

Correio do Cidadão

ANO 11 Nº 2.785
R\$ 4,00

O jornal de
Guarapuava
e região.

TERÇA-FEIRA
11 de Agosto de 2026

EDIÇÃO FECHADA ÀS 18H30M
1 cadernos - 16 páginas

CONFIRA QUAIS DOENÇAS AS VACINAS DISPONÍVEIS PREVINEM



ILUSTRATIVA/ARI DIAS/AEN

O mês de agosto é marcado pela Campanha Nacional de Multivacinação e, no Paraná, a Secretaria de Estado de Saúde (Sesa) disponibiliza mais de 1,8 mil salas de vacinação distribuídas nos 399 municípios do Paraná. A campanha 2026 iniciou dia 3 de agosto e segue até 1º de setembro. É voltada para crianças e adolescentes com menos de 15 anos e ajuda a prevenir diversas doenças que podem afetar o desenvolvimento e até levar à morte. A ação prevê reforçar ou fazer a vacinação contra poliomielite, sarampo, caxumba e rubéola (tríplice viral), tuberculose, difteria, tétano e coqueluche, hepatites A e B, rotavírus, meningite, febre amarela, HPV, influenza, Covid-19 e dengue. **Pág. 12**

SAÚDE

Controle do colesterol deve começar na infância, alerta cardiologista

Pág. 16

COTIDIANO

Paraná participa da Pesquisa Nacional de Saúde com coleta inédita

Pág. 8

POLÍTICA

Avanço da IA corrói financiamento do jornalismo profissional no Brasil

Pág. 3

>> classificados

Correio do Cidadão

Alguém te procura. Você só precisa ser visto.

ANUNCIE | comercial@correiodocidadao.com | [42 3304 3218](tel:4233043218)

ICTUS[®]
PRODUTOS PARA SAÚDE

Importante é
se importar com a vida



[ICTUSVIRTUAL.COM.BR](https://www.ictusvirtual.com.br)



Rua Getúlio Vargas 1951
Centro Guarapuava PR

42 3622 1080 | 42 9 9138 3593
contato@ictusvirtual.com.br

ARTIGO

CONECTIVIDADE HÍBRIDA: POR QUE UM ÚNICO LINK JÁ NÃO BASTA?

Quanto custa ficar alguns minutos sem conexão?

Para muitas empresas, a resposta já não está apenas na indisponibilidade da internet. Está na interrupção de sistemas, na parada da operação, no atraso de entregas e no impacto sobre a experiência do cliente.

Esse cenário mudou rapidamente nos últimos anos. Aplicações migraram para a nuvem, plataformas SaaS passaram a fazer parte da rotina e novas tecnologias, como a inteligência artificial, aumentaram a dependência de uma conectividade estável.

A pesquisa TIC Empresas 2024 retrata essa evolução. Entre 2019 e 2024, o uso de computação em nuvem nas empresas brasileiras passou de 23% para 33%. As soluções SaaS cresceram de 27% para 34%, enquanto o armazenamento em nuvem evoluiu de 38% para 49%.

Quanto mais digital é a operação, maior tende a ser o impacto de uma interrupção.

A importância da resiliência digital é evidenciada pelos impactos financeiros das interrupções. Segundo o estudo The Hidden Costs of Downtime, da Splunk em parceria com a Oxford Economics, as 2 mil maiores empresas de capital aberto do mundo devem acumular perdas superiores a US\$ 600 bilhões em 2026 devido à indisponibilidade de sistemas. Entre os executivos entrevistados, 79% afirmam que reduzir o do-

wntime é uma prioridade estratégica.

Essa preocupação reflete uma nova realidade: clientes, parceiros e colaboradores esperam acesso contínuo aos serviços digitais. Cada minuto de indisponibilidade pode representar perda de receita, impacto operacional e desgaste da reputação da empresa.

Foi essa realidade que levou muitas empresas a rever a forma como estruturam sua conectividade. Em vez de concentrar toda a operação em um único link, passaram a combinar diferentes tecnologias, como fibra óptica, redes móveis 4G e 5G e conectividade via satélite. Se um acesso falha, outro assume.

Essa arquitetura faz diferença principalmente em operações distribuídas. Indústrias, centros logísticos, fazendas, minas, concessionárias e usinas dependem da comunicação constante entre unidades, equipes e sistemas. Nesses ambientes, redundância significa manter a operação funcionando.

A conectividade via satélites de baixa órbita (LEO) ampliou ainda mais essas possibilidades. Além de levar conectividade a regiões remotas, tornou-se uma alternativa eficiente para contingência das redes terrestres. A menor latência, em comparação aos satélites geoestacionários, permite suportar aplicações corporativas que exigem disponibilidade e desempenho.

O QUE AVALIAR ANTES DE AMPLIAR A INFRAESTRUTURA

Em primeiro lugar é preciso tratar o tempo de inatividade como um risco para os negócios, não apenas um problema técnico. O tempo de inatividade precisa ser traduzido para a linguagem dos negócios por meio de mapeamentos dos impactos financeiros e na reputação, causados pelos incidentes de indisponibilidade.

Depois é necessário identificar as aplicações críticas para definir quais demandam estabilidade fixa, quais se beneficiam da mobilidade e em quais vale a pena usar ambas as tecnologias para garantir a redundância. O pensamento não deve estar focado no custo, mas nos prejuízos financeiros e de reputação que a indisponibilidade de serviços gera.

Ao adotar uma estratégia de conexão híbrida alinhada ao SD-WAN (Software-Defined Wide Area Network), rede de longa distância definida por software, é possível fazer o gerenciamento da conexão de forma centralizada, priorizar aplicações de acordo com regras de negócio e monitorar a experiência digital em tempo real, identificando problemas antes que se tornem interrupções e fazendo o redirecionamento automático do tráfego.

Lembre-se que quedas na receita, volatilidade das ações, exposição regulatória e danos à marca exigem atenção da liderança e a resiliência operacional não se resume a

manter os sistemas online, mas proteger a confiança, viabilizar o crescimento e garantir a continuidade mesmo quando as coisas dão errado.

A discussão, portanto, deixou de ser qual tecnologia oferece a maior velocidade. A pergunta passou a ser outra: a operação está preparada para continuar funcionando quando um dos acessos falhar?

Conectividade híbrida não significa ter mais links de internet. Significa construir uma infraestrutura mais resiliente, capaz de reduzir riscos e garantir continuidade operacional. Em um ambiente cada vez mais digital, essa deixou de ser apenas uma decisão técnica. É uma decisão de negócio.



ANDREIA ROSA

É especialista de Produtos e Vendas da Deutsche Telekom Global Business Solutions Brasil

EXPEDIENTE

Direção Geral
André Ricardo Baldo Pacholek
Comercial
Maurício Manoel
comercial@correiodocidadao.com

Redação
Cristiano Martinez
martinez.correio@gmail.com

Edição de Arte e Diagramação
Aparecido Pereira

Circulação: de terça a sábado*
*Sábado e domingo, edição conjunta
Tiragem: 11.500 exemplares

*Artigos e charges assinados são de responsabilidade de seus autores e não refletem necessariamente a visão do jornal.

MGP
COMUNICAÇÕES EIRELI-ME

CNPJ: 10.846.416/0003-40
Rua Artindo Ribeiro, 595, Centro
Guarapuava-PR | Telefone: (42) 3304-3218

AVANÇO DA IA CORRÓI FINANCIAMENTO DO JORNALISMO PROFISSIONAL NO BRASIL

Um projeto de lei (PL 2338 de 2023) em tramitação na Câmara, o Marco Regulatório da IA, prevê que as plataformas digitais paguem pelos direitos autorais das obras e reportagens usadas pela tecnologia, o que poderia fortalecer o jornalismo profissional frente à crise no setor. Porém, o tema não avançou no último semestre

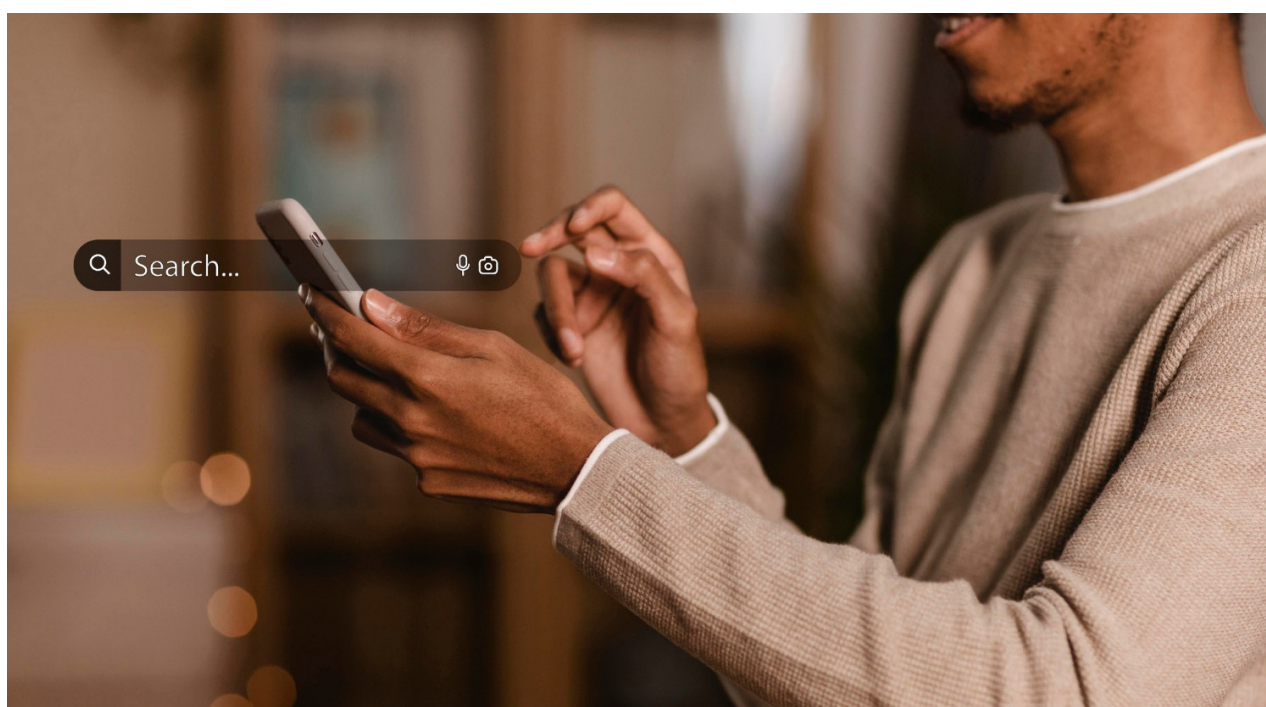
EQUIPE CORREIO

REPORTAGEM LOCAL

O avanço da Inteligência Artificial (IA) por meio dos resumos que buscadores oferecem na internet vem derrubando o tráfego direto de internautas em sites jornalísticos, prejudicando o financiamento do jornalismo profissional no Brasil. Isso ocorre porque parte dos usuários tem deixado de clicar nos links diretos dos sites, restringindo a pesquisa aos resumos das IAs.

Essa mudança vem ganhando força, principalmente, a partir de maio de 2024 com o AI Overviews do Google (resumos gerados por IA, em português). Segundo especialistas, a novidade tem ainda o potencial de prejudicar a integridade da informação que circula no país em meio à proliferação das fake news impulsionadas pelas mesmas plataformas por trás das IAs que dominam o mercado.

Um projeto de lei (PL 2338 de 2023) em tramitação na Câmara, o Marco Regulatório da IA, prevê que as plataformas digitais paguem pelos direitos autorais das obras e reportagens usadas pela tecnologia, o que poderia fortalecer o jornalismo profissional frente à crise no setor.



Porém, o tema não avançou no último semestre, apesar da prioridade anunciada ao projeto pelo presidente da Câmara, deputado Hugo Motta (Republicanos-PB).

A Associação de Jornalismo Digital (Ajour), que representa 152 veículos on-line no Brasil, aponta que um de cada quatro desses portais de notícias perdeu, em 2025, mais de 20% da audiência.

“A queda de tráfego nos sites das associadas advindo de ferramentas de busca, uma preocupação generalizada na indústria jornalística, se mostra verdadeira no contexto das associadas”, concluiu a pesquisa da Ajour.

A diretora de Relações Institucionais da associação, Carla Egydio, explicou à

Agência Brasil que a queda é “preocupante” por prejudicar a atração de publicidade e o financiamento calculado a partir das “métricas de audiência”.

“O ecossistema jornalístico hoje vive um cenário de crise. Parte da publicidade já migrou, principalmente, para plataformas digitais. Os veículos que se financiavam, sobretudo por publicidade, têm uma dificuldade muito grande de manter seus negócios. Esse resumo da IA aprofunda um contexto de crise do jornalismo”, disse a diretora.

INTEGRIDADE DA INFORMAÇÃO

Carla destacou ainda que os resumos da IA fornecidos pelos buscadores não oferecem todo o conteúdo das repor-

tagens, com impacto para a qualidade da informação.

“Isso pode gerar descontextualização, com prejuízos para o debate público. Você tem ainda os casos de cópia literal do conteúdo, que configura plágio”, completou a diretora da Ajour.

Um caso de repercussão internacional foi o do veículo Business Insider, que demitiu, em maio de 2025, 21% dos funcionários em meio a quedas no tráfego de usuários impulsionadas pelos resumos das IAs dos buscadores.

“Setenta por cento do nosso negócio apresenta algum grau de sensibilidade ao tráfego [de usuários no site]. Precisamos estar estruturados para suportar quedas extremas de tráfego fora do nos-

so controle, por isso estamos reduzindo o tamanho geral da nossa empresa”, explicou Barbara Peng, da direção executiva da companhia.

MARCO REGULATÓRIO DA IA

No Brasil, a Federação Nacional dos Jornalistas (Fenaj) tem pressionado pela aprovação do PL 2338 na Câmara, onde projeto tramita desde março de 2025.

A matéria que chegou do Senado prevê que as empresas de IA remunerem pelo uso de conteúdos protegidos pela Lei dos Direitos Autorais, como é o caso do jornalismo.

“O lobby das big techs é muito forte. Elas querem, para ter uma ideia, tirar toda essa parte que fala de direito auto-

ral. Esse é um dos pontos que têm emperrado esse projeto na Câmara”, revelou a presidenta da Fenaj, Samira de Castro.

Ela acrescentou à Agência Brasil que, apesar das fragilidades do projeto, o texto traz avanços para garantir a remuneração do produto do trabalho dos jornalistas.

“O PL também não cria mecanismos específicos de transparência sobre quais conteúdos jornalísticos foram utilizados para treinar modelos de IA, mas isso pode ser objeto de regulamentação posterior”, completou Samira.

CRÍTICA

O texto que chegou do Senado é criticado pelas empresas de tecnologia, que alegam que o dispositivo sobre direitos autorais “na prática, inviabiliza o treinamento de novos modelos locais de IA”.

“A proposta de legislação brasileira, dessa forma, poderá isolar o Brasil no desenvolvimento da IA, além de impactar investimentos em infraestrutura digital”, diz nota de diversas organizações empresariais, entre elas, a Associação das Empresas de Tecnologia (Brasscom). (Reportagem: Ag. Brasil, com edição; Foto: Ilustrativa/Magnific)

DECLARAÇÃO DO IMPOSTO SOBRE IMÓVEIS RURAIS PODE SER FEITA POR INTERNET

Declaração do Imposto sobre a Propriedade Territorial Rural (DITR) é o documento usado para informar à Receita Federal os dados cadastrais do imóvel rural e de seu titular, as áreas do imóvel e outras informações necessárias para a apuração do Imposto sobre a Propriedade Territorial Rural (ITR)

EQUIPE CORREIO
REPORTAGEM LOCAL

A Receita Federal disponibiliza a partir desta segunda-feira (10) a versão web do serviço Minhas Declarações do ITR, que permite preencher, transmitir, retificar e consultar online a Declaração do Imposto sobre a Propriedade Territorial Rural (DITR), sem necessidade de instalar programas no computador.

O acesso será feito pelo Portal de Serviços da Receita Federal com conta gov.br nível prata ou ouro.

O uso da plataforma será obrigatório para pessoas jurídicas e físicas proprietárias de imóveis rurais com área superior a 100 hectares. Proprietários de áreas de até 100 hectares também poderão apresentar a declaração por meio do Programa Gerador da Declaração (PGD ITR 2026).

A DITR é o documento usado para informar à Receita Federal os dados cadastrais do imóvel rural e de seu titular, as áreas do imóvel e outras informações necessárias para a apuração do Imposto sobre a Propriedade Territorial Rural (ITR).

Devem apresentar a declaração os proprietários, usu-



frutuários, titulares do domínio útil ou detentores de imóveis rurais, pessoas físicas ou jurídicas. Em situações específicas, a obrigação também alcança condôminos, compossuidores e inventariantes.

Segundo a Receita Federal, o ambiente digital reúne, em um único local, declarações, recibos e documentos relacionados ao ITR, além de oferecer recursos como pré-preenchimento de dados cadastrais e acesso por dispositivos móveis.

A entrega da DITR fora do prazo está sujeita à Multa por Atraso na Entrega da Declaração (Maed).

MILHO

Mesmo com leve melhora no fim de

julho, os embarques brasileiros de milho seguem abaixo dos registrados no mesmo período do ano passado, devido ao atraso da colheita nesta temporada e aos baixos valores praticados nos portos. Segundo o Cepea, o cenário de liquidez limitada se estende às negociações no mercado doméstico, com consumidores cautelosos para novas negociações.

De acordo com o Centro de Pesquisas, consumidores brasileiros seguem cautelosos em relação às negociações. Boa parte deles, apesar de ativa no mercado, segue resistente aos patamares firmes de produtores que, por sua vez, limitam o volume de ofertas

e priorizam o consumo dos estoques, devido ao atraso da colheita, apostando que as exportações ganhem ritmo.

SOJA

As condições favoráveis ao desenvolvimento da safra norte-americana reforçaram as expectativas de aumento da oferta global de soja e pressionaram os contratos futuros na CME Group (Bolsa de Chicago) nos últimos dias.

No Brasil, porém, segundo o Cepea, a valorização dos prêmios de exportação de soja e derivados, impulsionada pelo aquecimento da demanda interna e pelo maior interesse de compradores estrangeiros, tem limitado o repasse das baixas externas

aos preços domésticos.

De acordo com o Centro de Pesquisas, a redução das preocupações com a produção nos Estados Unidos afastou compradores das aquisições de grandes volumes, pressionando as cotações da oleaginosa na CME Group.

No mercado brasileiro, além da valorização dos prêmios, o avanço reflete também o aquecimento do consumo interno e a elevada demanda de compradores estrangeiros por produtos brasileiros, conforme apontamento do Cepea.

MANDIOCA

Os preços da mandioca continuam em alta nas regiões acompanhadas pelo Cepea, em meio à menor disponibilidade de matéria-prima. A oferta continua refletindo a retração de produtores, diante da baixa rentabilidade observada nos últimos meses, e o menor ritmo de colheita, devido ao avanço do plantio.

De acordo com pesquisadores do Cepea, no curto prazo, ainda não há sinais de retomada da colheita, sobretudo diante da prioridade dada ao plantio. Além da conjuntura de preços e rentabilidade, o elevado endividamento e a

menor disponibilidade de crédito para custeio continuam a limitar os investimentos.

FEIJÃO

O feijão carioca está mantendo a trajetória de desvalorização nos primeiros dias de agosto, reflexo do avanço da colheita das áreas irrigadas da terceira safra e do consequente aumento da oferta. Segundo o Cepea, as maiores quedas seguem concentradas nos preços dos lotes de melhor qualidade, embora os dos grãos intermediários também registrem recuos.

De acordo com o Centro de Pesquisas, a continuidade das retrações mantém compradores cautelosos e começa a alterar a postura dos produtores. Se nas últimas semanas predominava a estratégia de acelerar as vendas para gerar liquidez, a redução das margens passou a estimular mais vendedores a considerar o armazenamento da produção.

Pesquisadores do Cepea ressaltam que, ainda assim, parte dos produtores segue com necessidade de caixa, fator que mantém as cotações pressionadas. (Reportagem: Redação e agências; Foto: Ilustrativa/Magnific)

CHUVA DIMINUI NO PARANÁ ATÉ QUINTA-FEIRA E TEMPERATURAS SOBEM GRADATIVAMENTE

Depois de um fim de semana marcado por muita chuva e fortes rajadas de vento no Paraná, os próximos dias serão de sol entre nuvens e elevação das temperaturas no Norte e no Oeste, e de chuva ocasional, de forma isolada, nas outras regiões do Estado, de acordo com Simepar

EQUIPE CORREIO

REPORTAGEM LOCAL

Depois de um fim de semana marcado por muita chuva e fortes rajadas de vento no Paraná, os próximos dias serão de sol entre nuvens e elevação das temperaturas no Norte e no Oeste, e de chuva ocasional, de forma isolada, nas outras regiões do Estado. De acordo com o Simepar, Sistema de Tecnologia e Monitoramento Ambiental do Paraná, as temperaturas sobem gradativamente até quinta-feira (13), quando a chuva volta a atuar de forma mais abrangente no Estado.

Uma área de baixa pressão nos países vizinhos foi o que causou as instabilidades no Paraná durante o fim de semana. Os maiores volumes de chuva

no sábado (08) foram em Ponta Grossa (45 mm), Santa Maria do Oeste (36,2 mm) e Morretes (21,8 mm). As rajadas de vento superaram os 60 km/h no Distrito de Entre Rios, em Guarapuava, em General Carneiro (60,1 km/h em ambas), e no Distrito de Horizonte, em Palmas (60,8 km/h).

Em Piraí do Sul, o Simepar confirmou a ocorrência de um tornado, que segue sob análise para determinar a classificação. Também foram registrados danos devido à força dos ventos e precipitação de granizo



em Jaguariaíva, Sappema e Cândói.

O vento diminuiu, mas a chuva continuou no domingo, quando os maiores acumulados foram registrados em Cerro Azul (54,6 mm), Morretes (46,6 mm) e Guarapuava (36,2 mm). Com a precipitação acumulada deste fim de semana, as estações meteorológicas do Simepar que ficam em Cerro Azul e Ponta Grossa já ultrapassaram a média histórica de chuva para agosto, que é de 71,7 mm e 76,7 mm, respectivamente.

PREVISÃO

Nesta terça-feira (11), o céu permanece com bastante nebulosidade entre o Leste, os Campos Gerais, o Sudeste e

o Centro-sul, com chuva ocasional. A maior cobertura de nuvens mantém as temperaturas próximas a 10°C, com pouca variação ao longo do dia. O sol aparece um pouco mais nas outras regiões do Estado. Na faixa sul, especialmente em municípios próximos à divisa com Santa Catarina, um cavado meteorológico favorece a ocorrência de chuva ao longo do dia.

A chuva diminui na quarta-feira (12), quando o sol ficará entre nuvens na maior parte do Paraná. Apenas nas áreas próximas à divisa com Santa Catarina permanece a possibilidade de ocorrência de pancadas isoladas. As

temperaturas sobem principalmente na quinta-feira (13), passando dos 25°C em todas as regiões, até mesmo dos 30°C no Noroeste, devido ao retorno do ingresso de ar quente e úmido do Norte do Brasil, associado à formação de uma área de baixa pressão na região Sul.

Com o avanço desse sistema pelos estados do Sul, a chuva volta a ficar mais abrangente no Paraná. As pancadas de chuva começam na quinta no Sudoeste e se espalham para as demais regiões ao longo do dia, com maior probabilidade para o desenvolvimento de tempestades na faixa oeste. O tempo segue instável em todo o Paraná, com

risco de temporais isolados, na sexta-feira (14). Mesmo com a chuva, as temperaturas ainda poderão superar os 30°C na faixa norte.

PIRAÍ

O tornado registrado em Piraí do Sul ao final da tarde do último sábado (8) atingiu trechos das localidades de Santo André, Boa Vista, Jararaca, Fundão e Capinzal, ocasionando danos em estruturas rurais, imóveis residenciais e na vegetação local.

No domingo (9), equipes da Prefeitura, da Defesa Civil e da assistência social atuam em conjunto nas áreas afetadas para prestar o devido suporte às famílias atingidas

e efetuar o mapeamento completo das necessidades da comunidade.

Os levantamentos preliminares indicam cerca de 20 residências afetadas, além de instalações agrícolas destinadas à criação de suínos e ovinos.

As frentes de trabalho concentram esforços no atendimento humanitário imediato, realizando a entrega de água potável, mantimentos e lonas para a cobertura temporária dos imóveis atingidos.

Equipes de manutenção também atuam para o restabelecimento do fornecimento de energia elétrica nas áreas rurais.

Uma equipe do Simepar faz a análise de campo, acompanhada por um operador de drone da Defesa Civil encarregado de registrar imagens aéreas da área atingida.

As características visuais observadas nos registros em vídeo enviados ao Centro Operacional do Simepar indicam a ocorrência de um tornado. Porém, a classificação oficial da categoria e a determinação de sua intensidade serão concluídas a partir do cruzamento dos levantamentos aéreos, depoimentos de moradores e do mapeamento da distribuição dos danos. (Reportagem: Redação e agências; Foto: Geraldo Bubiak/AEN)

PARANÁ COMEÇA A SEMANA COM 19,2 MIL VAGAS DE TRABALHO EM TODO O ESTADO

Quase um terço das oportunidades são para alimentador de linha de produção, com 6.140 postos de trabalho, seguido por abatedor, com 1.369, magarefe, com 913, e operador de caixa, com 461. A Regional de Cascavel, no Oeste, lidera a oferta de vagas no Paraná, somando 4.256 oportunidades

EQUIPE CORREIO

REPORTAGEM LOCAL

O Paraná conta com 19.240 vagas de emprego disponíveis nas Agências do Trabalhador e postos avançados nesta semana, distribuídas

em todas as regiões. Quase um terço das oportunidades são para alimentador de linha de produção, com 6.140 postos de trabalho, seguido por abatedor, com 1.369, magarefe, com 913, e operador

de caixa, com 461.

A Regional de Cascavel, no Oeste, lidera a oferta de vagas no Paraná, somando 4.256 oportunidades. São 1.659 postos de trabalho para alimentador de linha de produção, 949 para abatedor, 147 para faxineiro e 93 para operador de caixa, os principais destaques.

Já a região de Campo Mourão, no Centro-Oeste, aparece na sequência, com 3.244 oportunidades. Os principais destaques são para alimentador de linha de produção, com 1.097, magarefe, com 714, abatedor, com 175, e repositor de mercadorias, com 84.

Na Regional de Curitiba, que concentra os municípios da Região Metropolitana, são 2.974 oportunidades de emprego. Assim como nas duas outras regiões, alimentador de linha de produção lidera em número de vagas, com 421, seguido de auxiliar nos serviços de alimentação (169), atendente de lanchonete (147) e vendedor de comércio varejista (139).

Completando a lista de regionais com mais de mil vagas disponíveis estão Foz do Iguaçu (2.456), Pato Branco (2.013) e Londrina (1.769). Com volumes expressivos, também aparecem Maringá (734), Umuarama (634), Guarapuava (546), Paranaguá (388), Ponta Grossa (209) e Jacarezinho (17).

No caso da região da Capital da Cevada e do Malte, desta-



que para as seguintes funções: Magarefe, com 100 oportunidades; alimentador de linha de produção (70); abatedor (50); e vendedor de comércio varejista (25).

As Agências do Trabalhador contam ainda com vagas para pessoas com formação técnica e superior em áreas como Administração, Contabilidade, Recursos Humanos, Engenharia, Logística, Enfermagem e Segurança do Trabalho, além de vagas de estágio para estudantes de Administração, Enfermagem, Educação Física, Engenharia Mecânica e Pedagogia.

Todas as vagas podem ser consultadas no site da Secretaria de Estado do Trabalho, Qualificação e Renda (www.trabalho.pr.gov.br/agendamento), onde também é possível agendar o atendimento presencial.

INFLAÇÃO

Pela sexta semana consecutiva, o mer-

cado financeiro revê para baixo as expectativas que tem para a inflação em 2026. De acordo com o Boletim Focus, divulgado nesta segunda-feira (10) pelo Banco Central (BC), o Índice Nacional de Preços ao Consumidor Amplo (IPCA), a inflação oficial do país, deve fechar o ano em 5,02% no ano.

A projeção está abaixo dos 5,16% projetados há quatro semanas e dos 5,03% projetados pelo boletim na semana passada.

Foram também revisadas para baixo as expectativas para a economia, com uma previsão de crescimento do Produto Interno Bruto (PIB, a soma de todos os bens e serviços produzidos no país) de 1,98%, após cinco semanas consecutivas com projeções estabilizadas em 1,99%.

Já as projeções para o câmbio estão estáveis em R\$ 5,20 há 8 semanas, enquanto para a taxa

básica de juros repetem as mesmas expectativas da semana passada – de que a Selic fechará 2026 em 13,75%.

Os quatro índices de expectativas do mercado financeiro para os anos 2027 e 2028 apresentaram todos estabilidade em relação à semana anterior. O único que registrou variação foi o relativo ao PIB de 2027, que passou dos 1,57% projetados há uma semana, para 1,52%.

Inflação, PIB e câmbio apresentaram, respectivamente, projeções de 4,22% (IPCA); R\$ 5,28 (cotação do dólar); e 12% para o próximo ano.

Para 2028, as projeções do mercado financeiro se mantiveram em 3,80% para a inflação; 2% para o PIB; 5,30% para a cotação do dólar; e 10,50% para a taxa Selic.

O BC utiliza a Selic, os juros básicos da economia, como um instrumento para reduzir o ritmo da atividade econômica e, com isso, tentar controlar a inflação.

Quando o juro sobe ou fica alto por muito tempo, o crédito encarece, ficando mais caro para quem compra no cartão, nas parcelas de produtos e no financiamento de imóveis, levando a uma perda de força no consumo.

Quando há redução, a expectativa é de estímulo para a economia e de um menor risco de descontrole nos preços. (Reportagem: Redação e agências; Foto: José Fernando Oguira/Arquivo AEN)

SISTEMA FAEP



Conhecimento para transformar o campo

Em julho, uma delegação formada por 40 presidentes e diretores de sindicatos rurais do Paraná visitou os Estados da Califórnia, Nebraska, Iowa, Illinois e Missouri, nos Estados Unidos. Organizada pelo Sistema FAEP, a missão técnica proporcionou uma imersão em soluções que já estão transformando a agropecuária no país norte-americano, como inteligência artificial, robótica, biotecnologia, automação e irrigação de precisão.

O roteiro reuniu diferentes elos da cadeia de inovação, com visitas a universidades, startups, multinacionais, entidades representativas e propriedades rurais. Mais do que conhecer equipamentos, a experiência permitiu compreender como pesquisa, tecnologia e gestão podem contribuir para elevar a produtividade, reduzir custos e tornar as atividades rurais mais eficientes.

“Depois de conhecer essas tecnologias que ajudam a aumentar a produtividade no campo e reduzir custos operacionais, os nossos líderes rurais retornam ao Paraná com o papel de disseminar o conhecimento em suas regiões. É um ponto de partida para fomentar a inovação tecnológica no agro paranaense”, afirma o presidente do Sistema FAEP, Ágide Eduardo Meneguette.

Embora muitas soluções ainda tenham custo elevado, a tendência é que sua popularização amplie o acesso. O principal legado da viagem está na formação de lideranças capazes de avaliar essas inovações, adaptá-las à realidade paranaense e compartilhar o conhecimento com os demais produtores.

sistemafaep.org.br

BO

MACONHA

A Polícia Rodoviária Federal (PRF) apreendeu mais de três toneladas e meia de maconha durante abordagem a uma carreta na manhã do último sábado (8), no km 360 da BR-277, em Guarapuava. O motorista, de nacionalidade paraguaia, foi preso. A droga estava escondida sob uma carga de trigo transportada em uma carreta.

MACONHA 2

Durante a fiscalização, por volta das 9h, o motorista apresentou informações inconsistentes sobre a viagem e demonstrou nervosismo excessivo. Os policiais solicitaram a retirada da lona do compartimento de carga e encontraram diversas caixas sobre a carga de trigo, contendo tabletes de maconha.

MACONHA 3

Ao todo, foram apreendidos 3.548 kg de maconha prensada e 5,2 kg de maconha do tipo dry, totalizando 3.553 kg de drogas. O motorista declarou que havia recebido o caminhão já carregado em Foz do Iguaçu e que faria o transporte até São José dos Pinhais. O motorista, de 29 anos, junto com a droga, foi encaminhado à Delegacia da Polícia Federal em Guarapuava.

CÃES

Com o apoio da tecnologia, a Energisa Sul-Sudeste tem investido em ações para prevenir acidentes com colaboradores que atuam diariamente nas ruas. Por meio do dispositivo móvel utilizado na leitura do consumo de energia, os auxiliares comerciais (leituristas) recebem alertas instantâneos sobre locais onde há cães e, consequentemente, risco de ataque. De janeiro até agora foram registrados 3,7 mil alertas de cães em Guarapuava. O número é considerado preocupante pela distribuidora, que vem intensificando as medidas preventivas com treinamentos especializados para reduzir o risco de acidentes dessa natureza.

APÓS TORNADO, DEFESA CIVIL AUXILIA MUNICÍPIO E MORADORES DE PIRAÍ DO SUL

Houve estragos em um posto de saúde e dois barracões agrícolas. 150 pessoas foram afetadas e 35 estão desalojadas. Itens de ajuda humanitária serão enviados nesta segunda-feira

EQUIPE CORREIO

REPORTAGEM LOCAL

Nesta segunda-feira (10), equipes da Defesa Civil Estadual concentram as atividades no auxílio ao município de Pirai do Sul, nos Campos Gerais, no atendimento às pessoas afetadas e no preenchimento de documentos para elaboração do decreto de Situação de Emergência, após a passagem de tornado no fim da tarde de sábado (08). Ao longo do dia uma remessa inicial de ajuda humanitária será enviada à cidade.

Os estragos provocados pelo evento extremo ficaram concentrados na área rural do município, com 45 residências impactadas, seis delas completamente destruídas pela força dos ventos. Houve danos em dois barracões agrícolas e em um posto de saúde. São 530 pessoas afetadas, incluindo usuários da unidade de saúde. Trinta e cinco delas estão desalojadas e temporariamente na casa de amigos ou parentes.

Desde o registro da ocorrência, no sábado, equipes do 2º Núcleo de



Atuação Regional (NAR) da Defesa Civil Estadual trabalham no local em auxílio ao município no levantamento dos prejuízos.

Os decretos de Situação de Emergência, quando reconhecidos pelo Estado ou a União, permitem às diferentes esferas atuarem de maneira complementar junto ao município. A principal mudança administrativa é a dispensa de licitações para aplicação de recursos em ações de reconstrução e outras medidas relacionadas ao fenômeno climático. Já os moradores afetados podem

ter acesso a benefícios diretos, como linhas de crédito para agricultores e saque do FGTS para pessoa física.

ALERTAS DE RISCO

O Centro de Gerenciamento de Risco e Desastre (Cegerd), setor responsável pelo acompanhamento das condições meteorológicas, enviou 21 alertas de risco alto para diversas regiões do Estado, incluindo os Campos Gerais, região onde está localizado o município de Pirai do Sul. Também foi emitido o Defesa Ci-

vil Alerta, por meio do sistema de Cell Broadcast para os municípios de Candói, Porto Barreiro e Foz do Jordão.

CIDADES AFETADAS

Além de Pirai do Sul, tempestades com vendaval ou chuva de granizo provocaram estragos em Candói (10 residências), Sapopema (26 residências), Guarapuava (5 residências), Jaguariá-va (2 residências) e Rio Branco do Sul (2 residências). (Reportagem: Redação e agências; Foto: Defesa Civil Estadual)

É com imenso pesar que informamos o obituario da seguinte data:

10 de Agosto de 2026

ANTONIO MASIERO (62 ANOS)
EDEZILDA BORGES FERNANDES (64 ANOS)
ARNOLDO FRANCO DA CRUZ (74 ANOS)
FRANCISCA DE LIMA CORDEIRO (86 ANOS)
MARCELO ANTONIO DA SILVA (46 ANOS)
JOÃO MARIANO COSTA (82 ANOS)
DANIEL RIBEIRO DOS SANTOS (27 ANOS)
TAISA APARECIDA FOGACA (26 ANOS)
NESTOR ZABLOSKI (96 ANOS)
JOSIANE APARECIDA PEREIRA (30 ANOS)
JOÃO ANTONIO (75 ANOS)
NILCEU DE JESUS SOARES (73 ANOS)
OSVALDO PETEL (60 ANOS)

* Para mais informações, entre em contato com a Central de Triagem (Capitão Frederico Virmond, 1.948, Centro) pelo telefone (42) 3142-1111.

SISTEMA PAX
CRISTO REI

(42) 36272673 ou 984050707

VOGÊ FAZ A NOTÍCIA

disk noticia
42 3304 3218
E-mail: redacao@correiodocidadao.com

leia | assine | anuncie

O Correio do Cidadão é todo um seu! É nossa missão é torná-lo o seu canal de comunicação com o Guarapuava e região. Nossas páginas serão o espelho da nossa cidade, e nada mais justo que você se veja e se reconheça aqui.

Então, se existe alguma notícia, denúncia ou história interessante em sua rua ou em seu bairro, nos avise!

Correio do Cidadão

WWW.CORREIODOCIDADAODO.COM.BR

PARANÁ PARTICIPA DA PESQUISA NACIONAL DE SAÚDE COM COLETA INÉDITA DE EXAMES EM MORADORES

Promovido pelo IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) em parceria com o Ministério da Saúde, o levantamento percorre 149 municípios paranaenses com a meta de visitar 5.850 domicílios no Estado até novembro

EQUIPE CORREIO
REPORTAGEM LOCAL

O Paraná integra a terceira edição da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS), o mais abrangente diagnóstico sobre as condições de vida, acesso aos serviços e fatores de risco da população brasileira. Promovido pelo IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) em parceria com o Ministério da Saúde, o levantamento percorre 149 municípios paranaenses com a meta de visitar 5.850 domicílios no Estado até novembro. A relação das cidades não foi divulgada pelo Instituto.

A Secretaria de Estado da Saúde faz o alerta para que a população fique atenta e receba os pesquisadores do IBGE a fim de contribuir para o levantamento.

A grande novidade desta edição é a inclusão da coleta de biomarcadores, que são exames laboratoriais gratuitos de sangue e urina, em uma parcela dos participantes. O objetivo do estudo é mapear a saúde real dos brasileiros para embasar o planejamento de políticas públicas, o fortalecimento da Atenção Primária à Saúde (APS) e o aprimoramento das estratégias do

Sistema Único de Saúde (SUS).

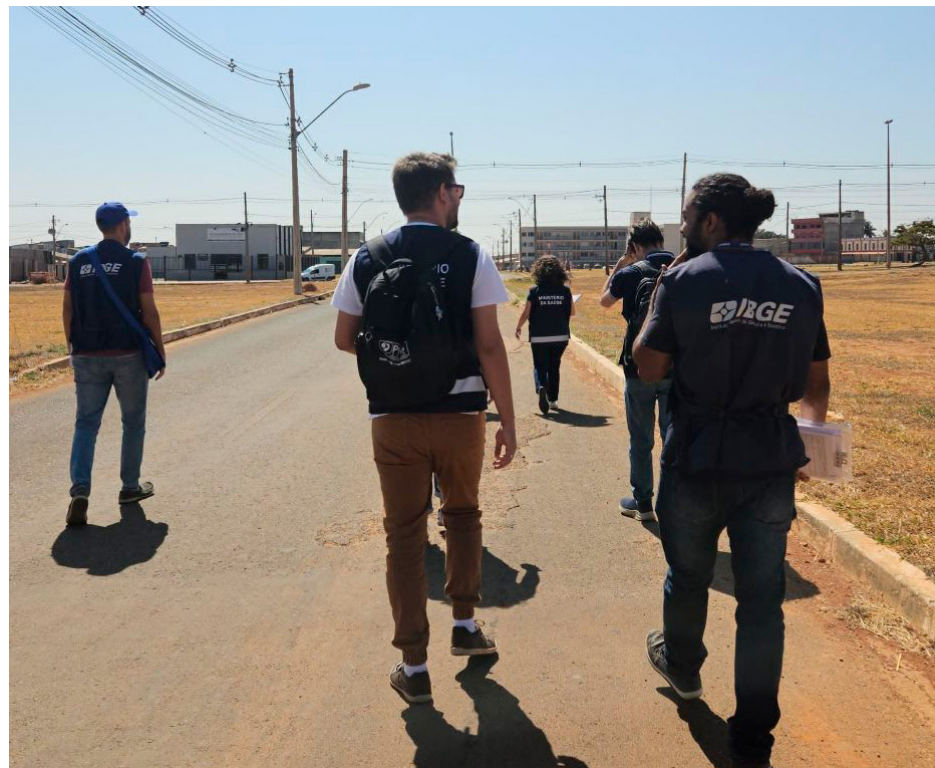
Esse levantamento traduz em dados como as pessoas vivem, quais doenças crônicas mais afetam as famílias, como os hábitos diários influenciam o bem-estar e de que forma a população utiliza as Unidades Básicas de Saúde (UBS) e os serviços especializados.

Com esses dados atualizados, os gestores públicos conseguem direcionar recursos com maior precisão, criar campanhas de prevenção mais eficientes e adaptar os atendimentos regionais às reais necessidades da população paranaense.

COMO FUNCIONA

Nas residências sorteadas para a amostra, os entrevistadores do IBGE aplicam questionários sobre características do lar, histórico de saúde e hábitos de vida. Pessoas a partir de 12 anos respondem a perguntas gerais, enquanto seções específicas são direcionadas a moradores com 15 anos ou mais.

Além das perguntas, os agentes fazem medições físicas simples, como aferição da pressão arterial, peso e altura. A coleta de exames



laboratoriais traz um avanço inédito para a pesquisa, permitindo identificar diagnósticos precoces de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) e outros fatores metabólicos que muitas vezes não apresentam sintomas imediatos.

Neste ano, uma subamostra de moradores com 35 anos ou mais será selecionada em municípios da Região Metropolitana de Curitiba para participar das coletas. As amostras de sangue e urina são colhidas por profissionais de saúde habilitados (técnicos de enfermagem), em ações viabilizadas em parceria com o Programa de Apoio ao Desenvolvimento

Institucional do SUS (Proadi-SUS) e a Rede Dasa Hospital Israelita Albert Einstein.

O painel inclui hemograma completo, perfil lipídico, que mede o nível de gordura no organismo, como colesterol e triglicerídeos; hemoglobina glicada, para diagnóstico e controle de diabetes; creatinina e ácido úrico, que avaliam a função renal; sódio, potássio, sorologia para Chikungunya e dosagem de metais pesados, como chumbo e mercúrio.

Os participantes receberão os resultados de seus exames gratuitamente por meio de uma plataforma online segura, podendo utilizar os laudos em suas consultas

de rotina na rede de saúde.

SEGURO

A participação da população é essencial para que o levantamento retrate fielmente a realidade local. Para garantir a segurança dos moradores, todos os pesquisadores atuam devidamente identificados. Os entrevistadores vestem o colete azul do IBGE, utilizam crachá de identificação visível no peito e usam o Dispositivo Móvel de Coleta (DMC).

Antes de abrir a porta ou responder às perguntas, o morador pode checar a autenticidade do agente informando o nome ou número de matrícula do pesquisador no site respondendo.

ibge.gov.br ou pelo telefone gratuito 0800 721 8181.

CULTURA

A Secretaria de Estado da Cultura (SEEC) abriu nesta segunda-feira (10) uma consulta pública no sistema SIC.Cultura (www.sic.cultura.pr.gov.br/) para o Edital 68.º Salão Paranaense de Arte Contemporânea — MAC-PR. O prazo para envio de contribuições segue até as 18h de sexta-feira, 14 de agosto.

O chamamento vai selecionar um agente cultural (Pessoa Jurídica) que será responsável pela organização e execução integral do 68.º Salão Paranaense de Arte Contemporânea, em diálogo com o projeto científico-cultural do Museu de Arte Contemporânea do Paraná (MAC-PR), por um valor total de R\$ 661,1 mil.

O evento é uma das mais tradicionais e relevantes iniciativas de promoção das artes visuais do país. As contribuições podem ser enviadas por meio do sistema SIC.Cultura, acessando a opção “Consulta Pública” na tela inicial. Não é necessário fazer login para participar. (Reportagem: Redação e agências; Foto: Divulgação/IBGE)

#curta!

SESC PR LANÇA 11ª EDIÇÃO DE COLETÂNEA DE CONTOS COM AUTORES PARANAENSES

Coletânea reúne dez textos de escritores paranaenses, selecionados via edital e que trouxeram em suas histórias o Paraná e seus aspectos culturais como temática. A obra teve curadoria do escritor Álvaro Posselt e os contos escolhidos foram ilustrados por Adriano Catenzaro

EQUIPE CORREIO

REPORTAGEM LOCAL

O Sesc PR lança em todo o estado, nesta semana durante a realização da 45ª Semana Literária Sesc e Feira do Livro, cujo tema “Tudo cabe na palavra”, é a 11ª edição da Coletânea Sesc de Contos Infantis, mas já é possível ter acesso à obra em áudio e no formato digital. A coletânea reúne dez textos de escritores paranaenses, selecionados via edital e que trouxeram em suas histórias o Paraná e seus aspectos culturais como temática. A obra teve curadoria do escritor Álvaro Posselt e os contos escolhidos foram ilustrados por Adriano Catenzaro.

Assinam os textos os escritores: Adri Tortato, de Curitiba, com A Chave Mágica do Bairro Portão; Alice Santana, de Curitiba, com A Descoberta de Ibyrá; Claudia Zippin Ferri, de Dois Vizinhos, com Aventura no Bondinho da XV; Eliane Yanagui, de Almirante Tamandaré, com Convite Especial; Felipe Gustavo Trevisan, de Cascavel, com De quem é o dedão?; Mia Oliveira, de Maringá, com Uma Menina Gigante; Mariselma Araújo, de Cascavel, com

Aurora e o Pequeno Amendoim; Rosicler Atoniácomi, de Ponta Grossa, com Ouro Verde, um Presente de Tupã; e Sandra Sebastião, de Curitiba, com Toth, a Múmia.

A nova edição traz olhares de diferentes escritores de seis cidades paranaenses, compondo um mosaico de narrativas que refletem a riqueza criativa do Paraná. “A cada nova edição, a Coletânea Sesc de Contos Infantis fortalece o compromisso do Sesc Paraná com a formação de leitores e com o incentivo à produção literária. Mais do que reunir textos, este projeto celebra a potência da criação, oferecendo espaço para que autores e autoras compartilhem suas narrativas e contribuam para ampliar o acervo de literatura para as infâncias”, pontua o diretor regional interino do Sesc Paraná, Ulisses Fernando de Moraes Rodrigues.

Além do formato físico e digital (link: <https://encurtador.com.br/bNSz>) foi preparada uma versão em audiolivro (link: <https://encurtador.com.br/rMpV>), ampliando o acesso às obras publicadas.

EXPOSIÇÕES

Em Guarapuava,



a exposição: “Resguardo”, com Eli Zanedim, é uma das atrações da Semana Literária Sesc. De 12 a 14 de agosto, das 9h às 21h, o público pode conferir essa mostra no campus Guarapuava da Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR) - avenida Professora Laura Pacheco Bastos, 800, Cidade dos Lagos. Com entrada gratuita. Classificação: livre.

“Resguardo” é uma exposição que nasce das lembranças da infância, das histórias de família e dos pequenos momentos que ficam guardados na memória. Por meio de objetos, imagens e afetos, Eli Zanedim reúne fragmentos de sua trajetória, ins-

gratuita.

Trata-se de uma exposição que desafia seus artistas a produzir em pequenos formatos desde 2016. Composta por trabalhos com dimensões máximas de 12 centímetros de altura, 12 centímetros de largura e 12 centímetros de profundidade e, no caso de obras audiovisuais, uma duração de 12 segundos. A exposição é integrada por ilustrações, pinturas, fotografias, esculturas, bordados, colagens, audiovisuais, entre outras formas de exercitar sua criatividade.

E ainda “Bagagem - 50 anos de uma obra que permanece em viagem”, no mesmo espaço, de 12 a 14 de agosto, das 9h às 21h. Entrada gratuita. Classificação: livre.

Publicado em 1976, “Bagagem”, livro de estreia de Adélia Prado, transformou a literatura brasileira ao apresentar uma voz poética singular, capaz de revelar a grandeza da vida nas experiências mais simples. Cinquenta anos depois, sua escrita continua a emocionar leitores e a renovar o olhar sobre o cotidiano, a espiritualidade, o amor, a família, o feminino e o próprio fazer poético.

Mais do que recordar um clássico da literatura brasileira, esta homenagem celebra uma poesia que continua viva, atual e profundamente humana.

ESCRITOR

Realizada simultaneamente em 27 cidades do Estado, a 45ª Semana Literária Sesc inicia na próxima quarta-feira, 12, em Guarapuava, com exposições, contação de histórias, cinema e bate-papo. As atividades são descentralizadas, pois o Sesc Guarapuava está em reformas.

Desse modo, no primeiro dia o destaque é a presença do escritor Marcelo Labes durante encontro no miniauditório da UTFPR Guarapuava (Avenida Professora Laura Pacheco Bastos, 800 - Cidade dos Lagos). O evento começa às 19h30 de quarta, com entrada gratuita.

Autor catarinense de destaque na literatura contemporânea, Labes se encontra com leitores para debater sua produção e carreira literária, o lugar de sua obra dentro da literatura brasileira, suas influências e inquietações. (Reportagem: Redação e agências; Foto: Reprodução/Sesc PR)

MEMÓRIA É FUNDAMENTAL NA LITERATURA, DIZ ESCRITOR MILTON HATOUM

Seu novo livro é baseado nas memórias e anotações de Lina, a mãe de Martim, personagem principal dos outros dois livros da série: “A Noite da Espera” e “Pontos de Fuga”

EQUIPE CORREIO
REPORTAGEM LOCAL

Desde o livro “Relato de um Certo Oriente”, a memória vem sendo um objeto de investigação do escritor manauara Milton Hatoum. Com “Dança de Enganos”, publicado no final do ano passado e que encerra sua trilogia “O Lugar Mais Sombrio”, não foi diferente.

Seu novo livro é baseado nas memórias e anotações de Lina, a mãe de Martim, personagem principal dos outros dois livros da série: “A Noite da Espera” e “Pontos de Fuga”.

Em “Dança de Enganos”, Lina assume a voz principal para expor as dores, os impactos e os traumas carregados por famílias que foram dilaceradas pela ditadura militar.

“A memória na literatura é, vamos dizer, fundamental. Ela é uma espécie de musa tutelar dos escritores. Mas a memória não é algo que está cristalizado no passado. A memória só faz sentido na literatura — e eu acho que na própria vida — quando você traz o passado para o presente e ela adquire um significado mais forte. Porque tudo que nós vivenciamos hoje tem a ver com o nosso passado, não apenas recente, mas distante também”, disse ele a jornalistas, antes de participar de uma mesa promovida pela Festa Literária Internacional do Pelourinho (Flipelô) no Museu Eugênio Teixeira Leal, em Salvador.

Em sua trilogia “O



Lugar Mais Sombrio”, Hatoum trata dos dramas familiares no período da ditadura militar brasileira.

“A trilogia ‘O Lugar Mais Sombrio’ fala basicamente disso, de um grupo de jovens, de personagens jovens, que, enfim, passaram a infância, a juventude e uma parte da vida adulta durante um período de opressão, de autoritarismo, de brutalidade, de repressão e de censura. Isso é um tema tratado nesses três romances, mas não é o tema principal”, disse o escritor.

O tema principal, esclareceu, é a relação familiar. “E esse último volume é o livro da mãe, que é um livro de memórias, justamente em que ela praticamente fala sobre a família, sobre ela e descobre coisas muito surpreendentes — e por isso o título é Dança de Enganos. Ela viveu durante um período da vida dela movida por enganos, por falsida-

des. E então ela descobre coisas que só mesmo essa presença da memória faz com que ela tenha consciência do que ela é”, explicou.

ABL

Milton Hatoum é um dos mais importantes escritores da literatura brasileira contemporânea e recentemente tomou posse como novo membro da Academia Brasileira de Letras (ABL).

“Por acaso, sou o primeiro escritor da Amazônia na Academia Brasileira de Letras. Mas, enfim, continuo a fazer o que eu venho fazendo há mais de 35 anos, que é dar palestras, falar basicamente sobre literatura, ler muitos livros e escrever alguns poucos”, disse.

Vencedor de diversos prêmios literários e até cotado em listas de apostas para o Nobel de Literatura, sua presença na Flipelô lotou o auditório do museu. Ele começou

sua fala dizendo que sua trilogia foi escrita como uma espécie de “vingança” ao que aconteceu no Brasil. “Foi também uma vingança. Quem da minha geração participou do movimento estudantil ou participou ativamente da luta contra a ditadura, quem não perdeu amigos ou não teve um amigo preso, foi submetido à tortura”.

O escritor contou que para escrever os livros recebeu diários e relatos de amigos que foram presos e torturados durante a ditadura.

“E eu li muitas vezes chocado porque são relatos muito duros, de uma cruza assim incrível e impressionante. Mas eu usei muito pouca coisa desse material que eu li, porque eu queria, a partir do que li, inventar. Porque esse é o grande pilar do romance, a imaginação”. (Reportagem: Ag. Brasil, com edição; Foto: Rovená Rosa/ Agência Brasil)

NOTAS TROPICAIS

MADEIRA

Centenas de pessoas se reuniram no histórico Largo do Pelourinho, em Salvador, em pleno sábado à noite, para ouvir uma das autoras mais lidas do país. Convidada da Festa Literária Internacional do Pelourinho (Flipelô), a escritora mineira Carla Madeira — voz por trás de obras como “Tudo é Rio”, “A Natureza da Mordida” e “Véspera” — defendeu que “livro é uma ocasião de conversar”. Escritora de ficção mais lida do Brasil, com mais de 1 milhão de cópias vendidas, ela celebrou o fato de mais brasileiros estarem lendo e o crescente hábito de debater obras em clubes de leitura e nas redes sociais.

MADEIRA 2

Para ela, a ampliação dos clubes de livros e de festivais de literatura ajuda a aumentar o interesse pela leitura. “Isso está sendo festejado, está sendo ampliado. E as redes sociais têm um papel superimportante nisso”, completou. No entanto, apesar do maior interesse pelos livros, a escritora acredita que o brasileiro ainda lê pouco, no universo de um país com 220 milhões de pessoas.

LEITURA

Em 2024, a pesquisa Retratos da Leitura no Brasil, do Instituto Pró-Livro, apontou que 47% da população com 5 anos ou mais se declarou leitora no Brasil, o equivalente a cerca de 93,4 milhões de pessoas. Mas a maioria, 53%, não havia lido sequer parte de um livro nos três meses anteriores.

LIVRO

Durante a mesa na Flipelô, que atraiu um grande público para o Largo do Pelourinho, Carla Madeira contou que seu novo livro “Quando” será lançado ainda neste mês. A obra aborda a história de uma mãe que denuncia seu próprio filho à polícia e foi escrita no momento em que a escritora mineira vivenciava três lutos em sequência: a morte de sua mãe, de seu psicanalista e de sua sócia. O novo livro, contou ela, fala sobre uma mãe doente que espera pelo reencontro com seu filho. Este é, segundo Madeira, mais um livro sobre um tema que lhe é muito caro: a maternidade.

HORÓSCOPO



ÁRIES - (21 mar a 20 abr)

Sorte: Tudo certinho aí, consagrada? Se não tá, vai ficar, isso porque a Lua começa a brilhar em seu paraíso e promete um período perfeito sem defeitos pela frente. A sorte vai soprar em sua direção e tudo indica que o dindim virá para a conta bancária.
Família: O convívio com os parentes vai ficar pra lá de movimentado e quem avisa é Marte, que hoje passa a comandar o astral do seu lar. O clima estará bem mais agitado e você vai contagiar o pessoal de casa com seu jeito dinâmico e animado.



TOURO - (21 abr a 20 mai)

Contatos: Novidades de peso marcam presença no céu desta terça e quem promove é Marte, o planeta guerreiro. Além de deixar seu jeito mais desinibido e ousado, o astro vai empoderar sua comunicação e garante que você vai vencer e arrasar nos contatos.
Trabalho: Seu jeito determinado e focado tá de plantão e hoje você deve render bastante no serviço. Quem tem negócio próprio, trabalha com a família ou em home office tende a produzir acima da média.



GÊMEOS - (21 mai a 20 jun)

Contatos: A Lua muda de signo e deixa seu jeito no modo falante, extrovertido e sociável. Numa dessa, pode se preparar para a enxurrada de convites e likes, pois você tem tudo para fazer o maior sucesso na vida social.
Dinheiro: Agora, a grande novidade quem traz é Marte, que ingressa em sua Casa da Fortuna e reforça suas chances de prosperidade. É hora de ir atrás do dindim e explorar seu lado ousado, determinado e batalhador para encher o cofrinho.



CÂNCER - (21 jun a 21 jun)

Carreira: Querendo notícia boa, minha consagrada? Então toma e se esbalda! Hoje Marte desembarca em seu signo, trazendo na bagagem mais coragem, determinação e ambição para você se destacar profissionalmente. É hora de ir à luta e mostrar do que é capaz.
Finanças: Outra novidade vem da Lua, que entra em Leão e dá a maior força para você prosperar. Deve se dedicar bastante para ver a cor do dindim na sua mão e um ditado antigo fará mais sentido: “dinheiro não traz felicidade, manda buscar”.



LEÃO - (22 jul a 22 ago)

Bem-estar: Marte entra em seu inferno astral e deixa o seu jeito mais desconfiado e ressabiado, leãozinho! Você vai se sentir mais à vontade em seu canto e cuidando das suas coisas, portanto, não force a barra nem se obrigue a fazer o que não quer.
Trabalho: Em compensação, hoje a Lua começa a brilhar em seu signo e vem para equilibrar o astral. Suas qualidades vão brilhar no serviço e você tem tudo para ampliar sua produtividade, mas deve render mais em atividades individuais.



VIRGEM - (23 ago a 23 set)

Amizades: A terça começa com grandes novidades de Marte, que muda de cenário e promete movimentar bastante sua vida social. Seu jeito estará mais decidido, ousado e sua liderança vai despontar. Você tem tudo para lacrar e arrasar nos contatos e amizades.
Bem-estar: O contraponto do dia é a energia da Lua, que passa a agir em seu inferno astral e pode mexer com sua disposição. Procure se poupar e dê mais atenção à qualidade da alimentação. Evite comidas muito gordurosas e condimentadas.



LIBRA - (23 set a 22 out)

Contatos: Seu jeitinho sociável, simpático e receptivo estará tinindo nesta terça e quem garante é a Lua, que desembarca em Leão. Você vai atrair companhias sem fazer o menor esforço e deve multiplicar sua lista de amizades.
Carreira: Agora, a grande novidade de hoje quem traz é Marte, que passa a brilhar no ponto mais alto do seu Horóscopo e promete turbinar seus dons e talentos. Sua vida profissional recebe um baita impulso e você terá mais confiança para agir e batalhar pelo que ambiciona. Vai impressionar a chefia!



ESCORPIÃO - (23 out a 21 nov)

Bem-estar: Marte troca de signo nesta terça e deixa sua disposição no modo turbo, escorpiãozinho! O astro promete novos horizontes e convida a dar asas ao seu espírito de aventura. Quanto mais sair da sua zona de conforto maior será a sensação de liberdade, satisfação e bemestar.
Carreira: Hoje a Lua também muda de cenário, realça suas competências e garante que você tem tudo para se destacar. Valorize seu passe porque a chefia estará de olho em seu desempenho e há chance de marcar golaços na vida profissional.



SAGITÁRIO - (22 nov a 21 dez)

Finanças: Novidades estimulantes chegam de Marte e ele recomenda a seguir os instintos ao lidar com dinheiro, Sagita! Seu lado empreendedor, sua garra e seu dinamismo vão ficar mais fortes e ajudarão você a faturar mais.
Relacionamentos: Ao mesmo tempo, hoje a Lua muda para Leão, intensificando seu carisma, alegria e entusiasmo. Você vai contagiar quem estiver por perto e, de quebra, pode conhecer gente interessante para diversificar seu círculo de amizades.



CAPRICÓRNIO - (22 dez a 20 jan)

Contatos: Hoje as relações em geral devem ficar mais animadas e a rotina vai passar longe, minha consagrada! Marte muda de cenário e agita o astral com quem você convive e trabalha, anunciando um período movimentado em seus contatos pessoais e profissionais.
Trabalho e dinheiro: O dia também deve ser muito produtivo no serviço graças à sua capacidade de concentração e tudo indica que você vai mandar bem em pesquisas, investigações e tarefas mais complexas. O dindim virá para a sua conta.



AQUÁRIO - (21 jan a 19 fev)

Trabalho e bem-estar: Vai com força, foco e confiança, bebê! Marte agita o céu nesta terça e traz novidades de peso que devem impactar bastante o astral na profissão e na saúde. Sua vitalidade física ficará tinindo e não faltará disposição para dar o seu melhor no serviço.
Contatos: A Lua também muda de setor e passa a brilhar no lado oposto do seu Horóscopo, realçando sua simpatia, seu carisma e sua habilidade para socializar. Você deve ocupar o centro das atenções e cativar a admiração alheia com facilidade.



PEIXES - (20 fev a 20 mar)

Sorte: Pode levantar as mãos para o céu e agradecer, peixinha! Hoje Marte desembarca em seu paraíso, traz mais brilho pessoal e deixa o seu astral pra lá de sortudo. O dinheiro virá para o seu bolso com mais facilidade e há chance, inclusive, de ganhar algo em rifa, jogo ou loteria.
Trabalho: A Lua também muda de cenário e manda um belo incentivo para os seus interesses de trabalho. Você pode cair nas graças dos chefes e ir longe, ainda mais se mostrar sua força de vontade, seu profissionalismo e talento.

SUDOKU

A RECREATIVA - recreativa.com.br

SUDOKU

Deixos exclusivos da editora A Recreativa. Ltda. Proibida a reprodução sem a autorização expressa.

9		1	6	7			5	
7	3							6
		5	3		8	1		
		7	8				3	5
		6		3			4	
4					6		2	1
5			9	8			6	3
								2
					1		7	

Passatempo de lógica

Complete cada tabuleiro de nove quadrados, preenchendo os espaços vazios com números de 1 a 9, de modo que eles não se repitam em nenhuma fileira vertical ou horizontal, nem em cada grupo de quadrados.

8	4	5	1	9	2	6	7	3
2	1	6	8	5	7	8	4	9
8	9	7	4	8	6	2	1	5
1	2	8	9	6	4	3	5	7
6	7	4	5	3	1	9	2	8
5	3	9	7	2	8	4	6	1
4	6	1	8	7	3	5	9	2
9	8	2	6	1	5	7	3	4
7	5	3	2	7	9	1	8	6

05730805

Compre pelo site
arecreativa.com.br



ou pelo telefone

0800 035 1422

CRUZADA

A RECREATIVA - recreativa.com.br

PASSATEMPO

www.arecreativa.com.br

HORIZONTAIS

- O animal que é símbolo da Austrália
- O típico refrigerante brasileiro
- Uma parte da... oferta / Discutir para um acordo
- Mulher respeitável
- Questão judicial / Departamento de Urbanização
- O fruto da propriedade / Elabora-a o Legislativo
- Falta de ocupação / Centrais Elétricas de São Paulo
- Dura no máximo 31 dias / Desgasta-o a cárie
- A segunda desinência verbal / O porta-líquidos do soldado
- Grupo de dez dezenas
- Escapar, pôr-se a salvo / (Bíblia) Gigante morto por Moisés
- Mostrar abertamente
- Cego de uma vista

VERTICAIS

- Expor a perigo
- Passar desta para melhor / Certo momento
- A prata, em química / Um calçado esportivo / Buraco, vala
- Bem alimentado / Renunciar
- Mocinha / O humorista paulista Gentili
- Planeta de breve período de rotação / Sede principal
- Gafe / Compra-se na óptica / Um fator de hereditariedade
- Singular, individual (fem.) / Cada um tem o próprio
- Grupo de ilhas próximas umas de outras

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									

HORIZONTAIS: 1. CANGURU, 2. GUARANÁ, 3. OF. TRATAR, 4. MATRIMÔNIO, 5. PRÉLITO, 6. B. RENOV. 1. 7. OCIO, 8. MES. 9. DE. 10. CANTINHO, 11. ELEVADOR, 12. REVELAR, 13. ZARZOLHO.
VERTICAIS: 1. COMPROMETER, 2. FALCETE, 3. CAVA, 4. NUTRIRDO, 5. CECER, 6. GABOTO, 7. DANILHO, 8. UNANO, 9. CENTRAL, 10. RÁDIO, 11. LENTE, 12. RÁDIO, 13. LENTE, 14. RÁDIO, 15. DESTINO, 16. ARQUIVELADO.



Compre pelo site

arecreativa.com.br

ou pelo telefone

0800 035 1422

CAMPANHA MULTIVACINAÇÃO: CONFIRA QUAIS DOENÇAS AS VACINAS DISPONÍVEIS PREVINEM

Campanha que iniciou em 3 de agosto e segue até 1º de setembro é voltada para crianças e adolescentes. São vacinas contra poliomielite, sarampo, caxumba e rubéola (tríplice viral), tuberculose, difteria, tétano e coqueluche, hepatites A e B, rotavírus, meningite, febre amarela, HPV, influenza, Covid-19 e dengue

EQUIPE CORREIO
REPORTAGEM LOCAL

O mês de agosto é marcado pela Campanha Nacional de Multivacinação e, no Paraná, a Secretaria de Estado de Saúde (Sesa) disponibiliza mais de 1,8 mil salas de vacinação distribuídas nos 399 municípios do Paraná. A campanha 2026 iniciou dia 3 de agosto e segue até 1º de setembro. É voltada para crianças e adolescentes com menos de 15 anos e ajuda a prevenir diversas doenças que podem afetar o desenvolvimento e até levar à morte.

A ação prevê reforçar ou fazer a vacinação contra poliomielite, sarampo, caxumba e rubéola (tríplice viral), tuberculose, difteria, tétano e coqueluche, hepatites A e B, rotavírus, meningite, febre amarela, HPV, influenza, Covid-19 e dengue.

Além de proteger, a atualização vacinal reduz o risco de reintrodução dos vírus e a circulação de doenças como influenza, sarampo e poliomielite. Atualmente o país está em alerta para o retorno do sarampo, com casos registrados no estado de São Paulo. O Paraná registrou 72 notificações de sarampo, com 69 descartados e três em avaliação. O Estado não registra casos de sarampo desde 2020.

Os pais e respon-



sáveis podem levar as crianças e adolescentes mesmo sem saber quais vacinas são necessárias e quais já foram tomadas. Os funcionários dos pontos de vacinação conseguem confirmar, via sistema, essas informações. Caso possua a carteira de vacinação ou aplicativo MEU SUS ou municipal, já é possível saber de forma mais rápida quais imunizações estão pendentes.

A campanha também é voltada para adultos que quiserem atualizar a caderneta de vacinação, seja contra o sarampo, influenza ou outros imunizantes necessários para a proteção da saúde de todos.

22 de agosto será o Dia D de Mobilização Social, que tem por objetivo o fortalecimento das coberturas vacinais e a ampliação do acesso às vacinas ofertadas pelo Sis-

tema Único de Saúde (SUS).

Veja as doenças que podem ser evitadas com a vacinação:

Poliomielite: também conhecida como paralisia infantil, é uma doença viral altamente contagiosa que pode causar paralisia permanente, principalmente nos membros inferiores. Os sintomas iniciais incluem febre, dor de garganta, mal-estar e dores musculares. O vírus atinge o sistema nervoso e, nos casos mais graves, pode comprometer a capacidade de locomoção e até a respiração. A prevenção é feita com a vacina contra a poliomielite, aplicada na infância, aos 2, 4 e 6 meses de idade, além dos dois reforços previstos no calendário vacinal.

Sarampo, caxumba e rubéola (tríplice viral): a vacina tríplice viral protege contra três doenças infecciosas. O sa-

rampo provoca febre alta, manchas vermelhas na pele, tosse e pode evoluir para pneumonia e encefalite. A caxumba causa inchaço das glândulas salivares e pode provocar complicações como meningite e infertilidade. Já a rubéola costuma ser mais leve, mas representa grande risco para gestantes, podendo causar malformações no bebê. A vacina é aplicada em duas doses, aos 12 e 15 meses.

Difteria, tétano e coqueluche: essas doenças bacterianas são prevenidas por uma única vacina. A difteria afeta as vias respiratórias e pode causar dificuldade para respirar. O tétano provoca rigidez muscular intensa e espasmos, enquanto a coqueluche é caracterizada por crises de tosse prolongadas, especialmente perigosas para bebês. A vacinação come-

ça aos 2 meses de idade, com reforços durante a infância e ao longo da vida. Gestantes também recebem uma dose da vacina dTpa em cada gravidez.

Hepatites A e B: são infecções virais que comprometem o funcionamento do fígado. Os sintomas podem incluir febre, cansaço, náuseas, dor abdominal e pele amarelada. A hepatite B pode se tornar crônica e aumentar o risco de cirrose e câncer de fígado. A vacina contra a hepatite B é aplicada logo após o nascimento e ao longo da infância. Já a vacina contra a hepatite A é oferecida aos 15 meses de idade.

Febre amarela: doença viral transmitida por mosquitos infectados, que pode causar febre alta, dores no corpo, náuseas e, nos casos graves, insuficiência hepática e hemorragias. A vacina faz parte do calendário infantil, sendo aplicada aos 9 meses, com reforço aos 4 anos. Pessoas não vacinadas também podem receber a dose conforme recomendação.

HPV: o papilomavírus humano é uma infecção sexualmente transmissível que, na maioria dos casos, não apresenta sintomas, mas pode causar verrugas e diversos tipos de câncer, como os de colo do útero, pênis, ânus e garganta. A vacina é

indicada para meninas e meninos de 9 a 14 anos, antes do início da vida sexual, garantindo maior proteção. O Paraná também oferece a vacinação para adolescentes de 15 a 19 anos.

Influenza: a gripe é uma infecção viral que afeta o sistema respiratório e provoca febre, tosse, dor de garganta, dores no corpo e cansaço. Em idosos, crianças pequenas e pessoas com doenças crônicas pode evoluir para complicações graves, como pneumonia. A vacinação é anual e indicada especialmente para os grupos prioritários definidos pelo Ministério da Saúde. No Paraná, a vacinação para influenza está aberta a todos com idade acima de 6 meses.

Covid-19: causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, a doença pode variar de quadros leves, semelhantes aos de uma gripe, até casos graves com comprometimento pulmonar. Os sintomas mais comuns são febre, tosse, dor de garganta, cansaço e perda do olfato ou do paladar. A vacina está disponível para crianças a partir dos 6 meses de idade, além de reforços para os grupos indicados pelo calendário nacional de vacinação. (Reportagem: Redação e agências; Foto: José Fernando Ogura/Arquivo AEN)

Classificados

**SEGURANÇA E
PASSAGEM
MAIS BARATA**

Você não se preocupa
com dinheiro. É rápido
e **muito mais prático.**



**Radiadores para todas as linhas de
automóveis, caminhões e tratores**

Rua Ivo Carli 2728 - São Cristóvão - Guarapuava



**Nós chegamos até
os seus clientes**

(42) 3035-5070



RÁDIO 10

**DIA DOS PAIS
NA CAO A CHERY
SPERANDIO**

**PAI MERECE
CUIDADO
EM DOBRO!**

Ao realizar a **revisão do seu carro**
durante o mês de agosto, **você ganha:**



Brinde exclusivo
Caoa Chery
Sperandio



1 cupom para
concorrer a uma **cesta**
exclusiva Brazzo



Guarapuava | Av. Manoel Ribas, 2814.
Foz do Iguaçu | Av. República Argentina, 4430.

sperandioarana.com.br



VENDA

APARTAMENTO – BAIRRO SÃO CRISTÓVÃO, Rua Otto Rickli, 375; Terreo. VALOR: R\$ a combinar ou troco por casa no mesmo Bairro; FONE: 99904-7823 ou 3622-6302

Vendo terreno em Ponta Grossa (PR), medindo 12x25m. R\$ 30 mil. Tel. (42) 9 8403-7854.

VENDO
Imóvel situado a Rua José Carollo, nº 182 – Bairro dos Estados, Município de Guarapuava – Paraná; área construída averbada de 175,00 m² e uma edícula com a área construída de 46,00m² no terreno urbano, medindo: 12,00 x 34,50m; perfazendo a área total de 414.00 m², objeto da matrícula nº 12.947, do Ofício Registro de Imóveis – Guarapuava – Pr. Tratar com Gildo Fagundes; Fone (42) 99977.0005 – CRECI 15709

CASA – BAIRRO BOQUEIRÃO, Rua Rodrigues Alves, nº 6; contendo 09 peças sendo 03 quartos, sala, cozinha, 02 banheiros, lavanderia e garagem. VALOR: R\$ 120.000,00 FONE: 98403-7854

TERRENO 390 METROS – VILA CARLI, contendo 02 casas.

VALOR: R\$ 230.000,00; aceito permuta no Bairro Cristo Rei ou Recanto Feliz. FONE: 42 99943-1979

CHÁCARA, 10 KM DO PINHÃO, CONTENDO 03 CASAS, 02 TANQUES DE PEIXES, TODO CERCADA DE TELA, PRÓXIMO A BR. VALOR : A COMBINAR; OU TROCO POR OUTRA PERTO DE GUARAPUAVA. FONE: 99122-7025 OU 99139-7325

CASA – SANTANA, RUA DEPUTADO LAURO SODRÉ LOPES, 469; TERRENO MEDINDO 12 X 10, TODO MURADO. VALOR: R\$ 90.000,00; ACEITO CARRO NO NEGÓCIO. FONE: 3304-3099 RODRIGO

TERRENO – VILA KENNEDY, CONTENDO CASA MISTA, MED. 2.500M². VALOR: 600.000,00. FONE: 3623-2101

LOCAÇÃO

KITINETE - BAIRRO DOS ESTADOS, contendo 03 peças grandes, Rua Bahia, 463 - próximo à Praça da Fé; para 01 pessoa sem criança e sem pet. VALOR: R\$ 500,00 incluso ½ água e luz. FONE: (42) 99972-4826, falar com Ondina

KITINETE - BAIRRO SANTA CRUZ, contendo 01 quarto, wc, cozinha com pia, internet, antena p/TV, garagem; Rua Luiz Ciscato, 58, em frente a APAE VALOR: R\$ 800,00 incluso água e luz FONE: (41)

98813-7956
KITINETE – VILA CARLI, p/ 01 pessoa, mobilizada, próximo ao CE-DETEG, de preferência estudante. VALOR: À Combinar. FONE: (42) 98869-6880

SALA COMERCIAL – BAIRRO SANTA CRUZ, 100 m., com banheiro, internet, Rua Luiz Ciscato,58; em frente APAE. VALOR: R\$ 1.200,00. FONE: (41) 98813-7956

KITINETE – SANTANA, Rua Leonel Armando Zakalusni (antiga 17 de Julho), 162; fundos. contendo 04 peças grande. VALOR: R\$ 600,00 FONE: 99966-5092

KITINETE – SANTA CRUZ, RUA JUVENAL CALDAS, 1098; CONTENDO 01 QUARTO, COZINHA E BANHEIRO VALOR: R\$ 600,00 – INCLUSO ÁGUA E LUZ FONE: 98807-9189 OU 3304-3069

APARTAMENTO – CRISTO REI, AVENIDA OLINTO PIMENTEL, 597; CONTENDO 03 QUARTOS, SALA, COZINHA, BANHEIRO E GARGEM. VALOR: R\$ 650,00 FONE: 98426-8409



Diversos

DVD, voltagem 110
VALOR: R\$ 60,00

FONE: 99972 – 4826
CAPACETE MOTOQUEIRO, pechincha VALOR: R\$ 50,00 FONE: (42) 98432-0763// (42) 99971-2235
CELULAR MOTOROLA G9, PLAY – 64 GB, verde turquesa, semi novo VALOR: R\$ 700,00. FONE: (42) 98432-0763

BICICLETA MONARK TRIP SHIMANO, cinza, 18 marchas em bom estado, documentos em ordem; ano 2022; cor Alumínio, marchas, pneus novos. VALOR: A Combinar FONE: 98432-0763 ou 99971-2235

SOM PHILLIPS DIGITAL MP3, M57 AM/FM, entrada p/ 05 CDs, Bivolt, 02 Caixas de Som. VALOR: R\$ 900,00, sendo R\$ 500,00 de entrada e R\$ 400,00 p/ 20 dias. FONE: (42) 98432-0763

TELEFONE residencial, sem linha VALOR: R\$ 25,00 FONE: (42) 98432-0763

CELULAR, Samsung J4G, perfeito estado VALOR: R\$ 250,00 FONE: (42) 98432-0763

ESTOQUE P/BAZAR VALOR: À combinar FONE: 3623-2101 JÔ

CELULAR POSITIVO, SEMINOVO, BEM CONSERVADO E COM CARREGADOR DE TECLA; VALOR: R\$ 60,00 FONE: 99971-2235 OU 98432-0763

GAITA 48 BAIXOS, SEMINOVA VALOR: R\$ 1.980,00 OU TROCO POR CARNEIROS. FONE: 99122-7025 OU 99139-7325

MÁQUINA COSTURA – SINGER VALOR: A COMBINAR FONE: 99122-7025 OU 99139-7325

BICICLETA CALOI MONTORIZADA. VALOR: R\$ 1.300,00. FONE: 98403-7854

EQUIPAMENTOS PARA ALARME COM NOTA FISCAL, PODENDO SER P/ RESIDÊNCIA OU COMÉRCIO. VALOR: R\$ 400,00. FONE: 9910-7751

ESTOQUE P/BAZAR, VALOR A COMBINAR. FONE: 3623-2101 JOSENILDA

DOIS MOTORES PARA PORTÃO DE ELEVAÇÃO, FUNCIONADO PERFEITAMENTE. VALOR A COMBINAR. FONE: 99977 -4634 OU 99854-2670

CADEIRA BARIGOTO DE BEBÊ, PARA CARRO, EM PERFEITO ESTADO, VALOR R\$ 250,00. FONE: 3624-9247 OU 99149-0957

FOGÃO À LENHA, Nº 3, COR BRANCA, VALOR R\$ 500,00. FONE: 3623-5605

MÁQUINA DE COSTURA SINGER VALOR: R\$ 400,00 FONE: 99957-2286

Vendo roçadeira, marca Vulcan, sem uso. É a gasolina. R\$ 1 mil. Tel. (42) 9 8403-7854.

Vendo bicicleta a motor, Barra Circular. R\$ 1,5 mil. Tel. (42) 9 8403-7854.

Vendo motoserra, marca Vulcan, usada. R\$ 600. Tel. (42) 9 8403-7854.

Vendo forno elétrico, novo. R\$ 2 mil. Tel. (41) 9 8813-7956

Vendo caixa registradora. R\$ 1 mil. Tel. (41) 9 8813-7956

Vendo mala de viagem, grande. R\$ 150. Tel. (41) 9 8813-7956

VENTILADOR, pequeno, voltagem 110. VALOR: R\$ 50,00 FONE: (41) 98813-7956

MALA PARA VIAGEM, semi nova VALOR: R\$ 200,00 FONE: (41) 98813-7956

FORNO ELÉTRICO, grande. VALOR: R\$ 2.000,00 FONE: (41) 98813-7956

CAIXA REGISTRADORA, antiga, pintura original VALOR: R\$ 1.700,00 FONE: (41) 98813-7956

ESTUFA PARA SALGADINHOS, voltagem 220, VIDRO VALOR: R\$ 250,00 FONE: (41) 98813-7956

SERRA CIRCULAR ESQUADEJADEIRA, REBOTE E FURADEIRA HORIZONTAL PARA MARCENARIA VALOR: R\$ 10.000,00 FONE: 99862- 9500

APARADOR DE GRAMA, voltagem 110. VALOR: R\$ 200,00. FONE: 99972-4826



MUNICÍPIO DE GUARAPUAVA
SECRETARIA MUNICIPAL DE ADMINISTRAÇÃO
Departamento de Licitações e Contratos

AVISO
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 100/2026
COM BENEFÍCIOS PARA MICRO E PEQUENAS EMPRESAS

O Município de Guarapuava, através do Departamento de Licitações e Contratos, devidamente autorizado, torna público que fará realizar a Licitação abaixo:

PROCESSO Nº: 163/2026.

OBJETO: Aquisição de ar condicionado com instalação inclusa, conforme termo de convênio nº 006/2023 - SEI.

VALOR MÁXIMO: R\$ 57.316,44 (cinquenta e sete mil, trezentos e dezesseis reais e quarenta e quatro centavos).

TIPO DE LICITAÇÃO: MENOR PREÇO – POR ITEM.

SUPORTE LEGAL: Lei Federal nº Lei nº 14.133, de 2021, Decretos Municipais nos: 6.320/2017, 7545/2019, 9.463/2022, 9.781/2022, 10.140/2023, 10.475/2023.

SISTEMA EMPREGADO: BLL (Bolsa de Licitações e Leilões) <https://bllcompras.com/>.

CREDENCIAMENTO E CADASTRAMENTO DE PROPOSTAS: Ocorrará até às 09h00min do dia 28/08/2026 (horário de Brasília (DF)).

ABERTURA DE PROPOSTAS E DISPUTA POR LANCES: A sessão pública terá início a partir do encerramento do prazo estabelecido para credenciamento e cadastramento de propostas.

PREGOEIRO(A): Valéria Sierdovski Gavanski Silva.

EQUIPE DE APOIO: Jennifer Pereira Góes e Mariana Hartmann Coniesmi.

INFORMAÇÕES: O Edital e seus anexos, bem como a íntegra do processo poderão ser obtidos: Pelo Portal da Transparência: <https://guarapuava.atende.net/?pg=transparencia#/grupo/1/item/1/tpo/1> ou No Departamento de Licitações e Contratos, sito à Rua Brigadeiro Rocha, 2.777 – 1º andar – CEP: 85.010-990. Telefones (42) 3142-1047 – 3142-1048, de segunda a sexta-feira, das 08h00 às 17h00 e (42) 3142-1051 (WhatsApp).

Guarapuava, 10 de agosto de 2026.

PUBLIQUE-SE

ADLIMARA REGINA RUIZ
Diretora de Licitações e Contratos

AVISO
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 101/2026
COM BENEFÍCIOS PARA MICRO E PEQUENAS EMPRESAS

O Município de Guarapuava, através do Departamento de Licitações e Contratos, devidamente autorizado, torna público que fará realizar a Licitação abaixo:

PROCESSO Nº: 223/2026.

OBJETO: Aquisição de 01 (um) veículo automotor novo, zero quilômetro, tipo sedan, sem acessibilidade, destinado a estruturação e ao funcionamento do Centro do Idoso Aramis Carvalho Góes, com recursos da emenda parlamentar nº 202228490003 - Plano de Ação 06032022 - 018177/2022 - Ministério da Fazenda.

VALOR MÁXIMO: R\$ 108.159,78 (cento e oito mil, cento e cinquenta e nove reais e setenta e oito centavos).

TIPO DE LICITAÇÃO: MENOR PREÇO – POR ITEM.

SUPORTE LEGAL: Lei Federal nº Lei nº 14.133, de 2021, Decretos Municipais nos: 6.320/2017, 7545/2019, 9.463/2022, 9.781/2022, 10.140/2023, 10.475/2023.

SISTEMA EMPREGADO: BLL (Bolsa de Licitações e Leilões) <https://bllcompras.com/>.

CREDENCIAMENTO E CADASTRAMENTO DE PROPOSTAS: Ocorrará até às 09h00min do dia 31/08/2026 (horário de Brasília (DF)).

ABERTURA DE PROPOSTAS E DISPUTA POR LANCES: A sessão pública terá início a partir do encerramento do prazo estabelecido para credenciamento e cadastramento de propostas.

PREGOEIRO(A): Edison Caldas de Oliveira.

EQUIPE DE APOIO: Edilson Schuarz de Almeida e João Alcione Gaspar da Silva.

INFORMAÇÕES: O Edital e seus anexos, bem como a íntegra do processo poderão ser



MUNICÍPIO DE GUARAPUAVA
SECRETARIA MUNICIPAL DE ADMINISTRAÇÃO
Departamento de Licitações e Contratos

obtidos: Pelo Portal da Transparência: <https://guarapuava.atende.net/?pg=transparencia#/grupo/1/item/1/tpo/1> ou No Departamento de Licitações e Contratos, sito à Rua Brigadeiro Rocha, 2.777 – 1º andar – CEP: 85.010-990. Telefones (42) 3142-1047 – 3142-1050, de segunda a sexta-feira, das 08h00 às 17h00.

Guarapuava, 10 de agosto de 2026.

PUBLIQUE-SE

ADLIMARA REGINA RUIZ
Diretora de Licitações e Contratos



SINDICATO DOS TRABALHADORES EM URBANIZAÇÃO DO ESTADO DO PARANÁ

GESTÃO 2026/2030 • SINDICATO NA BASE
CNPJ 05.315.868.0001-02

EDITAL DE CONVOCAÇÃO
ASSEMBLEIA

O Presidente do SINDIURBANO-PR – Sindicato dos Trabalhadores em Urbanização do Estado do Paraná, vem pelo presente, convocar todos os trabalhadores da Companhia de Serviços de Urbanização de Guarapuava – SURG para a realização de Assembleia Específica por Empresa, conforme artigos 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27 e 28 do Estatuto Social, a ser realizada no **dia 13 de agosto de 2026**, na Associação dos Servidores da SURG, sito à Rua Perimetral Norte, S/N Guarapuava – PR às **18h:15min., com a presença de metade mais um dos trabalhadores, e, em segunda chamada, trinta minutos após, com qualquer número de presentes**, com a seguinte pauta:

I. Ratificar os termos do acordo na ação nº 0000986-66.2025.5.09.0659, que trata dos valores retroativos referente as diferenças de anuênio/adicional por tempo de serviço e reflexos, em trâmite na 2ª Vara do Trabalho de Guarapuava/PR, **bem como aprovar os valores apresentados para cada trabalhador, pertencente ao rol e a forma de pagamento.**

Curitiba, 10 de agosto de 2026

SINDICATO DOS TRABALHADORES EM URBANIZAÇÃO DO ESTADO DO PARANÁ
ESTADOS 315868000102
Assinado da forma digital por SINDICATO DOS TRABALHADORES EM URBANIZAÇÃO DO ESTADO DO PARANÁ
ESTADOS 315868000102
Data: 2026.08.10 15:02:02 -03'00'

Luiz Carlos Viana
Presidente

Av. Marechal Floriano Peixoto, 170, Sala 307, 3º Andor, Centro, Curitiba-PR, CEP 80.020-090
(41)3262-6772 (41) 99871-0302
www.sindiurbano.org.br contato@sindiurbano.org.br @sindiurbanosindicato



EXTRATO DO PRIMEIRO TERMO DE REEQUILIBRIO DA
ATA DE REGISTRO DE PREÇOS Nº 019/2026
DECORRENTE DO PREGÃO NA FORMA ELETRÔNICA N.º 069/2025.

CONTRATANTE: MUNICÍPIO DE NOVA TEBAS.
CONTRATADA: CMH - CENTRAL DE MEDICAMENTOS HOSPITALARES LTDA
CNPJ: 23.228.076/0001-74

CLÁUSULA PRIMEIRA – QUANTIDADE E VALORES TOTAIS: Fica reequilibrado o valor total da presente ata, tendo em decorrência o reajuste do valor do item, conforme consta na tabela abaixo:



ITEM	DESCRIÇÃO DOS PRODUTOS	UND	QTDE DISPONÍVEL	VALOR ATUAL	% DE REEQUILÍBRIO	VALOR REEQUILIBRADO	VALOR TOTAL A REEQUILIBRAR NA ATA
63	COLETOR MATERIAL PERFURO-CORTANTE MATERIAL PAPELÃO, CAPACIDADE TOTAL 7 L, ACESSÓRIOS:ALÇAS RÍGIDAS E TAMPAS, COMPONENTES ADICIONAIS REVESTIMENTO INTERNO EM POLIETILENO ALTA DENSIDADE, TIPO USO DESCARTÁVEL	UND	800	R\$ 3,39	55,75%	R\$ 5,28	R\$ 1.512,00
VALOR ORIGINAL DA ATA							R\$ 10.894,80
VALOR ATUALIZADO DA ATA							R\$ 12.406,80



CLAUSULA SEGUNDA – JUSTIFICATIVA E FUNDAMENTAÇÃO: Os valores foram reequilibrados a partir do Processo Administrativo 6196/2026, Parecer Jurídico nº 444/2026 e demais documentos comprobatórios anexos. Permanecem inalteradas as demais condições da ata original desde que não colidam com as deste Termo.

Nova Tebas, 07 de agosto de 2026.

PEDRO LOURENÇO
PREFEITO DO MUNICIPIO DE NOVA TEBAS – PR

Gabinete do Prefeito
Avenida Belo Horizonte 695 - Centro - CEP: 85.250-000 - Estado do Paraná
Fone (42) 3141-2281 - CNPJ: 80.620.172/0001-05 e-mail: gabprefeitontebas@gmail.com



EXTRATO DE ADITIVO CONTRATUAL
CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA Nº 001/2024
CONTRATO ADMINISTRATIVO Nº 189/2024
2º TERMO ADITIVO – DE VALOR AO CONTRATO

OBJETO: "EMPRESA ESPECIALIZADA NA GESTÃO, OPERACIONALIZAÇÃO E EXECUÇÃO DO SERVIÇO DE ATENDIMENTO MÓVEL DE URGÊNCIA – SAMU 192, NO ÂMBITO DOS MUNICÍPIOS CONSORCIADOS AO CIS5ªRS, QUE ASSEGURE A ASSISTÊNCIA UNIVERSAL E GRATUITA À POPULAÇÃO, BEM COMO QUALIDADE DA ASSISTÊNCIA, DE ACORDO COM OS PRINCÍPIOS E DIRETRIZES DO SUS"

CONTRATANTE: Consórcio Intermunicipal de Saúde da 5ª Região de Saúde do Paraná (CIS 5ªRS), pessoa jurídica de direito público, inscrita no CNPJ sob nº. 36.330.988/0001-02, estabelecida à Rua Brigadeiro Rocha, nº 901, Trianon, em Guarapuava – PR, neste ato representado por seu Diretora Executiva, Sra. Marilda Stadkowski Pilissari.

CONTRATADO: SMB GESTÃO EM SAÚDE S.A, pessoa jurídica de direito privado, inscrita no CNPJ/MF sob o nº 09.378.748/0001-05, com sede na Rua Padre Anchieta, 2348, Curitiba, Estado Paraná, doravante designada CONTRATADA, neste ato representada por seu sócio administrador, EDUARDO CANTIERI, encontrável no mesmo endereço.

VALOR DO ADITIVO: R\$ 521.644,68 anual.
DATA DA ASSINATURA: 06 de agosto de 2026.
FORO: Guarapuava (PR)



TERMO ADITIVO

1º TERMO ADITIVO DE OBJETO DO CONTRATO Nº 099/2026 – CLEBRADO ENTRE O CONSÓRCIO INTERMUNICIPAL DE SAÚDE DA 5ª REGIÃO DE SAÚDE DO PARANÁ E A EMPRESA ARES BOX LTDA.

1º TERMO ADITIVO DE OBJETO, ao CONTRATO nº 099/2026 cujo objeto é o CREDENCIAMENTO DE PESSOA JURIDICA PARA A PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS NA ÁREA DA SAÚDE PARA ATENDIMENTO A DEMANDA DOS MUNICIPIOS CONSORCIADOS AO CIS5ªRS, de um lado o contratante, CONSÓRCIO INTERMUNICIPAL DE SAÚDE DA 5ª REGIÃO DE SAÚDE DO PARANÁ, pessoa jurídica de direito público, com sede à Rua Brigadeiro Rocha, 901, Trianon, devidamente inscrito CNPJ/MF sob o n.º 36.330.988/0001-02, neste ato, representado pela Diretora Executiva, Sra. MARILDA STADKOWSKI PILISSARI e de outro lado a empresa ARES BOX LTDA, pessoa jurídica de direito privado, inscrita no CNPJ sob nº. 46.386.257/0001-24, estabelecido a Rua Francisco Delle, nº 37, centro, cidade de Pinhão, Estado PR, neste ato representada por seu representante legal o senhor LUIZ CARLOS FAVARÃO FILHO, ajustam este termo aditivo ao CONTRATO Nº 099/2026 referente à INEXIGIBILIDADE Nº 096/2026, celebrado em 22 de abril de 2026, conforme segue:

CLÁUSULA PRIMEIRA - Fica aditivado o contrato nº. 099/2026 para melhor adequação no atendimento para acréscimo de novos profissionais.

PARÁGRAFO ÚNICO – O valor total do presente contrato é R\$129.600,00 (cento e vinte nove mil e seiscentos reais), o qual não será alterado por este termo aditivo.

CLÁUSULA SEGUNDA – Conforme previsto na Lei Federal nº. 14.133/21 art. 124 e na Cláusula décima oitava do instrumento original, é concedido alterações no Contrato, razão pela qual se fundamenta a presente alteração.

CLÁUSULA TERCEIRA – O objeto do presente Contrato é "CREDENCIAMENTO DE PESSOA JURIDICA PARA A PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS NA ÁREA DA SAÚDE PARA ATENDIMENTO A DEMANDA DOS MUNICIPIOS CONSORCIADOS AO CIS5ªRS", conforme tabela abaixo:

PROFISSIONAL: ISABELE DA ROSA FRANÇA			
CREDITO: 303399 -F			
LOTE	ITEM	PROCEDIMENTO	VALOR
01	3	ATENDIMENTO EM FISIOTERAPIA	R\$ 30,00
PROFISSIONAL: KATIANE FRESKI			
CREDITO: 352237 -F			
LOTE	ITEM	PROCEDIMENTO	VALOR
01	3	ATENDIMENTO EM FISIOTERAPIA	R\$ 30,00

Parágrafo único: Considerando a possibilidade de inclusão de novos profissionais para melhor adequação técnica aos seus objetivos, o profissional relacionado abaixo será inserido no referido contrato da seguinte forma:

PROFISSIONAL: TELMA MACHADO			
CREDITO: 231413 -F			
LOTE	ITEM	PROCEDIMENTO	VALOR
01	3	ATENDIMENTO EM FISIOTERAPIA	R\$ 30,00

CLÁUSULA QUARTA – As demais cláusulas contratuais permanecem sem qualquer alteração.



Guarapuava, 05 de agosto de 2026.

MARILDA STADKOWSKI PILISSARI Diretora Executiva CIS5ªRS	ARES BOX LTDA CONTRATADA LUIZ CARLO FAVARÃO FILHO REPRESENTANTE LEGAL
Testemunha: NOME: _____ RG/CPF: _____	Testemunha: NOME: _____ RG/CPF: _____

Rua Brigadeiro Rocha, 901 - Trianon - Guarapuava | PR
e-mail: consorcioicis5rs@gmail.com

Rua Brigadeiro Rocha, 901 - Trianon - Guarapuava | PR
e-mail: consorcioicis5rs@gmail.com

Rua Brigadeiro Rocha, 901 - Trianon - Guarapuava | PR
e-mail: consorcioicis5rs@gmail.com



AVISO DE LICITAÇÃO
Pregão na Forma Eletrônico nº 048/2026
Processo administrativo nº 149/2026

(NA PLATAFORMA COMPRAS.GOV.BR: CONTRATAÇÃO 44/2026)

O Município de Nova Tebas-PR, Estado do Paraná com fundamento na Lei Federal nº 14.133/21, de 01 de abril de 2021 e demais normas regulamentares aplicáveis à espécie, comunica que realizará licitação conforme as seguintes especificações:

OBJETO: Contratação de empresa especializada para o fornecimento de produtos químicos e prestação de serviços técnicos destinados ao controle de vetores e pragas no Município de Nova Tebas /PR.

DATA DE ABERTURA: 25 de agosto de 2026, às 08h30min (oito horas e trinta minutos).

CRITÉRIO DE JULGAMENTO: MENOR PREÇO POR LOTE

VALOR TOTAL ESTIMADO: R\$ 110.217,46 (cento e dez mil, duzentos e dezessete reais e quarenta e seis centavos).

INFORMAÇÕES: A licitante deverá estar inscrita no sistema eletrônico "Compras.gov.br", no site www.compras.gov.br (o qual é de acesso livre - SICAFWEB), deverá providenciar o seu credenciamento dentro do serviço "Pregão Eletrônico", podendo através deste retirar o edital, que será disponibilizado também para download no site www.novatebas.pr.gov.br, também podendo ser retirados na sede da Prefeitura Municipal de Nova Tebas, sito a Avenida Belo Horizonte, 695 – Centro, em Nova Tebas – Paraná, Fone: (42) 3141-2281, de segunda à sexta-feira, no horário das 08h00min às 12h00min e 13h00min às 17h00min.

Nova Tebas, 10 de agosto de 2026.

PEDRO LOURENÇO

Assinado de forma digital por PEDRO LOURENÇO
Dados: 2026.08.10 15:40:21 -03'00'

PEDRO LOURENÇO
PREFEITO DO MUNICÍPIO DE NOVA TEBAS – PR

Secretaria Municipal de Licitações e Contratos
Avenida Belo Horizonte 695 - Centro - CEP: 85.250-000 - Estado do Paraná
Fone (42) 3141-2281 - CNPJ: 80.620.172/0001-05, e-mail: licitacao@novatebas.pr.gov.br



EXTRATO DE CREDENCIAMENTO
DECORRENTE DO EDITAL CREDENCIAMENTO Nº 011/2026

Comunicamos por meio deste o credenciamento de empresas ao Procedimento Licitatório nº 138/2026, elaborado pelo Edital de Credenciamento nº 011/2026 que tem por objeto "CREDENCIAMENTO DE EMPRESAS ESPECIALIZADAS NA PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS DE SAÚDE, COM O OBJETIVO DE DISPONIBILIZAR PROFISSIONAIS MÉDICOS PARA ATUAÇÃO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA EM SAÚDE (APS) E/OU NA ATENÇÃO À SAÚDE DE MÉDIA COMPLEXIDADE, SOB O REGIME DE 40 (QUARENTA) HORAS SEMANAIS" conforme tabela abaixo:

ORDEN DA EMPRESA	PROPONENTE	PROFISSIONAIS PRESTADOR DE SERVIÇOS VINCULADO E TURNO CREDENCIADO	SITUAÇÃO REFERENTE A HABILITAÇÃO	PENDÊNCIAS	SITUAÇÃO ATUAL DA PROPONENTE
04	3R GESTÃO EM SAÚDE LTDA – CNPJ: 55.853.806/0001-14	LAURA APLEVICZ GOMES CRM Nº 64.898 PR MÉDICA VINICIUS WIRDMOND EIDAM CRM Nº 64.869 PR MÉDICO	APRESENTOU TODA DOCUMENTAÇÃO SOLICITADA	NÃO HÁ	CREDENCIADA
05	VÉRTICE GESTÃO DE CONTRATOS E SERVIÇOS ESPECIALIZADOS LTDA – CNPJ: 66.430.452/0001-63	NATÁLIA MATOS BRANDT CRM Nº 60.510 PR MÉDICA IZABELA ARMELIN CZERPICKI CRM Nº 64.910 PR MÉDICA	APRESENTOU TODA DOCUMENTAÇÃO SOLICITADA	NÃO HÁ	CREDENCIADA
06	NANIM GESTÃO DE SERVIÇOS MÉDICOS LTDA – CNPJ: 51.082.299/0001-60	CINDY KARINY RODRIGUES WURDEL CRM Nº 55.947 PR MÉDICA BRUNO GASPAROTTO MANN CRM Nº 61.751 PR MÉDICO	APRESENTOU TODA DOCUMENTAÇÃO SOLICITADA	NÃO HÁ	CREDENCIADA
07	ARROTO SERVIÇOS MÉDICOS LTDA – CNPJ: 67.837.834/0001-79	BRUNA MARTINEZ ARROYO CRM Nº 64.880 PR MÉDICA	APRESENTOU TODA DOCUMENTAÇÃO SOLICITADA	NÃO HÁ	CREDENCIADA
OBSERVAÇÃO	AS PROPONENTES APRESENTARAM DOCUMENTAÇÃO DOS PROFISSIONAIS PARA ATUAREM NAS PRESTAÇÕES DOS SERVIÇOS CONSTANTES NO LOTE 01 E 02.				

Gabinete do Prefeito
Avenida Belo Horizonte 695 - Centro - CEP: 85.250-000 - Estado do Paraná
Fone (42) 3141-2281 - CNPJ: 80.620.172/0001-05 email: gabprefeitontebas@gmail.com



Dê-se a publicação devida.

Município de Nova Tebas, 10 de agosto de 2026.

PEDRO LOURENÇO

Assinado de forma digital por PEDRO LOURENÇO
Dados: 2026.08.10 16:27:49 -03'00'

PEDRO LOURENÇO
PREFEITO DO MUNICÍPIO DE NOVA TEBAS – PR

Gabinete do Prefeito
Avenida Belo Horizonte 695 - Centro - CEP: 85.250-000 - Estado do Paraná
Fone (42) 3141-2281 - CNPJ: 80.620.172/0001-05 email: gabprefeitontebas@gmail.com

CONTROLE DO COLESTEROL DEVE COMEÇAR NA INFÂNCIA, ALERTA CARDIOLOGISTA

Quem já apresenta colesterol elevado deve evitar o consumo excessivo de carne vermelha, pois isso pode elevar ainda mais os níveis de LDL. Além disso, esse tipo de alimentação pode aumentar o ácido úrico e favorecer a formação de placas de gordura nas artérias, elevando o risco cardiovascular

EQUIPE CORREIO
REPORTAGEM LOCAL

O vice-presidente do Departamento de Aterosclerose da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC), Renato Jorge Alves, destacou que um estudo publicado em setembro de 2025 recomenda que todas as pessoas façam a dosagem do colesterol aos 10 anos de idade. “O conselho que eu dou é que todo mundo faça um exame preventivo de colesterol, junto com o de glicose”, afirmou.

Segundo Alves, também é fundamental adotar hábitos saudáveis para evitar que outros fatores de risco se somem ao colesterol elevado e aumentem as chances de infarto. Caso o exame detecte níveis altos de colesterol, a orientação é procurar acompanhamento médico e seguir corretamente o tratamento prescrito.

“Não vá atrás de médicos que falam na internet para

não tomar remédios contra colesterol, porque isso é uma falácia”, alertou. De acordo com ele, interromper o tratamento aumenta o risco de complicações. “Assim como acontece com diabetes e hipertensão, o colesterol volta a subir quando a medicação é suspensa”.

A Sociedade Brasileira de Cardiologia também alerta que o colesterol elevado está associado a hábitos de vida que comprometem não apenas a saúde do coração, mas o metabolismo como um todo.

Para Alves, a chamada dieta carnívora — baseada exclusivamente no consumo de carne e que elimina alimentos de origem vegetal — não é indicada para reduzir o colesterol.

“Isso é uma invenção”, afirmou.

Segundo o cardiologista, uma alimentação saudável deve ser equilibrada, com proteínas, carboidratos e gordu-



ras em quantidades adequadas. Segundo o especialista, uma dieta baseada apenas em carne é rica em gordura saturada, que aumenta o colesterol LDL, conhecido como colesterol ruim.

Quem já apresenta colesterol elevado deve evitar o consumo excessivo de carne vermelha, pois isso pode elevar ainda mais os níveis de LDL. Além disso, esse tipo de alimentação pode aumentar o ácido úrico e favorecer a formação

de placas de gordura nas artérias, elevando o risco cardiovascular.

“Não é uma dieta aconselhável”, resumiu.

ESTILO DE VIDA

Para reduzir o colesterol, a primeira recomendação é investir em alimentação saudável e atividade física.

Segundo Alves, deve-se evitar o excesso de gordura saturada, presente principalmente em carne vermelha, chocolates, frios e

embutidos, além da gordura trans, encontrada em alimentos ultraprocessados, como salgadinhos e biscoitos recheados.

“A pior gordura que tem é essa”, disse, referindo-se à gordura trans.

O especialista explicou que mudanças na alimentação costumam reduzir o colesterol entre 5% e 10%, porque cerca de 70% da substância é produzida pelo próprio organismo.

Alves pontuou que quando os níveis ultrapassam 300 mili-

gramas por decilitro (mg/dL), entretanto, há forte indicação de origem genética. Nesses casos, além das mudanças no estilo de vida, é necessário tratamento medicamentoso.

A prática de atividade física também é essencial. A recomendação é acumular entre 150 e 300 minutos de exercícios por semana.

O cardiologista ressaltou ainda que a qualidade do sono influencia o metabolismo. Dormir mal pode favorecer o aumento do colesterol e dos triglicérides, gordura associada ao processo inflamatório das artérias.

“O processo de aterosclerose não acontece apenas pelo acúmulo de gordura, mas também pela inflamação”, explicou.

O estresse também pode contribuir para elevar a pressão arterial e prejudicar o controle do colesterol. (Reportagem: Ag. Brasil, com edição; Foto: Ilustrativa/Magnific)



Alguém te procura. Você só precisa ser visto.

ANUNCIE | comercial@correiodocidadao.com | [44 3304 3218](tel:4433043218)

UNILAB

LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

PRECISÃO • CONFIANÇA • CUIDADO COM VOCÊ

EXAMES LABORATORIAIS
 RESULTADOS RÁPIDOS E CONFIÁVEIS
 ATENDIMENTO HUMANIZADO
 TECNOLOGIA E QUALIDADE
 SEGURANÇA E PRECISÃO

(42) 99983-9854

Rua Quintino Bocaiuva, 2326, 2º Andar, Edifício Biocenter

@unilab.analisesclinicas