutherm.

Na programação terá a participação efetiva da empresa Instrutherm, com aparelhos medidores e monitoramento, com a oportunidade de conhecimento

prático específico em Medidor de Nível de Stress e Dosímetro; quando, onde e como utilizar de forma correta e adequada estes aparelhos pelos prevenционistas; uso dos aparelhos como ferramenta de auditoria em engenharia de segurança e medicina do trabalho; emissão de impressos para formação de documentos em laudos internos; reforço instrumental para departamentos jurídicos via divisão de RH; formas de manutenção dos aparelhos e documentos; aliança entre a engenharia de segurança e medicina do trabalho.

Participe!  
Inscrições e informações pelo e-mail [eventos@sintesp.org.br](mailto:eventos@sintesp.org.br) - telefone (11) 3362-1104 (ramal 22) e o investimento é de 2 kg de alimentos não perecíveis.

## Sinduscon-SP e ABRAMAT fecham parceria para realização conjunta do CONSTRUBR 2014

Pela primeira vez, um evento do setor contará com feira, congresso e rodadas de negócios

Sindicato da Indústria da Construção Civil do Estado de São Paulo (Sinduscon-SP) e a Associação Brasileira da Indústria de Materiais de Construção (ABRAMAT) estão unindo seus esforços para a realização conjunta do CONSTRUBR.

Este será o primeiro evento voltado para executivos do setor da construção que promoverá em um mesmo ambiente congresso, feira e rodadas de negócios, e terá lugar no Expo Transamérica (São Paulo), em 23 e 24 de abril de 2014.

O ConstruBR está sendo organizado com foco em três pilares - Inteligência, Tecnologia e Gestão -, temas que estarão presentes na feira, no congresso e nas rodadas de negócios, de forma totalmente integrada.

O presidente do Sinduscon-SP, Sergio Watanabe, destaca que o objetivo em reunir os diversos elos da cadeia produtiva do setor de construção é estimular e estreitar o relacionamento entre construtoras e fornecedores. "Temos convicção que a parceria com a ABRAMAT fortalece ainda mais o ConstruBR, que nasce com o propósito de criar um ambiente de negócios apoiado no planejamento e desenvolvimento conjunto de ações."

O presidente da ABRAMAT, Walter Cover, enxerga o ConstruBR como uma plataforma de diálogo e negócios que contribuirá de forma efetiva para novas parcerias. "A cadeia da construção representa cerca de 9% do PIB brasileiro

e, sem dúvida, realizar um evento focado em negócios é um grande desafio e uma grande responsabilidade. Temos as empresas líderes como nossas associadas e estamos convictos que o evento servirá para estreitar o relacionamento entre a indústria e as construtoras. O momento é estratégico para todo o mercado e a parceria com o Sinduscon-SP para realizar o ConstruBR indica uma mudança de patamar, que permitirá avanços consistentes na produtividade, gestão e inovação do setor".

Além da parceria entre o Sinduscon-SP e a ABRAMAT, mais de 50 entidades representativas do mercado da construção estão apoiando o evento, entre elas a Abal, ABCP, Abecip, ABCIC, CBIC, Abravidro, Abrafati e Fiabci Brasil.



Mais informações sobre participação e inscrição podem ser obtidas no telefone (11) 3032-5633 com Louise [louise@sators.com.br](mailto:louise@sators.com.br) ou Cláudia [claudia@sators.com.br](mailto:claudia@sators.com.br)  
As informações sobre o evento já estão disponíveis no site: [www.construbr.com.br](http://www.construbr.com.br)  
[inscreva-se](mailto:inscreva-se).

**PROMED**  
Medicina e Segurança do Trabalho

Exames: Admissional; Demissional; Periódicos; Retorno ao Trabalho; Mudança de Função; Psicossocial; Exames Complementares  
Laudo Ergonômico; Treinamentos; PPARA; PCMSO; PCMAT; LTCAT; SIPAT; PPP

**(18) 3301-1361**  
Rua Amazonas, 305 - Araçatuba-SP

**Sim, beleza é fundamental!**  
**Mas tem que ter conteúdo!**

clique aqui e veja o que criamos para você!

Zane

**Fisioterapia MAESTRO CARDIM**  
**(11) 97444-0902**

Reabilitação Esportiva; Fisioterapia Ortopédica; Prevenção de lesão; Pilates Studio; Acupuntura; RPG; Quiropraxia

Fisioterapeuta Marcelo Kazuaki Simplicio [marcelo\\_ks@hotmail.com](mailto:marcelo_ks@hotmail.com)  
Rua Maestro Cardim, 1259; Paraíso São Paulo/SP (perto do metrô Paraíso)

**EQUIPE**

NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS

Intermediamos as melhores opções de acordo com suas necessidades

**(18) 3622-2281**  
[www.equipeni.com.br](http://www.equipeni.com.br)  
Av. José Ferreira Batista, 3435 Araçatuba - SP

**GoBrasil**  
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS  
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer

**Aqui você encontra o website que tanto procura**

[www.goobrasil.com.br](http://www.goobrasil.com.br)

**ESGALHA**  
TOTAL SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO

Venda e manutenção de Extintor, Hidrante, Alarme contra incêndio, Iluminação de emergência, Detecção e Sprinkler

Projeto para Bombeiros  
Assessoria Técnica Especializada  
Curso de Formação Brigada de Incêndio  
Certificado e Apostila

[total.sistemas@terra.com.br](mailto:total.sistemas@terra.com.br)  
[esgalha.projetos@terra.com.br](mailto:esgalha.projetos@terra.com.br)  
Avenida Prestes Maia, 2870  
**(18) 3301-9320 / 3301-9322**  
ARAÇATUBA - SP

**Divulgue sua empresa nas edições de Norminha.**  
**São mais de 200 mil profissionais e empresas que recebem nossas edições toda quinta-feira**  
**Entre em contato: contato@norminha.net.br**



# Oficina da Norma

Sistema de Gestão Integrados: Saúde e Segurança Ocupacional, Meio Ambiente e Qualidade

**Patrícia Milla Gouvêa**  
Engenheira Química e SGT - patricia.milla@yahoo.com.br

## PROPRIEDADE DO CLIENTE

Por vezes, o Cliente confia a seus Fornecedores, produtos, desenhos, projetos, ferramentas e máquinas. Cabe a organização cuidar da propriedade do Cliente.

A ISO 9001 no seu item 7.5.4 – Propriedade do cliente, diz que tudo que for de propriedade do Cliente, deve ser cuidado de maneira especial. Entende-se como propriedade do cliente:

Produtos para serem incorporados ou trabalhado, por exemplo:

- o cliente manda peças metálicas para fazer tratamento de superfície. Essas peças metálicas são de propriedade do cliente;
- o cliente manda uma fibra ótica para uma fábrica de cabos colocar uma proteção metálica e capa. A fibra é propriedade do cliente;
- um armazém recebe um carregamento de geladeiras para guardar. As geladeiras são de propriedade do cliente;
- uma empresa de valores coleta um malote no banco. O malote é de propriedade do cliente;
- uma transportadora coleta uma carga para entregar em outro endereço, e assim por diante.
- desenhos com informações confidenciais e detalhes estratégicos do cliente;
- ferramentas. Muitas vezes, o cliente, fornece determinada ferramenta ao seu fornecedor para que ele possa realizar dada tarefa. A ferramenta é propriedade do cliente;
- materia prima para beneficiamento. Quando o cliente compra o material e manda ao fornecedor para beneficiar e devolver, essa matéria prima é de propriedade do cliente;
- máquinas;
- informações. Imagine um Call center que recebe do seu cliente uma relação de nomes e telefones. Essa lista é de propriedade do cliente;
- veículos de transporte. No momento em que o caminhão do cliente entrou no pátio da empresa para retirar uma mercadoria. O caminhão deve ser tratado como propriedade do cliente;
- fórmulas ou projetos, muitas vezes confidenciais; entre muitos outros.

Ou seja, entende-se por propriedade do cliente, aquilo que está na sua empresa, mas não é seu, é do cliente.

A ISO 9001 entende que para cuidar da propriedade do cliente, a organização deve pelo menos:

Identificar o que é de propriedade do cliente e de que cliente;

Verificar em momentos planejados a propriedade do cliente. No mínimo, essa verificação deve ser no recebimento e na entrega;

Proteger para que a propriedade do cliente se mantenha intacta.

Como problemas podem acontecer, a ISO 9001, solicita que a organização informe e mantenha registros (conforme o item 4.2.4 – Controle de registros da qualidade) dessa informação caso aconteça da propriedade do cliente ser: Perdida; Roubada; Danificada; ou Considerada inadequada.

Em casos de informações confidenciais, é prudente que o cliente seja alertado, mesmo em caso de suspeita de quebra do sigilo.

Veja o que a ISO 9001:2008, no item 7.5.4. Propriedade do cliente, nos tem a dizer:

A organização deve ter cuidado com a propriedade do cliente enquanto estiver sob o controle da organização ou sendo usada por ela. A organização deve identificar, verificar, proteger e salvaguardar a propriedade do cliente fornecida para uso ou incorporação no produto. Se qualquer propriedade do cliente for perdida, danificada ou considerada inadequada para uso, a organização deve informar ao cliente este fato e manter registros (ver 4.2.4).

**NOTA:** Propriedade do cliente pode incluir propriedade intelectual e dados pessoais.

Fonte: [www.academiplatonica.com.br](http://www.academiplatonica.com.br) (Alvaro Freitas)

Uma ótima semana a todos e até a próxima!

Patrícia Milla Gouvêa

## Alta Noroeste Sinalização Viária capacita operador e instrutor de Guindauto



Curso de Instrutor e Operador de Guindauto (MUNCK) foi realizado em Araçatuba (SP)

Ministrado Por Gerson de Souza Santos, Técnico de Segurança do Trabalho e Instrutor da Mundial Cursos e Treinamentos de Campinas (SP), o curso foi realizado no dia 24/03/2014.

Os Operadores que receberam a capacitação foram: Raul, Rogério e Rodrigo e o Técnico de Segurança do Trabalho Elton do Nascimento Gava recebeu aulas de formação para ministrarem os demais cursos que estão programados para 2014.

As aulas teóricas e práticas foram realizadas na unidade de Araçatuba nas dependências da na empresa Alta Noroeste Sinalização Viária.

O SESMT da Alta Noroeste Sinalização Viária é coordenado pelo TST Elton Gava, o qual elaborou para o ano de 2014 várias atividades que irão incrementar e implementação de medidas preventivas e dar mais condições de trabalho aos colaboradores da empresa. ☺



A capacitação aumenta a aplicação de medidas de segurança nas atividades.




### Segurança do Trabalho

### Medicina Ocupacional

### Exames Complementares

### Treinamentos

(18) 3305-8004 / 3608-7491  
asomedm@terra.com.br  
Rua Tupinambás, 310 – Araçatuba - SP



Comércio de Equipamentos de Proteção Individual

**TREINAMENTOS**

- Trabalho em Altura; NR-10;
- Operador de Empilhadeira;
- Operador de Ponte Rolante;
- Laudo de Compressores;
- CIPA;
- Operador de Guincho

**18 3301-1514**  
epi.com@ig.com.br



**doisDI**

(18)98801-3114  
joice@doisdi.com

(18)98801-2115  
luiz@doisdi.com

BRANDING - WEB - MULTIMÍDIA - PRODUTO



Caio Cesar Cachoni  
Representante Comercial

Telefones p/ Contato:  
(018) 3644-5473 (Escritório)  
(018) 98117-8892 (Home)  
(018) 98131-2390 (Celular)  
(018) 98128-8321 (WhatsApp)

E-mail: caioepseg@terra.com.br  
Skype: caiocachoni

unibrazil uniformes

AERO

**FORTPÉ REIDRAT**

CALÇADOS DE SEGURANÇA



**MC**

EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO

O EPI QUE VOCÊ  
PRECISA TEM AQUI

**(18) 3652-9703**

Avenida Bento da Cruz, 39  
PENÁPOLIS E REGIÃO



**MultSeg**

(18) 3641-8015

EPI que você precisa tem aqui!  
Assessoria e Consultoria  
Orientações técnicas  
Birigui e Região  
Rua Pedro Álvares Cabral, 899

Divulgue sua empresa na  
**Norminha**  
contato@norminha.net.br

## Estudo do Projeto ARCUS avalia exposição de trabalhadores à sílica em Minas Gerais



Pesquisadores da UFMG, da UFOP, da Fundacentro e da Universidade de Lille, da França, realizam trabalho de campo

Por ACS/C.R.

A Fundacentro participa nos meses de março, abril e maio de trabalho de campo na cidade de Corinto/MG. A ação dá continuidade à avaliação dos trabalhadores expostos à sílica na atividade de lapidação de quartzo. O estudo é coordenado pela médica pneumologista Ana Paula Scalia Carneiro, do Serviço Especializado em Saúde do Trabalhador - SEST do Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG.

A pesquisa faz parte do Projeto ARCUS, acordo de cooperação entre a UFMG e a Universidade de Lille, da França. O médico pneumologista da Fundacentro, Eduardo Algranti, avaliará os trabalhadores em conjunto com as médicas Ana Paula Carneiro e Nathalie Cherot Kornobis, pesquisadora da Universidade de Lille, que permanecerá em Minas Gerais de 2 de março a 30 de maio.

“Esse estudo tem como objetivo avaliar a importância do conhecimento dos marcadores inflamatórios no sangue e ar exalado de trabalhadores expostos à sílica, observando o desenvolvimento ou agravamento da silicose, assim como avaliar qualitativa e quantitativa a exposição, visando o posterior estabelecimento de um plano de prevenção primária da doença”, explica Algranti.

A pesquisadora francesa também participará da elaboração de um banco de dados, que permitirá a preparação de trabalhos científicos. A exposição dos trabalhadores à sílica, por sua vez, será avaliada pelo tecnologista da Fundacentro/MG, Lenio Amaral. Já a Universidade Federal de Ouro Preto - UFOP é responsável pelas coletas de material biológico e análises laboratoriais de marcadores inflamatórios no sangue.

Até o momento, o SEST/MG avaliou cerca de 130 trabalhadores da região de Corinto. Muitos deles são portadores de silicose, incluindo jovens com formas graves da doença. Há predominância do

trabalho informal, realizado precariamente em oficinas improvisadas. “Já foram realizadas duas etapas do estudo dos marcadores inflamatórios com resultados promissores”, afirma Ana Paula Carneiro.

Na perspectiva do Programa Nacional de Eliminação da Silicose - PNEs, os trabalhos podem resultar na criação de um programa de intervenção para a prevenção primária da silicose dentro da atividade estudada.

### Parceria

A participação de uma pesquisadora francesa no estudo é fruto de um acordo entre o estado de Minas Gerais e a Região de Nord Pas de Calais, da França, que possibilitou a parceria entre a Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG e a Universidade de Lille, denominada Projeto ARCUS. As universidades estabeleceram algumas linhas de cooperação técnica, como a de saúde ocupacional, centrada em doenças respiratórias.

O Projeto também possibilitou que os médicos Ana Paula Carneiro, da UFMG e Eduardo Algranti, da Fundacentro, participassem do Programa de Cooperação Técnica em nível de pós-doutorado na Universidade de Lille, em setembro e outubro de 2013.

Na Universidade de Lille, os pesquisadores envolvidos iniciaram a organização do banco de dados sobre trabalhadores expostos à sílica em atividades de lapidação de pedra acompanhados pelo laboratório da UFMG.

“Paralelamente conhecemos os principais aspectos do sistema de saúde ocupacional francês e iniciamos a manipulação de equipamentos de avaliação de óxido nítrico exalado. Participamos como alunos de um curso sobre tomografia de alta resolução do tórax e planejamos a continuação do trabalho de avaliação de lapidadores expostos à sílica com a presença de pesquisadores franceses no Brasil”, conta Algranti.

Esse programa foi inaugurado com uma visita da equipe francesa a Belo Horizonte/MG, Ouro Preto/MG e São Paulo/SP em agosto de 2012, que incluiu a realização de seminários na Faculdade de Medicina da UFMG, onde foram apresentados os projetos de pesquisa da equipe, e na Fundacentro/SP. A parceria agora proporciona a vinda da pesquisadora Nathalie Kornobis, que será seguida pelo posterior estágio do pesquisador Sebastien Hulo. ☺

## Osasco (SP) vai receber Curso de Gestão de Resíduos Sólidos

Curso sobre “Gestão de Resíduos Sólidos” será aplicado no dia 12 de abril de 2014, das 08 às 17h00 na sede da Regional do SINTESP (Sindicato dos Técnicos de Segurança do Trabalho do Estado de São Paulo), que fica na Avenida das Flores, 1373 - Sala 12, Jd. Das Flores em Osasco (SP).

O objetivo do curso é para discutir a questão dos resíduos gerados nas mais diversas atividades econômicas, bem como, analisar os impactos provenientes dessa geração, assim como, apresentar métodos e estruturas existentes, principalmente as legais como forma de controle.

Após o curso o aluno deverá entender os elementos da gestão de resíduos, bem como, estar apto a compreender e operar os documentos necessários neste processo, do início ao final.

O instrutor será Luiz Alfredo Favaretto, especialista em educação ambiental pela Universidade da Cidade de São

Paulo e em Gestão Pública. É graduado como Tecnólogo em Gestão Ambiental pela Universidade de Mogi das Cruzes, atua como microempresário na área de transporte de resíduos, atuou também como professor na Universidade Tecnológica Federal do Paraná, especialmente no atendimento de acadêmicos do curso de pós-graduação em Gestão Pública, que inclui diversas disciplinas que tratam de forma interdisciplinar/transversal os aspectos ambientais e sua importância dentro de uma gestão pública dinâmica.

O público alvo do curso é técnicos e engenheiros de segurança do trabalho; técnicos e gestores ambientais, estudantes e demais interessados que atuam ou pretendem atuar na área.

O investimento é de R\$160,00 para associados em dia com o SINTESP e de R\$320,00 para os demais interessados.

Mais informações e inscrições: [sintesposasco@sintesp.org.br](http://sintesposasco@sintesp.org.br) ☺

## Cerest Jundiá é o primeiro do Brasil a vencer no TST

O Centro de Referência em Saúde do Trabalhador (Cerest) de Jundiá (SP) teve uma decisão inédita no País. O órgão, ligado à Secretaria de Saúde, venceu uma ação trabalhista que questionava a autuação por infração sanitária feita pelo Cerest após acidente do trabalho ocorrido há cinco anos numa empresa da cidade.

A decisão do Tribunal Superior do Trabalho (TST), instância máxima da Justiça Especializada, reconhece inclusive a competência do órgão para fiscalizar e atuar em matéria de segurança do trabalho. A decisão foi tomada no final de 2013.

A mesma sentença já havia sido proferida pelo Tribunal Regional do Trabalho (TRT) da 15ª Região. Nesse despacho, inclusive, o desembargador relator Flávio Nunes Campos reconheceu a “competência do órgão municipal (Cerest) para a fiscalização e autuação em

matéria de segurança do trabalho” e a validade do auto de infração nº 228/08 (fls. 41) “bem como do auto de imposição de penalidade nº 284/08 (fls. 60) e atos posteriores decorrentes”.

Para o gerente do Cerest, Jesus dos Santos, a decisão vem ao encontro não só do próprio município mas também do Brasil. “Desde 2005, a Secretaria de Negócios Jurídicos da Prefeitura de Jundiá sustenta judicialmente a competência do Cerest para a fiscalização e autuação em matéria de segurança do trabalho. Por essa decisão do TST, to-

dos os órgãos deste tipo no Brasil se beneficiam”, comemora.

### Andamento

Depois de um acidente de trabalho ocorrido em 2008 nas instalações de uma metalúrgica localizada no Distrito Industrial, o Cerest Jundiá lavrou os respectivos autos de infração e de imposição de penalidade.

Com a decisão do TST, que já transitou em julgado, a empresa teve de recolher à Prefeitura de Jundiá a multa lavrada em 2008, no valor de R\$ 74,4 mil. ☺

## Curso para formação de assistente técnico em perícia judicial trabalhista será em Maringá (PR)

Será realizado em Maringá (PR), nos dias 02, 03 e 04 de abril de 2014, o Curso para Formação de Assistente Técnico em Perícia Judicial Trabalhista com ênfase em insalubridade e periculosidade.

O curso será desenvolvido no SIN TRACOM – Sindicato da Construção Civil, que fica na Avenida Paicandu, 950.

O investimento para quem é sócio do SINTESPAR e estudantes do curso de TST é de R\$300,00 e para demais interessados é de R\$600,00.

As inscrições devem ser feitas junto ao e-mail [sintespar@yahoo.com.br](mailto:sintespar@yahoo.com.br) ou pelo telefone (41) 3363-4152.

Voltado para profissionais atuantes nas áreas de saúde e segurança do trabalho, médicos do trabalho, engenheiros de segurança do trabalho, técnicos de segurança do trabalho, fisioterapeutas, fonoaudiólogos, o objetivo do curso é de fornecer conhecimentos técnicos de perícia judicial e assistência técnica em perícia judicial a todos os participantes para que ao final todos tenham conhecimentos técnicos e jurídicos para atuar como Assistente Técnico em Perícia Judicial. ☺

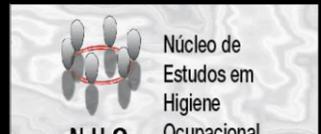
## FIFOL

Depois de alguns anos na gaveta, o Festival Internacional do Folclore de Olímpia – FIFOL - retorna em 2014 em novo formato. O evento que acontece na próxima semana, de 4 a 13 de abril, será realizado com apoio do Tuti Resort. Durante o 8º FIFOL a cidade será transformada em um grande palco cultural.

Com o tema “Integrando a Diversidade e Unindo Culturas”, o Festival trará para esta edição grupos que prometem surpreender o público com apresentações da cultura tradicional de cada país. Esta edição terá a presença de grupos da Argentina, Itália, México, Colômbia e Brasil, além de Portugal e da Alemanha, representados por colônias brasileiras.



Considerada a capital nacional do folclore, Olímpia volta a contar com o Festival Internacional de Folclore (Fifol), após um hiato de dez anos. O evento, realizado de 1998 a 2004, chega em 2014 a sua 8ª edição. De 4 a 13 de abril, a cidade será movida pela cultura e as tradições de grupos folclóricos de cinco países. ☺



**N.H.O.** Núcleo de Estudos em Higiene Ocupacional

**Curso de Introdução à Higiene Ocupacional**

**1º Módulo** (Agentes Químicos) **7, 12 e 26 de Abril**

**2º Módulo** (Agentes Físicos) **10, 17 e 24 de Maio**

**3º Módulo** (Agentes Biológicos, Ergonomia e Dados Estatísticos) **7, 14 e 28 de Junho**

Mais informações, acesse:  
[www.nhohigieneocupacional.com.br/noticias](http://www.nhohigieneocupacional.com.br/noticias)  
[www.facebook.com/pages/nho-cursos/173605219477121?ref=ts](http://www.facebook.com/pages/nho-cursos/173605219477121?ref=ts)

Tel.: 2389-5895 Cels: 95780-1684 / 96807-3588

**Desconto para associados do Sintesp**  
[www.nhohigieneocupacional.com.br](http://www.nhohigieneocupacional.com.br)  
Rua Teixeira da Silva, 445 - Paraíso - São Paulo - SP

**ESTUDANTES, EMPRESÁRIOS E LIBERAIS**

Receba gratuitamente em seu e-mail corporativo e/ou pessoal edições da Revista Digital Norminha toda quinta-feira e fique por dentro do mundo da SST, Meio Ambiente, e tudo sobre as ações relacionadas ao trabalho.

Basta enviar seu nome completo, sua função e nome de sua cidade/estado para:  
[contato@norminha.net.br](mailto:contato@norminha.net.br)

## Palestra gratuita: Saúde e segurança do trabalho

Será realizada no dia 09 de abril de 2014 no auditório do Senac São José do Rio Preto (SP)

Em 9 de abril, o Senac São José do Rio Preto promove a palestra Saúde e Segurança do Trabalho, para oferecer ao público presente informações da área da construção civil na região e as medidas de segurança necessárias para garantir o trabalho seguro dos operários do setor.

O evento contará com a presença do Auditor fiscal do Trabalho de Rio Preto, Wlamir Barcha (Auditor fiscal do Trabalho do Ministério do Trabalho e Emprego na região de São José do Rio Preto, desde 2007. Especialista em Engenharia de Segurança do Trabalho pela Universidade de São Paulo, possui graduação em Direito pela Universidade Pau-

lista e em Engenharia Mecânica pela Universidade Federal de Uberlândia), que trará dados regionais recentes sobre sua atuação e sobre o mercado da segurança na construção.

O objetivo da ação é levar aos participantes conhecimentos suficientes para que possam entender os objetivos das últimas modificações da Norma Regulamentadora - NR 18, do Ministério do Trabalho e Emprego, e a realidade dos canteiros de obras de São José do Rio Preto e região.

Conheça os cursos que o Senac oferece na área de segurança e saúde no trabalho.

Público-alvo: Alunos e ex-alunos da

área de segurança e saúde no trabalho, profissionais da área e interessados no tema.

Tags: Palestra: Saúde e Segurança do Trabalho, segurança do trabalho, Senac sp, Senac São José do Rio Preto, construção civil, medidas de segurança

### Data e Horário

09/04/2014 das 14h30 às 16h30

Preço: Participação gratuita.

Inscrição: se-

Senac São José do Rio Preto  
Rua Jorge Tibiriçá, 3518 - Santa Cruz - São José do Rio Preto - SP  
E-mail: sjriopreto@sp.senac.br  
Telefone: 17.2139-1699

✉

## Usina Alta Paulista capacita trabalhadores em espaço confinado e trabalho em altura

Os trabalhadores participaram do treinamento de Espaço Confinado no período de 10, 11, 12 e 13 de fevereiro de 2014 nas dependências da Usina Alta Paulista em Junqueirópolis SP.

Durante o treinamento fizeram o uso dos EPIs, EPCs e utilizaram vários equipamentos como: detector de gases, equipamentos de ventilação, exaustão, iluminação entre outros.

Foram realizados exercícios práticos bem como resgate em espaço confinado.

O Serviço de segurança da USALPA ficou satisfeito com a participação dos colaboradores, os quais mostraram comprometimento com o curso tanto na parte teórica como prática.

"Podemos enfatizar que a empresa está buscando além de cumprir normas de segurança a satisfação dos trabalhadores em realizar suas atividades com segurança, isso fortalece o conceito prevencionista dentro da empresa" comentou o técnico de Segurança e Instrutor de Espaço Confinado Oséias



Equipe que foi treinada para atuar em espaços confinados.

Semencio dos Santos, o qual agradeceu a todos os trabalhadores pelo empenho no treinamento.

Por outro lado, no dia 07 de fevereiro de 2014, os trabalhadores também havia participado do treinamento em segurança de Trabalho em Altura nas dependências da Usina Alta Paulista em Junqueirópolis SP.

Foram utilizados EPIs, EPCs adequados, como cinto de segurança, trava quedas, talabarte y, talabarte de posicionamento, linha de vida, entre outros.

Realizaram exercícios práticos de resgates em altura.

Esses cursos de capacitação fazem parte da programação de 2014 do Serviço de Segurança da Usina Alta Paulista, o qual têm apoio irrestrito da direção e que vem adotando medidas atualizadas para a prevenção e trabalho seguro.



Equipe que recebeu treinamento para trabalho seguro em altura.



Momento em que demonstrava trabalho seguro em altura. ✉

## Usina Rio Pardo e Agrícola Tatez realizam mais uma SIPAT com bela programação



O evento foi acompanhado com muita atenção por parte de todos os empregados

Mais de 600 colaboradores da Usina Rio Pardo e da Agrícola Tatez participaram da 5ª Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho (SIPAT), realizada entre os dias 10 e 14 de março, no clube de campo da URP.

Este ano, a organização da SIPAT abordou temas como: "Acidente Zero", "Qualidade de Vida", "Acidente no Trabalho", "Motivação e Saúde", "Prevenção as DSTs", "Conservação auditiva", "Meio Ambiente", "Conduta pessoal e ética", "Acidente com as mãos" e "Sustentabilidade".

Todas as palestras foram animadas com a presença da equipe Saúde e Segurança, que, através de representações teatrais, falaram a respeito dos temas. Além disso, houve também sorteio de vários brindes para os colaboradores que participaram da SIPAT 2014.

Com relação à Segurança, os instrutores deram dicas de como evitar acidentes de trânsito no trajeto entre a residência e o trabalho. Além disso, mostraram a importância do uso adequado dos EPIs (Equipamentos de Proteção Individual), explicando que, se o colaborador não tomar essa medida, ele será o maior prejudicado.

Na parte da Saúde, a equipe Saúde e Segurança, de forma animada, falou também a respeito da importância da prevenção auditiva entre os colaboradores da URP e da Agrícola Tatez, prin-

cipalmente aqueles expostos a ruídos constantes.

Eles ainda abordaram situações relacionadas a conservação do meio em que se vive e ética para com os companheiros de serviço.

O Coordenador de Segurança do Trabalho e responsável pela organização da SIPAT, Rogério Feriato diz que o desafio é tornar o evento melhor a cada ano. "Estamos seguros que a nossa quinta edição superou as expectativas e certamente atingimos o nosso objetivo".

"Tirar os colaboradores do seu ambiente de trabalho e poder proporcionar a eles mais conhecimento sobre diversos assuntos, é muito gratificante, e o mais importante ainda é que este conhecimento não é apenas para o trabalho dentro da empresa, mas para sua vida", diz Feriato.

A SIPAT é uma das ações realizadas pela Usina Rio Pardo e Agrícola Tatez com o intuito de conscientizar seus colaboradores quanto a Saúde e Segurança do Trabalho; demonstrando assim a preocupação com seus colaboradores.

Parabenizamos a todos integrantes da Usina Rio Pardo e da Agrícola Tatez pelo belo trabalho em prol da prevenção e convidados aos demais profissionais de outras empresas a divulgarem seus trabalhos aqui na Norminha.



De maneira descontraída, vários temas importantes foram abordados.



Colaboradores marcaram presença nos cinco dias do evento.



Houve sorteio de brindes durante toda a semana



Interações e descontração fizeram parte da quinta SIPAT da URP e Tatez. ✉

**CIPEIROS E TRABALHADORES**

Receba gratuitamente em seu e-mail corporativo e/ou pessoal edições da Revista Digital Norminha toda quinta-feira e fique por dentro do mundo da SST, Meio Ambiente, e tudo sobre as ações relacionadas ao trabalho.

Basta enviar seu nome completo, sua função e nome de sua cidade/estado para: contato@norminha.net.br



## Ambiente Sustentável

**Sofia Jucon**

Jornalista especializada em Meio Ambiente Industrial e Sustentabilidade; Jornalista responsável pela Revista Meio Ambiente Industrial

### Março, mês de comemorações e de muitas reflexões na área ambiental



Água da paz

Para os ambientalistas o mês de março tem um peso especial. No dia 21 são comemorados o Dia Mundial da Floresta e Dia Mundial da Terra; e no dia 22 é a vez do Dia Mundial da Água. Todas as datas são importantes do ponto de vista da conservação ambiental e para nos fazer refletir sobre o que temos feito para tal, mas vamos nos ater na questão da água que, neste mês de março de 2014, particularmente, tem nos mostrado diversos contrastes, de um lado muita chuva, típicas do mês; e de outro, falta de água e risco de vivermos um racionamento na cidade de São Paulo por um bom tempo, por falta de planejamento público, uso consciente da população, entre outros fatores. Com isso, além de comemorativa, a data também é uma oportunidade para conscientizar a população sobre este bem, tão essencial para a vida quanto o ar que respiramos. Nos últimos dias, por conta da data, recebi muitos releases, artigos e notícias com considerações importantes e gostaria de compartilhar algumas com vocês.

Um artigo técnico divulgado por Adriano Gagliardi Colabono, coordenador comercial interino e supervisor de engenharia de aplicação da Unidade de Negócios Mizumo – empresa do setor de projetos para estações pré-fabricadas para tratamento de esgoto sanitário, nos coloca questões importantes. O acesso à água potável pode ser a diferença entre a vida e a morte. Da água, dependem a vida humana, a produção de alimentos, a atividade pecuária, a precaução contra doenças, entre outros aspectos para os quais ela é fundamental. A água é base para todo o ciclo de vida do planeta. No mundo, 97% dela está na forma salgada e apenas 3% é doce. Desses 3%, somente 0,5% está disponível para consumo e os outros 2,5% está na forma de gelo. E, ainda, do percentual próprio para consumo, entre 16 e 17% está no Brasil, o que equivale a 0,085% do total.

"Isto tudo, entretanto, não é novidade, como não o é ainda suficiente a prestação de serviços de distribuição de água e tratamento de esgoto no país. O fato de o Brasil ser berço de muitas nascentes e ser cortados por importantes rios e mananciais, não garante água de qualidade a todos os brasileiros. O Dia Mundial da Água, comemorado em 22 de março, é uma ocasião bastante propícia para avaliar essas e outras questões", diz Colabono.

Nunca é demais observar as condições relativas a saneamento no Brasil. Dados do Ministério das Cidades apontam para fatos que chegar a ser alarmantes: a distribuição de água atinge 82,4% da população do país, somando-se áreas urbanas e rurais; a coleta de esgotos chega a 48,1% dos brasileiros e, do esgoto gerado, apenas 37,5% recebem algum tipo de tratamento; a perda média de água na distribuição alcança 38,8%.

Foram investidos nessas áreas R\$ 8,4 bilhões e o crescimento das ligações foi de 1,4 milhão de ramais de água e 1,3 milhão na rede de esgotos. Os números referem-se ao ano de 2011. No entanto, no Brasil, 7 milhões de habitantes ainda não têm acesso a banheiro, segundo o Estudo Progress on Sanitation and Drinking Water, da OMS/UNICEF.

De acordo com o estudo "De Olho no PAC", realizado pelo Instituto Trata Brasil, das 138 grandes obras de saneamento em municípios acima de 500 mil

habitantes, somente 14% foram concluídas até dezembro de 2012 e 90 delas estavam paralisadas, atrasadas ou não iniciadas.

"A falta de um gerenciamento eficiente do setor e um programa de investimentos que de fato transforme a realidade do país provoca diversos efeitos negativos, sejam de ordem financeira ou de saúde pública", comenta. Levantamento do mesmo Instituto indicam que, em 2010, chegaram a 37,5% as perdas de faturamento das operadoras, devido a vazamentos, roubos e ligações clandestinas, falta de medição ou medições incorretas no consumo de água. A redução de apenas 10% nas perdas no país agregaria R\$ 1,3 bilhão à receita operacional com a água, equivalente a 42% do investimento realizado, naquele ano, em abastecimento.



Uso consciente

"É alarmante que, ainda em nossos dias, 88% das mortes por diarreias no mundo são causadas pelo saneamento inadequado. Em 2011, no Brasil, 396.048 pessoas foram internadas por diarreia, das quais 138.447 eram crianças menores de cinco anos (35% do total). Com estes casos, foram gastos R\$ 140 milhões pelo Sistema Único de Saúde", ressalta o especialista.

Colabono destaca que a realidade pode e precisa ser transformada e as tecnologias disponíveis no mercado são acessíveis a cidades e imóveis de todos os portes, residenciais, comerciais ou industriais, inclusive dentro dos conceitos de construção verde. Isto, graças a soluções dedicadas e customizadas, indicadas para diferentes projetos sanitários e construtivos. Ele cita os projetos de estações pré-fabricadas para tratamento de esgoto sanitário (ETEs), que permitem o reúso da água tratada para fins não potáveis, o que significa preservação dos recursos hídricos, redução da poluição de rios e mananciais, menor necessidade de aplicação de recursos no tratamento do esgoto, menos casos de doenças e melhor qualidade de vida. "Num país grande e complexo como Brasil, sabe-se que a resolução de problemas não é rápida nem fácil, mas é possível e se faz urgente", salienta.



Planeta Terra - Água

Mauro Banderai, especialista em instrumentação ambiental da empresa Ag Solve, alerta também para a poluição da água. A baixa qualidade da água nos rios brasileiros é um dos principais problemas enfrentados pelas grandes cidades atualmente, pois, mesmo sem a estiagem, os mananciais apresentam níveis alarmantes de compostos presentes no esgoto industrial e doméstico, principalmente os que estão próximos aos grandes centros urbanos. "Por essa razão, o monitoramento das águas é essencial. Com o uso de tecnologia específica é possível monitorar a qualidade do manancial e garantir às empresas de

saneamento, a distribuição de uma água de maior qualidade à população", explana. Além disso, Banderai explica que monitorar a qualidade da água ao longo do rio é fundamental para detectar uma contaminação ainda pequena e evitar que se espalhe, comprometendo todo o curso.

Ele comenta que muito se fala sobre a finitude da água e a necessidade da conservação dos recursos disponíveis e faz alusão a uma questão que sempre chamamos a atenção nesta coluna: a responsabilidade de cada um fazer a sua parte em prol do meio ambiente. "O uso racional e consciente da água é uma responsabilidade de todos. O poder público e órgãos competentes devem planejar o sistema de tal forma que nenhuma pessoa sofra com a falta ou com a má qualidade deste insumo. Além disso, cada cidadão é responsável pelo que acontece com a água, seja a falta dela ou a má qualidade. Há uma urgência na necessidade de conscientização. Pequenas atitudes no dia a dia são tão importantes quanto as grandes ações e o gerenciamento dos recursos hídricos", analisa o especialista.

Para Lupercio Ziroldo Antonio, diretor do DAAE - Departamento de Águas e Energia Elétrica, da Bacia do Baixo Tietê e governador do Conselho Mundial da Água, o ser humano está percebendo, infelizmente, tardiamente, que água é um bem finito, que deve ser preservada em quantidade e qualidade porque só assim ela existirá para todas as gerações futuras e manterá a vida na terra. "A água de hoje é a mesma de ontem e será a mesma de amanhã. Quem provoca sua degradação é o homem, que assim minimiza sua disponibilidade e qualidade e afasta de si este bem precioso e primordial para sua vida. Não desperdiçar, usar racionalmente, deve fazer parte da cultura do ser humano, aqui ou do outro lado do mundo. Individualmente o homem contribui assim. Mas organizadamente na coletividade, há a necessidade de equacionar os usos dos recursos hídricos numa bacia hidrográfica através de um plano de bacias bem elaborado com a participação de toda a sociedade no local. Ou olhamos para a água como uma riqueza a ser preservada, ou infelizmente, em futuro próximo teremos o êxodo de pessoas por falta deste líquido", pondera ele.



Torneira de água

Portanto, informamos aqui algumas dicas de como economizar água e fazer seu consumo consciente:

- Ao escovar os dentes e se barbear, manter a torneira fechada;
- Fechar a torneira enquanto ensaboar as louças e talheres;
- Usar a máquina de lavar roupas na capacidade máxima;
- Na hora do banho, procurar se ensaboar com o chuveiro desligado e procurar tomar banho rápido;
- Não jogar óleo de fritura pelo ralo da pia. Além de correr o risco de entupir o encanamento da residência, esta prática polui os rios e dificulta o tratamento da água;
- Não deixar que ocorram vazamentos em encanamentos dentro da residência;
- Entrar em contato com a companhia de água ao verificar vazamentos de água na rede externa;
- Usar a descarga no vaso sanitário apenas o necessário. Manter a válvula sempre regulada;
- Reutilizar a água sempre que possível;
- Utilizar regador no lugar de mangueira para regar as plantas;
- Usar vassoura para varrer o chão e não a água da mangueira;
- Lavar o carro com balde ao invés de mangueira;
- Captar a água da chuva com baldes. Esta água pode ser usada para lavar carros, quintais e regar plantas;
- Tratar a água de piscinas para não precisar trocar com frequência. Outra dica é cobrir a piscina com lona, enquanto não ocorre o uso, para evitar a evaporação;
- Colocar sistemas de controle de fluxo de água (aeradores) no bico das torneiras. ✉

**Motivação com saúde e bom humor**

**FÁBIO LAIS**  
facebook.com/fabio.lais.turnover

Palestrante - Professor  
Cronista - Hunting  
Consultor

## CULPADO ou INOCENTE

Conta uma antiga lenda que na Idade Média um homem muito religioso foi injustamente acusado de ter assassinado uma mulher.

Na verdade, o autor do crime era pessoa influente do reino e, por isso, desde o primeiro momento se procurou um "bode expiatório" para acobertar o verdadeiro assassino. O homem foi levado a julgamento, já temendo o resultado: a força.

Ele sabia que tudo iria ser feito para condená-lo e que teria poucas chances de sair vivo desta história. O juiz, que também foi comprado para levar o pobre homem à morte, simulou um julgamento justo, fazendo uma proposta ao acusado para que este provasse sua inocência.

- Sou de uma profunda religiosidade e por isso vou deixar sua sorte nas mãos do Senhor: vou escrever num pedaço de papel a palavra INOCENTE e no outro pedaço a palavra CULPADO. Você sorteará um dos papéis e aquele que sair será o veredicto. O Senhor decidirá seu destino - determinou o juiz.

Sem que o acusado percebesse, o juiz preparou os dois papéis, mas em ambos escreveu CULPADO de maneira que, naquele instante, não existia nenhuma chance de o acusado se livrar da força. Não havia alternativas para o pobre homem.

O juiz colocou os dois papéis em uma mesa e mandou o acusado escolher um.

O homem pensou alguns segundos e, pressentindo a "vibração", aproximou-se confiante da mesa, pegou um dos papéis e rapidamente colocou na boca e engoliu.

Os presentes ao julgamento reagiram surpresos e indignados com a atitude do homem.

- Mas o que você fez? E agora? Como vamos saber o seu veredicto?

- É muito fácil. - respondeu o homem - Basta olhar o outro pedaço que sobrou e saberemos que acabei engolindo o contrário. Imediatamente o homem foi liberado.

**MORAL DA HISTORIA:** Por mais difícil que seja uma situação, não deixe de acreditar até o último momento. Saiba que, para qualquer problema, há sempre uma saída. Não desista, não entregue os pontos, não se deixe derrotar. Vá em frente apesar de tudo e de todos, creia que pode conseguir.

**Abraços, saúde e sucesso!**

**FÁBIO R. LAIS**  
fabio.lais@hotmail.com  
www.facebook.com/fabio.lais.turnover  
www.facebook.com/TurnoverConsultoria

Comércio de Equipamentos de Proteção Individual

**TREINAMENTOS**

- Trabalho em Altura; NR-10;
- Operador de Empilhadeira;
- Operador de Ponte Rolante;
- Laudo de Compressores;
- CIPA;
- Operador de Guincho

**18 3301-1514**  
epi.com@ig.com.br

**Segurança do Trabalho**  
Medicina Ocupacional  
Exames Complementares  
Treinamentos

(18) 3305-8004 / 3608-7491  
asomedm@terra.com.br  
Rua Tupinambás, 310 - Araçatuba - SP

**Fisioterapia**  
**MAESTRO CARDIM**  
(11) 97444-0902

Reabilitação Esportiva; Fisioterapia Ortopédica; Prevenção de lesões; Pilates Studio; Acupuntura; RPG; Quiropraxia

Fisioterapeuta Marcelo Kazuaki Simplicio  
marcelo\_ks@hotmail.com  
Rua Maestro Cardim, 1259; Paraisópolis São Paulo/SP (perto do metrô Paraisópolis)

**GooBrasil**  
O Portal das Boas Práticas Resumidas  
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer

**Aqui você encontra o website que tanto procura**

www.goobrasil.com.br

## FIEMA BRASIL terá Seminário de segurança do trabalho em Bento Gonçalves (RS)

FIEMA BRASIL - Feira Internacional de Tecnologia para o Meio Ambiente, acontecerá de 22 a 25 de Abril, no Parque de Eventos de Bento Gonçalves RS.

Um espaço de negócios, troca de conhecimento, prospecção e networking.

Durante a FIEMA BRASIL acontecerão Eventos Simultâneos, dentre eles teremos o III Seminário de Segurança do Trabalho.

O Sistema de Gestão em Segurança do Trabalho é um tema que na mesma forma que qualidade, produtividade e gestão ambiental, estão inseridos nas empresas ou em fase de inserção.

Quando um destes sistemas falha ou é inexistente a empresa pode ficar fragilizada devido aos custos que isto pode acarretar.

No dia 22/04 Palestra: Gestão do NTEP FAP Previdenciário: reduzindo custos, ganhando competitividade | Palestrante: Jaques Sherique - CREA RJ;

No dia 23/04 Palestra: Considerações sobre Segurança no Manejo de Lâmpadas com Mercúrio | Palestrante: Mario Guilherme Sebben, na sequência Palestra: Sistema de Gestão de Segurança e Saúde Ocupacional (SGSSO), o primeiro passo para a Sustentabilidade Empresarial; Palestrante: José Tocchetto de Oliveira - SUSTENTHA - RS;

24/04 NR 20 - Gestão de inflamáveis; Palestrante: Me. Ricardo Shamá - RJ;

25/04 Gestão de Segurança em espaços confinados | Palestrante: Luiz Alberto Bardal - Ecovix - Engevix / Polo Naval - RS

As inscrições podem ser feitas através do site:

<http://www.fiema.com.br/2014/eventos-simultaneos/1>

## Faxineira de banheiros residenciais usados por 50 pessoas receberá insalubridade

Uma faxineira que fazia a limpeza e a coleta de lixo de banheiros de residências ocupadas por 50 empregados de uma empresa de engenharia conquistou na Justiça do Trabalho o direito de receber adicional de insalubridade por todo o período trabalhado. Segundo a decisão, quando a limpeza e a coleta de lixo são feitas em sanitários que atendem a elevado número de pessoas, é devido o adicional ao trabalhador, por se tratar de lixo urbano, e não lixo doméstico. No dia 19/03, a Sexta Turma do Tribunal Superior do Trabalho negou provimento ao recurso da empresa contra a condenação.

A faxineira trabalhou para a reclamada de agosto de 2010 a setembro de 2011 fazendo a limpeza de três alojamentos em Capivari do Sul (RS). Segundo ela, tinha contato com saponáceo, ácido muriático, detergentes e outros químicos nocivos à saúde, além de recolher o lixo e limpar banheiros, usados por 50 funcionários. Em juízo, pleiteou o pagamento do adicional de insalubridade e outras verbas trabalhistas.

A empresa afirmou em contestação que as atividades da faxineira não eram insalubres, pois ela apenas limpava as

residências provisórias dos empregados, atividade não classificada como lixo urbano pelo Ministério do Trabalho. Pede a aplicação da Orientação Jurisprudencial 4 da Subseção 1 Especializada em Dissídios Individuais (SDI-1) do TST, que exclui da classificação de lixo urbano a limpeza em residências e escritórios. Em acréscimo, disse que fornecia equipamentos de proteção, como luvas, avental e botas.

Ao julgar o caso, o juízo da Vara do Trabalho de Viamão (RS) levou em consideração perícia técnica que apontou que as atividades da faxineira eram insalubres em grau médio, em razão do manuseio de produtos, e em grau máximo, por conta da higienização dos banheiros. Por isso, condenou a empresa a arcar com o adicional de insalubridade em grau máximo durante todo o período do contrato.

A empresa recorreu da decisão afirmando que a limpeza de banheiros e o recolhimento de lixo eram tarefas pontuais, mas o Tribunal Regional do Trabalho da 4ª Região (RS) manteve o adicional por entender que sanitários de uso coletivo oferecem risco idêntico aos dos esgotos. Para o Regional, as luvas,

se fornecidas, não seriam suficientes para impedir o contato da trabalhadora com os agentes nocivos, visto que, sem a higienização necessária e a troca constante das luvas, estas acabam se tornando um foco a mais de desenvolvimento de micro-organismos lesivos à saúde do trabalhador.

Mais uma vez a empresa recorreu, mas a Sexta Turma do TST, ao negar provimento ao recurso, destacou que, no caso de limpeza e coleta de lixo de banheiros que atendem a número elevado de pessoas, incide não a OJ 4 da SDI-1, mas o Anexo 14 da Norma Regulamentadora 15 do Ministério do Trabalho e Emprego, que considera devido o pagamento do adicional de insalubridade em grau máximo, por se tratar de lixo urbano, não de lixo doméstico. A decisão quanto a esse tema, por maioria, se deu nos termos do voto da relatora, a ministra Katia Magalhães Arruda.

Colaborou:  
Dr. Enríque Díez Parapar; Fisioterapeuta do Trabalho - Professor de Educação Física  
EDP Consultoria Ltda ME - Ergonomia e Higiene Ocupacional - (11) 3713.7385 - (11) 98422.4365  
www.edpconsultoria.com.br  
enrique.parapar@edpconsultoria.com.br

## Atualidades sobre a desaposentação



Publicado por Waldemar Ramos Junior  
Advogado especializado em Direito Previdenciário, com ênfase no âmbito da Seguridade Social e RGPSP

### Explicações iniciais sobre a desaposentação

Inicialmente, antes de mencionarmos o conceito do instituto da desaposentação, já muito disseminado na internet e em todas as esferas da sociedade, entendemos ser oportuno indicar as origens e um breve histórico da legislação.

Quando falamos no instituto da desaposentação, estamos nos referindo a direitos e deveres dos aposentados que continuaram a trabalhar e a contribuir para a Previdência Social sem direito ao recebimento do pecúlio.

O pecúlio era a devolução da soma das contribuições previdenciárias recolhidas a partir da data da concessão da aposentadoria. Corresponhia ao valor das contribuições recolhidas após a aposentadoria, e pago de uma só vez ao segurado. A lei previa um prazo decadência de cinco anos a contar do encerramento do vínculo trabalhista para o aposentado requerer esse benefício.

Em 15 de abril de 1994, a Lei 8.870 extinguiu o pecúlio, e, nesta ocasião, o aposentado foi dispensado da contribuição previdenciária.

Após um ano da extinção do pecúlio, foi estabelecida a Lei 9.032/95 que impôs a contribuição previdenciária para os aposentados que continuaram a trabalhar. Atualmente a previsão de tal regra está estabelecida no § 4º do artigo 12 da Lei de Custeio 8.212/91, que determina:

*"O aposentado pelo Regime Geral de Previdência Social-RGPS que estiver exercendo ou que voltar a exercer atividade abrangida por este Regime é segurado obrigatório em relação a essa atividade, ficando sujeito às contribuições de que trata esta Lei, para fins de custeio da Seguridade Social".*



Assim, o aposentado que retorna ao trabalho e por consequência continua contribuindo à Previdência Social, não tem direito ao recebimento de nenhum benefício previdenciário (Lei 8.213/91, artigo 18, § 2º), salvo a reabilitação profissional e o salário-família.

Uma vez explicado as origens que serviram de base para o surgimento da desaposentação, podemos conceituar este instituto como o ato de renunciar uma aposentadoria já concedida a fim de se obter outra.

## Franquia de educação e treinamento abre portas em Cotia/SP

Cidade recebe unidade da On Byte, rede de franquias de formação profissional que oferece cerca de 70 cursos de diversas áreas

Inserir bons profissionais no mercado de trabalho que se apresenta cada vez mais competitivo e exigente. Com essa meta, os empresários Denis Scarassati e Daniela Ribeiro do Nascimento inauguram uma unidade da On Byte Formação Profissional na cidade de Cotia, no estado de São Paulo, nesta última semana do mês de março, entre os dias 26 e 29.

Com mais de 200 mil habitantes, Cotia se destaca como uma região em franco crescimento - o que tem exigido cada vez mais profissionais bem preparados para o mercado de trabalho. Neste contexto, Denis e Daniela enxergaram a oportunidade de negócio e investiram na On Byte, marca referência no segmento em que atua e que se expande vertiginosamente por todo o país.

"Acreditamos no potencial de crescimento do setor de educação. Além de ser um negócio rentável, terei a oportunidade de capacitar pessoas da cidade para exercerem melhor suas funções em todos os setores", explica Denis Scarassati.

Os cursos On Byte possuem um método diferenciado, são audiovisuais (interativo) sem formação de turma, cada aluno segue individualmente sua aula e em seu próprio ritmo - além de escolher o dia e o horário mais conveniente. Após a interatividade, o aluno passa para a apostila onde tem exercícios totalmente passo a passo, com exemplos reais do mercado de trabalho. Os cursos tem curta duração, entre 2 a 3 meses, e os mais avançados geralmente têm 2 ou 3 módulos. Definitivamente, são cursos para ingresso rápido no mercado de trabalho.

"A qualificação profissional garante destaque no mercado de trabalho. Queremos oferecer ensino de qualidade, com um custo acessível e bom retorno financeiro aos alunos favorecendo, assim, todas as classes sociais", ressalta Daniela Ribeiro.

### Melhor Franquia do Brasil 2012

A On Byte foi eleita "A Melhor Franquia do Brasil", na categoria emergente, pela revista "Pequenas Empresas e Grandes Negócios", da Editora Globo - o mais disputado troféu do mercado de franquias no país. "Esta premiação comprova todo o know-how da marca no segmento de educação e cursos profissionalizantes, no franchising, e demonstra o potencial de crescimento e expansão da marca", enfatiza Daniel Bichiato, diretor da rede.

A palavra emergente já diz tudo sobre esta rede de franquias de formação profissional: um rápido crescimento econômico, proporcionado pelo desenvolvimento de um método de ensino interativo e individualizado e uma gestão enxuta e eficaz.

"Olá pessoal! Sou o Professor e Palestrante Fábio Lais. Quero muito poder participar da SIPAT da sua empresa e poder palestrar sobre motivação e qualidade de vida para toda a equipe. Uma palestra com humor e emoção. Seu evento será inesquecível! Acesse o facebook e confira nossos clientes, fotos e comentários! Palestra show é uma coisa, bate-papo informativo é outra. Envie um e-mail agora e garanta sua data!"

www.facebook.com/TurnoverConsultoria fabio.lais@hotmail.com  
www.facebook.com/fabio.lais.turnover

## Técnico assume Bombeiros Voluntários em Schroeder (SC)



Solenidade de Posse do novo Presidente dos Bombeiros Voluntários em Schroeder (SC)

Técnico de Segurança do Trabalho, Carlos Alberto G Dias, assumiu no último dia 24 de março de 2014, a direção dos Bombeiros Voluntários da cidade de Schroeder (SC).

A escolha para Presidir e entidade, foi baseada no perfil técnico e na experiência que Dias adquiriu nos mais de 30 anos de serviços prestados no setor, dirigindo também a Defesa Civil e a Presidência da Fundação do Meio Ambiente da cidade de Jaraguá do Sul (SC).



(Da esquerda para direita), Prefeito Municipal Osvaldo Jurg; Deputado Estadual Carlos Chiodini; Presidente da Câmara de Vereadores Sr. Valdevino Divino e o novo Presidente dos Bombeiros Carlos Alberto G. Dias).



Bombeiros Voluntários preparados para prestar serviços à comunidade de Schroeder (SC).

Parabenizamos o Técnico de Segurança do Trabalho Carlos Dias pelo empenho e dedicação que venho coroar a sua escolha para dirigir a entidade voluntária.

Exames: Admissional; Demissional; Periódicos; Retorno ao Trabalho; Mudança de Função; Psicossocial; Exames Complementares

Laudo Ergonômico; Treinamentos; PPR; PCMSO; PCMAT; LTCAT; SIPAT; PPP

**(18) 3301-1361**  
Rua Amazonas, 305 - Araçatuba - SP

Clique aqui

## Programa aprendizagem capacita, gratuitamente, jovens para o mercado de trabalho

Ao integrar-se ao programa, a empresa contribui para o processo de transformação do jovem, dando oportunidade de trabalho e qualificação profissional

Senac Presidente Prudente está com inscrições abertas para cursos do programa aprendizagem. Desde a sua criação, o Senac São Paulo promove o programa, capacitação profissional pela qual jovens podem ter sua primeira experiência no mercado de trabalho. Os cursos são gratuitos e a inscrição do aluno é feita pela empresa em que ele atuará como aprendiz em paralelo às aulas.

Em 2014, a unidade oferecerá cerca de 400 vagas para o programa aprendizagem, divididas entre os períodos da manhã e da tarde. Ao integrar-se ao programa, a empresa, além de cumprir seu papel legal de contratar o aprendiz, é convidada a compartilhar experiências como parceira do Senac e atuar no processo de transformação do jovem, dando oportunidade de trabalho e

ajudando-o a construir uma vida pessoal e profissional mais digna.

Segundo o gerente em exercício da unidade, Alexandre Martinez, o programa traz benefícios tanto para o jovem quanto para a empresa: "É perceptível a mudança no perfil do aluno logo nos primeiros módulos dos cursos, adotando uma postura profissional mais adequada para o mercado de trabalho".

O programa é uma formação técnico-profissional vinculada à Lei da Aprendizagem, nº 10.097/2000, ampliada pelo Decreto Federal nº 5.598/2005, que determina que todas as empresas de médio e grande porte contratem um número de jovens de 14 a 24 anos incompletos equivalente a um mínimo de 5% e um máximo de 15% do seu quadro de funcionários, assegurando a eles sua formação, ou seja, aprendizes. A

carga horária total do programa é de 1.333 horas, sendo 400 no Senac.

O papel do Senac é oferecer a parte teórica nas suas instalações e parte prática é por conta da empresa que recebe suporte e orientação sempre que necessário.

Mais informações:

[www.sp.senac.br/programaa aprendizagem](http://www.sp.senac.br/programaa aprendizagem).

### Serviço:

Programa aprendizagem  
Data: 24/04/2014  
Horário: 13 horas às 17h30  
Endereço: Av. Manoel Goulart, 2881 - Centro Educacional  
Informações: (18) 3344-4400  
Sobre o programa:  
[www.sp.senac.br/programaa aprendizagem](http://www.sp.senac.br/programaa aprendizagem)

## Segurado Facultativo do INSS – uma opção para quem não trabalha, mas quer aposentar-se no futuro

Publicado por Alessandra Prata Strazzi

Muitas pessoas que não possuem renda própria gostariam de possuir a segurança de estarem filiadas ao INSS para poderem, eventualmente, usufruir dos benefícios da Previdência Social, como aposentadoria, auxílio-doença, etc.

Não raro, essas pessoas optam contribuir como autônomas (atualmente denominadas contribuinte individual), por falta de informação. Isso está errado e pode trazer problemas no futuro, pois o contribuinte individual é pessoa física que desenvolve seu trabalho por conta própria e possui renda.



O correto é que tais pessoas filiem-se ao INSS como segurados facultativos.

São exemplos de pessoas que podem contribuir como segurados facultativos (para mais exemplos, ver o art. 11 do Decreto 3.048/99):

Dona de casa; Síndico de condomínio (quando não remunerado); Estudante; O bolsista e o estagiário que prestam serviços a empresa; O bolsista que se dedique em tempo integral a pesquisa, curso de especialização, pós-graduação, mestrado ou doutorado, etc.

Conceito: É segurado facultativo aquele que está fora da roda da atividade econômica, mas deseja ter proteção previdenciária. É de sua livre escolha o ingresso no sistema, que se faz por inscrição.

O enquadramento como segurado facultativo só é possível a partir dos 16 anos, e desde que não esteja exercendo atividade remunerada que o enquadre como segurado obrigatório do RGPS ou de Regime Próprio de Previdência Social.

### Qual o valor da contribuição?

O salário de contribuição do segurado facultativo é o valor por ele declarado, desde que este valor esteja entre o piso e o teto do INSS. Em 2.014, tais valores são:

Piso: R\$ 724,00 (salário mínimo);  
Teto: R\$ 4.390,24.

O salário de contribuição NÃO é o valor que será pago ao INSS. Para saber o valor de contribuição, deve-se aplicar uma alíquota (porcentagem) sobre o valor declarado. Tal alíquota pode ser de 20%, 11% ou 5%, dependendo do caso.

A regra geral é a alíquota de 20%, de acordo com o art. 21 da Lei 8.212/91.

Entretanto, o segurado facultativo pode abrir mão da aposentadoria por tempo de contribuição, caso em que apenas poderá aposentar-se por idade ou por invalidez.

## Contaminação ambiental com produtos usados na fabricação de postes é acidente de consumo



Publicado por Superior Tribunal de Justiça

A Terceira Turma do Superior Tribunal de Justiça (STJ) negou provimento a agravos regimentais interpostos pela Companhia Estadual de Distribuição de Energia Elétrica do Rio Grande do Sul, AES Sul Distribuidora Gaúcha de Energia S/A e AES Florestal Ltda., que buscavam afastar a prescrição quinquenal aplicada em ação de indenização por dano ambiental, classificando como acidente de consumo.

O caso envolveu a contaminação do solo e do lençol freático nas proximidades da cidade de Triunfo (RS), ocasionada por produtos químicos utilizados no tratamento de madeira destinada à fabricação de postes de luz, com o objetivo de torná-los mais resistentes aos efeitos das mudanças climáticas.

Em decisão monocrática, o ministro Paulo de Tarso Sanseverino considerou que, como os postes constituem insueto fundamental para a distribuição de energia elétrica, e a contaminação ambiental decorreu exatamente dos produtos utilizados no tratamento desses postes, tratava-se, também, de um acidente de consumo, que se enquadra simultaneamente nos artigos 12 e 14 do Código de Defesa do Consumidor (CDC), cuja prescrição é de cinco anos.

Se o dano sofrido pelos consumidores finais fosse um choque provocado por uma descarga elétrica, não haveria dúvida acerca da incidência do CDC. O-

corre que a regra do artigo 17 do CDC, ampliando o conceito básico de consumidor do artigo 2º, determina a aplicação do microsistema normativo do consumidor a todas as vítimas do evento danoso, protegendo os chamados bystanders, que são as vítimas inocentes de acidentes de consumo, explicou o relator.

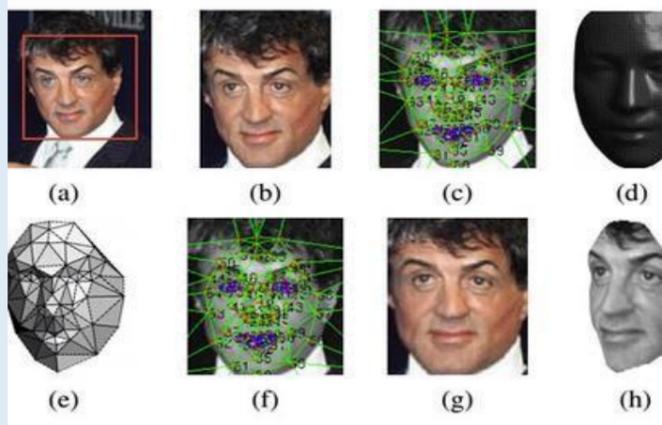
### Entendimento unânime

As empresas interpuseram agravos regimentais para que a decisão monocrática do relator fosse reavaliada pela Terceira Turma. Sustentaram que a atividade de produção e conservação de postes de madeira é alheia à prestação do serviço de distribuição de energia elétrica e que não poderia ser aplicado o CDC ao caso. Defenderam a aplicação do prazo trienal. O colegiado, porém, manteve o entendimento do relator.

Esse fato, de um lado, constitui fato do produto (artigo 12), em face das substâncias químicas utilizadas, e, de outro lado, apresenta-se também como fato do serviço (artigo 14), pois o tratamento dos postes de luz liga-se ao serviço de distribuição de energia elétrica, que é a atividade fim da empresa recorrida. Consequentemente, a prescrição é regulada pela norma do artigo 27 do CDC, que estabelece um prazo de cinco anos, afirmou Sanseverino ao julgar os agravos, no que foi acompanhado de forma unânime pelos demais ministros.

Além de estabelecer o prazo prescricional de cinco anos, a Turma definiu que ele passa a contar a partir do conhecimento dos danos pessoais causados, ou seja, a partir da ciência da doença adquirida em decorrência da contaminação.

## Programa do Facebook para checar rostos tem acerto de 97%



Quando perguntado se duas fotos desconhecidas mostram a mesma pessoa, um software de verificação facial do Facebook pode acertar 97,25% das vezes, segundo o site MIT Technology Review. No mesmo processo, um ser humano acerta 97,53% das vezes.

O software da rede social, chamado de DeepFace, foi apresentado no ano passado, e desde então, teve melhorias significativas. Ele poderia ser usado para sugerir com precisão quem os usuários podem marcar em uma foto posta-

da. Mas, por enquanto, o software é somente um projeto de pesquisa.

O DeepFace processa as imagens dos rostos em dois passos. Primeiro, ele corrige o ângulo do rosto para que a pessoa na foto esteja olhando para frente, usando um modelo 3D de um rosto mediano. Na segunda etapa, uma rede neural artificial calcula uma descrição numérica para o rosto. Se as descrições de duas imagens diferentes forem similares o suficiente, o sistema decide que se trata da mesma pessoa.

Fonte: Correio do Estado

**MC**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO  
O EPI QUE VOCÊ PRECISA TEM AQUI  
(18) 3652-9703  
Avenida Bento da Cruz, 39  
PENÁPOLIS E REGIÃO

**EPSEG**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO  
Caio Cesar Cachoni  
Representante Comercial  
Telefones / Contato:  
(018) 3644-5473 (Escritório)  
(018) 99117-8952  
(018) 99131-2330  
(018) 99128-9321  
E-mail: caioepseg@terra.com.br  
Skype: caioepseg  
AERO  
FORTPÉ REIDRAT  
CALÇADOS DE SEGURANÇA

**EQUIPE**  
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS  
Intermediamos as melhores opções de acordo com suas necessidades  
(18) 3622-2281  
[www.equipeni.com.br](http://www.equipeni.com.br)  
Av. José Ferreira Batista, 3435  
Araçatuba - SP

**PROMED**  
Medicina e Segurança do Trabalho  
Exames: Admissional; Demissional; Periódicos; Retorno ao Trabalho; Mudança de Função; Psicossocial; Exames Complementares  
Laudo Ergonômico; Treinamentos; PPR; PCMSO; PCMAT; LTCAT; SIPAT; PPP  
(18) 3301-1361  
Rua Amazonas, 305 - Araçatuba - SP  
Clique aqui

## TOTVS e Newhotel oferecem solução completa para hotéis

Software estará no mercado brasileiro a partir de abril

A TOTVS, brasileira líder no desenvolvimento de softwares de gestão, acaba de fechar uma parceria com a Newhotel Software, empresa portuguesa especializada em tecnologia para Hotelaria e Turismo. Juntas, elas vão oferecer ao setor um sistema de gestão completo, desde o front office até o backoffice. A solução TOTVS NEWHOTEL estará no mercado brasileiro a partir de abril.

A parceria entre as empresas já existe em países da Europa, Oriente Médio e África. O foco no Brasil são hotéis de médio e grande porte. O sistema da Newhotel utiliza avançadas técnicas de otimização de processos, que simplificam a gestão de reservas, pagamentos e receitas e podem ser parametrizadas facilmente conforme as regras de negócio e as normas legais e fiscais do País.

"A integração do nosso ERP ao sistema e à expertise de 30 anos da Newhotel no setor nos permitirá oferecer ao mercado uma solução totalmente integrada, conferindo mais agilidade ao atendimento aos clientes e melhorias à gestão dos empreendimentos", informa Marcelo Souccar, diretor do segmento de Serviços e Jurídico da TOTVS.

A Copa do Mundo e as Olimpíadas têm incentivado a expansão do segmento. Em 2009, havia 440,8 mil apartamentos no País. Atualmente, são quase 500 mil, um aumento de 13%. Segundo pesquisa desenvolvida pela consultoria Jones Lang LaSalle Hotels, em 2016 haverá 535 mil apartamentos em 10,1 mil estabelecimentos hoteleiros localizados em todo o território brasileiro.

O setor hoteleiro está em processo acelerado de expansão no Brasil e ferramentas que auxiliem na gestão é fundamental para o sucesso dos negócios.



**ACUPUNTURA & SAÚDE**  
Mariana Locatelli Fernandes  
Enfermeira Especialista em Acupuntura  
nutricao.acupuntura@gmail.com

## A Quiropuntura ou Terapia Koryo Sooji Chim



A Quiropuntura também é chamada de Manopuntura ou Reflexologia das Mãos. Esta técnica foi descoberta por um Coreano chamado Dr. Tae Woo Yoo em 1971 e vem sendo estudada e aprendida até os tempos de hoje. Esta terapia realizada com agulhas nas mãos foi desenvolvida pelos Coreanos e chamada de Terapia Koryo Sooji Chim.

A Terapia Koryo Sooji Chim usa as mãos baseando-a nos princípios de que ela seja um microcosmo que contém pontos correspondentes ao corpo inteiro. Cada mão representa o corpo inteiro. Para ficar mais fácil a sua compreensão vamos ao seguinte... Levante as suas mãos com a palma para frente e passe uma linha imaginária sagitalmente pelo meio do dedo médio. A metade da mão contendo o indicador e o polegar corresponde ao lado contralateral

do corpo; a outra metade contendo o anular e o dedo mínimo corresponde ao lado homolateral do corpo. Exemplo: para tratar o pé direito, usar o mínimo direito ou polegar esquerdo. Para cefaleia direita, usar a metade do dedo médio direito e assim por diante.

Podemos utilizar a técnica de duas formas, a primeira é através da Terapia de Correspondência, ou seja, a mão tem pontos específicos onde encontramos a localização dos órgãos. A outra forma é através da terapia dos 14 micromeridianos como na Acupuntura Tradicional Chinesa. Agora sabemos que se devem estimular sempre os pontos correspondentes. Na técnica também costumam utilizar o auxílio de um apalpador para a procura de dor ou de nódulos nas áreas.

A Quiropuntura possui várias vantagens, pois ela apresenta efeito rápido, sem riscos, trata o Yin e o Yang ao mesmo tempo e o mais interessante para pacientes tímidos em expor o corpo, nesta técnica não precisa tirar peças de roupa. Usa-se materiais como agulhas de 0.18mm X 8mm, moxas, ímãs, massagem e laser. Ficou interessado??? Continue acompanhando a coluna e agende seu horário para conhecer os tratamentos oferecidos pela Equilibrium Consultoria!!!

## Vendedora que aplicava injeções prova direito a ganhar adicional



Uma atendente de farmácia que foi contratada como operadora de caixa, mas que passou a aplicar injeções em clientes por ordem da empresa, conseguiu na Justiça o direito de receber o adicional de insalubridade. Ela provou que tinha contato permanente com portadores de doenças infectocontagiosas, uma vez que aplicava de duas a três injeções por dia em clientes da drogaria.

A empregada foi contratada em setembro de 2006 como operadora de caixa e foi promovida a vendedora em março de 2008. A partir deste momento, passou a acumular a atividade de aplicação de injetáveis de corticoides, anticoncepcionais, antibióticos e vacinas, mas sem receber o percentual pela atividade insalubre. Por essa razão, ela foi à Justiça ainda no curso do contrato de trabalho pleitear o pagamento do adicional no grau máximo e outras verbas.

A reclamada afirmou, em sua contestação, que é prática normal aos vendedores a aplicação de injeções, atividade não demandava qualquer qualificação excepcional. Acrescentou que os funcionários eram submetidos a treinamento e que a empregada não se expôs a agentes insalubres, uma vez que aplicava as injeções de forma esporádica.

A 20ª Vara do Trabalho de Belo Horizonte (MG), ao examinar o caso, determinou que a farmácia pagasse o adicional de insalubridade no grau médio (20%) sobre o salário e reflexos. Para o juízo de primeira instância, a perícia revelou que a vendedora estava exposta a agente insalubre quando trabalhava com os injetáveis, visto que usava luvas, mas não jaleco, máscara e óculos de proteção.

Tanto a empresa quanto a empregada recorreram da decisão. A farmácia sustentou que a aplicação de injeções se dava de forma eventual e a empregada queria que a condenação se estendesse até o último dia da vigência do contrato.

O Tribunal Regional do Trabalho da 3ª Região (MG) deu provimento ao recurso da vendedora, mas negou o da empresa. Quanto ao adicional, o Regional constatou que havia contato da empregada com pacientes portadores de doenças infectocontagiosas, estando exposta de forma permanente a situações de risco.

A farmácia recorreu sustentando que a atividade da atendente não era insalubre. A Sétima Turma do TST, no entanto, destacou que o Regional registrou expressamente que o laudo pericial foi conclusivo quanto à exposição da trabalhadora a agentes insalubres e que, para decidir por outro caminho, seria necessário o revolvimento de fatos e provas, procedimento vedado pela Súmula nº 126 do TST. Por essa razão, a Sétima Turma, tendo o ministro Vieira de Mello Filho como relator, não conheceu (não examinou o mérito) da matéria.

Colaborou Dr. Enrique Diez Parapar, Fisioterapeuta do Trabalho - Professor de Educação Física

## Alta Noroeste homenageou suas mulheres



Funcionárias da Alta Noroeste Sinalização Viária foram lembradas e presenteadas no Dia Internacional da Mulher

A responsável pelo Recursos Humanos Márcia Carvalho, em parceria com o Técnico de Segurança do Trabalho Elton Gava, organizaram uma entrega de brindes para as mulheres da Alta Noroeste Sinalização Viária para lembrar o Dia Internacional da Mulher.

Em destaque da foto o Sócio Proprietário da empresa fez a entrega dos brindes.

Parabéns!



# Cérebro em Ação

Psicologia Organizacional e Neuropsicológica  
Práticas de Trabalho e Qualidade de Vida

## Como cada droga interfere na rotina do trabalhador

### ALCOOLISMO

No Brasil, o alcoolismo é o terceiro motivo para absenteísmo no trabalho, causa mais frequente de aposentadorias precoces e acidentes no trabalho e a oitava causa para concessão de auxílio doença pela Previdência Social.

O Alcoolismo é o segundo transtorno psiquiátrico mais prevalente na atualidade, sendo superado apenas pelas depressões.

\* Caracteriza-se pela busca ou uso compulsivo, repetitivo do álcool a despeito das consequências físicas e/ou psicológicas, sociais e morais.

\* Quanto mais precoce o início do alcoolismo e mais tardia a intervenção terapêutica, maior a chance de tornar-se mais grave e com maior dificuldade de recuperação.

O alcoolismo é tão grave **que às vezes toda a família deve ser tratada**, tamanha o estrago ocorrido no relacionamento e conflitos familiares, devido os longos períodos da permanência do indivíduo em seu consumo abusivo.

Apesar do desconhecimento da maioria das pessoas, **o álcool também é considerado uma droga psicotrópica, pois atua no sistema nervoso central** provocando mudanças no comportamento de quem o consome, além de ter potencial para desenvolver dependência.

**Apesar da ampla aceitação social o consumo abusivo de bebidas alcólicas passa a ser um problema.**

\* Além dos inúmeros acidentes de trabalho, no trânsito e a violência associada a episódios de embriaguez, o consumo abusivo de álcool a longo prazo, frequência e circunstâncias, pode provocar o quadro de **dependência conhecida como alcoolismo.**

\* O consumo abusivo do álcool tornou-se, então, **problema de saúde pública**, acarretando altos custos para a sociedade e envolvendo questões médicas, psicológicas, familiares, profissionais e morais.

**Álcool:** Os efeitos físicos são: sensação de moleza, cansaço, dificuldade para se concentrar a dor de cabeça e enjoo, entre outros. Há desconforto também para quem trabalha ao lado. Ele é responsável por grande parte dos acidentes de trabalho que ocorrem após o almoço. São inquietos, ansiosos e, às vezes, agressivos quando querem beber e não podem.

**Cigarro:** Aproximadamente a cada 30 minutos, o fumante começa a apresentar **sintomas sutis de abstinência, como irritabilidade, inquietação, ansiedade e queda na concentração.** É comum que ele conviva com esses sintomas o dia todo, **livrando-se deles só ao acender um cigarro, por este motivo que o fumante tem necessidade de quase a toda hora estar fumando.** Outra decorrência do abuso é **a queda na produtividade.**

**Maconha:** Quando retoma as suas atividades, quem usa maconha tende a ficar desatento, disperso e com dificuldade para realizar tarefas mais complexas ou para processar várias informações ao mesmo tempo. Quem consome a droga três vezes por semana, pelo menos, pode apresentar menor motivação no dia-a-dia.

**Cocaína:** Em geral, usuários de cocaína tendem a ficar instáveis mentalmente, apresentando comportamento mais impulsivo e irritadiço. O consumo no trabalho pode deixar o usuário muito eufórico em uma reunião, agressivo em outra e, não raro, deprimido após o efeito do entorpecente. A instabilidade emocional, então, é constante no ambiente de trabalho.

**Ecstasy:** O ecstasy é uma substância psicotrópica. É chamada droga de recreio ou de desenho, pois possui ação estimulante e alucinógena. Seus efeitos surgem após vinte e setenta minutos, atingindo estabilidade em duas horas, pode agrupar efeitos da cannabis, das anfetaminas e do álcool. Os jovens são quem mais utilizam essa droga principalmente em finais de semana, em festas e baladas.

**Pensem nisto, a consciência é sua, mas as consequências do uso destas drogas principalmente no ambiente de trabalho acabará sendo de todos que estiverem ao seu redor!!**

**Drª Carina Almeida Ramos Medina**  
Neuropsicóloga & Psicóloga Organizacional e Clínica Especialista em Reabilitação Neuropsicológica, Especialista em Terapia Familiar Sistêmica e de Casais; Psicodramatista Personal e Executive Coaching  
C.T.A  
Centro de Terapia Aplicada  
Fone: (18) 3406-2096  
[www.centrodeterapiaaplicada.com.br](http://www.centrodeterapiaaplicada.com.br)

## Alta Noroeste Sinalização Viária capacita colaboradores: Segurança em trabalho em altura foi tema de capacitação



Colaboradores da Alta Noroeste Sinalização Viária da unidade de Araçatuba (SP) receberam treinamento específico sobre segurança em trabalho em altura.

O curso foi ministrado pelo Técnico de Segurança do Trabalho Elísio Bernecolli Filho da META Assessoria em Medicina e Segurança do Trabalho que atende a região de Araçatuba e Andradina (SP).

Foram capacitados, conforme exige a NR35, 17 colaboradores que exercem suas funções, em muitos casos em altura. O curso foi realizado no dia 08 de março de 2014 com aulas teóricas e práticas desenvolvidas nas dependências da ala de treinamento da META.

O curso vem atender as exigências da Norma Regulamentadora 35 e ao programa de prevenção que a empresa Alta Noroeste vem desenvolvendo por intermédio do seu SESMT coordenado pelo Técnico de Segurança Elton do Nascimento Gava.

Todos os colaboradores envolvidos tiveram oportunidades de aplicar as atividades na prática e estão aptos para trabalharem com segurança em altura.



**EPI.com**  
Equipamento de Segurança  
Comércio de Equipamentos de Proteção Individual

**TREINAMENTOS**

- Trabalho em Altura; NR-10;
- Operador de Empilhadeira;
- Operador de Ponte Rolante;
- Laudo de Compressores;
- CIPA;
- Operador de Guincho

**18 3301-1514**  
[epi.com@ig.com.br](mailto:epi.com@ig.com.br)

**ESGALHA**  
TOTAL SISTEMAS CONTRA INCÊNDIO

Venda e manutenção de Extintor, Hidrante, Alarme contra Incêndio, Iluminação de emergência, Detecção e Sprinkler

Projeto para Bombeiros Assessoria Técnica Especializada Curso de Formação Brigada de Incêndio Certificado e Apostila

[total.sistemas@terra.com.br](mailto:total.sistemas@terra.com.br)  
[esgalha.projetos@terra.com.br](http://esgalha.projetos@terra.com.br)

Avenida Prestes Maia, 2870  
(18) 3301-9320 / 3301-9322  
ARAÇATUBA - SP

**EQUIPE**

NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS

Intermediamos as melhores opções de acordo com suas necessidades

**(18) 3622-2281**  
[www.equipeni.com.br](http://www.equipeni.com.br)  
Av. José Ferreira Batista, 3435  
Araçatuba - SP

**Fisioterapia**  
**MAESTRO CARDIM**  
**(11) 97444-0902**

Reabilitação Esportiva; Fisioterapia Ortopédica; Prevenção de lesão; Pilates Studio; Acupuntura; RPG; Quiropraxia

Fisioterapeuta Marcelo Kazuaki Simplicio  
[marcelo\\_ks@hotmail.com](mailto:marcelo_ks@hotmail.com)  
Rua Maestro Cardim, 1259; Paraíso São Paulo/SP (perto do metrô Paraíso)

## Rio Preto e Tanabi recebem unidades móveis do Via Rápida Emprego



Carretas vão oferecer cursos de Magarefe - Manipulador de Carnes, em Rio Preto e de Maquiagem, Manicure, Depilação e Cabeleireiro, em Tanabi. As inscrições já estão disponíveis no site [www.viarapida.sp.gov.br](http://www.viarapida.sp.gov.br)

O secretário de Desenvolvimento, Econômico, Ciência, Tecnologia e Inovação, Rodrigo Garcia, inaugura nesta sexta-feira, (28/03), às 10h, em São José do Rio Preto, a unidade móvel de Panificação e Açougue do Via Rápida Emprego, programa do Governo do Estado de São Paulo, coordenado pela Secretaria. Ela oferecerá 60 vagas para o curso gratuito de Magarefe - Manipulador de Carnes. Às 14h, em Tanabi, Rodrigo Garcia inaugura a unidade móvel de Imagem Pessoal do Via Rápida Emprego Ela oferecerá 60 vagas para os cursos gratuitos de Maquiagem, Manicure, Depilação e Cabeleireiro.

**Serviço**

Inauguração de Unidade Móvel do Via Rápida  
Data: 28/03  
Horário: 10h  
Local: Praça Dom José Marcondes s/n - Centro, São José do Rio Preto- SP

Inauguração de Unidade Móvel do Via Rápida em Tanabi  
Data: 28/03  
Horário: 14h  
Local: Praça Matriz Nossa Senhora da Conceição- s/n- Centro- Tanabi - SP

**SUPER CIPA**



**OS NOVOS SUPER HERÓIS DA SEGURANÇA DO TRABALHO**

Nos quadrinhos é possível combater os acidentes de trabalho!

<http://guardioesdotrabalho.wix.com/guardioesdotrabalho>

## Super CIPA

A Comissão interna de prevenção de acidentes agora tem seu próprio super herói, Super CIPA!

O seu dever é proteger a integridade física da humanidade no ambiente de trabalho combatendo o homem acidente e sua legião. O Super CIPA é o mais temido da legião do acidente e existem motivos para tanto, com seu atributo genético somando aos poderes que lhe foi confiados ele dá muito trabalho para o homem acidente e sua legião. Você talvez esteja curioso para conhecer os poderes do super CIPA e pode ter certeza que lhe dá o título de ser o único dos super heróis com este poder.

Acesse o site, blog e conheça mais sobre este projeto. Ajude divulgar este trabalho solicite os personagens que envio para você, não tem custo nenhum pois o objetivo é fomentar este trabalho simples mas que pode contribuir com a segurança do trabalho de uma maneira descontraída.

<http://guardioesdotrabalho.wix.com/guardioesdotrabalho#>  
<http://marciosann.blogspot.com.br/>

Agradeço a todos pelo apoio!  
Márcio San

**Divulgue seu trabalho aqui na Norminha!**  
Para divulgar seu trabalho, suas ações, cursos, treinamentos, assim como de sua empresa, basta enviar informações para [contato@norminha.net.br](mailto:contato@norminha.net.br)

## O fim do WhatsApp, NetFlix e Skype pelo Marco Civil da internet



Publicado por Matheus Galvão

A forma como você usa a internet, o peso do acesso no seu bolso e o futuro da rede é assunto de uma das atuais batalhas entre o Poder Executivo federal e o Congresso Nacional. É uma parte do Marco Civil da Internet: a neutralidade da rede.

Atualmente, no Brasil, seu provedor de internet não bloqueia seu acesso a um determinado conjunto de serviços, nem pode tornar o uso de uma rede social pior que outra. Isso é neutralidade da rede: significa a inexistência de discriminação sobre o que se trafega. A neutralidade da rede não está relacionada com a velocidade contratada.

A empresa de telecom deve ter o direito de cobrar de forma diferenciada por ofertar uma internet mais rápida ou mais lenta. Se cair a neutralidade você poderá contratar 10 Mb de internet que não permite acesso a um serviço como Skype. De acordo com a neutralidade, depois de contratado um serviço de internet com uma determinada velocidade,

o seu uso não deve ser discriminado. Foi este princípio que tornou a internet o berço de tanta inovação nos últimos 20 anos.

É por causa da neutralidade da rede que empreendedores, no mundo inteiro, podem ter ideias inovadoras sobre como usar a internet. Mas será que algum empreendedor teria motivação para inovar sabendo que a empresa de telecom poderia, a qualquer momento, bloquear o serviço que ele criou? Ou seja, o fim da neutralidade da rede também implica o desincentivo para o surgimento de novos e inovadores serviços.

Caso a neutralidade caia, no futuro você poderá comprar um pacote de dados da sua operadora de telefonia celular sem WhatsApp, pagando mais barato, ou com WhatsApp, pagando mais caro. Poderá ficar limitado a um serviço de filmes próprio da sua operadora de internet residencial ou pagar um pacote adicional para ter acesso ao YouTube. Talvez nem possa mais fazer uma chamada via Skype/Viber ou Hangout para um parente no exterior.

O Marco Civil da Internet afeta diretamente seu estilo de vida. Como o deputado que você colocou no Congresso vai tratar deste assunto?

## 8 doenças detectáveis pelo seu dentista (e não são cáries)

Muito além de cáries ou mau hálito, são várias as doenças que podem ser descobertas pelo dentista. Diabetes, osteoporose e até HPV estão entre os problemas que podem ser diagnosticados a partir da consulta odontológica



A maioria das pessoas só vai ao dentista quando já apresenta algum problema bucal como dores, cáries ou por estética. O que muita gente não sabe é que a consulta regular com o dentista pode revelar muito mais do que uma placa nos dentes ou um canal que precisa ser feito. Diversas doenças podem ser descobertas a partir do atendimento odontológico como diabetes, doenças de pele e câncer. O que pode auxiliar no tratamento, já que um diagnóstico precoce é essencial para combater estes problemas.

Porém, infelizmente, o check-up odontológico é uma prática pouco comum no país. Pesquisa publicada pela Revista de Saúde Pública, da Universidade de São Paulo (USP), mostra que apenas 16,47% das crianças vão ao dentista pela primeira vez para fazer um exame de rotina. Dados da Associação Brasileira de Odontologia (ABO) são ainda mais preocupantes e apontam que mais de 27 milhões de brasileiros nunca passaram por uma consulta com

esses profissionais. Mesmo com o Brasil detendo cerca de 20% dos dentistas de todo o mundo, como mostrou o levantamento Perfil Atual e Tendência do Cirurgião-Dentista Brasileiro, realizado entre 2008 e 2009.

Por meio de um exame clínico e uma avaliação bem orientada, pode-se obter a hipótese diagnosticada das mais variadas doenças. Já que todas as enfermidades atingem o corpo de forma geral, impactando as mais diversas partes do organismo e provocando alterações no metabolismo.

O cirurgião-dentista Prof. Dr. Marcelo Junqueira explica que a boca não está separada do resto do organismo, mas sim conectada a ele. "Caso o paciente apresente lesão na pele, ela poderá aparecer nas mucosas da boca. Também pode ocorrer o oposto. Como nas doenças periodontais (doenças que destroem os tecidos de suporte dos dentes), onde as bactérias bucais podem ser levadas pelos vasos sanguíneos para outras partes do corpo, aumentando os riscos de infarto do miocárdio e de in-

## Câmara aprova projeto do marco civil da internet

Publicado por Câmara dos Deputados

Plenário da Câmara dos Deputados aprovou nesta terça-feira (25) o marco civil da internet (Projeto de Lei 2126/11, do Executivo), que disciplina direitos e proibições no uso da internet, assim como define os casos em que a Justiça pode requisitar registros de acesso à rede e a comunicações de usuários. O texto seguirá para o Senado.

A votação do projeto foi viabilizada na última semana, depois de negociações que prosperaram entre o governo e os partidos da Câmara. Aprovado na forma do substitutivo do deputado Alessandro Molon (PT-RJ), o texto mantém o conceito de neutralidade da rede, segundo o qual os provedores e demais empresas envolvidas na transmissão de dados (host, por exemplo) não podem tratar os usuários de maneira diferente, mesmo que a velocidade contratada seja maior.

Assim, as empresas não poderão oferecer pacotes com restrição de acesso, como só para e-mail ou só para redes sociais, ou tornar lento o tráfego de dados.

A regulamentação será efetuada por meio de decreto do governo com apoio da Anatel e Comitê Gestor da Internet.

feção respiratória", orienta o profissional que é Mestre e Doutor em Farmacologia, Anestesiologia e Terapêutica pela Unicamp e Especialista em Dor Orofacial.

O cirurgião-dentista ainda alerta que as doenças podem se manifestar na boca, por isso a importância da consulta regular. "O ideal é que a pessoa procure um dentista regularmente (a cada seis meses, por exemplo) para fazer o check-up odontológico. "Essa prática ajuda muito no diagnóstico precoce de diversos problemas de saúde", finaliza o especialista.



**Doenças detectáveis pelo dentista**

Diabetes (Ao contrário do que muita gente pensa os idosos não são as únicas vítimas dessa desordem metabólica. O diabetes tipo 1 atinge, sobretudo, crianças e jovens com menos de 25 anos, gerando um hálito cetônico (meio adocicado), que surge devido a pouca disponibilidade de glicose como fonte energética); Osteoporose (A doença diminui a massa óssea e as principais manifestações bucais são o excesso de fraturas nos dentes, o agravamento de doenças periodontais e a dificuldade de adaptação de próteses e implantes dentários); Hipertensão arterial; Doenças de pele; Sífilis; HPV (Papilomavírus Humano); Câncer e AIDS.

Ética Comunicação

## Programa gratuito sobre educação financeira continua até 16 de abril

Programa é desenvolvido em parceria BM&FBOVESPA e Senac São Paulo

Desde 10 de fevereiro o Senac São Paulo, em parceria com a BM&FBOVESPA, estão oferecendo o curso Educar Máster gratuitamente, em 23 unidades do Senac em todo o Estado. O evento encerra neste próximo dia 16 de abril de 2014.

Em sua 9ª edição, a parceria tem como objetivo fomentar a cultura de poupança e consumo consciente, por meio da educação financeira. Educar Máster é composto por temas importantes do universo das finanças pessoais como: planejamento financeiro, organização de orçamento, controle de despesas, alternativas de investimentos e formação de patrimônio no longo prazo.

As atividades são ministradas por consultores de educação financeira do Instituto Educacional da BM&FBOVESPA. Os participantes recebem certificados de participação ao final do curso. As atividades acontecerão durante dois dias sempre das 19 às 22 horas. Para participar é necessário ter mais de 18 anos.

Inscrições e mais informações podem ser encontradas no portal do Senac São Paulo: [www.sp.senac.br](http://www.sp.senac.br). As vagas são limitadas.

Os cursos ainda serão desenvolvidos nos dias 1 e 2/4 no Senac São José do Rio Preto (SP), nos dias 7 e 8/4 no Senac Araraquara (SP); dias 10 e 11/4

no Senac Itapetininga (SP); e finalmente nos dias 15 e 16/4 no Senac Presidente Prudente (SP). Nas cidades citadas acima o palestrante será Sérgio Longaretti.

### Sobre o Programa Educar

O Programa Educar, desenvolvido pela BM&FBOVESPA, aborda em cursos gratuitos temas como planejamento financeiro pessoal e familiar, organização de orçamento, controle de despesas, alternativas de investimentos e a formação de patrimônio no longo prazo. A série é composta por seis cursos adaptados por público: o Educar Júnior, para jovens de 11 a 14 anos; o Educar Teen, para jovens de 15 a 18 anos; o Educar Máster, voltado a universitários e adultos; o Educar Família, para membros adultos das famílias; além do Educar Mulheres em Ação e o Educar Sênior, para a terceira idade. Desde o lançamento, em 2006, já foram atendidas mais de 210 mil pessoas.

### Serviço:

Curso Educar Máster (BM&FBOVESPA)  
Período: de 10/2 a 16/4/2014  
Horário: das 19 às 22 horas  
Inscrições: Portal do Senac São Paulo ([www.sp.senac.br](http://www.sp.senac.br))  
Mais informações: <http://www.sp.senac.br/educarbovespa>

## Brasil e Alemanha discutem reabilitação profissional

Para a integração da política de reabilitação profissional no Brasil, instituiu-se um grupo de trabalho interministerial

Fonte: Portal Brasil



Brasil e Alemanha apresentam políticas de reabilitação profissional

“Nosso principal desafio é romper as políticas setoriais e promover a ideia de reabilitação profissional de forma ampla, que contemple as diversas Pastas envolvidas, as esferas de governo, incluindo todos os estados e municípios, e mesmo setores da sociedade civil”, esclareceu o diretor de Saúde do Trabalhador, do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS), Sérgio Antônio Martins Carneiro, na manhã desta terça-feira (25), durante a reunião entre Brasil e Alemanha sobre as Ações de Perspectivas da Saúde do Trabalhador, realizada no Ministério da Previdência Social (MPS), em Brasília.

Segundo Sérgio, “queremos não apenas aumentar o número de pessoas reabilitadas, mas também realizar medidas que efetivamente aloquem essas pessoas no mercado de trabalho, daí a necessidade da integração e da percepção de Seguridade Social de forma integrada”.

No que tange à contribuição da Alemanha, “com experiência deles, fica ainda mais claro que quando mais cedo interviermos nesse processo, maiores as chances de reabilitação”, concluiu o diretor.

Busca-se afastar da responsabilização os fatores que não se relacionam diretamente ao comportamento da empresa, como acidentes de percurso, originados por força maior ou, ainda, os causados por terceiros.

O SBM privilegia o volume de trabalho efetivamente realizado, em vez de, por exemplo, apenas o número de empregados da cada empresa. Além da quantidade, a gravidade dos acidentes são também levamos em conta. Assim, o SBM pode ser visto como espécie de sistema de pontuação, que pode originar muitas ou subsídios.

Segundo Höller, entre os principais desafios, está a determinação do risco de acidentes em empresas pequenas e médias, que correspondem a 80% das empresas alemãs.

Mais do que uma busca para que seja efetiva, a reabilitação é altamente individualizada. Na Alemanha, foca-se, também, no reemprego do reabilitado, ao prever uma série de benefícios às empresas que voltam a contratar o trabalhador reabilitado.



### Reabilitação profissional no Brasil

Para a integração da política de reabilitação profissional no Brasil, instituiu-se grupo de trabalho interministerial composto por Previdência Social (coordenação), na qual está o INSS; Trabalho e Emprego (e Fundação Jorge Duprat Figueiredo de Segurança e Medicina do Trabalho); Planejamento, Orçamento e Gestão; e Saúde, incluindo a Fundação Oswaldo Cruz. Cabe ao grupo, entre outros, a elaboração de proposta do plano integrado de habilitação e reabilitação física e profissional.

Para a integração da política de reabilitação profissional no Brasil, instituiu-se grupo de trabalho interministerial composto por Previdência Social (coordenação), na qual está o INSS; Trabalho e Emprego (e Fundação Jorge Duprat Figueiredo de Segurança e Medicina do Trabalho); Planejamento, Orçamento e Gestão; e Saúde, incluindo a Fundação Oswaldo Cruz. Cabe ao grupo, entre outros, a elaboração de proposta do plano integrado de habilitação e reabilitação física e profissional.

## 20 pegadinhas em Língua Portuguesa

1ª parte – Pegadinhas 1, 2, 3 e 4

### Pegadinha 1

Ela quer se aparecer.

Termo muito usado e completamente errado. Certos verbos são essencialmente pronominais como suicidar-se, por exemplo. Outros, porém, jamais podem ser usados com pronomes, como os verbos da dica anterior, simpatizar ou antipatizar.

Trazemos um desses verbos que já-mais são usados com pronomes, que é o verbo aparecer. Esse é um típico verbo intransitivo. Não admite voz reflexiva, objetos de espécie alguma. Não se pode aparecer ninguém e, também, aparecer a si mesmo. Escreve-se corretamente, assim: **Ela quer aparecer.**

### Pegadinha 2

São os banqueiros que acabam lucrando.

Neste tópico de dicas de português para concursos, a expressão é que não é genuinamente um verbo. Trata-se simplesmente de uma locução de realce, que a usamos, evidentemente, para dar destaque à ideia expressa na frase.

Por tratar-se de um mero adorno frasal, essa locução é totalmente dispensável sem prejuízo para o sentido da oração. Exemplo: É os banqueiros que acabam lucrando. = Os banqueiros acabam lucrando. (A igualdade é de significação, é lógico.)

Mais exemplos:

Só nós dois é que sabemos o quanto nós queremos bem. (Letra de canção portuguesa.) Seria ridículo dizer: Só nós dois somos que sabemos o quanto nós queremos bem. A frase original pode ser escrita, sem nenhum prejuízo para a sua significação: Só nós dois sabemos o quanto nós queremos bem.

É eles que representarão o presidente. Essa frase está correta. Estaria incorreta se fosse escrita assim: São eles que representarão o presidente. Se eliminarmos do contexto a expressão de realce é que, veremos que o sentido é o mesmo: Eles representarão o presidente.

Muito cuidado! Nas questões de português, sobre concordância verbal, as organizadoras de vestibulares e concursos públicos costumam usar, de vez em quando, frases desse tipo, induzindo o vestibulando ou concursando a considerá-las incorretas.

Concluindo, indicamos como escrita correta da frase do topo a seguinte construção:

É os banqueiros que acabam lucrando.

Ou

Os banqueiros é que acabam lucrando.

Lembrar: é que – é uma locução de realce.

### Pegadinha 3

Inglaterra confirma invasão ao Iraque.

Jamais poderá ocorrer invasão a lugar algum. Porém, o que é possível acontecer é invasão de algum lugar. Escreve-se com correção, assim:

Inglaterra confirma invasão do Iraque.

Veja, a seguir, outros exemplos corretamente escritos:  
Invasão de privacidade.  
Invasão de domicílio.

A invasão do estádio pela polícia deu-se às 20 horas de ontem.

### Pegadinha 4

O acidente aconteceu porque o motorista dormiu no volante.

Para que alguém consiga dormir no volante, é necessário que este seja, no mínimo, do tamanho de uma cama. Convenhamos, volantes desse tamanho ainda não foram fabricados. Então, melhor seria dormir no banco do automóvel ou, mais adequadamente, em uma cama com mais conforto. Quem dorme bem, dorme em algum lugar. Já "dormir próximo" ou "junto" significa dormir a (preposição) com o respectivo artigo (o ou a). O correto seria escrever:

O acidente aconteceu porque o motorista dormiu no volante.

A seguir, outros exemplos de frases corretamente grafadas:

A moça dormiu ao computador.

O marinheiro dormiu ao timão.

Romeu dormia à janela de Julieta.

Na próxima edição tem mais pegadinha! ☺

**ASOMED**  
MEDICINA DO TRABALHO

Segurança do Trabalho  
Medicina Ocupacional  
Exames Complementares  
Treinamentos  
(18) 3305-8004 / 3608-7491  
asomedm@terra.com.br  
Rua Tupinambás, 310 – Aracatuba - SP

CLICK AQUI

**MultSeg**  
(18) 3641-8015

EPI que você precisa tem aqui!  
Assessoria e Consultoria  
Orientações técnicas  
Birigui e Região  
Rua Pedro Álvares Cabral, 899

CLICK AQUI

**MC**

EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO

O EPI QUE VOCÊ  
PRECISA TEM AQUI  
(18) 3652-9703  
Avenida Bento da Cruz, 39  
PENÁPOLIS E REGIÃO

**EPSEG**  
EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

Caio Cesar Cachoni  
Representante Comercial

Telefones / Contato:  
(018) 3644-5473 (Escritório)  
(018) 99 117-8982 (Home)  
(018) 99 131-2390 (Celular)  
(018) 99 128-9321

unibrasil  
uniformes

AERO

**FORTPÉ** **REIDRAT**

CALÇADOS DE SEGURANÇA

**Goobrasil**  
O PORTAL DAS BUSCAS REGIONALIZADAS  
Indústrias - Comércio - Produtos - Serviços - Saúde - Alimentação - Lazer

Aqui você encontra o website que tanto procura

[www.goobrasil.com.br](http://www.goobrasil.com.br)

## ANIMERP 2014 promove mergulho na cultura oriental no próximo fim de semana

Festival gratuito oferece oficinas, apresentações, exposições e bate-papos



Com gêneros e subgêneros tão complexos e variados quanto qualquer meio artístico, os animes e mangás possuem uma aceitação crescente no ocidente, e pra suprir a demanda de eventos relacionados a essa cultura gerada pelo público otaku – nome dado às pessoas que se interessam pelo assunto, o Sesc Rio Preto promove pela quarta vez o AnimeRP. Após receber mais de 7.500 jovens no evento do ano passado, a programação de 2014 oferece oficinas, apresentações, bate-papos e diversas atividades nos dias 29 e 30 de março, tudo relacionado à cultura pop oriental. As inscrições para as atividades formativas e vivências são feitas diretamente no local da atividade, minutos antes do início.

**LOGÍSTICA**  
&  
**SEGURANÇA NO TRABALHO**  
Uma parceria de sucesso!

Ramires Salsiano

## A Logística e a NR-11

Nesta NR as de segurança para operação de elevadores, guindastes, transportadores industriais e máquinas transportadoras são abordadas, e naturalmente enfatiza de modo automático a Logística. Tudo configura procedimento de MAM (Movimentação e Armazenagem de Materiais), que deve ser apresentado ao profissional de segurança do trabalho por um profissional de logística adequadamente qualificado.

Para os elevadores se deve considerar a altura máxima do local onde eles operarão livremente com aproveitamento máximo, e a altura mínima onde a operação de elevadores terá limite reduzido de movimentos e alcance de materiais.

Em operação com guindastes, onde os movimentos tendem a ser diagonal, deve-se observar o fator clima no tocante a chuvas e ventos, caso o local de operação seja a céu aberto. A movimentação por guindastes podem ocorrer em condições fixas ou móveis, no caso do móvel se pode citar o caminhão muncck.

Já nos transportadores industriais e máquinas transportadoras devem ser observado, do ponto de vista logístico, as condições de embalagem, acondicionamento ou armazenagem durante o trajeto.

Assim, os equipamentos utilizados na movimentação de materiais, tais como ascensores, elevadores de carga, guindastes, monta-carga, pontes-rolantes, talhas, empilhadeiras, guinchos, esteiras-rolantes, transportadores de diferentes tipos, serão calculados e construídos de maneira que ofereçam as necessárias garantias de resistência e segurança e conservados em perfeitas condições de trabalho. Para isso, faz-se necessário o aval de um profissional de logística em relação às condições ideais de armazenagem para máquinas e equipamentos, pois existem especialistas da área de logística no assunto que podem contribuir significativamente para uma maior longevidade dos itens armazenados.

Deve ser dada uma atenção especial aos cabos de aço, cordas, correntes, roldanas e ganchos que deverão ser inspecionados, permanentemente, substituindo-se as suas partes defeituosas. Além de acondicionar adequadamente esses materiais durante o transporte até o local de operação, armazenar um local onde eles possam ser conservados por mais tempo, e realizar a substituição dos mesmos nos prazos estipulados pelo planejamento.

A indicação nos equipamentos, em lugar facilmente visível, sobre a carga máxima de trabalho permitida é um sinal de limite de operação. Onde também deve ser coordenado o limite de carga empilhadas para evitar avarias parciais ou totais tanto nas cargas quanto nas pessoas.

Deve usar protetores das mãos os trabalhadores que operarem carros manuais para transporte. Devendo ser observada também se os carros manuais estão em perfeitas condições para operar na situação imposta.

Para os equipamentos com força motriz própria, o operador deverá receber treinamento específico, dado pela empresa, que o habilitará nessa função. Tais operadores deverão ser habilitados e só poderão dirigir se durante o horário de trabalho portarem um cartão (válido por um ano) de identificação, com o nome e fotografia, em lugar visível. Estes equipamentos motorizados deverão possuir sinal de advertência sonora (buzina), além do alerta de marcha ré.

Os transportadores industriais serão permanentemente inspecionados e as peças não conformes deverão ser imediatamente substituídas.

Em locais fechados ou pouco ventilados, a emissão de gases tóxicos, por máquinas transportadoras, deverá ser controlada para evitar concentração de gases tóxicos acima dos limites permisíveis no ambiente de trabalho. Pois em locais fechados e sem ventilação, é proibida a utilização de máquinas transportadoras movidas a motores de combustão interna, salvo se providas de dispositivos neutralizadores adequados.

Chamamos de "Transporte manual de sacos" toda atividade realizada de maneira contínua ou descontínua, essencial ao transporte manual de sacos (sacaria), na qual o peso da carga é suportado, integralmente, por um só trabalhador, compreendendo também o levantamento e sua deposição. Nessas condições, o trabalhador só poderá se movimentar por até sessenta metros carregando o "saco" manualmente. Além disso, o cada carga deve pesar no máximo trinta quilos. Não se pode realizar o transporte manual de "sacos", através de pranchas, sobre vãos superiores a um metro ou mais de extensão.

A descarga deverá ser realizada por vagonetes, carros, carretas, carros de mão apropriados, ou qualquer tipo de tração mecanizada. Com a sincronização logística necessária que a seja realizada o mais rápido possível e com o máximo de segurança. E para isso, o operador (seja de empilhadeira elétrica ou carrinho manual) deverá ter a ajuda de um auxiliar.

Em relação às pilhas de sacos, nos armazéns, sua altura máxima é limitada à resistência do piso, à forma e resistência dos materiais de embalagem e à estabilidade, baseada na geometria, tipo de amarração e inclinação das pilhas. Observando a altura máxima e mínima, os espaços em os empilhamentos e as bases de suporte (no caso de paletes). Quando não for possível fazer o empilhamento mecanizado, pode ser feito manualmente o processo operacional, contanto que seja utilizada escada removível de madeira, conforme regulamentação desta NR.

Deve-se observar a questão do piso do armazém, que deverá ser constituído de material não escorregadio, sem aspereza, de preferência mastique asfáltico, e mantido em perfeito estado de conservação.

Evitando transporte manual de ascas em pisos dessa natureza, para evitar avarias em produtos e pessoas. A cobertura deve ser apropriada em locais de carga e descarga de sacaria.

O layout do armazém deve ser feito de tal forma a evitar a obstrução de portas, equipamentos contra incêndio, saídas de emergências, o trânsito, a iluminação, etc. As cargas empilhadas devem ficar a uma distância de pelo menos cinquenta centímetros das laterais do armazém ou local de armazenagem.

Portanto, mais uma NR associada à Logística. Veremos a NR-12? Até a próxima edição. Obrigado! ☺

**Ramires Salsiano**  
Escritor e Colunista  
Consultor Empresarial e Palestrante  
Administrador, Mercadólogo, Especialista em Logística  
[www.admkt-log.com](http://www.admkt-log.com)  
Facebook:  
<https://www.facebook.com/pages/ADMKT-LOG/225225210960842>  
Twitter:  
[@admktlog](https://twitter.com/admktlog) - <https://twitter.com/admktlog>

Livros e e-books

Universitários e técnicos

Motivacionais

www.admkt-log/editora.html

## Motorista não responde por fugir de local do acidente



Publicado por Consultor Jurídico

Como nenhum cidadão é obrigado a produzir prova contra si, não é constitucional o artigo 305 do Código de Trânsito Brasileiro, que tipifica a conduta de deixar o local do acidente para fugir da responsabilidade penal ou civil. A inconstitucionalidade, apontada pelo Órgão Especial do Tribunal de Justiça de São Paulo no Incidente de Inconstitucionalidade 990.10.159020. 4, foi citada pela 12ª Câmara de Direito Criminal do TJ-SP durante julgamento de Habeas Corpus apresentado pela defesa de Alex Kozloff Siwek. Ele responde por ter atropelado o ciclista David Santos Sousa, em março de 2013, na Avenida Paulista, com a vítima tendo um braço decepado no acidente.

Defendido por Rafael Estephan Maluf e Pablo Neves Testoni, sócios do escritório Paoletti, Dias, Neves e Carvalho Sociedade de Advogados, Siwek foi inicialmente denunciado por tentativa de homicídio, dirigir embriagado e alterar a cena do acidente, pois teria jogado o braço da vítima em um rio. Posteriormente, o TJ-SP afastou a tentativa de homicídio e Siwek passou a responder por lesão corporal culposa na direção de veículo sem prestar socorro, além de fugir do local do acidente e de dirigir embriagado.

Os advogados apresentaram Habeas Corpus alegando a inconstitucionalidade do artigo 305 do Código de Trânsito, reconhecida pelo Órgão Especial do TJ-SP, além de pedir que a embriaguez ao volante artigo 306 do CTB fosse absorvido pelo artigo 303 lesão corporal culposa. Com isso, caberia ao juízo de primeira instância analisar a possibilidade de concessão da suspensão condicional do processo, com base no artigo 89 da Lei 9.099/95. Relator do caso, o desembargador Breno Guimarães acolheu o pedido de trancamento da Ação Penal em relação ao artigo 305 do Código de Trânsito Brasileiro.

Ele citou a decisão do Órgão Especial, da qual disse partilhar entendimento, já que obrigar o motorista envolvido em acidente a permanecer no local fere a garantia constitucional de não auto-incriminação, na medida em que obriga o agente a produzir prova contra si. Guimarães apontou precedentes do TJ-SP sobre a inconstitucionalidade do artigo 305, como as Apelações 0000743-36. 2009.8.26.0344 e 0002389-90.2011.8.26.0286 e o Habeas Corpus 0173532-35.2011.8.26.0000.

Em relação à absorção da acusação por dirigir embriagado pelo artigo referente à prática de lesão corporal culposa, o relator rejeitou a argumentação da defesa. Para ele, trata-se de delitos autônomos que tutelam bens jurídicos diversos, a segurança nas ruas no primeiro caso e a garantia física das pessoas no segundo.

Por fim, Breno Guimarães negou excesso de acusação, afirmando que a denúncia por lesão corporal culposa sem prestar socorro à vítima e embriaguez ao volante está de acordo com os autos. Assim, afastada apenas a acusação de fugir do local do acidente, não se revela possível a pretendida suspensão condicional do processo, pois as penas mínimas, somadas, superam um ano, impedindo a aplicação do artigo 89 da Lei 9.099. A posição foi acompanhada pelos desembargadores Paulo Rossi e João Morenghi. ☒

## Domingo é o último dia de visitação da mostra Estação da Língua no Sesc Rio Preto

No sábado, Sesc apresenta um dos mais esperados eventos de cultura pop de Rio Preto

**DIA 28. Sexta**

Às 20h no Teatro começa o filme A ERA DO RÁDIO, clássico de 1987, pelo projeto "Obsessões de Woody Allen". O longa é um tributo nostálgico à era do rádio e seu poder de agregar as pessoas, reunir as famílias, entreter e informar, mudar comportamentos e atitudes. Allen foi um dos poucos cineastas a compreender, de forma tão marcante, o quanto o rádio significou não só como veículo de comunicação, mas como uma experiência cultural, social e afetiva típica de uma realidade que se inaugurava com o que Theodor Adorno chamou de indústria cultural. A exibição é gratuita e os interessados podem retirar os ingressos com uma hora de antecedência, na Central de Atendimento do Sesc.

Também às 20h, ESSA TERRA E VIDAS SECAS: A REPRESENTAÇÃO DO SERTÃO EM DOIS MOMENTOS DA LITERATURA BRASILEIRA é o tema do debate que acontece gratuitamente na Sala de Uso Múltiplo do Sesc. O foco do encontro é a intertextualidade entre o romance de Antônio Torres e a obra-prima de Graciliano Ramos, procurando mostrar em que aspectos as imagens construídas do sertão nas duas obras aproximam-se e se afastam. Desse modo, será possível observar como a narrativa de Torres relaciona-se tanto com a tradição literária regionalista brasileira da década de 1930, quanto com a literatura contemporânea.

**DIA 29. Sábado**

Começa às 10h neste sábado, um dos eventos mais esperados pelo público jovem de Rio Preto: o ANIMERP. Pelo quarto ano consecutivo, a Unidade traz oficinas, vivências, exposições e apresentações sobre a cultura pop oriental, e deve receber milhares de visitantes em seus espaços. No ano passado, mais de 7.500 pessoas passearam pelas atividades, e neste ano o número deve ser ainda maior. O evento segue durante todo o sábado e domingo em vários espaços da Unidade. Confira os detalhes de cada atividade no release adicional em anexo neste e-mail.

O QUARTETO BOÊMIO é formado pelos músicos e amigos Anderson Vianna, Tião Tuaffic, Jânio Freitas e Marcio Zanelli, e vem ao palco da Comedioria, gratuitamente, às 17h com a proposta de resgatar o samba tocado nas principais rodas do Rio Janeiro e São Paulo, exaltando compositores tradicionais como Wilson das Neves, João Nogueira, Bezerra Silva dentre outros. O último filme exibido pelo projeto "Obsessões de Woody Allen" deste mês é o longa O DORMINHOCO, de 1973, e começa às 17h, no palco do Teatro do Sesc. Um dos melhores e mais divertidos filmes da primeira fase de Woody Allen, 'O Dorminhoco' põe em cena a personagem de Miles Monroe, um músico de jazz que foi congelado e, 200 anos depois, é ressuscitado. De forma inusitada, Allen faz com que a comédia enverede pelos caminhos da ficção científica de forma paródica, marcada pela ironia e pelo sarcasmo, ao mesmo tempo em que explora, também acidentalmente, a temática política, pois, ao acordar, o músico acaba se envolvendo com um grupo de revolucionários que tentam derrubar um governo ditatorial.

**DIA 30. Domingo**

Em cartaz desde o dia 25 de fevereiro, a exposição ESTAÇÃO DA LÍNGUA está disponível para visitação pelo último dia na Área de Convivência do Sesc. A mostra, que reproduz, por meio de recursos interativos e tecnológicos, atrações do Museu da Língua Portuguesa, de São Paulo, recebeu aproximadamente 25 mil visitantes, de público geral da Unidade a visitas monitoradas de escolas da região. Visitação das 10h às 18h 30, gratuitamente.

Às 15h30, no Teatro, começa o espetáculo infantil A VERDADEIRA HISTÓRIA DO LOBO MAU, da Cia. Polichinelo, de Araraquara-SP. A peça faz o questionamento: depois do "E foram felizes para sempre!", o que acontece com os vilões? Desta vez a companhia resolve dar uma chance ao vilão mais conhecido das histórias infantis para que ele possa explicar suas maldades. ☒

**Fisioterapia**  
**MAESTRO CARDIM**  
**(11) 97444-0902**  
Reabilitação Esportiva; Fisioterapia Ortopédica; Prevenção de lesão; Pilates Studio; Acupuntura; RPG; Quiropraxia  
Fisioterapeuta Marcelo Kazuaki Simplicio  
marcelo\_ks@hotmail.com  
Rua Maestro Cardim, 1259; Paraisópolis/SP (perto do metrô Paraisópolis)

**doisDI**  
CLICK AQUI  
(18)98801-3114  
joice@doisdi.com  
BRANDING - WEB - MULTIMÍDIA - PRODUTO  
(18)98801-2115  
luiz@doisdi.com

**EPI.com**  
Equipamento de Segurança  
Comércio de Equipamentos de Proteção Individual  
**TREINAMENTOS**  
- Trabalho em Altura; NR-10;  
- Operador de Empilhadeira;  
- Operador de Ponte Rolante;  
- Laudo de Compressores;  
- CIPA;  
- Operador de Guincho  
**18 3301-1514**  
epi.com@ig.com.br

**PROMED**  
Medicina e Segurança do Trabalho  
Exames: Admissional; Demissional; Periódicos; Retorno ao Trabalho; Mudança de Função; Psicossocial; Exames Complementares  
Laudo Ergonômico; Treinamentos; PPRA; PCMSO; PCMAT; LTCAT; SIPAT; PPP  
**(18) 3301-1361**  
Rua Amazonas, 305 - Araçatuba - SP  
Clique aqui

**ASOMED**  
MEDICINA DO TRABALHO  
Segurança do Trabalho  
Medicina Ocupacional  
Exames Complementares  
Treinamentos  
(18) 3305-8004 / 3608-7491  
asomedm@terra.com.br  
Rua Tupinambás, 310 - Araçatuba - SP

**Divulgue sua empresa neste espaço.**  
São mais de 200 mil profissionais e empresas que recebem nossas edições toda quinta-feira.  
contato@norminha.net.br

## Desça do salto e olhe-se nua: veja 13 dicas para viver mais

Site lista sugestões de livro que ajudam a diminuir doenças e prolongar a vida

Quer ter uma vida longa e saudável? Livre-se do salto alto, beba café e olhe-se nua no espelho. Esses são alguns segredos para a longevidade, de acordo com o livro A Short Guide To A Long Life (em tradução livre, Um Breve Guia para uma Vida Longa), do médico especialista em câncer David Agus. Confira a seguir 13 dicas da obra listadas pelo jornal Daily Mail.

Fotos Getty Images



### Olhe-se nua

Tire a roupa e fique em frente ao espelho. Analise o seu corpo e note se há algo diferente, como uma pinta nova de aspecto estranho, que pode ser sinal de câncer de pele. Vale procurar um médico para tirar dúvidas.



### Abandone o salto alto

Sapatos desconfortáveis causam inflamação desnecessária em seus pés, que pode ter um impacto sobre todo o corpo. Não há maneira mais fácil, segundo o livro, de reduzir a inflamação global do que simplesmente usar sapatos confortáveis. A inflamação é associada a algumas das doenças degenerativas mais preocupantes, incluindo as cardíacas, Alzheimer, câncer, patologias autoimunes, diabetes e envelhecimento acelerado.



### Beba café

Pesquisas têm mostrado que ingerir café ou chá com moderação pode conferir benefícios à saúde. Embora alguns cientistas estejam tentando ligar o consumo de cafeína a doenças, estudo após estudo têm provado o contrário.



### Coma no mesmo horário

Uma das melhores maneiras de reduzir o estresse do corpo é manter uma rotina regular o ano todo. Se o corpo for privado de seu almoço esperado ao

meio-dia, além de sentir fome, irá experimentar um aumento no cortisol, o hormônio do estresse, que diz a ele para segurar a gordura e conservar energia. Assim, ele sabota seus esforços para perder ou manter o peso ideal.



### Levante-se

Existe uma grande ligação entre permanecer muito tempo sentado e maior incidência de obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares e morte precoce. Apenas uma ou duas horas de academia por dia não são suficientes, se permanecer o resto do tempo sentado ou deitado. Tente levantar-se ao longo do dia e caminhar.



### Mantenha a postura

Além de problemas no pescoço e nas costas, má postura também pode causar dores de cabeça, artrite, má circulação, dores musculares, dificuldade em respirar, indigestão, prisão de ventre, rigidez articular, fadiga, problemas neurológicos e má função física em geral. Todos os caminhos para a postura perfeita começam com um núcleo resistente. Tente exercícios projetados para isso, como pilates.



### Tome aspirina diariamente

Muitos estudos têm confirmado que o uso de aspirina não só reduz substancialmente o risco de doença cardiovascular, mas pode até mesmo afastar várias doenças por meio de seus poderes

anti-inflamatórios. Uma dose baixa de aspirina por dia (75 mg) foi ainda ligada à redução de 46% em desenvolver tumores malignos comuns no pulmão, cólon e próstata. Mas discuta a possibilidade com um médico primeiro, pois há efeitos colaterais, como hemorragia estomacal.



### Tome vacina contra a gripe

Apenas uma a duas semanas de uma tempestade inflamatória, que é o que vai acontecer se contrair gripe, pode aumentar o risco para a obesidade, infarto, acidente vascular cerebral e câncer. Aposte na vacina contra gripe.



### Aposte em frutas e legumes congelados

No momento em que a maior parte dos alimentos chega aos supermercados, os itens não contêm a mesma quantidade de nutrientes de quando foram colhidos. Se não puder comprar produtos realmente frescos, opte por frutas e legumes congelados. Eles foram armazenados ainda no pico de nutrientes.



### Evite vitaminas

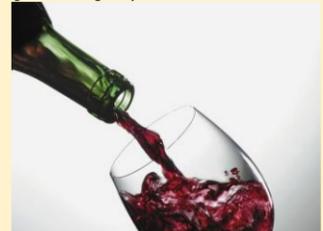
Muitos estudos sobre grupos de mais de 1 mil pessoas nas últimas décadas têm demonstrado que tomar suplementos vitamínicos está correlacionado com um aumento do risco de doenças graves, como câncer, e ainda produz pouco benefício para a saúde.

O corpo gosta de criar radicais livres que atacam as células más, incluindo as cancerosas. Se você bloquear isso tomando grandes quantidades de vitaminas, especialmente aquelas tidas como antioxidantes, acaba bloqueando a capacidade natural do corpo se controlar.



### Tenha filhos

Se você tem filhos, será mais propenso a viver mais tempo do que seus colegas sem filhos. Isso porque criar alguém obriga a permanecer ativo.



### Beba vinho

Consumo moderado de vinho tinto pode reduzir risco de doença cardíaca. Mas o excesso é prejudicial, ok?



### Sorria

Sorrir impulsiona o humor. Desencadeia a liberação de analgésicos, endorfinas e serotoninas, que reduzem os níveis de estresse prejudiciais. ☒

## Senac Araçatuba realiza Road Show TI 2014

Evento é composto por uma série de palestras sobre o que há de mais novo e relevante no mundo da tecnologia da informação

Visando agregar valores ao currículo de seus alunos da área de tecnologia da informação, o Senac São Paulo promove o Road Show TI 2014. Na unidade de Araçatuba, o evento acontece dias 26 e 27 de março, com duas palestras no período da noite.

Evento é composto por uma série de palestras sobre o que há de mais novo e relevante no mundo da tecnologia da informação. Nessa edição, os profissionais convidados falam sobre virtualização, redes sociais, web semântica, livros digitais, o futuro dos games no mercado, aplicativos para celulares, certificações, entre outros assuntos.

A Tecnologia da Informação é o conjunto de atividades e soluções providas por recursos de informática que visam permitir o armazenamento, o acesso e o uso das informações. As aplicações para TI são muitas e estão ligadas às mais diversas áreas. Os cursos nessa área capacitam o aluno para as tarefas de desenvolver, implementar e atualizar soluções computacionais.

"O setor de tecnologia da informação continua crescendo no Brasil. É um dos mais otimistas e não tem sofrido os efeitos da desaceleração econômica. Uma previsão recente realizada pela consultoria IDC Brasil, os investimentos em tecnologia da informação e telecomunicações no Brasil devem atingir 420 bilhões de dólares este ano, alta de 9,2% na comparação com 2013. Números muito positivos e precisamos estar preparados para atender a demanda", ressalta a gerente do Senac Araçatuba, Marlene dos Santos Zequin.

### Palestras

No dia 26, às 19h30, Rodrigo Rovere abordou o tema Vantagens da Nova Certificação Cisco. Ter esse tipo de certificação (na área de redes, uma das principais é a da Cisco) no currículo atesta o conhecimento e a capacidade para enfrentar as adversidades de uma determinada tecnologia.

Rodrigo Rovere trabalha com produtos da Cisco, a fim de fazer o projeto de rede relacionados com WAN. LAN e wi-

reless para os clientes suportados pela empresa. Também dá aulas no Senac nos cursos relacionados à Cisco Certificação.

Soluções Autodesk para Impressora 3D é tema da palestra ministrada por Adilson Freitas, no dia 27, às 21 horas. O assunto trata o que há de mais novo e as soluções para o mercado de impressões tridimensionais nas áreas da saúde, publicidade, entretenimento, comics arts, soluções para o dia adia, moda e arte.

Adilson Freitas é docente com certificação Autodesk ACI em Autodesk Maya. Formado em Gestão da Tecnologia da Informação pela Universidade Newton Paiva, atualmente exerce a função de videografista na HS Produtora, que possui como principais clientes o Sebrae-SP e o Metrô de São Paulo. Desde 2006, ministra cursos nas áreas de computação gráfica e internet do Senac Campinas.

Participação é gratuita, exclusiva para alunos.  
[www.sp.senac.br/aracatuba](http://www.sp.senac.br/aracatuba) ☒

**EQUIPE**  
NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS  
Intermediamos as melhores opções de acordo com suas necessidades  
**(18) 3622-2281**  
[www.equipe.com.br](http://www.equipe.com.br)  
Av. José Ferreira Batista, 3435  
Araçatuba - SP