

João reforça necessidade do paraibano ficar em casa

Governadores do Nordeste defendem uma integração regional nas ações de enfrentamento ao coronavírus. [Página 13](#)

Foto: Francisco França/Secom



O governador João Azevêdo participa de mais uma videoconferência com gestores de todo Nordeste

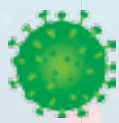
Foto: Marcus Antônio



Até ontem à noite, a PB contabilizava 10 casos confirmados de Covid-19 em JP, CG, Sousa e Igaracy. [Página 5](#)



Órgãos se unem para garantir que medidas contra coronavírus sejam cumpridas. [Página 5](#)



Operação da PM vai às ruas com 1.200 policiais para fiscalizar o cumprimento de decreto. [Página 4](#)



Barreira sanitária não registrou nenhum caso do Covid-19 até agora no Castro Pinto. [Página 3](#)



Especialista orienta o que fazer com seus pets durante a pandemia de coronavírus. [Página 7](#)



Prefeito de Milão se arrepende de pedir para cidade italiana não parar. [Página 4](#)



A crise em números

NA PARAÍBA **10** CASOS **0** MORTES

NO BRASIL **3.417** CASOS **92** MORTES

NO MUNDO **587.958** CASOS **26.909** MORTES

*Números confirmados até as 22h de ontem

GIRO NOS BAIROS Paraíba

Foto: Marcus Antônio



Lar das Muriçocas Além de ponto de encontro do bloco de pré-carnaval, Miramar também abriga a Granja do Governador e o Clube Cabo Branco. [Página 8](#)

Diversidade 60+

Os impactos da alimentação saudável na terceira idade

Nutricionista orienta como idosos devem se alimentar e alerta para a importância da hidratação. [Página 12](#)

Políticas

TRE-PB lembra que prazo para filiações vai até 4/4

Data também marca o fim do prazo para mudança de domicílio eleitoral. [Página 13](#)



Editorial

Transformar-se

Abril está chegando e, com ele, talvez a maior dúvida que o Brasil já enfrentou na sua história recente: a linha da pandemia de coronavírus se fará curva e terá um rápido achatamento, tornando-se, logo em seguida, platô, ou subirá tal qual um foguete lançado da base espacial de Cabo Canaveral, nos Estados Unidos?

No primeiro caso, muitas vidas humanas serão poupadas e o país tenderá a voltar com mais rapidez ao estado de normalidade. No segundo, o quadro muda radicalmente; a expectativa é de que um número superior de pessoas não resistirá à violência infecciosa do vírus, com colapso do sistema de saúde.

Diante de tudo o que foi dito e explicado até agora pelas autoridades da saúde, não há mais dúvidas de que a única forma de se evitar uma tragédia é cumprir rigorosamente as determinações dos poderes públicos e dos especialistas em saúde. Descumpri-las, é apostar no caos; uma manifestação de insensatez.

O isolamento social é doloroso, mas é altamente recomendável em contextos iguais a este. As pessoas precisam manter a calma e encontrar maneiras de se adaptarem com a maior comodidade possível à quarentena. Na situação inversa, ou seja, de quem precisa se movimentar, todo cuidado é pouco.

É inaceitável que pessoas continuem desrespeitando as normas de segurança por pirraça, como se diz em linguagem popular. É preci-

so ter a consciência de que atitudes negligentes não colocam em risco apenas a vida de quem as praticam, mas a saúde de toda a coletividade. Pandemia é coisa muito séria.

Abril será um mês decisivo para o delineamento real do quadro brasileiro, no que concerne à proliferação do vírus e aos níveis de estados de saúde das pessoas infectadas. Mas não se pode esperar que a situação se agrave, para só então se adequar aos manuais de comportamento relacionados à saúde.

Espera-se que abril termine com o Brasil cantando vitória, no bom sentido da expressão. Significa dizer que as barreiras (materiais e simbólicas) construídas pelo país, para deter o impacto extremamente negativo que uma expansão descontrolada do vírus causaria, funcionaram, para o bem geral da Nação.

O que não se quer, o que não se deseja, sob hipótese alguma, é que, parafraseando o título do filme de Walter Salles, abril vindouro venha a se tornar um “mês despedaçado”. Depende de cada um evitar que esta ficção, descontando-se todos os exageros comparativos, se torne realidade.

Hora também de cada pessoa se voltar um pouco para si mesma. Refletir sobre sua maneira de pensar; de ser e estar no mundo. O que se é e o que se faz é bom para a comunidade, ou apenas para si mesmo? As situações de crise são oportunidades de transformação pessoal e coletiva. E esta não é diferente.

Crônica

Gonzaga Rodrigues
gonzagarodrigues33@gmail.com

Dia vai, dia vem

Quantos de nós podemos, confortavelmente, nos manter isolados? Cumpre aos que cuidam da saúde pública ditar com rigor essa exigência. Mas quantos podem, como eu e a poetisa a que recorro linhas adiante, dispor das condições para o confinamento radical?

A televisão tem subido aos muros da grande cidade com essa indagação. Se o horizonte dos padrões paira na Bolsa ou mais alto, o de quem sai de câmera e microfone na mão não tem fugido ao nível das suas origens. A grande maioria dos profissionais de imprensa vem do povo. Ainda que chegue à elite bilionária e possa isolar-se da bala perdida e do coronavírus, não se livra da pele interior.

É o que estamos vendo nesta hora em que tudo parece imprevisível. Do combate à peste ao discurso que 115 anos atrás o fazendeiro Rodrigues Alves não faria. Este forçou o povo a não morrer de febre amarela, invadiu casas, derubou barracos e quando foi reconhecido morreu, ele mesmo, de gripe espanhola.

Até onde poderá chegar o estrago num país rico por natureza e de estatísticas sociais as mais desiguais do mundo? Comovem-me as palavras da poetisa e cronista Vitória Lima, na última quarta-feira: “Toda noite, quando deito a cabeça no travesseiro, lembro daqueles que não têm uma casa, uma cama, um travesseiro, que os acolha, que os proteja da chuva, do frio, do sol,

///E o Brasil do barraco, um por cima do outro, cuja densidade e extensão o IBGE não consegue esconder? ///

do calor. E agradeço por tudo isso. Além de ter o que comer, de ter água para lavar as mãos e tomar banho”.

Enfim, nós temos onde nos esconder, cada um no seu cômodo, muitos num luxo de casais em quartos separados.

E o Brasil do barraco, um por cima do outro, cuja densidade e extensão o IBGE não consegue esconder?

* * *

Sim, ia esquecendo: por embargo da comissão de acumulação do estado, desfaz-se, nas linhas de hoje, a presença regular da crônica que retomei há três anos, a convite de Albiege Fernandes, diretora de então. Naquele instante, encerrado o Jornal da Paraíba, penúltimo da minha peregrinação, mereci a lembrança de retornar ao jornal de minhas primeiras tentativas fora do batente comum. “Dia vai, dia vem”, que não chegou a durar um ano, embargado por golpes da vida e da política dos anos 1960, foi ressurgir no O Norte de 1970 como “Arquibancada”, servido em seguida como “Café Pequeno” no Correio, seguindo o vai e vem nos jornais de sempre até voltar à velha A União num tempo em que tanto o cronista como o jornal impresso já não são os mesmos. Ainda assim, confortou-me a consideração como a superintendente Naná Garcez, com seus colegas diretores, reuniu (a mim, a Sitônio e a Carlos Aranha) para cumprir constrangidamente o embargo.

CONTATOS: uniao.govpb@gmail.com REDAÇÃO: (83) 3218-6539/3218-6509

E O PACOTE DO GOVERNO Ô!...



Domingos Sávio
savio_fel@hotmail.com

Humor

UN Informe

Ricco Farias
papiroeletronico@hotmail.com

PANDEMIA ALTERA MODO DE VOTAÇÃO NOS LEGISLATIVOS

A pandemia do coronavírus alterou as atividades nas Casas Legislativas do país, especialmente no que diz respeito ao processo de votação de matérias. Na Paraíba, de modo inédito, pela primeira vez em sua história, a ALPB fez uma votação de modo online, com a participação de 32 dos 36 deputados estaduais – foi pertinente ao decreto de Calamidade Pública contra o Coronavírus, na segunda-feira passada. A votação remota também foi adotada pela Câmara Municipal de João Pessoa que, agora, vai regulamentar o sistema de votação online, destinado a situações excepcionais como a que vivenciamos atualmente com a pandemia de coronavírus. Ontem, membros da Comissão de Constituição, Justiça, Redação e Legislação Participativa (CCJ) do Legislativo municipal se reuniram para discutir o assunto, por meio de videoconferência. A Resolução que tornará este modelo de votação possível tem por base uma minuta recomendada pela Confederação Nacional dos Municípios (CNM) para as Casas Legislativas do país, informa o presidente da CCJ, vereador Thiago Lucena (foto), do PMN.



Foto: Divulgação

O QUE DIZ A MINUTA

Na minuta criada pela Confederação Nacional dos Municípios (CNM) recomenda-se que “Cada reunião – seja das comissões temáticas, seja do plenário – somente poderá ter um projeto em análise, salvo temas de excepcionalidade na área de saúde pública”. E prevê que a Resolução terá “sua vigência limitada ao período de medidas restritivas decorrentes da pandemia do coronavírus”.

SEM SINTOMAS

Alguns deputados estaduais da Paraíba que tiveram contato com o presidente nacional do Avante, deputado federal Luís Tibé, infectado pelo coronavírus, não apresentaram sintomas da doença, após 12 dias, mas continuam em quarentena. É o caso de Genival Matias, Tião Gomes e Júnior Araújo. Este último, inclusive, fez o teste e o resultado saiu ontem: negativo.

COM SINTOMAS

O deputado Felipe Leitão, que também esteve com Luís Tibé, em evento de filiação partidária ao Avante, no último dia 15, apresentou sintomas similares ao do coronavírus. Ele gravou vídeo em que diz se sentir melhor – acredita que apenas contraiu uma gripe. O deputado também fez o teste, mas o resultado ainda não foi divulgado “Confio em Deus que tudo ficará bem”, disse.

RESPOSTA

Indagou-se ao secretário de Saúde de João Pessoa, Adalberto Fulgêncio, se ele concordava com as recomendações do presidente da República, Jair Bolsonaro, quanto a acabar com a quarentena no país por causa do coronavírus: “Não”, respondeu, “fico do lado dos especialistas, fico do lado das experiências da China e da Itália. A economia que fique atrelada à vida humana e não o contrário”.

“UMA TEMERIDADE”

Ontem, o governador João Azevêdo (Cidadania) usou as redes sociais para refutar a ideia de pessoas que querem organizar carreatas para pedir o fim da quarentena na Paraíba: “É preciso entender que o cidadão tem todo o direito de protestar, de manifestar sua opinião, mas ir às ruas para fazer isso, neste momento, é uma temeridade. A ciência ensinou que o isolamento social é a melhor maneira de conter a propagação do novo vírus”.

GOVERNADOR: “FIQUEM EM CASA, ESTA É A COISA CERTA A FAZER”

Ainda no vídeo, o governador João Azevêdo afirma que “Se hoje na Paraíba há poucos casos, menos que vários lugares do Brasil, foi porque o Estado adotou essas medidas antes mesmo de termos casos confirmados aqui. E ao final, assegurou que a população será informada “Quando pudermos adotar medidas que relaxem mais o isolamento. Ciência, experiência e consciência é a melhor lição que outros países nos ensinaram. Fiquem em casa, esta é a coisa certa a fazer”.

SECRETARIA DE ESTADO DA COMUNICAÇÃO INSTITUCIONAL EMPRESA PARAIBANA DE COMUNICAÇÃO S.A.

Naná Garcez de Castro Dória
DIRETORA PRESIDENTE

William Costa
DIRETOR DE MÍDIA IMPRESSA

Albiege Léa Fernandes
DIRETORA DE RÁDIO E TV

A UNIÃO
Uma publicação da EPC
BR-101 Km 3 - CEP 58.082-010 Distrito Industrial - João Pessoa/PB

André Cananéia
GERENTE EXECUTIVO DE MÍDIA IMPRESSA

Renata Ferreira
GERENTE OPERACIONAL DE REPORTAGEM

PABX: (083) 3218-6500 / ASSINATURA-CIRCULAÇÃO: 3218-6518 / Comercial: 3218-6544 / 3218-6526 / REDAÇÃO: 3218-6539 / 3218-6509
E-mail: circulaocao@epc.pb.gov.br (Assinaturas)

OUVIDORIA : 99143-6762
ASSINATURAS: Anual R\$200,00 / Semestral R\$100,00 / Número Atrasado R\$3,00

CONTATOS: redacao@epc.pb.gov.br

Fica proibida a reprodução, total ou parcial, de matérias, figuras e fotos autorais deste jornal, sem prévia e expressa autorização da direção e do autor. Exreto para impressão de cópias, com o fiel e real conteúdo, para uso e arquivo pessoal.

Barreira sanitária na PB não registra casos de Covid-19

Agevisa monitora desembarque no aeroporto Castro Pinto para prevenir a propagação do coronavírus

No primeiro dia de execução da barreira sanitária realizada pelo Governo do Estado no Aeroporto Castro Pinto, sob a coordenação da Agência Estadual de Vigilância Sanitária (Agevisa), não foi registrado nenhum passageiro que apresentasse sintomas de infecção pelo coronavírus, segundo informou a diretora-geral da Agência, Jória Viana Guerreiro.

Executada pela Agevisa, com o apoio da Polícia Militar e do Corpo de Bombeiros, a ação será realizada durante a vigência das medidas temporárias e emergenciais de prevenção de contágio pelo Covid-19 (Novo Coronavírus) determinadas pelo governador João Azevedo.

Conforme o diretor-técnico de Estabelecimentos e Prática de Saúde e de Saúde

do Trabalhador da Agevisa/PB, Geraldo Moreira de Menezes, um total de 423 passageiros desembarcaram no Aeroporto Castro Pinto em voos das empresas Gol e Latam, sendo 300 durante o dia de quinta-feira e 123 na madrugada da sexta-feira. Nenhum deles apresentou alteração na temperatura corporal.

Ação da Agevisa tem apoio da PM e Corpo de Bombeiros e será realizada durante a vigência das medidas temporárias e emergenciais

Polícia Militar



Foto: Secom-PB

Com a quadrilha que estaria praticando roubos de carros na Rainha da Borborema foram recuperados carros dos tipos Fiat Siena e Kia Cerato

Localizado 'esconderijo' de quadrilha que estaria praticando assaltos em CG

A Polícia Militar desarticulou uma quadrilha que estaria praticando roubos de carros, em postos de combustíveis, casas e a pessoas, nos últimos 15 dias, em vários bairros de Campina Grande. A prisão aconteceu no bairro do Araxá, após os policiais do 2º Batalhão localizarem a casa usada pelo grupo para se esconder após os crimes.

Na ação, foram apreen-

didas duas armas de fogo na residência e recuperados dois carros roubados, que estavam em uma área de mata, no bairro de Cuités. Os policiais estão em busca de uma terceira arma, que eles teriam roubado de um vigilante.

As identidades do bando ainda serão confirmadas. Eles foram descobertos por meio de uma denúncia recebida pelo Centro Integrado de Operações Poli-

ciais (Ciop), que foi repassada imediatamente para as viaturas do 2º Batalhão.

Crimes

O grupo deve ser investigado por roubos a postos de combustíveis, ocorridos no Distrito Industrial e Dinamérica, roubos de casas na Liberdade e Monte Santo, além de roubos a pessoas nos bairros do Cruzeiro, Bela Vista, Bodocongó, Cuités e Alto Branco.

Os primeiros levantamentos apontam que a quadrilha usava veículos diferentes nos assaltos, por isso os policiais continuarão as buscas para tentar localizar mais carros ou motos roubados pelos suspeitos. Com eles, foram recuperados carros dos tipos Fiat Siena e Kia Cerato.

O caso foi levado para a Central de Polícia, em Campina Grande.

HC e mandados são os mais distribuídos

Desde segunda-feira (23), o plantão judiciário no âmbito no 2º Grau de jurisdição do Tribunal de Justiça da Paraíba é realizado via plataforma do Processo Judicial Eletrônico (PJe). Conforme informações da Diretoria Judiciária do TJPB, as demandas mais distribuídas são habeas corpus, mandados de segurança e pedidos liminares em agravos de instrumento. Todos os processos eletrônicos estão sendo cumpridos e tramitados normalmente, exceto aqueles que dependem do transcurso de prazo, que estão suspensos até 30 de abril deste ano, conforme Resolução nº 313/20 do Conselho Nacional de Justiça (CNJ).

A medida de virtualizar o plantão partiu da Presidência do TJPB, por meio da Resolução 09/20, que criou o Núcleo de Plantão Judiciário (NuPlan) do 2º Grau e considerou a urgência na informatização dos plantões em decorrência da conjuntura mundial de pandemia do novo coronavírus (Covid-19) e a necessidade de evitar a aglomeração de pessoas nas ruas e estabelecimentos públicos e privados.

Segundo a diretora judiciária do TJPB, Poliana Brilhante, nos processos eletrônicos, os próprios advogados fazem a distribuição, via PJe. "Já no tocante ao atendimento, na maioria das vezes, está sendo feito através do telefone institucional da Diretoria Judiciária (99135-0667) e da Gerência de Processamento (99136-7891)". Ela disse, também, que estão disponibilizados os e-mails dijud@tjpb.jus.br e geproc@tjpb.jus.br.

Em relação aos feitos de natureza criminal, que tramitam por meio físico e que aportam na segunda instância, a diretora esclareceu que são distribuídos pelos servidores da Distribuição que estão trabalhando em escala de plantão também. "Na sequência, é realizado contato com o gabinete do relator, informando a distribuição, oportunidade, em que é ajustada a entrega do processo", explicou Poliana Brilhante.

A Resolução 09/20 do TJPB ainda disciplina que compete aos advogados o peticionamento eletrônico do pedido de urgência, nos seguintes horários: nos dias úteis, de segunda a quinta-feira, o protocolo eletrônico do plantão ficará disponível das 19h às 22h, enquanto que na sexta-feira, das 14h às 17h. Nos dias em que não houver expediente forense, o protocolo eletrônico ficará disponível das 8h às 17h. As demandas protocoladas fora dos horários estabelecidos serão distribuídas de forma ordinária aos gabinetes dos relatores. Apenas durante os horários estabelecidos na resolução, a opção de direcionar a demanda urgente para o magistrado plantonista estará disponível no momento do protocolamento da demanda no PJe.

Nos dias em que não houver expediente forense, a equipe de apoio permanecerá no local do plantão, para atendimento ao público, no horário das 14h às 17h. Fora do horário previsto, os servidores poderão trabalhar de suas residências, podendo ser acionados mediante os telefones disponibilizados no site do Tribunal de Justiça.

Hospital de Patos zera as cirurgias ortopédicas e disponibiliza mais leitos

Nenhum paciente do Complexo Hospitalar Regional Deputado Janduhy Carneiro, de Patos, esperava, ontem, para a realização de cirurgias ortopédicas. Isto porque, num esforço que envolveu uma equipe multiprofissional, foi zerada a demanda de procedimentos cirúrgicos nesta especialidade. A finalidade, além de atender com agilidade as necessidades dos pacientes da unidade, foi a de ter mais disponibilidades de leitos para pessoas que precisarão de atendimento intensivo em função da pandemia do Covid-19.

"É com grande satisfação e felicidade que venho

comunicar que zeramos as cirurgias na unidade e estamos sem nenhum paciente para operar. Gostaria de parabenizar a equipe da ortopedia pelo grande empenho e dedicação, a toda a diretoria que nos forneceu condições para que isso acontecesse, as equipes de anesthesiologistas, enfermagem, técnicos, serviços gerais, maqueiros e todos os agentes envolvidos que nos possibilitou chegar a esse resultado reiterando que essa é a hora de todo mundo se ajudar para termos mais disponibilidades de leitos neste momento em que vivemos", disse o médico e coordenador da Ortopedia

do Complexo, Dr. João Suasuna, que há sete anos coordena o setor na unidade.

Dr. João explica que, além do esforço dos profissionais do Complexo, no sentido de fazerem um trabalho conjunto para zerar o número de cirurgias ortopédicas e ter menos pacientes internados na unidade, a fim de disponibilizar a maior quantidade de leitos possíveis para os pacientes que precisarão de suporte hospitalar durante a pandemia do Covid-19, a redução significativa do número de acidentes de trânsito, nos últimos dias, devido as medidas de isolamento social, foram determinantes para

essa atual situação.

"Já observamos uma sensível queda no número de acidentes de trânsito por causa da diminuição do fluxo de pessoas nas ruas e, consequentemente, da necessidade de intervenções cirúrgicas na ortopedia, já que muitos casos terminam impactando nosso setor, haja vista que a ortopedia é uma das especialidades que recebem a maior demanda oriunda de acidentes", explica o médico.

Para Dr. João é preciso também que as pessoas reflitam nesse período de isolamento sobre a necessidade de redução dos acidentes de trânsito.

+ Área exclusiva para pacientes sintomáticos

O Complexo Hospitalar Regional Deputado Janduhy Carneiro, de Patos, vem se adequando às normas e orientações das organizações de saúde sobre como proceder durante a pandemia do Covid-19. Para tanto, destinou uma área verde exclusiva para o atendimento aos sintomáticos respiratórios, de maneira que aqueles pacientes que procurem a unidade com outros sintomas que

não problemas respiratórios sejam atendidos separadamente, evitando assim a infecção cruzada e contágio dos possíveis casos suspeitos de Covid-19 com outras patologias. A unidade também fez o bloqueio de duas enfermarias, com 12 leitos de clínica médica.

Os casos suspeitos ao chegar na unidade, explica a diretora geral do Complexo, Liliane Sena, passam por uma classificação de risco e são

direcionados, caso a caso, para o isolamento domiciliar, ou para a observação ou internação. "O médico ao examinar o paciente decidirá a conduta. Nos casos de sintomas de alarme que sejam indicativo de Covid-19, atualmente, nós estamos direcionando ao hospital de referência, em João Pessoa, que é o Clementino Fraga, mas já estamos nos preparando para atender essa demanda também", observou.

Prefeito de Milão se arrepende de pedir para cidade não parar

Político apoiou campanha para evitar medidas de isolamento no país e diz que “não tinha compreendido a gravidade do vírus”

Da Agência Estado

O prefeito de Milão, Giuseppe Sala, admitiu ontem que “errou” ao pedir à cidade que não parasse diante da pandemia do novo coronavírus. “No dia 27 de fevereiro, circulava nas redes o vídeo #Milãonãopara. Naquele momento, ninguém tinha compreendido a gravidade do vírus”, afirmou Sala, em entrevista à rede de TV RAI. “Aceito as críticas, mas não tolero que usem isso para interesses políticos.”

A campanha contou com a adesão de figuras políticas importantes do país, como Matteo Salvini, líder da extrema direita italiana. A Lombardia, onde Milão está localizada, tinha 258 infectados e a Itália toda havia contabilizado 12 mortes. Hoje, Milão concentra 40% da população contaminada e 54% das mortes no país

EUA

Quem também se arrependeu de defender o relaxamento da quarentena foi Don Young, deputado republicano do Alasca. Falando a uma sala cheia de idosos, em 13 de março, no mesmo dia em que Donald Trump declarou uma emergência nacional, ele pediu a todos que “prosseguissem” com suas

atividades diárias e esquecessem o isolamento. Young chamou o coronavírus de “vírus da cerveja” - referência à marca de cerveja Corona - e disse que a pandemia foi “desproporcional”.

Agora, ele mudou de ideia. “O impacto da Covid-19 é muito real, está crescendo e remodelando nossas vidas diárias”, disse na quinta-feira o deputado em uma mensagem de vídeo. “Semanas atrás, eu realmente não entendi a gravidade dessa crise. Claramente, estamos no meio de uma emergência de saúde pública urgente.”

Outra mea-culpa veio da atriz Evangeline Lilly, conhecida da série de TV Lost. Em um post no Instagram, no dia 16, ela disse que seguia a vida normalmente, rejeitando pedidos para ficar em casa. Na quinta-feira, Lilly mudou de opinião e pediu desculpas, também pelo Instagram.

Alguns se arrependeram ainda mais rápido. O jogador de basquete Rudy Gobert, que no dia 9 tocou propositalmente vários microfones da sala de imprensa de seu time, o Utah Jazz, zombando do novo coronavírus, testou positivo logo depois. “Espero que minha história sirva de alerta e leve todos a levar isso a sério”, disse. (Com agências internacionais)

Operação Previna-se



Ação tem como objetivo fiscalizar o cumprimento das determinações estaduais de prevenção ao Covid-19 e reforçar a segurança

Foto: Secom-PB

Mais de 1.200 policiais militares atuam nas cidades da Paraíba

A Polícia Militar deflagrou, na noite de ontem a Operação Previna-se II, que conta com mais de 1.200 policiais nas ruas, para fiscalizar o cumprimento das determinações estaduais de prevenção ao Covid-19 e reforçar a segurança nos corredores onde estão funcionando serviços essenciais, a exemplo de farmácias, unidades de saúde, postos de combustíveis e supermercados.

A operação acontece em várias cidades, mas o foco maior das fiscalizações será nas cidades João Pessoa, Cam-

pina Grande, Sousa e Igaracy, que são os municípios onde foram confirmados casos de Covid-19. A atuação tem como base os últimos decretos estaduais, de nº 40.135 e nº 40.141, que estão em vigor. Já na parte de reforço da segurança, o objetivo da PM é prevenir roubos e outros crimes nos trechos que estão tendo movimentação nesse período, que são as unidades de saúde, farmácias, postos de combustíveis e supermercados.

Os trabalhos estão sendo coordenados pelo próprio

comandante-geral da PM, coronel Euller Chaves, e utiliza, no total, um reforço de 1.225 policiais e 483 viaturas. São 331 policiais e 115 viaturas na Grande João Pessoa; 365 policiais e 149 viaturas em toda região de Campina Grande; e 371 policiais e 149 viaturas nas cidades que ficam no Sertão.

Quem quiser indicar às Forças de Segurança sobre locais onde ainda permanecem aglomerações de pessoas deve utilizar os números 190, 193 ou aplicativo ‘SOS Cidadão’.

Microcrédito: programa é suspenso em Cabedelo

José Alves
zavieira2@gmail.com

Em apenas um dia, mais de 200 pessoas se inscreveram para o Programa Desenvolver Cabedelo, cujo objetivo é liberar através da Prefeitura da cidade portuária R\$ 3 mil em microcréditos para empreendedores afetados pela crise provocada pelo coronavírus. Em razão do elevado número de inscritos, a Prefeitura de Cabedelo cancelou as inscrições do programa que deveriam permanecer abertas até o próximo dia 30, com 100 vagas para novos empreendedores.

Segundo informações da assessoria de Cabedelo, a cidade vem enfrentando a pandemia do novo coronavírus e no sentido de minimizar os prejuízos causados pela Covid-19, a Prefeitura ofereceu 100 novas inscrições para a entrega de microcréditos com valores de até R\$ 3 mil aos empreendedores formalizados da cidade e aos novos.

As inscrições foram abertas online, mas no mesmo dia da abertura (anteontem), mais de 200 pessoas se inscreveram, e entre os inscritos, segundo informações da assessoria do município, havia muitas pessoas que mo-

ram em João Pessoa, mas as inscrições foram abertas apenas para empreendedores de Cabedelo.

“A documentação dos inscritos será avaliada e caso o número oferecido (100) não seja preenchido, abriremos novas vagas nos próximos dias. A entrega do benefício para os empreendedores aprovados deverá acontecer a partir do dia 2 de abril, por ordem alfabética, a fim de evitar aglomerações nesse período”, disse o coordenador do Desenvolver Cabedelo, Yure Carvalho.

Os candidatos inscritos e aprovados no programa não passarão pelas etapas de “Capacitação” e “Visita Técnica” ao negócio, nem o Conselho Gestor se reunirá para definir os valores propostos para cada contrato, pois todos já estão pré-estabelecidos no montante de R\$ 3 mil para renovação do crédito e R\$2.600 aos novos beneficiários.

Aos 100 novos contemplados será concedida a carência de 4 meses para o primeiro pagamento, o qual poderá ser dividido em até 24 meses, com taxas de juros de 0,8% ao mês. Mais informações podem ser obtidas pelos telefones do Desenvolver Cabedelo: (83) 3250-3109 ou (83) 99952 0714.

Cadastro do Bolsa Família recebe mais de 100 ligações por dia

José Alves
zavieira2@gmail.com

Neste período de isolamento social em combate ao coronavírus, o serviço de Cadastro Único da Secretaria de Desenvolvimento Social (Sedes), que inscreve famílias para diversos programas sociais, principalmente a população em vulnerabilidade social para o programa Bolsa Família, do Governo Federal, vem recebendo mais de 100 ligações por dia. Só em João Pessoa 6.210 famílias já estão na lista do programa que paga mensalmente valores entre R\$ 179,00 a R\$ 1.150,00 de acordo com o número de membros da família, idade e renda declarada.

Na capital, os atendimentos estão sendo realizados exclusivamente por telefone e em caráter de emergência por meio dos números 3214-1874 e 3214-3600 e seguindo orientações do Governo Federal está suspensa a averiguação e revisão de benefícios, ficando assim assegurado o pagamento às famílias já cadastradas. A Prefeitura realiza o

cadastro e envia a documentação a Brasília para apreciação na Secretaria Especial de Desenvolvimento Social, que faz parte do Ministério da Cidadania. O Governo Federal, segundo informações da assessoria do CadÚnico em João Pessoa informou também que não haverá cancelamentos das pessoas já cadastradas.

O programa federal atualmente conta com 6.210 mil famílias beneficiadas no Município de João Pessoa, sendo concedido às famílias consideradas pobres ou extremamente pobres. A Sedes funciona como mediadora entre os que pretendem ser beneficiados pelo programa de assistência.

O Cadastro Único para Programas Sociais (CadÚnico) é um instrumento de coleta de dados e informações com o objetivo de identificar todas as famílias de baixa renda existentes no país, a fim de incluí-las nos programas sociais do Governo Federal como o Bolsa Família, Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos/SCFV, Tarifa Social de Energia

Elétrica, Minha Casa, Minha Vida, cursos do Pronatec, isenção de pagamento de taxa de inscrição em concursos públicos realizados no âmbito do Poder Executivo Federal e outros.

Podem se cadastrar no CadÚnico as famílias que tenham renda mensal de até três salários mínimos. A partir do cadastro será produzido o Número de Identificação Social-NIS. As informações contidas no CadÚnico podem ser utilizadas pelos governos municipais, estaduais e federal, por meio do NIS.

Vale destacar que, a inscrição no CadÚnico não garante a inclusão das famílias nos programas sociais de transferência de renda, por exemplo. Após o cadastramento serão analisadas as informações declaradas e, a partir daí, inicia-se o processo de seleção obedecendo aos critérios de cada programa específico. O benefício é concedido pela Caixa Econômica Federal e é necessário cumprir as condições de saúde e educação impostas pelo Ministério de Desenvolvimento Social.

Curtas

Produção de máscaras de proteção na UFPB

Com a pandemia do novo coronavírus, diversos setores da sociedade têm se mobilizado para ajudar no combate ao Covid-19. A Universidade Federal da Paraíba (UFPB), através do Laboratório de Fabricação Digital (FabLab), iniciou a fabricação de máscaras de proteção com impressões usando a tecnologia 3D. A estimativa é que nas próximas semanas sejam produzidas mais de 500 unidades, que serão doadas ao Hospital de Trauma de João Pessoa. Nessa primeira semana foram produzidas 55 máscaras que foram doadas ao HULW.

Universidade já produz álcool 70%

A Universidade Federal da Paraíba (UFPB) vem produzindo álcool glicerinado, o álcool gel, em concentrações 70% e 80% para doar a hospitais da Paraíba. O álcool gel é utilizado no combate ao novo coronavírus e, se utilizado da forma correta, possui grande poder de prevenção ao Covid-19. A produção é concentrada em dois laboratórios da UFPB, um no Centro de Tecnologia, vinculado ao curso de Química Industrial e outro no Instituto de Pesquisa em Fármacos e Medicamentos, juntos a capacidade diária de produção atinge os 1.000 mil/l.

Cedmex funciona em novo horário

O Centro Especializado de Dispensação de Medicamentos Excepcionais (Cedmex), na capital, funcionará em novo horário, segunda-feira, cumprir de maneira mais efetiva o decreto do Governo do Estado, para conter a epidemia do novo coronavírus (Covid-19). O horário para atendimento será das 7h às 15h30. Os pacientes que fazem uso do serviço regular e estão em tratamento contínuo devem ficar atentos à mudança. A coordenadora do Cedmex, Gilcélia Ribera, disse que a redução do horário é uma medida que protege a população e os trabalhadores em contato com o público.

Bolsonaro usou nome codificado

Ainda se negando a apresentar o resultado de seus exames para o novo coronavírus, o presidente da República, Jair Bolsonaro, disse ter feito novo teste, desta vez usando um nome codificado. Ele argumentou ter essa prática, há anos, para fazer remédio de manipulação e usou a mesma tática, justamente para não ser questionado sobre sua saúde. “Fiz dois exames (para Covid-19), ambos deram negativo”, afirmou em entrevista ao Programa Brasil Urgente, ancorado pelo jornalista José Luiz Datena.



Foto: Marcus Antonius

Estabelecimentos terão que cumprir medidas de proteção

Com funcionamento de alguns serviços, órgãos vão garantir que medidas contra coronavírus sejam cumpridas

Ana Flávia Nóbrega
ana8flavianobreg@gmail.com

Para garantir que os paraibanos não possuam problemas financeiros para se manterem em casa durante o período de isolamento social por conta do novo coronavírus, o Governo do Estado autorizou, por meio do Decreto 40.141, o atendimento presencial nas agências bancárias e casas lotéricas do Estado. O retorno das atividades, no entanto, é temporária e serão restritas e devem seguir medidas de proteção aos consumidores.

Os Procons farão uma força-tarefa para verificar as medidas de segurança e proteção dos consumidores em suas cidades para fiscalizar as atividades principalmente nos dias de pagamento do Estado, prefeituras, INSS e Bolsa Família.

Helton Renê, titular da Secretaria Municipal de Proteção e Defesa do Consumidor da Capital (Procon-JP), explica que os Procons da Região Metropolitana atuarão de forma contundente para garantir as medidas de segurança para os consumidores nesse período. “O Decreto 40.141/2020 prevê medidas de segurança, a exemplo de uma distância de pelo menos dois metros



Foto: Francisco França

Em reunião com representantes de diversos órgãos, governador João Azevêdo ressaltou a importância do isolamento social como prevenção ao vírus

entre cada cliente. Também recomendamos que devem manter os caixas eletrônicos sempre abastecidos de dinheiro e priorizando o atendimento aos idosos tanto nos equipamentos quanto na boca do caixa. Para quem não cumprir, existe a autuação do Procon e de outros órgãos de controle e com pagamento de multa que pode chegar a 50

mil reais, se for banco”, explicou Helton Renê.

A superintendente do Procon-PB, Késsia Liliana, lembrou que a responsabilidade do banco é dentro da agência e que as medidas serão fiscalizadas constantemente para garantir seu cumprimento. Ela acrescentou que o órgão vai atuar de forma incisiva para que todos os direitos e prote-

ção aos consumidores sejam mantidos neste período de extremo cuidado.

Isolamento

O governador João Azevêdo esteve reunido, nessa sexta-feira, com representantes de órgãos que serão responsáveis por garantir que as atividades possam seguir rigidamente as medidas de higi-

ne. Estabelecimentos que não cumprirem as medidas serão punidos com multa.

Estiveram presentes na reunião com o governador os representantes dos Ministérios Públicos Federal, Estadual e do Trabalho, das Forças Armadas, das Secretarias de Estado da Saúde (SES), Secretaria de Segurança e Defesa Social (SEDES), e Procura-

doria-Geral do Estado (PGE) para discutir ações conjuntas para o enfrentamento da pandemia.

O objetivo da ação coletiva é evitar a propagação do Covid-19 com o isolamento social que não pode ser interferido com as atividades nas agências bancárias e caixas lotéricas. Por isso, medidas restritivas avaliadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e pelas autoridades sanitárias serão acompanhadas e vigiadas diariamente pelos órgãos.

O governador João Azevêdo avaliou que a união dos órgãos será primordial para manter a população segura. “Nós estamos fazendo esse acompanhamento constante para que o nosso Estado se mantenha com poucos casos porque adotamos medidas acertadas e adiantadas para enfrentar o coronavírus”, declarou.

Os atendimentos temporários em bancos e casas lotéricas será restringido ao pagamento de salários, aposentadorias e benefícios do Bolsa Família e aos serviços que não podem ser realizados nos caixas eletrônicos e canais de atendimento remoto. Nas casas lotéricas, a prioridade é para o atendimento para os pagamentos dos beneficiários do Bolsa Família.

Covid-19: PB tem 10 casos

Ana Flávia Nóbrega
ana8flavianobreg@gmail.com

A Paraíba confirmou, nessa sexta-feira, o número de dez casos confirmados para o novo coronavírus. De acordo com a Secretaria de Estado da Saúde (SES), o Estado possui casos confirmados em João Pessoa, Campina Grande, Sousa e Igaracy. Há uma semana atrás, na última sexta-feira (20), a Paraíba possuía apenas um caso confirmado de contaminação com o Covid-19. Isolamento domiciliar é defendido pelo governador João Azevêdo para evitar a propagação da doença.

Com a realização e divulgação de exames intensificada durante a semana, a Paraíba chegou ao descarte de 303 casos suspeitos. Apenas nessa sexta-feira, entre as amostras analisadas pelo Laboratório Central da Paraíba (Lacen-PB) e pelo Instituto Evandro Chagas, no Pará, 76 foram descartados e quatro confirmados. Nenhum óbito foi confirmado.

Dos novos casos confirmados, dois são residentes em João Pessoa, um homem de 56 anos e uma mulher de 38 anos. Ambos estão em isolamento domiciliar. Um caso também foi

confirmado em Campina Grande, um homem de 42 anos testou positivo para a doença, ficou internado por uma semana e agora cumpre isolamento domiciliar. Sousa, no Sertão da Paraíba, também registrou seu primeiro caso. O paciente de 26 anos foi confirmado para a doença e segue em isolamento domiciliar. Todos os casos estão sendo acompanhados pelas vigilâncias de saúde dos respectivos municípios.

Já contabilizado pela SES, o presidente do Conselho Regional de Medicina da Paraíba (CRM-PB), Roberto Magliano, foi confirmado como um dos casos positivos. O mandatário do conselho tem 56 anos, reside em João Pessoa e já está em isolamento domiciliar.

Dos dez casos confir-

mados, sete são de João Pessoa. Campina Grande, Sousa e Igaracy registram um caso cada. Na tarde dessa sexta-feira, o prefeito de Campina Grande, Romero Rodrigues, informou, através das redes sociais, a confirmação de mais um caso de contaminação pelo novo coronavírus na cidade. No entanto, a Secretaria de Saúde do Município corrigiu a informação alegando que a mulher de 36 anos teve confirmação para Corona NL-63, um tipo de coronavírus menos grave.

No momento, apenas uma paciente que testou positivo se encontra hospitalizada em leito regular, em João Pessoa. Mais 49 pacientes que são considerados suspeitos para a doença estão internados. Destes, 34 estão em leito



Foto: Agência Brasil

Dos novos casos confirmados no Estado, dois moram em João Pessoa

Em Catolé do Rocha

Ortopedista que atua em Fortaleza aguarda exame

Laura Luna
lauraragao@gmail.com

O médico ortopedista paraibano Francisco Ferreira Júnior, de Brejo dos Santos, que trabalha em Fortaleza, capital cearense, está aguardando o teste de coronavírus depois de ter mantido contato com um colega de profissão, de São Paulo, que apresentou os sintomas. Ele está em isolamento social, em Catolé do Rocha, segundo informou a família.

Moradores dos dois municípios, no entanto, estão assustados porque várias informações circulam nas redes sociais dando conta de que ele não teria respeitado o isolamento nos primeiros dias, mantendo contato com várias pessoas, especialmente em Brejo dos Santos, onde reside.

Postagens com vários tipos de informação foram disseminadas entre a população e, agora, o pânico tem se alastrado.

A irmã do ortopedista, a também médica Leolina Ferreira, relatou a situação e garantiu que as denúncias de que Francisco Jú-

nior teria desrespeitado o isolamento não são verdadeiras. “Primeiro, ele fez o exame por precaução, com mais três médicos que realizaram um procedimento cirúrgico junto a um profissional que tinha vindo de São Paulo”. Depois do exame, realizado em um laboratório de Fortaleza, Francisco Ferreira seguiu direto para Catolé do Rocha, onde permanece em quarentena, segundo garantiu Leolina.

“Ele veio dirigindo o próprio carro, sem sequer parar no caminho, e veio direto para a minha casa, de onde não saiu mais”. A médica conta que no apartamento onde mora, além do irmão, estão a mãe, de 62 anos, o filho adolescente e outro irmão também da área de saúde. “Se meu irmão estivesse sintomático, eu mesma não o receberia aqui em casa, até porque tem minha mãe idosa e meu filho de 13 anos”, ressaltou.

A médica disse ainda que o irmão está usando máscara, por precaução, mas que jamais manifestou qualquer sintoma da Covid-19. O resultado do

exame está previsto para a próxima semana. “Se ele tivesse, eu diria. Jamais esconderia até porque sou médica. E mais, aqui em casa estamos todos em quarentena há cerca de dez dias, trancados. Nem se estivéssemos doentes, passaríamos o vírus”.

Sobre as acusações contra o irmão, ela diz não entender o motivo, mas garantiu que divulgará o resultado do exame assim que sair. “Não entendo porque as pessoas têm comportamento desse tipo. Estamos sofrendo preconceito e a ansiedade pelo resultado do exame é para mostrar as pessoas que sempre falamos a verdade”.

Segundo o último boletim divulgado pela Secretaria de Estado da Saúde (SES), nenhum dos municípios citados tem caso confirmado do novo coronavírus. A reportagem de A União tentou contato com as Secretarias de Saúde dos municípios de Brejo dos Santos e Catolé do Rocha para saber das possíveis medidas preventivas, mas as ligações não foram atendidas.

Casos de violência doméstica registram redução em março

Entre os dias 13 e 24, as delegacias do Estado realizaram 56 atendimentos, 11 a menos do que em fevereiro

A Polícia Civil registrou queda no número de ocorrências de violência doméstica na Paraíba, durante os 11 primeiros dias de controle do Covid-19. Entre os dias 13 e 24 de março deste ano, as Delegacias de Atendimento à Mulher do Estado realizaram 56 atendimentos. O número é menor que os 67 registros ocorridos no mesmo período de fevereiro de 2020.

Os dados, divulgados pelo Setor de Estatística da Delegacia Geral da Polícia Civil, mostram que houve redução também no número de prisões. De 13 a 24 de março, foram cinco. No mesmo período de fevereiro, houve 11.

A redução ocorreu no mesmo período em que as famílias passaram a ficar mais tempo em casa, seguindo recomendação das autoridades em saúde para prevenir o Covid-19.

O confinamento social e medidas de higiene passaram a ser intensificadas na Paraíba, a partir do dia 13 de março, quando foi decretado Estado de Emergência em Saúde por conta da doença.

A Polícia Civil adotou uma série de medidas para garantir o atendimento às vítimas de violências domésticas durante o período de controle do Covid-19.

Uma série de medidas está sendo adotada para garantir o atendimento de vítimas de violência



Foto: Secom

A Delegada Maísa Félix é a coordenadora das Delegacias da Mulher no Estado

+ Rede de assistência à mulher continua funcionando

A delegada e coordenadora das Delegacias de Atendimento à Mulher na Paraíba, Maísa Félix, explicou que delegacias e a rede de assistência à vítima de violência doméstica continuam em funcionamento.

“A mulher permanece sendo atendida e incluída, caso deseje, em programas de proteção, como casa abrigo, SOS Mulher e Patrulha Maria da Penha. No entanto, para evitar a aglomeração de pessoas e contaminação pela doença e, em cumprimento a decretos do governo e portaria da Polícia Civil,

somente os casos urgentes em que há agressão física ou sexual devem ser encaminhados para as delegacias”, destacou.

As demais denúncias podem ser feitas pelo Disque 197 ou por meio da delegacia online, disponível no endereço eletrônico: www.delegaciaonline.pb.gov.br

Por meio do serviço, a população já conseguia registrar ocorrências que não tiveram o uso de violência, como perdas e extravios de documentos e objetos, acidente de trânsito sem vítima, furto, desaparecimentos e localização de pessoas.

Porém, durante o período emergencial, outros fatos podem ser comunicados via online, como casos específicos de violência doméstica (para casos sem violência física ou sexual, como ameaça, injúria, calúnia e difamação), e ocorrências sem crimes, como abandono de lar, bloqueio de veículos, desacordos comerciais e evasão hospitalar.

Os registros feitos pela delegacia online são analisados e encaminhados para apuração, de acordo com cada caso. Os comunicantes receberão os BO's por e-mail.

Polícia Militar



Foto: PMPB

Veículo utilizado pelos adolescentes foi apreendido pela Polícia Militar durante a fuga em Gurinhém

Jovens são apreendidos após assaltar idoso em Gurinhém

Um grupo de cinco adolescentes foi apreendido pela Polícia Militar. Os jovens são suspeitos de terem assaltado e ferido, à faca, um homem de 75 anos de idade, na quinta-feira (26), no município de Gurinhém. Os suspeitos ainda tentaram roubar o carro da vítima, mas a fuga foi frustrada pela ação rápida dos policiais do 8º Batalhão.

Os jovens foram apreendidos no início da noite no Distrito de Cajá, município de Caldas Bran-

ção, logo após o ato infracional. “Nossos policiais do 8º Batalhão fizeram um grande cerco na região, conseguindo recuperar o veículo e encontrar o grupo suspeito. O menor que teria esfaqueado a vítima já havia sido apreendido anteriormente por outro ato infracional”, explicou o tenente-coronel Oscar Beutenmuller, comandante do 8º BPM.

Com o grupo, a PM encontrou a faca que provavelmente foi usada no ato

infracional, e recuperou o veículo que havia sido levado da vítima. Os cinco adolescentes apreendidos foram encaminhados para a Delegacia da Polícia Civil em Itabaiana, onde foram autuados por ato infracional análogo à tentativa de latrocínio, segundo relatou o comando do 8º Batalhão.

O homem ferido foi encaminhado para o Hospital de Emergência e Trauma Senador Humberto Lucena, em João Pessoa.

Vara de Execução Penal realiza trabalho remoto

Mesmo diante da situação causada pela pandemia do novo coronavírus, a Vara de Execução Penal (VEP) da Comarca de João Pessoa mantém suas atividades por meio do trabalho remoto e utilizando o Sistema Único de Execução Unificado (SEEU). A unidade não para de acompanhar, na forma digital, as atividades desenvolvidas nas unidades prisionais da Capital, principalmente, observando as medidas voltadas aos presos em situação de risco e em condições de maior gravidade de contaminação da Covid-19, os chamados grupo de risco. Para auxiliar nesse trabalho, foi criado um grupo de WhatsApp, como forma de contato direto entre a VEP, a Secretaria de Administração Penitenciária e os diretores de presídios.

O juiz titular da unidade judiciária, Carlos Neves da Franca Neto, informou que as recomendações do Conselho Nacional de Justiça (CNJ) estão sendo devidamente cumpridas, em um rigoroso trabalho de

equipe, envolvendo a juíza auxiliar da Vara, Andréa Arcoverde, assessores e a equipe de cartório. Para exemplificar, o magistrado informou que, entre os dias 18 e 25 de março, 182 decisões relacionadas aos benefícios carcerários, concedendo ou não a progressão de regime, livramento condicional, permissão de saída, indulto, comutação de pena, entre outros, foram encaminhados eletronicamente às diretorias das penitenciárias.

“Entre os dias 19 e 25 de março, a Cartório da VEP movimentou 2.132 processos, entre atos processuais que envolve juntada de documentos, conclusão para juiz, envio de processos ao Ministério Público e distribuidor, entre outros. Por sua vez, os juízes e assessores de VEP, nesse mesmo período, trabalharam em 454 feitos eletrônicos, na plataforma SEEU”, ressaltou o juiz, informando que além das decisões, o relatório do gabinete consta sentenças de extinção de punibilidade, guia de recolhimento e despacho.

Radialista é denunciado pelo MPPB por extorsão

O Ministério Público da Paraíba, através do Grupo de Atuação Especial contra o Crime Organizado (Gaeco) ofereceu denúncia contra o radialista Fabiano Gomes preso na Oitava Fase da Operação Calvário como suspeito de tentativa de extorsão contra o empresário Denilson Oliveira Machado, sócio-majoritário do Paraíba de Prêmios. A denúncia aconteceu há cerca de duas semanas, mais somente foi revelada nessa quinta-feira, 26.

O radialista passou dez dias recolhido na Penitenciária Desembargador Flósculo da Nóbrega - Presídio do Roger, onde cumpriu prisão temporária determinada pelo desembargador Ricardo Vital, relator da Operação Calvário no Tribunal de Justiça da Paraíba e mantida durante audiência de custódia.

Fabiano Gomes responde processo na Justiça paraibana como acusado de ter pressionado e ameaçado outros cidadãos na Operação Calvário, através de busca de publicidade para seus veículos de comunicação. Um dos alvos do radialista foi Denis Machado de quem exigiu, segundo o empresário um valor “exagerado”. Nas ameaças, inclusive consta de um diálogo gravado no dia 30 de dezembro do ano passado, Fabiano teria afirmado que possuía “gravações” que iriam prejudicar Denilson, onde constava seu relacionamento com um dos investigados, Coriolano Coutinho. Fabiano chegou a usar o nome do delegado da Polícia Federal, Fabiano Emídio de Lucena Martins.

Além de Denilson, ouvido pela Polícia Federal, outras pessoas foram ouvidas e confirmaram terem sido procuradas por Fabiano Gomes e disseram que teriam recebido ameaças por parte do radialista. Além do nome do delegado Emídio de Lucena Martins, o radialista também citou o nome do promotor de Justiça Octávio Paulo Neto, dizendo-se próximo de ambos e, com isso, insinuando que poderia proteger o depoente na Justiça.

Na Oitava Fase da Operação Calvário ocorrida no início deste mês, o radialista Fabiano Gomes foi o único a ser preso. Na ocasião, a Polícia Federal cumpriu mandados de busca e apreensão determinados pelo desembargador Ricardo Vital.

Pets e coronavírus: o melhor é adotar cuidado redobrado

Especialista orienta donos de bichos a manter distanciamento, apesar de não haver registro de casos entre animais

Iluska Cavalcante
cavalcanteiluska@gmail.com

Não há evidências de que animais de estimação como cães e gatos possam contrair o novo coronavírus. No entanto, alguns cuidados precisam ser tomados, tanto para a saúde do animal, quanto para a de seus donos. A médica veterinária e coordenadora do curso de Medicina Veterinária do Centro Universitário de João Pessoa (Unipê), Meire Silva, deu algumas dicas de como cuidar dos animais nesse período de pandemia.

De acordo com a veterinária, os animais domésticos não são transmissores do vírus. A especialista destacou que a Organização Mundial da Saúde (OMS) está monitorando pesquisas sobre a relação entre animais de estimação com o novo coronavírus. "Há registro de um cachorro com um nível fraco de infecção em Hong Kong, na Ásia, mas o órgão diz que, até o momento, não há evidência significativa de que pets possam ou não ficar doentes ou transmitir o vírus", explica.

Distanciamento

No entanto, a recomendação da OMS é que pessoas infectadas com o Covid-19 evitem o contato com seus bichos de estimação. "Sabemos que o coronavírus circula entre os animais, mas não se tem casos confirmados de bichos que transmitem o vírus para humanos. Mesmo assim, é preciso se distanciar um pouco deles. A OMS recomenda que pessoas infectadas limitem o contato com seus cães e gatos e aumentem os cuidados básicos de higiene nos seus pets", enfatizou.



Foto: Arquivo pessoal



Foto: Agência Brasil

A médica veterinária Meire Silva recomenda que sejam evitados passeios com os bichos neste período de quarentena para fugir de aglomerações, protegendo assim a saúde do tutor e do próprio animal

+ Exercícios e brincadeiras em casa durante o isolamento

Além disso, é necessário tomar alguns cuidados, mesmo em casos de humanos saudáveis. Medidas básicas de higiene ao cuidar dos animais podem fazer a diferença, tanto no período de isolamento social, quanto no cotidiano dos donos de pets. "Isso inclui os respectivos cuidados: lavar as mãos antes e depois de tocar nos animais, nos seus alimentos, nas fezes ou urina. Além disso, o tutor deve evitar compartilhar alimentos com seus pets", comentou a professora. Uma das recomendações

é não levar os animais para passeios, principalmente, para proteger a saúde do tutor. "É fundamental evitar aglomerações de pessoas, pois o risco de o tutor contrair a infecção viral em alguns ambientes neste momento é alto. No máximo, uma caminhada de cinco a dez minutos no jardim de casa ou do condomínio, porém, mantendo os cuidados de higiene e distanciamento social recomendados pelo Ministério da Saúde", destacou. As consultas regulares também devem ser evitadas, a não

ser em casos emergenciais. "Com o aumento de pessoas infectadas, tanto o tutor quanto a equipe de médicos veterinários correriam riscos de contaminação. Sem esquecer que a Covid-19 em animais ainda não tem registros de agravos, porém, não se sabe muito sobre esse vírus em animais com imunidade baixa, por exemplo" conclui.

Para controlar a energia acumulada do animal neste período de quarentena, a especialista recomendou que os donos de pets realizem brincadeiras

caseiras, de acordo com a preferência do animal, como treinos de comando e de exercícios, além de mantê-los participativos nas atividades de casa.

Origem do coronavírus

A professora explicou que a suspeita dos pesquisadores sobre a relação do morcego com a transmissão do novo coronavírus ocorre pelo fato de que o mamífero foi a origem de epidemias anteriores, como a Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS) e a Síndrome Respiratória do Oriente Médio (MERS).

Garantia Safra

Mais de 18 mil paraibanos vão receber benefício

Nilber Lucena
Especial para A União

O Garantia Safra, criado em 2002, integra o Programa Nacional de Fortalecimento da Agricultura Familiar (Pronaf) e tem

como objetivo garantir às famílias de agricultores da região Nordeste e do Norte dos estados de Minas Gerais e Espírito Santo condições de sobrevivência nos períodos de seca ou chuva excessiva.

Em novembro o programa beneficiará agricultores da Bahia, Paraíba e Minas Gerais, somando R\$ 28,9 milhões.

Na Paraíba, agricultores de Areial, Barra de Santana, Coxixola, Gado Bra-

vo, Ingá, Itatuba, Mogeiro, Olivados, Riacho de Santo Antônio e Santa Cecília que aderiram ao programa no período de 2018/2019 irão receber a próxima parcela do benefício que será paga em novembro,

totalizando 18.291 agricultores familiares.

Atualmente, o valor do benefício é de R\$ 850 que são pagos em cinco parcelas de R\$ 170, através da Caixa Econômica Federal e seguindo o calendário de pagamento dos benefícios sociais.

Para ter acesso ao benefício do Garantia Safra é ser agricultor familiar e possuir a Declaração de Aptidão ao Programa Nacional de Fortalecimento da Agricultura Familiar (DAP), esse documento é o responsável por identificar o agricultor familiar e pode ser obtido tanto por pessoa física, ou seja, o agricultor de forma individual, como também por associações e cooperativas.

Ainda é necessário que a renda mensal do agricultor não ultrapasse 1,5 salário mínimo, além disso é exigido plantar entre 0,6 a 5,0 hectares de feijão, milho, arroz, algodão ou mandioca.

Procedimentos

Depois de aderir ao programa, o agricultor receberá o benefício quando os estados e municípios tiverem cumprindo com os procedimentos relacionados ao processo de implementação, etapa em que acontece o acompanhamento e monitoramento da assinatura dos termos de adesões ao programa, tanto por parte dos estados e municípios, quanto por parte dos agricultores. E ainda os procedimentos referentes ao processo de verificação de perdas, onde é solicitada uma vistoria e é necessária a comprovação das perdas de pelo menos, 50% do conjunto das culturas produzidas no município.

O Garantia-Safra já disponibilizou desde 2002, aproximadamente, R\$ 6,8 bilhões a 7,6 milhões de famílias de agricultores familiares em 17 safras.

Foto: Tony Winston/Agência Brasil



Projeto tem como objetivo assegurar renda mínima a famílias do Nordeste e dos estados de Minas Gerais e Espírito Santo durante a seca ou chuva excessiva

Miramar: um bairro com fortes tradições culturais

Local é palco de manifestações importantes da Paraíba, como o bloco Muriçocas, e abriga a sede do governo estadual

Beatriz de Alcântara
Especial para A União

Foi na década de 1950 que o bairro que “mira o mar” surgiu. Durante o governo de José Américo de Almeida, teve início a ocupação das imediações da Avenida Epitácio Pessoa e, a partir disso, nasceu o bairro do Miramar, na Zona Leste de João Pessoa, capital paraibana. Conhecido, principalmente, por um dos maiores blocos pré-carnavalescos de rua, o Muriçocas do Miramar, o bairro conta ainda com a Granja Santana – residência oficial do Governador do Estado – e o tradicional Clube Cabo Branco.

Maria das Vitórias de Lima Rocha, mais conhecida como Vitória Lima, de 73 anos, nasceu em Recife, mas mora na Paraíba desde os quatro anos. Desde 1968 que a escritora e poetisa vive em João Pessoa. Tendo morado em diversos locais, como Bairro dos Estados, Torre, Jaguaribe e Bessa, há 38 anos escolheu Miramar para fixar residência.

“A minha relação com Miramar é uma relação de amor; eu não me imagino mais morando em outro lugar”, afirma Vitória.

A ligação com o bairro ficou ainda mais forte quando, em 1986, ela e seu marido, na época, Antônio Gualberto, resolveram brincar carnaval de uma forma diferente. Nascia assim o “Muriçocas do Miramar”. O bloco de arrasto é o maior da festa pré-carnavalesca que acontece na capital, arrastando uma multidão. A saída do bloco acontece na tradicional quarta-feira de fogo, que antecede o feriado de carnaval e faz referência à quarta-feira de cinzas.

Segundo Vitória, o Muriçocas nasceu de uma falta. “Eu vinha de carnavais de clubes e um dia eu me senti enfasiada daquele carnaval que era dentro de um quadrado. ‘Vamos à rua’, falei ao meu marido na época. Fui a um carnaval na Bahia e eu vi a diferença de um carnaval de rua para um carnaval de clube. Pensei: ‘Não quero mais carnaval de clube na minha vida, eu quero carnaval de rua’. E aí as pessoas

do bairro aderiram a essa ideia”, conta a escritora.

O bairro, pelos olhos de Vitória Lima, possui grandes marcos para a cidade de João Pessoa, como o Clube Cabo Branco e o mercado público do Miramar. Ela destaca que, mesmo sendo menor do que feiras tradicionais da capital, como Jaguaribe e Oiti-zeiro, o mercado público local é “muito marcante para o bairro. Todas as minhas necessidades são supridas, atualmente, aqui no mercado”, afirma. Ou quase todas, exceto pelos queijos e vinhos. “Parece que o gosto do bairro é pelo vinho suave e eu não suporto [risos]”, brinca Vitória.

Outra figura conhecida por sua ligação com Miramar é Flavio Eduardo Maroja Ribeiro, o Fuba, de 63 anos. Apesar de nunca ter morado no bairro, o músico possui uma conexão com Miramar que surgiu a partir de amizades, desde a adolescência, e depois se fortaleceu com o bloco carnavalesco.

Fuba é o responsável pelo hino do Muriçocas do Miramar. “Encontrei Vitória na feirinha de Tambaú. Fui apresentado pelo amigo Roberto Zácara, quando ela me falou da intenção de colocar o bloco na rua e que precisava de uma música. Fiz o hino no mesmo dia e na quarta-feira saímos da casa dela, em Miramar, até o bar Nutritiva, que existia na feirinha de Tambaú”, compartilha ele. O músico também é responsável pela nomenclatura da “quarta-feira de fogo”.

Fuba fala com orgulho sobre as ideias que sempre buscou ter para trazer os foliões ao bloco nos primeiros anos de existência. “Nessa época, eu trabalhava como redator e pedi para Cloves Mendes, que era o desenhista da empresa, fazer uma marca das Muriçocas para estampar numa camiseta. Fizemos 500 camisetas com dinheiro do bolso e anunciei que quem fosse de camiseta ou fantasiado teria chopp de graça”, diz ele. A ideia do chopp ainda durou por cinco anos, mas depois ficou inviável devido à quantidade de foliões.



Granja do Governador é patrimônio histórico

É também no bairro do Miramar que está localizada a residência oficial do Governador do Estado, atualmente João Azevêdo, a Granja Santana. Instalada em 1969, ela foi tombada em 2010 pelo Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico do Estado da Paraíba (Iphaep) e se constitui, ao todo, de 5,5 hectares que a tornam uma importante área ecológica do bairro. Inclusive, nos anos 2000, a Superintendência de Administração do Meio Ambiente (Sudema) plantou lá o Bosque do Pau-Brasil em comemoração aos 500 anos de descobrimento do Brasil e em homenagem ao Governo da Paraíba.

Além da riqueza ecológica, a Granja Santana possui importantes obras de arte do acervo do Estado, com pinturas de artistas internacionais, nacionais



Foto: Marcus Antonius

A Granja é tombada pelo Iphaep e uma importante área de preservação da natureza na capital e paraibanos.

Também estão presentes no local um conjunto mobiliário relevante com móveis de jacarandá, do final do século 19 e início

do século 20, e louças e peças de porcelana finas e importadas de países como Inglaterra, Áustria e Alemanha, também do século 19.

Cabo Branco: esporte e entretenimento

Miramar, um bairro com fortes raízes culturais e lugares relevantes para a história de João Pessoa e da Paraíba, também abriga um centenário que resiste levando esporte, música e entretenimento para os moradores locais e dos arredores: o Esporte Clube Cabo Branco, que completa 105 em 2020. Fundado em 1915, ele foi responsável por apresentar diversas modalidades esportivas, ganhando destaque com o futebol e recebendo diversos títulos a partir disso.

O Clube é considerado um celeiro para grandes atletas, além de ter sido berço de formação de tantos outros como o nadador Kaio Márcio, o campeão mundial de futsal Mazureik, Matheus Cunha e Fininho, que passaram pela seleção brasileira, e Rabicó, que jogou no Barcelona.

É no ECCB que acontecem muitos torneios de judô, competições de tênis, beach tennis,



Foto: Marcus Antonius

O ECCB revelou diversos atletas ao longo de sua história e hoje ainda realiza torneios esportivos e eventos culturais

natação, futsal, futebol e ginástica artística. No Clube também há espaço para apresentações de skate; tudo isso organizado ou apenas sediado no local. São mais de 700 atletas reunidos, de todas as modalidades, com algu-

ma relação com o ECCB.

Além do esporte, é também no Clube Cabo Branco que acontece a tradicional festa temática dos anos 1970 e 1980, o Assustado da jornalista Ruth Avelino. A iniciativa surgiu nos anos 2000

e desde então acontece uma vez por mês no restaurante panorâmico do clube. O Assustado é responsável por reunir jovens e adultos apaixonados por décadas passadas que possuem seus trajes e discografias marcantes.



Foto: Arquivo

Fuba tem fortes ligações com o bairro, além de ser uma das mais importantes figuras dentro do bloco Muriçocas

Foto: Arquivo



Vitória Lima: uma das fundadoras do bloco Muriçocas do Miramar



Foto: Divulgação

Novo trabalho de Lô Borges foi feito através do WhatsApp

Músico mineiro lança 'Dinamo', 15º disco de inéditas criado junto com o compositor piauiense Makely Ka

Kubitschek Pinheiro
Especial para A União

Em menos de um ano do lançamento de *Rio da Lua*, o artista mineiro Lô Borges coloca novo som na caixa, o 15º de inéditas intitulado *Dinamo*, com selo da Deck. Um disco feito pelo WhatsApp, com o compositor e poeta piauiense Makely Ka. Lô Borges é aquele rapaz do Clube da Esquina, que reunia seu irmão Márcio Borges e os amigos Milton Nascimento, Wagner Tiso, Fernando Brant e Beto Guedes.

Bem diferente de *Rio da Lua*, que trouxe o artista de volta de um jejum de oito anos (desde o lançamento de *Horizonte Vertical*, em 2011), Lô já conhecia o parceiro Nelson Ângelo de muito tempo. *Dinamo* é um disco bonito e reúne dez músicas, entre elas: 'Apon-tando o Norte', 'Quantos Janeiros', 'Lava do Vesúvio', 'Desvario', 'Altajuda', 'Refúgio' e 'Outra Canção'.

"Na verdade, eu sou um cara que estou sempre disponível para a composição. É uma das coisas que mais gosto de fazer: compor", diz o artista ao lembrar que - quando estava lançando o *Rio da Lua*, em Belo Horizonte (MG) - recebeu uma letra pelo aplicativo ('O caos da cidade'), a última faixa de *Dinamo*, e isso já se animou muito para musicar. "Aí, veio uma atrás da outra".

"Eu gostei muito da letra. Essa experiência de mensagem digital é muito boa. Não tinha nenhuma intimidade com Makely Ka. Alguns dias depois, eu musiquei e mandei. Já conhecia alguma coisa do trabalho dele, que viaja o mundo inteiro se apresentando. Fiz a primeira, 'O caos da cidade', gostei do resultado. Ele nem imaginava que eu ia musicar. Depois me mandou de deleite. Aí, falei: "Se quiser mandar mais, manda que eu estou

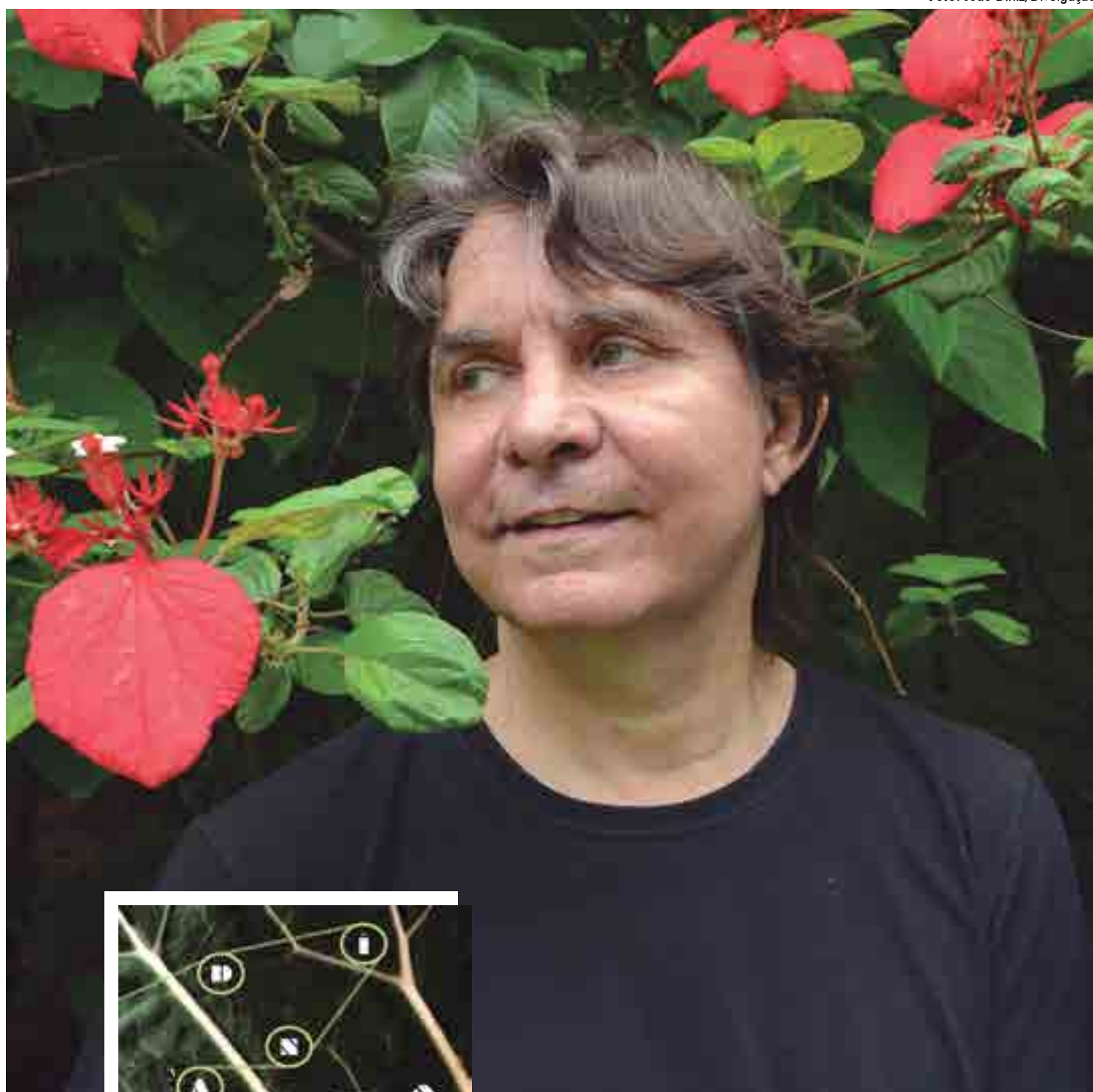


Foto: João Diniz/Divulgação

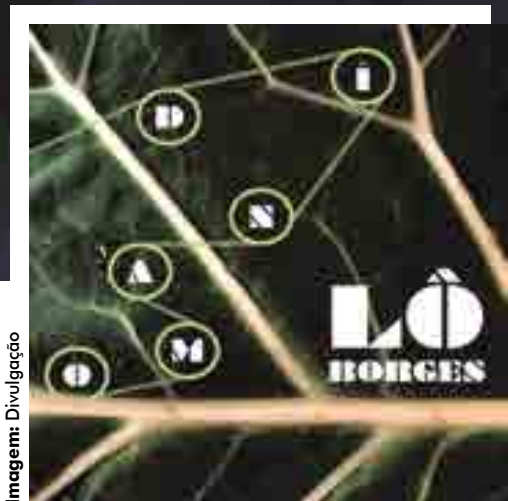


Imagem: Divulgação

Como compor é uma das coisas que mais gosta de fazer, Lô Borges foi mandando as músicas de 'Dinamo' através do aplicativo de conversação

no embalo', e Makely não perdeu tempo", diz Lô Borges em entrevista pelo telefone ao jornal A União.

As letras de *Dinamo* parecem com as canções antigas gravadas por Lô no início da carreira. Tem uma lembrança do LP *Tênis*, gravado há 49 anos. "Foi isso que eu imaginei. As letras se parecem muito comigo, com meu trabalho.

Um cara que tem idade de ser meu filho... A afinidade dele com meu universo musical. Foi demais".

'Dinamo', a segunda faixa que batiza o disco, tem a participação do ex-Skank Samuel Rosa, que já dividiu uma turnê com Lô Borges. "Eu achei que o Samuel tinha a ver, além de ser meu grande parceiro, e a letra fala de uma viagem de dois

amigos pela América do Sul. Poderia ser um casal, a letra do Makely não define sexo. Pensei nele e Samuel adorou. 'Gostei muito dessa música', foi o que ele me disse. 'Tô dentro'".

É incrível como o Makely Ka tem relação com as composições setentistas do Lô Borges. "Verdade, tem a ver com as letras de meu irmão, com as compo-

sições de Ronaldo Bastos. Ele é de Valença (no Piauí), mas mora em Belo Horizonte", informa.

'O Mundo Gira Sobre Si' abre o disco - e o mundo dá muitas voltas, já que a gente vai reencontrar um Lô Borges como nos tempos de Milton Nascimento. "Rapaz, eu participei do show dos 50 anos do nosso disco *Clube da Esquina*. Milton é

uma luz em minha vida. Ele conta no show como nos conhecemos, a velha história da caipirinha".

Essa letra é forte e fala que o amor é algoz. "Sim... Pra mergulhar no mar / me consumir / o amor às vezes é o maior algoz", canta ele, pelo telefone. Tem visto Beto Guedes? "Muito pouco". E Milton? "Muito mais, sempre".

Na Justiça

A capa de *Dinamo* é de João Diniz, o mesmo que fez *Rio da Lua*. "Meu amigo, arquiteto compositor, fotógrafo multifacetado", enaltece Lô Borges.

Falando em capa, muita gente não sabe, mas os garotos que estão na capa do LP *Clube da Esquina*, que se pensavam ser Milton e Lô, eram os garotos Antônio Carlos Rosa de Oliveira - o Cacau -, e José Antônio Rimes - o Tonho, dupla que passou quatro décadas sem saber que estava numa das capas de disco mais icônicas do país. Desde 2012, eles pedem na Justiça R\$ 500 mil por danos morais e uso indevido da imagem. É aquela coisa de "No mundo, tem gente pra tudo".

"Isso é responsabilidade da gravadora (EMI). A nossa era assinar o contrato, produzir e gravar as canções. Agora, esse direito de imagem, não diz respeito nem a mim, nem a Milton. Isso é do ser humano. O que tinha de falar, já falei. Os advogados que resolvam", fecha.



Através do QR Code acima, acesse a música 'O caos da cidade'

+ LSD quando jovem: "Minhas viagens eram todas interiores"

Em recente entrevista a *Folha de S.Paulo*, Lô Borges falou que, quando era jovem, usava LSD, pois se sentia oprimido pela ditadura. "Como eu falei, isso é uma coisa que aconteceu mesmo. Tomava, mas não só eu: a juventude do mundo inteiro. Tinha uns que não tomavam. Minhas viagens eram todas interiores, era fazer música".

Borges é ligado nas redes sociais? "Não. Eu cheguei até a falar na entrevista da Mônica Bergamo (jornalista que fez a entrevista da *Folha*), mas essa parte não saiu. O

celular virou uma coisa estranha. Vejo pessoas tombando nas ruas porque não olham para frente, não olham a paisagem e sequer enxergam uns aos outros".

Daqui a dois anos, Lô Borges está chegando aos 70. E não pretende parar tão cedo. "Não quero, não. Já tenho três músicas novas, gravadas para o disco de 2021. Esse novo som é o retorno da minha parceria com meu irmão Márcio (Borges). É o retorno às minhas origens. Estou com saudade", analisa o músico mineiro.

Dinamo vai virar show? "Sim, está previsto aqui em Belo Horizonte, isso se não tiver que ser adiado por conta do coronavírus".

Borges mora há anos na capital mineira e é pai de Luca, filho único. "É do meu primeiro casamento. Está com 21 anos e trabalha com artes visuais".

Para a *Folha de S.Paulo*, o músico disse que estava adorando estar vivo até hoje. "É muito bom viver. Eu falei essa frase de uma maneira espontânea, já estávamos terminando a entrevista, e eles deram um destaque".



Foto: João Diniz/Divulgação

Sem pensar em se aposentar, Lô Borges tem três inéditas, gravadas para o disco de 2021

Artigo Carlos Pereira

cpsilva1@globo.com

Eu, o coronavírus e Piancó

Coisa que há muito tempo não conseguia fazer, o fiz na segunda-feira desta semana. Decretada, pelo governador, a suspensão do expediente presencial, me abriguei após o almoço na maciez de uma cama, ar-condicionado ligado a 21 graus e, após duas horas ininterruptas de sono, sentei à mesa do computador e veja o que me veio à cabeça e que, agora, transiro aos leitores desta coluna.

É que, creiam, esse coronavírus tem feito repensar a minha vida. Relembrando fatos passados, alguns dignos de lembrar, êxitos alcançados, malogros so-

fridos. Grandes amores e paixões fugidias, lindas mulheres e outras nem tanto, porém todas indo e vindo num redemoinho que é a própria vida. Filhos e netos em profusão e a esperança de ainda ter um bisneto – será que vai acontecer? Quando? Entrego a Deus e a eles, os netos – cuja idade varia de quatro a 28 anos. E o trabalho? Que começo a fazer parte da minha vida, há mais de 66 anos! Quanta coisa nova, cada alegria vivida ao receber os primeiros salários de modesto Continuo, no DER, aos 14 anos, espanando a mesa de reuniões do Diretor-Geral e servindo cafezinho aos funcionários mais graduados, sobretudo na hora em que o Conselho Rodoviário se reunia, presidido pelo Secretário de Viação e Obras Públicas, figura imponente, por todos respeitado e atentos ao que ele falava... Por enquanto, é isso – a primeira parte de uma crônica que está sendo escrita depois de um fim de semana um tanto triste pela ausência das pessoas nas ruas, nas praças e nos parques onde as crianças, aos bandos, corriam e gritavam de alegria...

Voltando de onde tinha parado, sobre algumas passagens da minha vida. Agora, dou um salto de quase 65 anos e vou me ver no ano de 2020. É uma segunda-feira, dia 23 de março. Neste dia,



Foto: Divulgação

Humorista paraibano Marcelo Pinacó morreu no último domingo, dia 22

em casa, recolhido por recomendações médicas as mais diversas, que encham o noticiário dos jornais, das rádios e, principalmente, das televisões, lembro que recebi uma das mais tocantes mensagens que tive oportunidade de ler nos últimos tempos. Um amigo me mandou, por WhatsApp, uma carta de despedida da vida, escrita pelo humorista Piancó no leito de morte no hospital que o acomodou nos últimos dias, vítima incurável não do coronavírus e sim do mais terrível mal que dízima milhões de pessoas, todos os anos, em todo o mundo e,

para o qual, os cientistas ainda não conseguiram produzir o milagre da cura: o danado do câncer. Com palavras simples e sinceras, antevendo o momento da chegada da morte, ele deu uma lição de coragem que a todos nos tocou: agradeceu a Deus pelos bons momentos vividos, agradeceu a família e aos amigos e expressou a sua fé inabalável de que estava por começar uma outra fase de sua história. Saía da terra para se encontrar com Deus no céu, que é o lugar de refrigério, de paz e de entendimento. E que não chorassem por ele, ao contrário, ele que fez tanta gente sorrir com as suas anedotas, piadas e tipos excêntricos, agora passaria a um outro plano em que a maldade, a inveja, o desamor, a hipocrisia e a guerra não têm vez. E, assim se foi, e sua face no leito mortal era de alguém tranquilo e, quase de alegria.

E eu, cá com meus botões, fiquei a pensar: porque não usar esse exemplo para tornar o que nos resta desta vida, em ações de ajuda a quem mais precisa, de amar até a quem não nos ama, de dividir o pão que sobra da nossa mesa com quem passa fome?

E, no momento, me ponho a pensar: continuo ateu, ou simplesmente um ser à toa? Estou buscando uma resposta...

Cronicartigo

Pereira Sitônio Pinto

Da Guarda Nacional - sitoniopinto@gmail.com

Na guerra

Pior é na guerra: o cara morre sem ver a mãe e não se enterra. Fazendo a conta das mães, desde o começo dos tempos, quantas delas ficaram definitivamente sem ver o seu filho que foi para a guerra e não voltou nunca mais, para todo o sempre? Mãe e filho só voltarão a se ver no Dia do Juízo – se for verdade o que diz o Credo.

Portanto, aproveito estas mal traçadas para dizer ao Leitor(a), e aos colegas, que hoje é meu último dia neste jornal. Quem faz a lei entende que o trabalhador aposentado prejudica a Nação. É verdade que o aposentado, ao trabalhar, ocupa um posto de trabalho que podia estar sedo guarnecido por um desempregado. Se o raciocínio for esse, concordo com o legislador. Mas quando o aposentado tem o nível de informação de um Carlos Aranha, já discordo do legislador. Não é qualquer novato que tem esse nível. E aí, quem sai perdendo é o Jornal, Leitor, a Nação.

Quem vai substituir Luís Gonzaga Rodrigues e sua crônica? Eles são insubstituíveis, segundo São Tomás de Aquino. Tanto a crônica quanto seu autor, são insubstituíveis. A aula de filosofia do professor Manuel Viana é insubstituível! A expressão corporal e facial do grande mestre são únicas, insubstituíveis. Você

Mãe e filho só voltarão a se ver no Dia do Juízo

precisava ter visto ele apontar, de dedo em riste, para as alunas, e berrar, a plenos pulmões: “filósofa, tu és única, insubstituível!

Assim será o Jornal A União, a partir de quarta-feira: não mais Gonzaga, não mais Aranha. E até não mais eu, que muita falta não darei, tangido pelo mal de Parkinson. Só podia escrever no computador, via Internet. Claro que isso se refletia no texto capenga. Que alguém diga como João Saldanha, justificando a convocação de Garrincha, envelhecido e adoentado: “Garrincha, mesmo jogando apenas 60% de seu futebol...” Você sabe o resto da sentença. E o Brasil ganhou a Copa.

Agradeço aos colegas com quem aprendi esses anos. Foram muitos anos, durante os quais saí e entrei algumas vezes. Daí a dificuldade em contar meu tempo de União. Aranha foi quem trabalhou 40 anos, e agora foi defenestrado. Que fazer? Penso num jornal

de cultura e opinião. A princípio, on-line; ao depois, impresso. Quem patrocina? Você, que é pessoa de boa-vontade e bom gosto.

O jornal tem tudo para deslançar, bons leitores e redatores. Quem sabe, daqui a um século o jornal poderá tirar uma edição: “A União há cem anos”. Naquele tempo já terão a cura da corona, aquele forro que se usa sobre as celas pra se carregar meio mundo: rede, cobertor, roupa... e um pequeno grande rifle, winchester 44, dos homens prevenidos que valem por dois.

Antigamente se carregava uma reiuina. Mas essa era difícil de se municiar e tinha um coice muito forte. O Leitor já levou um coice de cavalo, ou de burro? Pois leve, e depois me diga. E já deu um tiro de reiuina? Dasqueles do cano de manilha? Depois me diga. É o mesmo bacamarte. Não precisa esperar pelo Dia de Juízo. A 12 é café pequeno, eu atiro com uma só mão. Os antigos usavam o cano do bacamarte curto e com uma bocarra, a qual chamavam boca de sino. Não era bom, espalhava muito. Era uma metralhadora de pobre, como a que matou Paulo Brandão. Uma arma de Palácio.

No tempo em que eu não tinha nada a perder, nem a vida.

Rui
Leitão

iurleitao@hotmail.com

A morte que incendiou o Brasil

Há exatamente 52 anos, num final de tarde, alguns estudantes planejavam uma passeata programada para o dia seguinte, exigindo melhorias nas condições de higiene do restaurante Calabouço, localizado no Aterro do Flamengo (RJ), quando policiais invadiram o local usando da violência. Os estudantes secundaristas que diariamente jantavam ali foram surpreendidos com o ataque e tentaram se defender reagindo com o arremesso de pedradas. Foi o suficiente para que disparassem vários tiros contra eles.

Entre os estudantes presentes, estava o jovem de 16 anos, Édson Luís de Lima Souto, atingido por uma bala no peito que lhe causou morte imediata. Viria a ser o fato determinante de uma grave crise que viveria o país. O corpo do estudante foi levado nos ombros pelos colegas até a Assembleia Legislativa, onde passaria toda a noite sendo velado por milhares de pessoas, num clima de muita tensão e revolta. Os teatros cariocas, ao tomarem conhecimento do assassinato, suspenderam seus espetáculos e convocaram os expectadores a participarem do velório.

O enterro do estudante foi acompanhado por mais de 50 mil pessoas, cujo cortejo percorreu várias ruas do Rio de Janeiro, recebendo a solidariedade da população por onde passava. Iniciava-se, naquela oportunidade, em todo o Brasil, um período de grande agitação que perdurou por todo o ano de 1968.

Em João Pessoa, os estudantes do Lyceu realizaram comício relâmpago em frente ao colégio, na Avenida Getúlio Vargas, no momento em que Édson Luís era sepultado. Discursos inflamados das lideranças estudantis paraibanas defendiam a decretação de uma greve geral em solidariedade ao movimento paredista que sinalizava acontecer em todo o Brasil. A manifestação foi improvisada pelos alunos do curso noturno do Lyceu, mas logo recebeu a adesão de outros educandários e dos que frequentavam as escolas no período diurno.

A vida brasileira foi incendiada por sucessivos acontecimentos que envolviam não só estudantes, mas também os intelectuais e as organizações sindicais. Na Paraíba, não foi diferente. Os estudantes nas ruas e a repressão do governo acontecendo, de forma violenta, constituíram-se marcos históricos do enfrentamento à ditadura militar em nosso Estado.

O assassinato do estudante Édson Luís causou forte repercussão nos meios políticos. A Assembleia Legislativa da Guanabara, para onde o corpo foi levado e permaneceu até a hora do sepultamento, abriu sessão em caráter extraordinário com sucessivos e exaltados discursos dos parlamentares em solidariedade aos estudantes que ocupavam as escadarias do edifício, na Avenida Floriano Peixoto.

Osmar de Aquino, em discurso na Câmara Federal, afirmou: “A juventude que tem sido a grande vanguarda da libertação nacional, tem sido vítima de uma real perseguição. É a luta do velho contra o novo, do reacionarismo mais primário contra o futuro”. Na Paraíba, o deputado estadual Mário Silveira, em discurso, declarou: “Esses arreganhos de prepotência, esses insultos ao direito do homem e do cidadão, são uma prova de que este dispositivo montado em 1964 está sofrendo um processo de decomposição”.

A comoção nacional continuava. As agitações estudantis deixavam o governo em regime de alerta. O movimento ganhava apoio importante de parcelas da sociedade que passavam a reconhecer os estudantes como seus representantes nas manifestações de oposição ao regime. A tragédia do Calabouço potencializou a insatisfação geral contra a ditadura.

Foto: Divulgação



Cortejo fúnebre do estudante Édson Luís de Lima Souto, no RJ

Na internet



Foto: Divulgação

Nesta edição, encerrada por Renata Arruda, foram apresentadas 56 atrações, divididas entre as oito noites do webfestival

Festival Eu Fico em Casa PB encerra 1ª fase neste sábado

Cairé Andrade
caireandrade@gmail.com

Em uma iniciativa como resultado da inquietação de Dina Faria, os artistas e bandas paraibanos estão há uma semana, noite a noite, realizando transmissões ao vivo de performances variadas entre música, literatura e teatro. O Festival Eu Fico em Casa PB chega, hoje, à sua última transmissão da primeira fase. O evento objetiva reforçar a visibilidade de uma das categorias que mais sofre com a quarentena, por não haver possibilidade de realização de eventos externos com público. Além disso, estimula a população a ficar em casa e se prevenir contra o novo coronavírus.

Nesta edição, foram confirmadas 56 atrações, divididas entre as oito noites de festival, em apresentações das 18h às 21h30 por meio de seus perfis oficiais no Instagram e Facebook. O canal oficial *EuFicoEmCasaPB* do YouTube conta com mais de 10 mil visualizações e 600 espectadores inscritos. O perfil no Instagram já ultrapassa os 5 mil seguidores e, entre as mídias digitais, mais de 50 mil pessoas foram alcançadas pelas transmissões.

O formato é de sete shows por noite, cada um com 30 minutos de duração e com formato livre: voz e violão, discotecagem ou leitura dramática, por exemplos. Cada artista permanece em casa, de

onde realiza a transmissão e a interação com a apresentadora, Val Donato ou Gi Ismael, para o canal do YouTube e o perfil do artista.

Para auxiliar, uma espécie de catálogo virtual está sendo desenvolvida com livre acesso para as apresentações realizadas, além de playlists musicais e listas de filmes e livros para acessar on-line. O foco é produções paraibanas, com o intuito de expandir o público e o acesso ao material. Segundo Dina Faria, este é um projeto que seguirá para além do período de quarentena, e já existem planos de realizar a segunda fase.

"Muita gente tem vindo dar os parabéns e vamos sim realizar outras edições. Podem não seguir o mesmo formato, de oito dias consecutivos, mas vamos seguir com o projeto", explica a idealizadora, complementando que a equipe está atrás de patrocínios como forma de retribuir para a renda dos artistas.

"A gente já está fazendo história", reflete Dina. "Já extrapolou a cena cultural de João Pessoa e se expandiu para o interior da Paraíba, têm artistas do interior se aproximando, que reafirma que o evento é da Paraíba. Enquanto parte da organização, a gente vê o festival como uma possibilidade de seguir mesmo depois que a pandemia se estabilizar, pois está fortalecendo os laços entre os artistas, que estão desenvolvendo parcerias".

Dina conta que a iniciativa será um portal de conteúdos sobre a cena cultural paraibana. Além dos vídeos transmitidos na íntegra, de playlists e listas de livros e filmes que, como Dina adiantou, serão todos de produção paraibana. "Há uma preocupação em valorizar os conteúdos do Estado. A ideia é conseguirmos fazer a manutenção e ir atualizando como uma alternativa para mostrar o que é feito aqui para o mundo. Já alcançamos, através das transmissões, países como Portugal e Espanha, mostrando que há interesse e um retorno do público de fora do Brasil", ressalta.

A compositora e cantora Renata Arruda encerra a noite de hoje, com apresentação às 21h. Ela revela que está familiarizada com a linguagem de transmissões ao vivo, tendo realizado uma com Sandra de Sá no último domingo, onde cantaram e conversaram sobre as músicas. "Foi tudo bem descontraído e acredito que seja essa a função, de levar um pouco da alegria e descontração para as pessoas que estão presas em casa.

O Festival Eu Fico em Casa PB é apontado pela artista como um símbolo de união e que "é importantíssimo para a Paraíba". Ela conta estar separando algumas canções para a breve apresentação e que está aceitando sugestões via mensagem. "Tenho um roteiro-base aqui, mas pretendo ler algumas

poesias e cantar. Mas estarei aberta a sugestões".

Renata cita, inclusive, um trecho de um poema próprio que, para ela, é bastante pertinente neste momento e que também será apresentado à noite. "Eu tento manter a calma, respirar fundo e sair da reta". Segundo ela, o poema "estimula para que a gente mantenha a paz e tente segurar a onda, que às vezes pode se tornar difícil".

Renata Arruda está acompanhando o evento desde o começo e reflete estar feliz com a produção atual local. "Estou vendo coisas muito bacanas. Na verdade, sempre houve uma classe artística de qualidade". E reforça a importância de se apoiar os artistas neste momento. "Para quem sobrevive de arte e não pode se apresentar neste período, é bem preocupante", conclui.

PROGRAMAÇÃO SÁBADO (DIA 28)

- 18h: Yanca Medeiros (@yancamedeiros)
- 18h30: Menezes (@menezesmusic)
- 19h: Polyana Resende (@polyana.resende)
- 19h30: Bruno Marinheiro (PaVio) (@bruno.marinheiro7c)
- 20h: Aluísio Nicácio (@nicacio_fp)
- 20h30: Aluísio Nicácio (@nicacio_fp)
- 21h: Renata Arruda (@renataarrudaoficial)

Foto: Divulgação



Polyana Resende se apresentará hoje, às 19h, e, junto com o pocket show da paraibana, todos os outros estarão à disposição, na íntegra

Crônica em destaque

Thomas Bruno Oliveira
thomasbruno84@gmail.com

E a "pisa" comeu no centro

Era mais uma quinta-feira, toda aquela rotina cumprida de acordar mais cedo, recolher os ovos no galinheiro e o punhado de capim santo para o chá dos irmãos. Pão e leite eu também ia buscar, não levava dinheiro, era tudo anotado numa cadernetinha. A rotina de sempre no início da manhã de quinta, enquanto isso meus irmãos dormiam... Abri o armazém, liguei o aparelho na Rádio Borborema, um som de orquestra, aquele mesmo que eu gosto, suave, discreto e ao mesmo tempo animador, era o programa *Vespa das Moças*, apresentado por Juracy Palhano. Até que uma vizinha passa na frente e me saúda: Menino, bom dia menino, menino, tá sonhando? Hahahaha. Ainda não acordou? Num cuide no serviço não, daqui a pouco seu pai chega e você aí... Quando percebo que estou há minutos, não sei quanto tempo, agarrado na vassoura, olhar distante, absorto naquela sonoridade.

'Juramento Falso' era a música, na voz de Orlando Silva... e eu lembrando de Rosinha. Não, não, nada de falsidade, é que música romântica só me traz ela na mente, independentemente se a letra é feliz ou triste. Ah, Rosinha! Quinta passada, depois que entreguei o colhão de seu Mané Calixto, passei em frente à sua casa, esperava vê-la na janela, nem vi. Tudo fechado... Hoje quem sabe? Pelo que vejo aqui, tem uns cinco colchões para entregar pelo menos. Pedro de Titia disse ontem que iria me ajudar, Pedro é um amigo, um irmão.

Varri a colchoaria, deixei o sol entrar, os colchões de entrega já estavam bem-arrumados, agora é esperar Pai vir e botar ordem nas coisas. Ao lado do RCA Victor tinha um pote com água tampado com uma tampa mal amassada de alumínio, olhando meu reflexo na água lembrei que antes era uma mesinha de madeira com um filtro, mas meu irmão Zezinho foi virar para tirar o restinho da água segurando na parte da torneira, o recipiente superior virou por cima dele e estourou no chão. Eita que nesse dia todos nós apanhamos, foi uma pisa do diacho! Eu me lembro muito bem.

Pai chegou e me flagrou espiando meu rosto refletido nas águas do pote. Sem entender direito, acendeu seu cachimbo de cano longo, bafou duas vezes, cuspiu no recanto de parede, como era de costume, espiou a vizinhança. - Bom dia, Seu Severino? - Dia! Olha aí, seu companheiro de entrega chegou. Era Pedro. Meninos, olhem, desses cinco colchões, quatro é para um canto só, o sítio de Seu Alvinho, lá depois do cinema, o outro é aqui para outra banda, depois da volta de Zé Leal. Entreguem esse primeiro que é para uma pessoa doente, tem mais urgência.

E eu já pensando na volta, na subida, em ver Rosinha na janela. Com Pedro de Titia fui até a volta de Zé Leal, mas fomos por cima, pela Bela Vista; não queria que Rosinha me visse carregando colchão, coisas da juventude... Depois da entrega subimos a rodagem, meu coração não se aguentava dentro do peito, e lá está ela... Uma formosura, cabelos escuros, lisos, amarrados com uma fita amarela, da cor de seu vestido. Quando ela me vê, abre um sorriso tão radiante e lindo que é só fechar os olhos que me lembro desse instante. Menino tímido, sorri para ela e segui. Pedro ficou olhando para trás, dei um chute em suas canelas: - Tá olhando pra trás por quê? Tô só vendo se ela ainda olha pra tu, seu besta! Sorrimos e saímos abraçados pelo ombro. Ah, ganhei o dia. Bati perna que esqueci de casa. Na entrega dos outros colchões, já de tarde, fui até o sítio de Seu Alvinho: - Olhe, lá você vai receber o dinheiro dos colchões, viu? Muita atenção, disse meu pai.

Não sabia muito mexer com dinheiro, nesse tempo não sabia muito lidar com as quantidades e o que valia. Mesmo assim, vez ou outra, algum cliente mandava o pagamento do colchão de palha por mim e eu, obediente, nunca ousaria em mexer em dinheiro de casa, e, mesmo assim, não tinha habilidade sequer para dar um troco.

Seu Alvinho conhecia Pai, fomos bem tratados. Que casa grande e bonita... No terraço, comemos doce de leite e bebemos água num copo bem comprido de vidro, o jardim era a coisa mais bonita que já tinha visto. Fomos embora. Do lado de fora, alumia um carrinho de pipoca defronte ao Cine Avenida. O dia foi tão bom, tão cheio de coisas boas, no instinto, fomos ao cinema. Vamos, Pedro?

Em cartaz *A Última Carroça*, um drama, filme de faroeste de tirar o fôlego, muita ação. Richard Widmark tinha o protagonismo, sai do cinema imitando o jeito dele. Já era de tardezinha, Pedro e eu lanchamos e nos distraímos "peruando" a troca de gibis de alguns garotos. Anoitecia. Vamos embora, está na hora!

Cheguei em casa, Mãe perguntou pelo dinheiro, entreguei o que tinha no bolso. E o resto?, questionou. - Mãe, eu fui para o cinema com Pedro e depois a gente comeu no carrinho de lanches. Pai ouviu só o final, e a pisa comeu no centro...



Verduras e legumes são fundamentais para uma dieta equilibrada

Os impactos da alimentação saudável na terceira idade

Ao lado da atividade física, a comida está entre os fatores mais importantes para um envelhecimento com qualidade de vida

Juliana Cavalcanti
Especial para A União

De acordo com especialistas, nossa rotina desde a infância reflete muito sobre como pode ser o nosso futuro. A alimentação e a atividade física estão entre os itens mais importantes para envelhecer de forma saudável e manter uma boa imunidade, principalmente durante a pandemia do novo coronavírus (Covid-19), no qual as pessoas maiores de 60 anos aparecem no grupo de risco.

Severina Silva dos Santos tem 72 anos e mora no Bairro das Indústrias, em João Pessoa, com o filho e o marido. Ela se considera saudável por ter uma alimentação variada. “Eu me alimento de tudo. Eu me alimento muito bem. Como feijão, arroz, macarrão, frango, peixe, verdura, fruta. O enlatado que eu gosto é apenas a sardinha”, conta.

Conforme o Ministério da Saúde (MS), a alimentação do idoso deve ser completa com todos os grupos alimentares, incluindo alimentos fontes de carboidratos como arroz batata e macarrão que servem para a produção de energia. Segundo o órgão, é preciso adotar bons hábitos para chegar com saúde à terceira idade, pois nesta fase da vida, é muito comum a perda de força nos braços e nas

pernas devido a redução da massa muscular.

“Com a idade, o indivíduo se fragiliza bastante. A resistência física fica menor e a imunidade diminui. Agora para ter qualidade de vida têm coisas que são muito importantes para o idoso: primeiro a estrutura familiar. Outra coisa é a alimentação saudável, além de beber mais água e fazer atividade física”, informou a geriatra Maristê Mendes Rocha.

De acordo com a médica, uma dieta rica em vitamina C, com vários tipos de frutas, vitamina D (com o leite e os derivados), carne, frango, peixe, ovos e leguminosas é essencial. Porém, as gorduras, conservas e refrigerantes devem ser evitados, pois os alimentos minimamente processados são as reais fontes de vitaminas e minerais que ajudam a prevenir infecções. Já as proteínas (carnes, azeite de oliva, pescados, nozes e castanhas), colaboram na força muscular.

Comer corretamente e fazer atividade física, segundo a geriatra, formam uma receita infalível para a saúde. “Eu caminho pouco, estava começando a fazer caminhada com meu esposo porque ele sempre sai comigo, mas agora tenho que ficar mais parada, já que não pode sair”, explica Severina Silva.

Foto: Marco Santos/USP Imagens



As pessoas da terceira idade necessitam incluir diariamente as hortaliças, cereais integrais, carne e leite na alimentação, segundo a nutricionista Aline Grise

Foto: WhatsApp



+ Importância da hidratação para os idosos

“Bebo muita água e na minha casa nós não tomamos refrigerante. A gente só toma suco de fruta”. A conduta de Severina Silva, infelizmente não é a mesma da maioria dos idosos. A partir dos 60 anos, muitos esquecem ou não gostam de beber água e isto pode render sérios problemas relacionados à hidratação do organismo. Sobre isto, a médica afirmou que a água é indispensável à saúde, em especial na terceira idade. Por

isso, é importante manter-se hidratado. “Idoso não gosta de água e não sente sede, mesmo porque se movimenta pouco. Mas, a água é importantíssima porque a água hidrata, melhora a função renal, melhora a pele e principalmente a circulação. Deixa a circulação melhor. É indispensável”, pontuou Maristê Mendes. Já a nutricionista Aline Grise destaca que a saúde das pessoas acima dos 60 anos precisa estar em dia, principalmente diante

da pandemia do coronavírus. Neste caso, uma boa alimentação serve também contra as doenças. Por isso, aconselha que a terceira idade necessita incluir diariamente as hortaliças, cereais integrais, carne e leite. “Atualmente o número de idosos no Brasil e em todos os países, está em constante aumento. Com o avanço da idade, a nutrição possui importante papel, especialmente nessa fase”, argumentou.





Carreata contra isolamento é uma temeridade, diz João

Governador se pronuncia pelas redes sociais e reafirma necessidade dos cidadãos permanecerem em casa

Thais Cirino
thaiscirino@hotmail.com

O governador João Azevêdo (Cidadania) se pronunciou oficialmente sobre uma carreata convocada para hoje em protesto contra as medidas de isolamento adotadas na Paraíba, por conta da pandemia de coronavírus (Covid-19). Em vídeo postado nas suas redes sociais, o gestor lembrou que as ações seguem um padrão adotado em vários países e que têm fundamento científico.

"Recebi com muita perplexidade mensagens pelas redes sociais de uma carreata amanhã (hoje). É preciso entender que o cidadão tem todo o direito de protestar, manifestar sua opinião, mas ir às ruas para fazer isso, nesse momento, é uma temeridade", lamentou. O governador citou que o estado tem poucos casos notificados de Covid-19 em relação a outras cidades do país, mas que isso é resultado das medidas de proteção adotada pelo governo antes mesmo de qualquer registro da doença.

"A ciência ensinou que o isolamento social é a melhor maneira de evitar a propagação do novo vírus. A experiência mostrou que lugares como Milão (Itália), que fizeram campanhas para quebrar o isolamento, tiveram resultados catastróficos", lembrou. Na cidade europeia, 4.400 pessoas morreram, em 30 dias, por conta das ações contrárias ao isolamento social.

João Azevêdo ainda procurou tranquilizar a popu-

lação salientando as medidas tomadas pelo estado para socorrer os mais afetados por conta da paralisação de serviços. "É hora de termos consciência. O governo fazendo sua contenção, adotando medidas para garantir a renda de quem vai ficar sem trabalhar, tomando providências emergenciais para os mais vulneráveis e a população ter a consciência que ficar em casa não é apenas sobre não pegar a doença, mas também sobre não transmiti-la".

O governador também deu garantias de que as ações durante a quarentena serão flexibilizadas a medida que os riscos forem amenizados. "Posso garantir a todos que seremos os primeiros a informar a população quando pudermos adotar medidas que relaxem mais o isolamento. Podem ter certeza que ficar em casa agora é o mais certo a fazer", pediu.

Denúncia no MPPB

A carreata de hoje também se tornou motivo de uma denúncia no Centro de Apoio Operacional Criminal e na Ouvidoria do Ministério Público da Paraíba. O autor foi o presidente estadual do PSOL, Tárzio Teixeira, contra o deputado estadual Cabo Gilberto (PSL), que demonstrou apoio ao movimento convocado por empresários e profissionais liberais.

Segundo Tárzio, a intenção é inviabilizar a manifestação que convoca as pessoas a saírem da quarentena. "A denúncia trata ainda de apre-

sentar algumas páginas na internet que contém indícios de fake news sobre o coronavírus, dificultando o enfrentamento a pandemia vivida pelo povo brasileiro", explicou.

Já o deputado alvo da denúncia disse não ser organizador do evento, mas que simpatiza com a ideia e que, por isso, a compartilhou em suas redes sociais. "As pessoas querem ir para a rua. Eu entendo a importância do cuidado que tem que ter com o coronavírus, mas também temos que achar um meio termo", defendeu. Sobre a denúncia em si, Cabo Gilberto disse não ter nada a esclarecer por não ter sido informado. "Assim que for comunicado oficialmente, irei responder", garantiu.

Para o presidente do PSOL, a motivação da denúncia surgiu após apelos que teriam chegado ao seu conhecimento. "Ficar apenas olhando o crime genocida de Bolsonaro e Cabo Gilberto não é uma alternativa, o mundo inteiro aponta para o isolamento. Não se trata de uma postura equivocada, mas de uma postura criminosa", afirmou.



Através do QR Code acima, veja o vídeo de João Azevêdo



Ontem, João Azevêdo voltou a se reunir com chefes do executivo estadual do Nordeste por meio de videoconferência

Gestores do NE lançam nova carta

Mais tarde, João Azevêdo participou de mais uma videoconferência com os demais governadores do Nordeste que buscam a implementação de medidas conjuntas para o enfrentamento do coronavírus. Na reunião on-line, os gestores reforçaram o fortalecimento da integração regional para salvar vidas e amenizar os impactos negativos sobre a economia dos estados e anunciaram que irão solicitar o pronunciamento do Conselho Federal de Medicina, do Conselho Nacional dos Secretários Estaduais de Saúde e da Sociedade Brasileira de Infectologia, bem como a orientação dos Ministérios Públicos Federal e Estaduais para embasar as medidas restritivas de cada Estado.

Eles também manifestaram indignação contra a pos-

tura do governo federal que destoa das recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS) acerca da necessidade do isolamento social e cobram respeito da Presidência da República e o fim das agressões contra os governadores, devendo o poder central assumir um posicionamento institucional, com seriedade sobre medidas preventivas. "Temos absoluta convicção de que o diálogo, o equilíbrio e a união serão sempre o melhor caminho para revertermos este quadro crítico. Seguimos firmes e vigilantes em defesa da vida das pessoas, inclusive na luta para impedir atos que possam significar riscos à saúde pública", diz a Carta publicada após o encontro.

Na ocasião, o chefe do Executivo da Paraíba detalhou todos os decretos que já

foram expedidos pela gestão estadual, visando o isolamento social, conforme orientações da OMS e de autoridades sanitárias. O gestor também destacou as ações desenvolvidas na Paraíba, como a produção de máscaras cirúrgicas pelas reeducandas da Penitenciária Feminina Maria Júlia Maranhão, que estão sendo destinadas às policiais penais e equipes de saúde em todo o Sistema Penitenciário, bem como a profissionais da Secretaria de Estado da Saúde.

João Azevêdo ainda afirmou que tem buscado parcerias com as indústrias da Paraíba, visando possíveis redirecionamentos de linhas de produção para a fabricação de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) voltados para as áreas da Saúde e Segurança Pública.

Eleições 2020

TRE-PB alerta candidatos sobre prazo de filiações

Ademilson José
ademilsonn2019jose@gmail.com

O Tribunal Regional Eleitoral da Paraíba (TRE-PB), por meio de sua Corregedoria Regional Eleitoral, alertou ontem a todos aqueles que querem disputar as eleições municipais deste ano, para o final do prazo de filiações no dia

4 de abril. O seu presidente, desembargador José Ricardo Porto, também já definiu para a próxima segunda-feira (30), às 14h, a realização da segunda sessão virtual do Pleno.

"Estamos todos preocupados, porque esta será mesmo uma eleição atípica, mas estamos preparados e nenhum eleitor ou candidato

será tolhido do que depender dos serviços da corte", afirmou o presidente do TRE-PB José Ricardo Porto, ao final da primeira sessão virtual realizada anteontem.

Ele lembrou que, assim como o funcionamento dos serviços, o calendário eleitoral está mantido conforme as garantias que foram dadas no meio da semana pela presidente do Tribunal Superior Eleitoral (TSE) ministra Rosa Weber, assim também como algumas orientações que já vêm sendo apresentadas pelo ministro Luis Roberto Barroso, que presidirá o pleito.

José Ricardo Porto lembrou que, em face da verdadeira guerra que o Brasil e boa parte do mundo vêm enfrentando no combate ao Coronavírus, todos os serviços, especialmente o de atendimento ao eleitor e ao candidato, está acontecendo de forma virtual. Inclusive as sessões do pleno, que a partir de agora e por prazo ainda indefinido passam a ser por vídeo conferência. "A segunda já fica marcada para a próxima

segunda-feira", disse ele.

Além de uma pauta administrativa, a primeira sessão virtual do TRE-PB da Paraíba contou anteontem também com nove processos, a maior parte deles relacionada à prestação de contas de candidatos que disputaram as eleições do ano passado. Essas sessões por vídeo conferência começaram a acontecer atendendo a recomendações das autoridades de saúde para evitar a propagação do coronavírus.

Nas sessões, transmitidas ao vivo pela rede mundial de computadores, os advogados têm garantia de acesso ao ambiente virtual de transmissão para fazerem uso da palavra e esclarecerem eventuais questões de fato. Para isso, o TRE-PB viabiliza formulário próprio para a inscrição com as orientações técnicas necessárias.

Além de sessões, o Tribunal também já vem realizando audiência por videoconferência, e a primeira delas aconteceu no último dia 13, em conexão com os tribunais do Distrito Federal e de mais dois estados.

Mudança de domicílio eleitoral só até dia 4

Logo depois da primeira sessão virtual do Pleno, ainda na noite de anteontem, a Corregedoria Regional Eleitoral do TRE da Paraíba começou a alertar os cidadãos que desejam candidatar-se nas eleições de outubro deste ano que o prazo do domicílio eleitoral termina em 4 de abril, exatamente seis meses antes do dia do pleito.

O Tribunal comunicou ainda que, em razão da pandemia do novo coronavírus, o atendimento presencial nos cartórios eleitorais foi suspenso. Mas, para evitar o perecimento do direito, quem vai ser candidato e ainda não é eleitor do município pelo qual deseja concorrer deve entrar em contato com sua Zona Eleitoral.

Esse contato deve ser por e-mail, ou telefone que estão disponíveis no site do TRE-PB. Com isso, é possível agendar atendimento presencial, além de evitar aglomeração de pessoas e o risco de possível contaminação.



José Ricardo Porto fará mais uma sessão virtual do Pleno na segunda-feira (30)

Governo vai financiar folha de pequenas e médias empresas

Linha de crédito anunciada atinge 1,4 milhão de empresas e 12,2 milhões de trabalhadores no país

Kelly Oliveira
Agência Brasil

O Governo Federal anunciou ontem uma linha de crédito para financiar a folha de pagamentos de pequenas e médias empresas, como forma de apoiá-las durante a situação de calamidade pública em virtude da pandemia causada pelo novo coronavírus (Covid-19). O pronunciamento do presidente Jair Bolsonaro foi feito no Palácio do Planalto com a presença dos presidentes do Banco Central, Roberto Campos Neto, da Caixa Econômica Federal Pedro Guimarães, e do Banco Nacional de Desenvolvimento Econômico e Social (BNDES), Gustavo Montezano.

A linha de financiamento deve beneficiar 1,4 milhão de empresas, atingindo 12,2 milhões de trabalhadores. O crédito será destinado a empresas com faturamen-



Foto: Carolina Antunes-PR

Jair Bolsonaro anunciou a nova linha de crédito como medida contra a crise causada pela pandemia do coronavírus

to anual entre R\$ 360 mil a R\$ 10 milhões e vai financiar dois meses da folha de pagamento, com volume de R\$ 20 bilhões por mês.

Segundo Campos Neto, a medida será operacionalizada pelo BNDES. O limite

de financiamento é de dois salários mínimos.

Autônomos

Na última quinta-feira, o plenário da Câmara dos Deputados aprovou auxílio emergencial por três meses, no valor

de R\$ 600, destinado aos trabalhadores autônomos, informais e sem renda fixa durante a crise provocada pela pandemia de coronavírus. A matéria seguiu para a análise do Senado e depois vai à apreciação do presidente Jair Bolsonaro.

Senado vota na próxima semana pagamento de auxílio de R\$ 600

Agência Brasil

O Senado só deve votar na próxima semana o pagamento de um auxílio emergencial por três meses, no valor de R\$ 600, destinado aos trabalhadores autônomos, informais e sem renda fixa durante a crise provocada pela pandemia de coronavírus. O texto já foi aprovado pelo plenário da Câmara dos Deputados, na última quinta-feira.

A matéria ainda precisa ser sancionada pelo presidente Jair Bolsonaro e, só após essas etapas, o Governo Federal deverá divulgar o calendário de pagamento.

Inicialmente, o valor proposto era de R\$ 500. Após negociações com o líder do governo, deputado Vitor Hugo (PSL-GO), o Executivo decidiu aumentar para R\$ 600.

Em transmissão ao vivo pela internet realizada ontem, o presidente destacou que o auxílio é voltado aos trabalhadores informais (sem carteira assinada), às pessoas sem assistência social e à população que desistiu de procurar emprego. A medida é uma forma de amparar as camadas mais vulneráveis à crise econômica causada pela disseminação da covid-19 no Brasil, e o

auxílio será distribuído por meio de vouchers (cupons).

Critérios

Os trabalhadores deverão cumprir alguns critérios, em conjunto, para ter direito ao auxílio: ser maior de 18 anos de idade; não ter emprego formal; não receber benefício previdenciário ou assistencial, seguro-desemprego ou de outro programa de transferência de renda federal que não seja o Bolsa Família; renda familiar mensal per capita (por pessoa) de até meio salário mínimo (R\$ 522,50) ou renda familiar mensal total (tudo o que a família rece-

be) de até três salários mínimos (R\$ 3.135,00); e não ter recebido rendimentos tributáveis, no ano de 2018, acima de R\$ 28.559,70.

Pelo texto, o beneficiário deverá ainda cumprir uma dessas condições: exercer atividade na condição de microempreendedor individual (MEI); ser contribuinte individual ou facultativo do Regime Geral de Previdência Social (RGPS); ser trabalhador informal inscrito no Cadastro Único para Programas Sociais do Governo Federal (CadÚnico); ou ter cumprido o requisito de renda média até 20 de março de 2020.

Fronteiras: Argentina amplia fechamento

Marieta Cazarré
Agência Brasil

O governo argentino publicou decreto que determina o fechamento de todas as fronteiras (terrestres, aéreas e marítimas) a partir de 0h dessa sexta-feira. Apenas poderão entrar no país, até o final do dia de amanhã (28), os argentinos que estão em trânsito e já haviam passado pelos trâmites de migrações nos aeroportos, no momento do decreto. A medida é para evitar a propagação do novo coronavírus. A Argentina tem 589 casos confirmados da doença e 13 mortes.

O Decreto de Necessidade e Urgência, publicado no Diário Oficial do país, amplia os alcances de decisão tomada na sexta-feira passada (13), que restringia a entrada de estrangeiros não

residentes no país. A nova medida é válida para todos os argentinos, residentes ou não, e estrangeiros.

O decreto estabelece que "até 31 de março, inclusive, (todos) devem abster-se de comparecer aos locais de trabalho e não podem circular nas ruas, estradas e espaços públicos. Somente poderão fazer saídas mínimas e essenciais para adquirir suprimentos de limpeza, medicamentos e alimentos. Durante o período do isolamento, eventos culturais, recreativos, esportivos, religiosos ou qualquer outro tipo de evento que envolva a participação de pessoas não podem ser realizados. Também está suspensa a abertura de lojas, shopping centers, estabelecimentos de atacado e varejo e qualquer outro local que exija a presença de pessoas".

Deputados dos EUA aprovam pacote

Agência Brasil

A Câmara dos Deputados dos Estados Unidos aprovou ontem um pacote de ajuda de US\$ 2,2 trilhões - o maior da história norte-americana - para ajudar indivíduos e empresas a lidar com a crise econômica causada pelo surto de coronavírus e fornecer aos hospitais com necessidade urgente de suprimentos médicos.

O enorme projeto de lei - também aprovado pelo Senado, de maioria republicana, na noite de quarta-feira - agora vai para a sanção do presidente republicano Donald Trump.

Democratas e republicanos na Câmara, liderada pelos democratas, aprovaram o pacote por voto em áudio, revertendo um desafio processual do representante republicano Thomas Massie,

que havia tentado forçar uma votação formal e gravada.

Massie, um republicano independente que desafia repetidamente líderes do partido, disse no Twitter que achava que o projeto continha muitos gastos estranhos e dava muito poder ao Federal Reserve. Ele não falou no plenário da Câmara durante o debate de três horas.

Trump disse no Twitter que Massie deveria ser expulso do Partido Republicano. "Ele só quer publicidade. Ele não pode impedir, apenas adiar", escreveu ele.

Outra autoridade afirmou que Massie estava colocando em risco a saúde dos parlamentares.

Pelo menos três membros do Congresso testaram positivo para o coronavírus e mais de duas dúzias fizeram uma autoquarentena para limitar sua propagação.

Acilino
Alberto

amadeiraneto@gmail.com

Covid-19 no Brasil e a economia real

O Brasil e o mundo inteiro receberão inusitadas lições na durante e nos pós tempos de pandemia do novo coronavírus (Covid-19). Durante a pandemia, países com alarmantes históricos de concentração de renda e desigualdades sociais se veem completamente vulneráveis porque fizeram a opção pelo modelo econômico hegemônico do neoliberalismo, sem necessárias e específicas restrições.

Comporta nesse modelo, a crença na primazia dos mercados, sobretudo dos mercados financeiro e de capitais, enquanto ponta de lança do capitalismo transnacional, na visão de François Chesnais.

Não obstante, o grande orgulho pelo desaparecimento das fronteiras físicas entre países e regiões, em nome do avanço do capitalismo liberal parece que desabou e os já tão esquecidos Estados nacionais renasceram das cinzas das horas mortas ou da contagem de seus mortos devorados pelo novo coronavírus. O mundo tinha virado uma bola só, hegemonicamente somente no sentido financeiro ou dos grandes fluxos sem a ideia de justiça a que se reporta Amartya Sen.

A pandemia do Covid-19 trouxe de volta as cercas e os muros que hoje separam nações em variadas regiões do globo. Porém, o vírus ainda tão letal não é visto a olhos nus, vivemos tempos estranhos e que mais parecem extraídos de filmes de ficção científica.

Alguns especialistas comparam a atual crise do Covid-19 ao movimento de quebra da Bolsa de Nova York, de 1929, sem o desmerecimento da gravidade da crise do subprime de 2008. Contudo, na crise atual a preocupação não pode ser somente em salvar as instituições financeiras. O que aflige mais os mercados financeiros é a sua cruel dependência da economia real. Os mercados de capitais estão virando pó. Os papéis das empresas (ações, opções e debentures) sem materialidade se desmancham no ar.

No Brasil, as dores dos mercados (financeiro e de capitais) encontram respaldo na burocracia estatal a serviço do capital especulativo. Acontece que esse capital especulativo está batendo em retirada e procurando novas aplicações em dólar e em ouro.

Quando o liberalismo ortodoxo e ultrapassado de Paulo Guedes se esprou no Brasil, assim o fez como rastilho de pólvora, anunciando um paraíso de soluções de melhoria nas estruturas de mercado, sem contar com a possibilidade de ocorrência de uma externalidade tão negativa como a crise do novo coronavírus e que abalou primeiro a China, nosso principal parceiro comercial.

O Brasil se preparou e rompeu com a institucionalidade econômica até em voga, elegeu um salvador da pátria, sem legitimidade democrática e totalmente contrário a um sentido viável de coletividade. Com Bolsonaro o tecido social brasileiro se dilacerou ainda mais, por sua latente ignorância e pouca fé nas inovações democráticas.

Além da queda do coice, os ultraliberais tupiniquins não acreditavam nas políticas fiscais expansivas como fator de alavancagem da economia através dos gastos públicos como fator de aumento dos investimentos em infraestrutura. A mão invisível do mercado não tem preocupação com a distribuição de renda e riqueza. Esta deve ser uma preocupação do Estado e deve ser feita quando este se utiliza dos sistemas fiscais. A política cambial no Brasil se mostrou madrastra para com os retroliberais adoradores da economia de cassino. A diminuição da taxa básica de juros (Selic) espantou o capital especulativo e o dólar continuou disparando.

Restou para estes operadores, o malfadado e deslocado instrumento de política monetária que torrou já mais de 10% de nossas reservas, leiloando dólares no mercado, tudo em vão. Não quero aqui contribuir para desmerecimento da importância das políticas monetárias, como nos ensina a macroeconomia, até porque no pós-crise do Covid-19 ela ganhará com certeza a sua importância, como nas lições de boa objetividade da teoria econômica.

Mas, lembrando o Otto Lara Resende: o brasileiro só é solidário no câncer. Que ao menos a pandemia do Covid-19 sirva de bom pretexto para mitigar a péssima distribuição da renda nacional.

Jogadores estão confiantes na conclusão do Paraibano

Atletas de Campinense, Botafogo, Atlético e Treze são favoráveis ao retorno do Campeonato Estadual

Ivo Marques

ivo_esportes@yahoo.com.br

Os dias passam e a dúvida em relação a continuação do Campeonato Paraibano continua. Para os mais pessimistas, todos os campeonatos estaduais irão ser cancelados, por falta de datas, e o futebol começará pelos campeonatos brasileiros. Já para os otimistas, a competição será disputada a partir do mês de maio, em paralelo com as disputas das séries A, B, C e D. Se dependesse da maioria dos jogadores dos clubes paraibanos, a competição estadual deveria ser concluída.

Para o volante Mineiro, do Botafogo, a questão é complicada, por causa do calendário, mas ele acredita no retorno do Paraibano.

“Eu acho que o Paraibano volta sim. Seria a decisão mais justa, nem que fosse apenas com os 2 primeiros de cada grupo. O Botafogo deveria fazer o jogo que tem a menos do que os demais, e assim todos ficavam em igualdade de condições. Dá para intercalar com a Série C. É só a CBF estender um pouco a Série C até dezembro”, disse o atleta.

O mesmo pensamento tem o seu companheiro de clube, o lateral esquerdo Mário Sérgio. Ele espera que a CBF e a FPF tomem as melhores decisões possíveis, e até o fim do mês de abril, o futebol retorne ao normal. Para ele, o futebol envolve vários aspectos, como torcida, atletas, funcionários e imprensa, por exemplo. Pessoas, que segundo ele, precisam e respiram o futebol.

“Eu espero que o Paraibano volte. É o campeonato que valoriza a Paraíba, é algo único que fortalece o futebol do Estado, como um todo. O título vale muito para a gente e desejo que seja nosso, do Botafogo.

Na mesma linha de raciocínio está Matheus Camargo, lateral esquerdo do Campinense. Ele acha a situação muito delicada e entende que a saúde deve prevalecer sempre. Mas acredita que em breve as coisas possam se normalizar.

“Espero que todos os estaduais consigam ser terminados, pois muitos clubes dependem das qualificações que o estadual fornece. No caso do Campinense (Copa do Nordeste, Copa do Brasil e série D). É possível até reformular a forma de disputa dos campeonatos brasileiros, para que os estaduais terminem. Acredito que as Federações deveriam se unir, e junto com a CBF, decidirem de forma favorável à todos”, argumentou o lateral.

O volante Dedé, do rival Treze, concorda também que a situação é muito delicada, mas acredita que tem de ser resolvida e o Campeonato Paraibano tem de ser concluído.

“Acredito que o Paraibano continue, nem que seja com partidas sendo realizadas a cada dois dias. Desta forma, acaba logo, para depois começar a Série C sugere o jogador trezeano.

Há também aqueles atletas que torcem pela volta do Campeonato Estadual, mas já não acreditam mais que isto seja possível. Este é o caso do volante Ferreira, do Atlético de Cajazeiras.

“Eu não acredito que o Estadual volte a tempo nesse momento tão difícil que o mundo está passando. Na verdade, eu gostaria que voltasse logo o Paraibano, mas estou vendo que não será possível. Sobre o Brasileiro, acredito também que não vai começar enquanto a situação do nosso Brasil não se resolve”, concluiu.

“Espero que todos os estaduais consigam ser terminados, pois muitos clubes dependem das qualificações que o Estadual fornece.”

Matheus Camargo, do Campinense



Foto: Samy Oliveira/ Campinense

“Eu acho que o Paraibano volta sim. Seria a decisão mais justa, nem que fosse apenas com os 2 primeiros de cada grupo.”

Mineiro, do Botafogo



Foto: Ascom/Botafogo

“Acredito que o Paraibano continue, nem que seja com partidas sendo realizadas a cada dois dias. Desta forma, acaba logo.”

Dedé, do Treze



Foto: Ascom/Treze

Foto: Getty images



Veja a melhor maneira de realizar exercícios na sua casa para se manter em dia com o seu corpo e a saúde

Rotina de exercícios físicos é fundamental

Educador dá dicas aos atletas durante o isolamento para a manutenção da saúde

Iago Sarinho
iagosarinho@gmail.com

Durante o isolamento social - uma das principais medidas adotadas no mundo para a contenção da propagação do Covid-19 (novo coronavírus) - muitas são as preocupações e precauções para a manutenção da saúde pessoal e coletiva. Lavar as mãos, manter o espaço higienizado, sair apenas para realizar atividades indispensáveis. Contudo, nesse período é fundamental para a saúde buscar manter uma rotina de exercícios físicos. Essa preocupação é notória entre atletas, mas também deve existir entre as pessoas comuns, conforme orientam os especialistas.

Com academias fechadas, espaços de treinamentos e escolinhas esportivas fechadas, atletas e muitas pessoas que possuíam uma rotina de treinamentos e atividade física regular passam a ter dificuldades para manter a forma e seguir se exercitando. Além disso, em um período de confinamento e quebra total da lógica habitual vista no dia-a-dia, é natural que as pessoas acabem ficando sedentárias e esse é mais um risco para a saúde de todos.

Por conta disso, diversos profissionais da educação física, e até mesmo atletas têm buscado orientar as pessoas a não ficarem paradas e se exercitem de maneira correta. São diversos os vídeos em redes sociais, aplicativos para smartphones e grupos sendo criados para debater, orientar e passar dicas sobre

formas para que não se deixe de lado o cuidado com o bem estar do corpo nesse período de confinamento.

No entanto, mesmo com tamanha diversidade de informações é fundamental ter cuidado com os excessos em muitas delas e também outras precauções, como a postura correta na hora dos exercícios, o histórico físico e metabólico de cada indivíduo para não se entrar em rotinas de exercícios que possam acabar causando danos às pessoas. Diante disso, é fundamental estar em contato com profissionais capacitados e que possam, mesmo à distância, orientar de forma correta como proceder nesse momento.

Diego Gouveia é profissional de educação física e ex-atleta profissional de futebol de areia com passagem pela Seleção Brasileira. Hoje ele é professor em escolas particulares da capital, personal trainer e comanda um grupo de treinamento em funcional soccer - uma das modalidades mais procuradas na atualidade - na praia de Cabo Branco, em João Pessoa.

Diego defende que nesse momento de isolamento social não se pode prescindir de uma rotina de exercícios e as pessoas devem separar um tempo diário. Segundo ele, para as pessoas que já estavam em atividade antes da pandemia de Covid-19, o ideal é buscar treinamentos que possam ser feitos em casa e até mesmo se utilizando de móveis da casa como suporte para a prática.

"Nesse período complicado é muito importante se-

parar um tempo para ter o cuidado com a nossa saúde através da atividade física, essa que é uma importante aliada para a melhoria da imunidade e o combate a doenças em geral. No entanto, é preciso ter atenção com a forma dos treinos, pois o excesso pode acarretar o efeito contrário. Para quem já vinha treinando, o ideal é manter uma carga similar à que vinha sendo feita antes. Para aqueles que estavam em atividade, uma boa maneira para buscar manter a forma são os treinos intervalados e com alta intensidade, mais conhecidos como hiit", explicou Diego.

Além daqueles que já vinham em atividade constante, o professor Diego também orienta que essa pode ser uma ótima oportunidade para romper com o sedentarismo. Contudo, ele adverte que é preciso ir devagar para que o corpo possa se adaptar gradualmente e assim o esforço seja prazeroso e contínuo.

"Para aqueles que estavam parados, essa pode ser a hora de iniciar, mas isso precisa ser feito de forma gradual e no ritmo de cada um. Por isso é importante buscar exercícios mais simples, curtos e leves. O ideal é iniciar com, no máximo, três séries com dez repetições de cada exercício para que o corpo possa se adaptar na nova rotina, com o tempo, e a pessoa se sentindo bem, a intensidade poderá ser elevada de maneira gradual. Exercícios como agachamentos, flexões, abdominais e exercícios aeróbicos, como pular corda, são ótimas opções", explicou Diego Gouveia.

Outra advertência feita pelo profissional de educação física é que o mais importante de tudo é criar uma rotina de treinos e ter disciplina antes, durante e depois de se fazer cada movimento. Além disso, ele complementa afirmando que o ideal é buscar orientação com pessoas capacitadas, seja através de vídeo aulas ou até mesmo aplicativos que estão disponíveis de maneira gratuita ou paga nas lojas virtuais.

"Para que esse esforço surta efeito é preciso criar um rotina de treinos. Escolha um horário prazeroso do dia, separe um espaço na sua casa para o treino, use calçados e roupas adequadas e preste atenção na postura correta dos exercícios, para isso, sempre que possível busque ajuda de um profissional para te orientar", afirmou Gouveia.



Foto: Reprodução/Instagram

// Nesse período complicado é muito importante separar um tempo para ter o cuidado com a nossa saúde através da atividade física. //

Diego Gouveia é profissional de educação física e ex-atleta profissional de futebol de areia com passagem pela Seleção Brasileira

Exercícios

Veja as dicas para se exercitar durante o período de isolamento social



Flexão de Braços



Prancha Frontal



Agachamento



Tríceps no Banco



Abdominal Infra

Ilustração

JORNALISMO DE VERDADE FAZ A DIFERENÇA EM MOMENTOS SÉRIOS.

RÁDIOS TABAJARA AM/FM E JORNAL A UNIÃO
INFORMAÇÃO E ANÁLISE DOS FATOS COM RESPONSABILIDADE.

ACOMPANHE, ESCUTE, LEIA E COMPARTILHE.



A UNIÃO



