

Vereadores repudiam atos de depredação do Estádio Municipal de Coronel Bicaco



Recentemente, vândalos destruíram inúmeras placas de concreto que cercam o Estádio Municipal de Coronel Bicaco

Palco de competições municipais e regionais, além de inúmeras partidas amistosas a cada ano, o Estádio Municipal de Coronel Bicaco é frequentemente depredado. No fato mais recente, vândalos quebraram várias placas de concreto que cercam o local.

Os atos de vandalismo contra o patrimônio público foram abordados pelo vereador Itamar Sartori (PP) no Grande Expediente da sessão ordinária do Poder Legislativo, na manhã desta segunda-feira (14). O edil rotulou os autores da destruição de 'bagaceiras'. – São pessoas que não sabem viver em sociedade – acrescentou o progressista.

O vereador repudiou veementemente o vandalismo contra o Estádio Municipal e afirmou que o Poder Executivo gastará uma quantia significativa para recolocar as placas de concreto que cercam o local. – Esse dinhei-

ro poderia ser aplicado na área da saúde, por exemplo – salientou Itamar Sartori.

Em seu espaço no Grande Expediente, o vereador João Marques Brasil (PDT) também lamentou a depredação do Estádio Municipal.

– Eu que sempre estou lá arrumando o campo para os jogos, fico mais impressionado ainda com o desrespeito de alguns cidadãos com o patrimônio público – frisou o pedetista. Segundo ele, os banheiros do Estádio Municipal permanecem sempre abertos, mas tem pessoas que preferem fazer suas necessidades fisiológicas na copa.

– Cada vez que tem jogo, temos que lavar a copa e os vestiários. Além disso, muitas torneiras de água já foram furtadas dos banheiros e vestiários – revelou João Marques Brasil.

Cresol Crédito Rural
Rápido e Fácil é a nossa especialidade

Conheça as vantagens através do nosso site www.cresolagro.com.br

CRESOL

Zaca - Educador Físico
CREF - 0169126/RS -
robinson.giraldi@bol.com.br



Relação do Álcool e Exercício Físico

A ingestão de álcool compromete diversas funções metabólicas, como a função renal, cardiovascular, muscular, a termoregulação corporal e o metabolismo de carboidratos. Porém o impacto do álcool no desempenho e na recuperação após o exercício físico ainda não são totalmente elucidados.

O álcool pode prejudicar tanto a prática do exercício físico quanto o desempenho do atleta, bem como ter impacto na recuperação. A ingestão aguda de álcool, conforme apontam alguns experimentos, afeta o metabolismo dos carboidratos no fígado e no músculo. Em alguns estudos em humanos ele diminuiu a captação de glicose pelo músculo esquelético e prejudica a utilização da glicose durante o exercício.

Conforme algumas pesquisas, o álcool não prejudica o uso de ácidos graxos livres ou a lipólise durante o exercício intenso ou prolongado. Porém este pode reduzir a liberação de glicose, reduzir a gliconeogênese hepática, provocando a diminuição dos estoques de glicose no sangue e levando ao quadro de hipoglicemia.

O álcool é um conhecido depressor do sistema nervoso central (SNC) e por isto, conforme alguns autores prejudicam funções, como: a memória, o tempo de reação, a precisão de habilidades motoras finas e o sono.

Portanto, ele não é uma substância capaz de melhorar a força, a potência, a resistência muscular e inclusive pode diminuir o desempenho durante o exercício.

Pesquisas recentes demonstram que o uso crônico do álcool promove a liberação de citocinas pró-inflamatórias, o que causa estresse sobre a musculatura, podendo levar à miopatia do músculo esquelético. Também foram encontrados impactos metabólicos na ingestão do álcool logo após a atividade física, como a diminuição da resíntese de glicogênio muscular e das proteínas musculares.

A literatura traz uma série de complicações advindas do uso do álcool, tanto de forma aguda quanto crônica. Como mencionado anteriormente, ele possui efeitos deletérios sobre uma série de funções do organismo (sistema renal, cardiovascular, dentre outros), evidenciando os malefícios desta substância à saúde.

Mesmo conhecendo sobre os agravos do álcool na saúde, ainda são insuficientes os estudos sobre a relação álcool e exercício em humanos. Porém, sugere-se que atletas ou praticantes de atividade física sejam cautelosos ao fazer ingestão do álcool, principalmente durante, pré e após o exercício físico.

MUNICÍPIO DE VISTA GAÚCHA - RS

Quarto Termo Aditivo do Contrato nº 154/2017
DATA: 13/09/2019
CONTRATADO: DP CONSTRUTORA E INCORPORADORA LTDA EPP
CNPJ: 11.663.640/0001-06
OBJETO: Supressão de itens do referido Contrato

MUNICÍPIO DE VISTA GAÚCHA - RS

Aviso de Licitação

Pregão Presencial nº 41/2019. Objeto: Aquisição de equipamentos de informática e de climatizadores para uso no Centro Administrativo Municipal. Julgamento: 31/10/2019 às 08:30hs. Pregão Presencial nº 42/2019. Objeto: Aquisição de materiais de construção para melhoria da sede social do Atlético Clube Gaúcho de acordo com a Lei Municipal nº 2633/2019. Julgamento: 31/10/2019 às 13:30hs. Local: Centro Adm. Mun., sito a Av. Nove de Maio, 1015. Informações: Fone (55) 3552-1022, site www.vistagaucha-rs.com.br e e-mail compras@vistagaucha-rs.com.br. V. Gaúcha, 18/10/2019.

Celso José dal Cero
Prefeito Municipal