

Inmet emite alerta de tempestade entre quinta (24) e sexta-feira (25)

Chuvas podem atingir cidades da região com intensidade entre 20 e 30 mm/h ou até 50 mm/dia, com ventos entre 40 e 60 km/h; também pode ser registrada queda de granizo

Sul Fluminense

O Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet) divulgou, na quarta-feira (23), um alerta de perigo de tempestades, válido das 9h desta quinta-feira (24) até as 10h de sexta-feira (25), que podem atingir cidades da região, como Volta Redonda, Barra Mansa, Resende, Barra do Pirai, Itaíania, Angra dos Reis, Paraty, Pinheiral, Rio Claro, Pirai, Valença, Mendes, Porto Real e Quatis.

De acordo com o Inmet, as chuvas podem ter intensidade entre 20 e 30 mm/h ou até 50 mm/dia, com ventos entre 40 e 60 km/h e possibilidade de queda de granizo. A tempestade oferece baixo risco de corte de energia elétrica, estragos em plantações, queda de galhos de árvores e alagamentos.

ALERTA METEOROLÓGICO

A Secretária de Estado de Defesa Civil do Estado do Rio de Janeiro emitiu um alerta meteorológico na tarde desta quarta-feira (23), válido até sábado (26) para todo o Estado do Rio. A previsão, a partir desta quinta-feira (24), é de áreas de instabilidades, resultantes de uma com-



Cidades da região podem ser atingidas por tempestade

biniação de ventos úmidos vindos do oceano e o aquecimento diurno, poderão provocar pancadas isoladas de chuva moderada a ocasionalmente forte, acom-

panhadas de possíveis rajadas de vento e descargas atmosféricas no estado do Rio de Janeiro. De acordo com o aviso, essas chuvas ocorrerão principalmente

entre o período da tarde e a noite, com maior intensidade nas regiões serranas e áreas e metropolitanas, podendo causar transtornos pontuais.

H.FOA reforça importância do diagnóstico precoce do câncer

Volta Redonda

O mês de outubro é dedicado mundialmente à conscientização sobre o câncer de mama, ressaltando a importância do diagnóstico precoce como uma das principais armas na luta contra essa doença. De acordo com o Instituto Nacional de Câncer (Inca), estima-se que entre 2023 e 2025 sejam diagnosticados quase 74 mil novos casos de câncer de mama no Brasil, com cerca de 18 mil mortes associadas à doença. No entanto, a detecção precoce pode aumentar significativamente as chances de cura. Luciana Netto, médica da unidade de Alta Complexidade em Oncologia (UNACON) do Hospital da Fundação Oswaldo Aranha (H.FOA), destaca o papel fundamental do diagnóstico precoce na luta contra o câncer. "Fazer exames regulares, como o preventivo (Papanicolaou) e a mamografia, é essencial. Quanto mais cedo o câncer de mama ou de colo de útero for diagnosticado, maiores são as chances de cura ou controle da doença", revelou. Ela também chama a atenção para a diferença nos hábitos de saúde entre homens e mulheres. "As mulheres, culturalmente, cuidam mais da saúde e vivem, em média, sete anos a mais que os homens. Precisamos que os homens entendam que se cuidar não deve ser apenas uma resposta à doença, mas uma prática preventiva constante".

"MAIOR DESAFIO FOI ENCONTRAR CORAGEM PARA ENFRENTAR O RESULTADO"

Viviane Diniz, uma paciente recuperada, compartilha o impacto de receber o diagnóstico de carcinoma mamário invasivo. "Receber o diag-



Lucides Regatto, de 73 anos, e outro exemplo de superação e conscientização

nóstico foi assustador; perdi uma noite de sono com meu marido, pensando no que viria pela frente. O maior desafio foi encontrar coragem para enfrentar o resultado", contou. Ela decidiu realizar seu tratamento no H.FOA e ressalta o carinho e apoio que recebeu de toda a equipe. "O tratamento foi mais fácil graças ao cuidado de todos, desde as atendedoras até os técnicos de radioterapia. O carinho e a atenção fizeram toda a diferença". O apoio familiar e a fé também foram fundamentais para Viviane. "Desde o início, meu marido, filhos, amigos e familiares estiveram ao meu lado. Não me deixaram duvidar de que eu venceria essa batalha. Muitas orações foram feitas, e isso me manteve forte. Entreguei minha vida nas mãos de Jesus Misericordioso e, com a certeza de que a fé pode mudar tudo, enfrentei o tratamento com coragem". Agora, Viviane participa de projetos de conscientização e deixa uma mensagem de esperança. "Hoje me sinto curada e confiante nos tratamentos cada vez mais avançados. Estou aqui para ajudar outras mulheres que passam ou passarão por esse desafio. O diagnóstico precoce salva vidas, e precisamos falar sobre isso", frisou.

"O Câncer de Mama não é só para as mulheres, é para os homens também"

Lucides Regatto, de 73 anos, é outro exemplo de superação e conscientização. Ele foi diagnosticado com câncer de mama, uma doença que, segundo ele, muitas vezes é negligenciada pelos homens, apesar de também serem suscetíveis. Em seu relato, Lucides compartilha sua experiência e faz um alerta importante. "Eu gostaria de deixar um alerta para os homens: o câncer de mama não é só para as mulheres, é para os homens também. Hoje, graças a Deus, consegui vencer porque detectei muito cedo". A história de Lucides mostra que o exame regular e a atenção aos sinais do corpo são essenciais para o diagnóstico precoce. Ele lembra que o primeiro indicio de que algo estava errado foi ao perceber alterações no

bico do peito. "Ao tomar banho, eu sentia o bico do meu peito inchando, e com o passar do tempo ele encolhia mais um pouco, até que procurei ajuda", relembra. Após uma série de exames e uma biópsia, foi confirmada a presença de um tumor de 1,5 cm, que felizmente foi identificado em estágio inicial. O apoio da família foi fundamental durante o tratamento, como enfatiza Irla, esposa de Lucides. Ela conta que o diagnóstico foi um choque, mas juntos enfrentaram o desafio. "Tivemos um apoio muito grande da família, dos filhos, e eu, principalmente, que o acompanhei durante todo o tratamento. Inclusive, durante as quimioterapias, fomos de camisa justa para mostrar que estávamos juntos, e juntos vencemos esse câncer de mama", destaca. O Outubro Rosa é mais do que uma campanha; é um movimento global de conscientização e prevenção. Histórias como as de Lucides e Viviane mostram que o câncer de mama pode ser superado, especialmente quando detectado precocemente. O recado de Viviane Diniz resume a essência da campanha. "Cuide de sua saúde e faça os exames de rotina. Diagnóstico precoce salva vidas". Lucides destaca a importância de estar atento aos sinais do corpo e de procurar ajuda médica quando necessário. "Gostaria de deixar um abraço e um alerta para todos: cuidem-se e visitem seus médicos regularmente", alerta.

ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PREFEITURA MUNICIPAL DE ANGRA DOS REIS
SERVIÇO AUTÔNOMO DE CAPTAÇÃO DE ÁGUA E TRATAMENTO DE ESGOTO - SAAE
EDITAL N.º 90005/2024 – PREGÃO ELETRÔNICO
OBJETO: Registro do Preços para a prestação de serviços de coleta e análise laboratorial de efluente (Bruto e Tratado) das Estações de Tratamento de Esgoto (ETEs), conforme edital. DATA: 27/11/2024 às 09h:30min.
Os interessados em obter o edital, deverão fornecer 01(um) pen drive virgem devidamente lacrado em sua embalagem original na Praça Guarda Marinha Greenhalg, 59B – Centro – Angra dos Reis – RJ, ou retirar no site www.angra.rj.gov.br. Dúvidas pelo telefone (24) 3377-8546 ou pelo endereço eletrônico contratacao@saaeangra.com.br, no horário de 09:00h às 16:00h.

PREFEITURA MUNICIPAL DE PORTO REAL
ESTADO DO RIO DE JANEIRO
SECRETARIA MUNICIPAL DE GOVERNO
PORTARIA Nº 1960 DE 23 DE OUTUBRO DE 2024.
O PREFEITO DO MUNICÍPIO DE PORTO REAL, NO USO DE SUAS ATRIBUIÇÕES LEGAIS ESPECIALLYMENTE AS PREVISTAS NO INCISO VII, DO ARTIGO 78 DA LEI ORGÂNICA MUNICIPAL,
RESOLVE:
Art. 1º - NOMEAR, para exercer em caráter efetivo no quadro permanente de cargos da Prefeitura Municipal de Porto Real, CLAUDINÉIA ANDRÉ, para ocupar o cargo de Docente IV – Orientador Educacional, em virtude da aprovação e classificação no Concurso Público Municipal de Provas e de Títulos, Edital nº 001/2018, homologado mediante publicação em Diário Oficial de 20 de março de 2019.
Art. 2º - Esta Portaria entra em vigor na data de sua publicação, revogando-se as disposições em contrário.
Alexandre Augustus Serfiofis
Prefeito

Resende realiza primeiras cirurgias de retina pelo SUS na região, diz prefeitura

Resende

Resende é a primeira cidade do Sul Fluminense a realizar cirurgias de retina pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Esse dado foi divulgado pela prefeitura do município, nesta quinta-feira (23). As cirurgias aconteceram na Santa Casa de Resende e contam com uma equipe de quatro médicos: um cirurgião de retina, dois oftalmologistas auxiliares e um anestesiologista. Os procedimentos cirúrgicos são realizados semanalmente em pacientes que receberam atendimento e encaminhamento pelo SUS.

As cirurgias anualmente realizadas na Santa Casa passarão a ser feitas no primeiro Hospital de Olhos do Sul Fluminense, cuja primeira fase das obras foi entregue em abril de 2024. Atualmente, o espaço, que funciona anexo à Santa Casa, é equipado para atendimentos de baixa complexidade e conta com dois consultórios, banheiros, sala de exames de exercícios ortópticos e de campo visual, com capacidade para atender diariamente 100 consultas gerais e outras 60 secretarias. Após a conclusão, a unidade também realizará atendimentos de média e alta complexidade.

NOVO CENTRO CIRÚRGICO

A unidade avança para a segunda fase das obras com a construção do centro cirúrgico, que terá capacidade média para realizar 400 cirurgias por

mês, abrangendo catarata, glaucoma, pterígio e retina. "Este é mais um marco para a nossa cidade, que vem avançando em diferentes áreas de conquistas (oftalmológicas no município são grandes, e ser a primeira cidade do Sul Fluminense a realizar cirurgias de retina nos cinco municípios e nos hospitais que estamos no caminho certo). Isso prova que as cirurgias oftalmológicas serão direcionadas ao Hospital de Olhos, quando as obras do centro cirúrgico forem finalizadas e entregues à população", disse o prefeito Diogo Ralício Diniz.

DADOS DE OFTALMOLOGIA EM RESENDE

Desde o início da atual gestão, Resende tem investido significativamente em serviços oftalmológicos, destacando a implementação do Instituto dos Olhos na Santa Casa. Novos procedimentos foram introduzidos, como a injeção intravítrea, essencial para o tratamento de doenças da retina, como a Degeneração Macular Relacionada à Idade (DMRI), a Retinopatia Diabética e a oclusão de veias da retina.

Além disso, desde 2023, a cidade ampliou a oferta de procedimentos oftalmológicos pelo SUS, incluindo tomografia de coerência óptica, ultrassonografia de globo ocular, consultas de glaucoma, além de cirurgias de catarata e agona de retina.

Veja orientações para dirigir com segurança durante tempestades

Sul Fluminense

A K-Infra divulga, nesta quarta-feira (23), orientações para motoristas sobre como dirigir em situações de tempestade. As chuvas intensas comuns neste período em todo o estado e na região Sul Fluminense exigem atenção redobrada. As mudanças climáticas estão alterando os padrões de chuva, resultando em temporais com ventos fortes e chuvas contínuas, o que aumenta significativamente os riscos nas rodovias. Por essa razão, a K-Infra Rodovia do Aço destaca a importância de adotar medidas preventivas ao dirigir nessas

condições. Temporais, frequentemente acompanhados de ventos fortes, podem afetar o controle dos veículos, tornando a condução mais perigosa. Além disso, chuvas persistentes podem formar poças d'água nas pistas, elevando o risco de aquaplanagem. Se possível, planeje sua viagem com antecedência, verifique a previsão do tempo e mantenha a bateria do celular carregada. Para dúvidas sobre as condições da BR-393 sob concessão da K-Infra (entre os km 101,9 e 286,4), entre em contato pelo (800) 2853 393.

VEJA AS ORIENTAÇÕES PARA UMA CONDUÇÃO SEGURA EM DIAS CHUVOSOS:

- **Reduza a Velocidade:** A aderência dos pneus diminui na chuva, aumentando o risco de aquaplanagem. Dirigir mais devagar melhora o controle do veículo.
- **Atenção à Aquaplanagem:** Se sentir que o veículo "flutua", mantenha a calma, evite frenagens bruscas e mantenha o volante na direção desejada até recuperar o controle.
- **Mantenha Distância Segura:** Aumente a distância entre seu veículo e o da frente. Em pistas molhadas, é necessário mais espaço para frenagens seguras.
- **Use Faróis Baixos:** Mesmo durante o dia, os faróis baixos aumentam sua visibilidade para outros motoristas.
- **Evite Frenagens e Manobras Bruscas:** Movimentos abruptos podem resultar na perda de controle do veículo em pistas molhadas.
- **Verifique os Equipamentos de Segurança:** Garanta que pneus, freios, limpadores de para-brisa e luzes estejam em boas condições antes de pegar a estrada.
- **Evite Áreas Alagadas:** Água acumulada na pista pode ocultar buracos e outros perigos. Se não for possível evitar, atravesse com velocidade reduzida e constante.
- **Fique Atento à Sinalização:** Preste atenção às placas e orientações específicas para condições climáticas adversas.
- **Sempre faça a manutenção do seu carro, com foco especial nos freios e pneus.** Troque as palhetas dos limpadores de para-brisa e teste o sistema de ventilação ou ar-condicionado para evitar embaçamento dos vidros.
- **Se você se deparar com um temporal forte durante a viagem, procure parar em um local seguro, fora da pista e do acostamento, evitando ficar embaixo de árvores.**

PREFEITURA MUNICIPAL DE PORTO REAL
ESTADO DO RIO DE JANEIRO
SECRETARIA MUNICIPAL DE GOVERNO
PORTARIA Nº 1960 DE 23 DE OUTUBRO DE 2024.
O PREFEITO DO MUNICÍPIO DE PORTO REAL, NO USO DE SUAS ATRIBUIÇÕES LEGAIS:
RESOLVE:
Art. 1º - CONTRATAR, por prazo determinado e a título precário pelo período de 12(doze) meses, os (a) servidor (s) abaixo relacionados para atenderem as necessidades temporárias de excepcional interesse público, em virtude de aprovação e classificação no Processo Seletivo Simplificado nº 01/2024(Smect), a vista do Processo Administrativo nº 8420/23. A partir de 21/10/2024
Nome: Caroline Campos Duque
Função: Docente I – Educação Infantil
Nome: Edlêno Gonçalves Fellozo de Assis
Função: Docente I – Educação Infantil
Art. 2º - Esta Portaria entra em vigor na data da sua publicação, revogando-se as disposições em contrário.
Alexandre Augustus Serfiofis
Prefeito