

Política

Poder Legislativo aprova orçamento de Coronel Bicaco para o exercício de 2021

Um dos textos aprovados por unanimidade na sessão ordinária da segunda-feira (07/12), na Câmara de Vereadores de Coronel Bicaco, refere-se ao orçamento municipal para o exercício de 2021. O valor total é de R\$ 32.120.295,73.

Antes de ser apreciado em plenário, o Projeto de Lei nº 086/2020 foi analisado e recebeu parecer favorável da Comissão de Finanças e Orçamentos do Poder Legislativo.

Durante a apreciação da matéria, o vereador João Francisco Marques Brasil (PDT) frisou que o montante previsto para 2021 é praticamente idêntico ao do atual exercício financeiro. — Houve o congelamento das despesas, por isso, os números ficaram quase os mes-

mos — destacou o pedetista.

O vereador Lucas Santos da Cruz (PDT), que integra a Comissão de Finanças e Orçamentos, também ressaltou a semelhança dos valores relativos aos anos de 2020 e 2021 devido à proibição do aumento de despesas. — Nos reunimos para analisar o orçamento do próximo ano e não encontramos nenhuma anormalidade — acrescentou o edil.

Com percentuais de investimento preconizados na Constituição Federal, as áreas da educação e da saúde lideram, respectivamente, a lista das maiores dotações. Somando-se à Secretaria Municipal de Obras, Viação e Urbanismo, os três setores irão absorver quase 59% do orçamento do próximo ano.

Dotações previstas para 2021:

- Câmara Municipal de Vereadores: R\$ 1.530.000,00;
- Gabinete do Prefeito: R\$ 651.200,00;
- Secretaria Municipal da Administração: R\$ 3.823.226,48;
- Secretaria Municipal da Fazenda: R\$ 862.200,00;
- Secretaria Municipal de Obras, Viação e Urbanismo: R\$ 5.019.764,01;
- Secretaria Municipal de Educação, Cultura e Desporto: R\$ 7.636.270,12;
- Secretaria Municipal da Saúde: R\$ 6.201.515,12;
- Secretaria Municipal da Agricultura: R\$ 514.450,00;
- Secretaria Municipal do Trabalho, da Habitação e da Assistência Social: R\$ 1.597.320,00;
- Secretaria Municipal de Planejamento e Meio Ambiente: R\$ 249.450,00;
- Fundo de Aposentadoria do Servidor: R\$ 3.805.000,00;
- Secretaria Municipal da Indústria, Comércio e Turismo: R\$ 229.900,00.

Pandemia

Governo do Estado reativa e implementa mais 190 leitos de UTI

Diante do aumento da curva de casos de Covid-19 no Rio Grande do Sul, a Secretaria Estadual da Saúde (SES) está mobilizada na reativação e implementação de novos leitos de Unidade de Terapia Intensiva (UTI). Ainda em dezembro, a rede pública passa a contar com mais 190 vagas distribuídas em hospitais das sete macrorregiões do Estado.

A chefe da SES, Arita Bergmann, lembrou que, desde o início da pandemia, o Estado mais que dobrou a capacidade de leitos de UTI, com ampliação de 102% no número de vagas. Em março deste ano, a rede hospitalar gaúcha contava com 933 leitos de UTI adulto. Desde então, este número foi ampliado com 951 novas vagas, chegando a 1.884 leitos na rede pública hospitalar. Com os novos leitos que devem entrar em funcionamento em dezembro, o aumento na capacidade instalada chega a 113%.

Para equipar os hospitais gaúchos, a SES comprou conjuntos de 230 respiradores e monitores por meio de pregão eletrônico, no valor de R\$ 17 milhões. Do Ministério da Saúde foram recebidos 853 equipamentos. Também foi efetivada uma parceria com a GM e com o Instituto Cultural Floresta



Ainda em dezembro, a rede pública passa a contar com mais 190 vagas distribuídas em hospitais das sete macrorregiões do Estado

para o concerto de 161 aparelhos. Uma doação de 40 respiradores foi feita pelo projeto 'Todos pela Saúde'.

Conforme a diretora do Departamento de Assistência Hospitalar e Ambulatorial (DAHA), Lisiane Fagundes, a abertura de leitos é sempre uma ação conjunta da SES com as instituições hospitalares para que se consiga abranger a totalidade dos critérios necessários para o atendimento qualificado e adequado da população.

Devido ao aumento crescente de internações em UTIs,

Lisiane Fagundes faz um apelo à sociedade para adesão às medidas de prevenção ao contágio como forma de proteger os profissionais da saúde que atuam nos hospitais. — Estamos há cerca de nove meses trabalhando sem descanso e os nossos profissionais da linha de frente têm dado o seu máximo. O maior compromisso da população com esses profissionais que estão há meses dedicando as suas vidas para salvar outras é ficar em casa, evitar aglomerações — disse a diretora do DAHA.

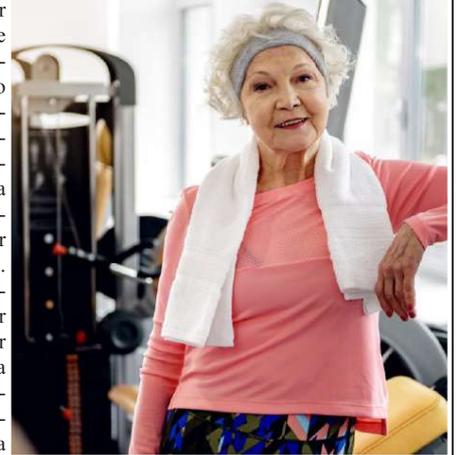
Zaca - Educador Físico

CREF - 016912G/RS -
robinson.giraldi@bol.com.br



Iniciar Exercício Físico aos 50 Anos

A partir de certa fase de envelhecimento, o corpo vai perdendo seu nível metabólico e fica cada vez mais difícil fortalecer os músculos. Dessa forma, entender como ganhar massa magra é importante para manter uma vida mais saudável e uma boa saúde óssea.



Com o processo de ganho cada vez mais difícil por conta do sedentarismo, da má alimentação e doenças crônicas, quem está prestes a entrar na terceira idade deve ficar atento à perda muscular e à redução da capacidade funcional.

Diretamente ligada ao metabolismo, essa perda muscular é uma redução do percentual de músculo distribuído no corpo.

Assim, a partir dos 50 anos, o exercício físico é a única opção de como ganhar massa magra.

Com o passar dos anos, a variação hormonal fisiológica é normal e pode gerar consequências, como a perda de músculos na composição corporal.

Em alguns casos, essa perda muscular está associada ao aumento de quedas, fraturas e internação hospitalar.

Pode chegar ao ponto de perder a força muscular, e perder a coordenação motora e autonomia.

Depois dos 30 anos, o organismo passa a produzir menos hormônios. A densidade muscular está relacionada com a taxa metabólica e quanto menor for essa densidade, menor deve ser o consumo de calorias.

Manter um treinamento de força após os 50 anos é fundamental para preservar a capacidade de realizar atividades rotineiras e manter um estilo de vida saudável.

O Trabalho de força dará um estímulo ao metabolismo e ao corpo, dando qualidade de vida à pessoa que está envelhecendo.

Mesmo que trabalho de força seja a atividade ideal para o ganho da massa magra, também é possível desenvolvê-la a partir de ginástica, pilates e treinamento funcional. O mais significativo é se manter ativo.

Mesmo depois dos 50, o organismo responde de forma excelente aos estímulos dos exercícios, todas as estruturas, órgãos e sistemas ficam fortes, resistentes, eficientes e aptos, diminuindo a incidência de doenças, melhorando a qualidade e o tempo de vida.

MUNICÍPIO DE VISTA GAÚCHA - RS

AVISO DE LICITAÇÃO: PREGÃO PRESENCIAL Nº 31/2020. OBJETO: Contratação de serviços contínuos de acesso à internet via fibra óptica e contratação de serviços técnicos para manutenção dos microcomputadores do Município pelo período de 12 (doze) meses. JULGAMENTO: 24/12/2020 às 08h:30min. Local: Centro Adm. Mun., sito a Av. Nove de Maio, 1015. Informações: No Centro Adm. Mun., fone (55) 3552-1022, site www.vistagaucha-rs.com.br e e-mail compras@vistagaucha-rs.com.br. Vista Gaúcha, RS, 11/12/2020.

CELSO JOSÉ DAL CERO, Prefeito Municipal