

ES HOJE 20+

Fundado em 19 de julho de 2000
por Carlos Roberto Coutinho

Vitória, 12 de novembro de 2021)) Ano XXII)) Nº 859
Edição Gratuita Semanal)) www.eshoje.com.br

 /eshoje  @eshoje  eshoje  eshoje

FARSUL

ESHOJE

EUDES OLIVEIRA

POLÍTICA

Podemos
no caminho
de Hartung)) 9



COLUNA

Sem recurso
contra o
Judiciário)) 8



CULTURA

O universo
criativo de
Zé Moreira)) 11



73% dos adolescentes em conflito com a lei não têm ensino fundamental

DIVULGAÇÃO

Dados são do Observatório da Socioeducação do Espírito Santo, que revela
distorção média de 3,6 anos entre idade e série no sistema capixaba)) 3

DIVULGAÇÃO

Falta urologista na saúde pública do ES

São somente 26 profissionais para todo o Estado, o que
tem dificultado o acesso a consultas, exames e cirurgias)) 7

CONTRA O DIABETES, DOCE SEM AÇÚCAR

Colunista ensina a fazer
cheesecake, em referência ao
Dia Mundial do Diabetes)) 12



FOTO DA SEMANA



DIVULGAÇÃO

Operação Aveas Corpus reuniu PF, Ibama e ICMBio para frear tráfico de animais silvestres no Estado

EDITORIAL

Arte e vida, vida e arte

Bebadeira, mentira, dor de cotovelo, sexo sem compromisso, traição, término de relacionamentos, relacionamentos sem compromisso, beber para esquecer a paixão, soberba, promiscuidade. São esses os assuntos das músicas nacionais mais tocadas no Brasil em 2020, segundo levantamento do Escritório Central de Arrecadação e Distribuição (Ecad) na pesquisa “O que o Brasil Ouve”. O que isso nos diz sobre o Brasil de hoje?

Muita coisa. Tanta coisa que precisaríamos escrever no mínimo uma monografia de graduação para analisar causas e efeitos disso sobre os brasileiros e sobre a nação em geral. Mas nos atrevemos aqui apenas a trazer algumas provocações para que o leitor possa tirar as suas próprias conclusões. Vamos lá:

De acordo com a pesquisa, em 2011, uma década antes, algumas das músicas nacionais que figuravam na lista das 20 mais tocadas ainda falavam de temas como desejo de bem estar do próximo, positividade na vida e de paixão sincera. Apesar de alguns dos assuntos citados na introdução aparecerem nas músicas daquele ano, temas como “dor de cotovelo” eram tratados de uma forma mais sutil, não com o esbracho das canções atuais.

Ah, naquela época o sertanejo universitário ainda estava se formando e, apesar de aparecer em destaque nas paradas, ainda tinha a concorrência de estilos como pop rock, pagode e a geração sertaneja dos anos 90, representada por Leonardo e Zezé Di Camargo e Luciano. Em 2020, entretanto, 100% das músicas nacionais entre

as 20 mais tocadas são do gênero sertanejo universitário. Ou seja: todos aqueles assuntos mencionados na introdução do texto estão ligados ao gênero.

Por mais que haja todo um efeito psicológico e, por vezes, até terapêutico, ligado ao instrumental da música em si a mensagem da música é o preponderante, e é o que menos é levado em conta. Você vai ouvir de boa parte dos brasileiros que o que eles gostam “é o toque” da música, ou seja, a parte instrumental, sendo que o que mais influencia no comportamento da pessoa que ouve a música é a letra, é a mensagem, por mais que a pessoa diga que não.

Na história da humanidade, os meios sempre foram importantes, mas sempre foram, como o próprio nome diz, “meios” para o fim (finalidade) de se entregar uma mensagem.

Muito mais do que música em si, o objetivo de toda a mensagem é informar, influenciar e/ou persuadir a mente humana a determinado modo de pensar. Um padrão de pensamento, muitas vezes repetido gera comportamento. Um com-

portamento muitas vezes repetido gera hábito. E o hábito se transforma em caráter. Bingo!

O brasileiro é, em geral, um povo mais sensível/emotivo e menos racional (daí a preferência pelo “toque”). As mensagens ou ideias não são os principais atrativos do espectador em um nível normal de consciência, que se afeiçoa pelo “toque”, e, a partir daí a mensagem vai entrando. Daí a fácil manipulação que acontece por meio da música.

Será à toa a degradação moral cada vez mais presente em nosso Brasil em todos os setores da sociedade civil e nos governos? A quantidade de tragédias provocadas pela bebida, divórcios, violência doméstica, pais que não assumem filhos, filhos sem um homem de referência, mães solteiras, descompromisso com as pessoas e o trabalho, DSTs, mentiras em todos os escalões da sociedade...

Longe de colocar o peso disso tudo sobre as preferências musicais dos brasileiros. Afinal, como dito anteriormente, o assunto rende um TCC e a intenção é refletir. Será que, no Brasil, a arte imita a vida ou a vida imita a arte?

ESPAÇO DO LEITOR

Privatização Codesa 1

Se estão reclamando é porque vão perder as mordomias.

Robson Gomes

Privatização Codesa 2

Tem que vender tudo: Baneses, Cesan, tudo que for do governo. Governo não tem que ter empresa.

Elie Ventura

Privatização Codesa 3

Não brinca. Sindicato sendo contra privatização? Que estranho!

Sandlei Moraes de Oliveira

Privatização Codesa 4

Claro! Temos o valor de embarque mais alto do mundo! Os sindicatos tomam conta de tudo e é uma máfia! Para embarcar uma caixa precisa contratar 15 nomes mais um consertador e um conferente, aí vem o povo que trabalha em terra! Soqueiras e pessoal do Porto! Tem de ter o pessoal das agências! Por isso que nosso produto é caro e desvalorizado!

@gersonxible

Queda de renda

A renda geral diminuiu e muito, e os mais pobres sentem mais, infelizmente. E não temos um governo solidário, infelizmente! Agora quer comprar uns votos e para isso precisa aumentar a pobreza.

Jeus Martins

PA sem médicos 1

Vitória regredindo mais a cada dia. A cidade sempre foi referência de qualidade no serviço público de saúde. Uma pena, pois quem paga o preço é a população.

Adila Damiani

PA sem médicos 2

A maioria dos PAs, UPAs e posto de saúde pública do Estado estão sem médico. Os médicos não querem mais trabalhar por contrato de processo seletivo. Isso só vai acabar se voltar a ter concurso público.

Deide Trancoso

PA sem médicos 3

Infelizmente, os políticos

abandonando a saúde. Imagina que, se em um bairro de classe média está assim, os outros estão pior. Serra está sem médico nos postos de saúde.

Sonia Vargas

PA sem médicos 4

Salários atrasados? Falta de contrato? População agressiva? Falta material de trabalho? Foi indicado pelo conselho dos médicos o local que não se deve exercer por problema que compromete à medicina?

Maria Leitão

PA sem médicos 5

As Unidades de Saúde não atendem e mandam para o PA, onde também não tem atendimento. Onde estão os médicos contratados? Milhões de reais desviados por prevaricação! Corporativismo para forçar privatização é o verdadeiro motivo, mas isso a mídia nunca vai admitir, porque também lucra com isso.

@alessandro_diniz_coutinho

PA sem médicos 6

Duas semanas sem sistema! Fui a uma consulta agendada e não tinha sistema para lançar exames e pedido de consulta com especialista. Eita prefetinho minion, aprendeu com o mito.

@thay.mae360

Seca

Se chove tem enchente, se faz sol tem seca. Será que tem alguém que possa resolver esse problema? Um engenheiro inteligente?

@tsandramarapereira

Marília Mendonça

Que Deus conforte o coração de todos os familiares e fãs!

@timmaigeraldo

Agressão em boate

Tem nada disso! É só não beber e achar que pode tudo. Ninguém faria isso à toa! Os caras estão lá trabalhando, é só respeitar as regras do local! Nunca apañei de ninguém. Agora, bebem e acham que são super-heróis e não precisam respeitar ninguém! Ai já viu, né!

@oliveirajoficial

ES HOJE

TIRAGEM: Publicação digital
CIRCULAÇÃO: Estadual e digital
PERIODICIDADE: Semanal

Rua Paschoal Delmaestro, 260
Ed. Vila da Praia, Sl. 5 e 6 - Jardim
Camburi - Vitória/ES - Cep. 29.090-460 - Tel. 27 3026-1777 /
www.eshoje.com.br
redacao@eshoje.com.br

DIRETOR GERAL
Carlos Roberto Coutinho
carlos@eshoje.com.br

DIRETORA ADMINISTRATIVA
Bianca Coutinho
bianca@eshoje.com.br

DIRETORA DE REDAÇÃO
Danieleh Coutinho - MTB/ES 2694-JP
daniehcoutinho@eshoje.com.br

PROJETO GRÁFICO
Renon Pena de Sá
www.ellaform.com.br

FOTOGRAFIAS
Arquivo
redacao@eshoje.com.br

DIAGRAMAÇÃO
Jeferson Louis - MTB/ES 3605/ES

EDITOR
Gustavo Gouvêa

REDAÇÃO
Agnes Moreira
Lydia Lourenço

SIGA NOSSAS
REDES SOCIAIS:

/eshoje

@eshoje

eshoje

eshoje

A opinião dos colunistas não reflete o posicionamento do veículo.

Menores infratores no ES: 73% não têm fundamental

Distorção média entre série e idade é de 3,6 anos no sistema socioeducativo capixaba

LYDIA LOURENÇO

jornalismo@eshoje.com.br

No próximo dia 14 de novembro é comemorado o Dia Nacional da Alfabetização. No entanto, no Brasil ainda estamos longe de ter o que celebrar. De acordo com os dados mais recentes do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) divulgados em setembro de 2020, no país cerca de 11 milhões de brasileiros ainda não foram alfabetizados.

Apesar de uma redução significativa nos últimos anos, os índices ainda são altos. Além disso, uma questão importante a se considerar é o aumento do analfabetismo funcional, ou seja daqueles que sabem ler e escrever, mas possuem dificuldades de interpretação de texto e construção de sentido. No Brasil, há 29% de analfabetos funcionais entre 15 e 64 anos, de acordo com último relatório.

Conforme levantamento do [Observatório Digital da Socioeducação em Cumprimento de Programa](#) 73,6% dos internos do sistema socioeducativo capixaba ainda não concluíram o ensino fundamental. A maior parte dos adolescentes que cumprem pena apresenta alguma distorção entre série e idade. A distorção média no sistema é de 3,6 anos.

A distorção entre idade e série entre os 202 internos que estão no ensino fundamental II é de 2,8. Desses internos, a maioria, 31,7%, está na faixa etária de 17 anos. Por sua vez, entre os

que realizam o EJA, que representa 30%, é ainda maior, de 4,2.

A professora de pedagogia e mestrado em segurança pública da Universidade de Vila Velha (UVV) Riziane Prates entende que a distorção idade série está diretamente relacionada com a criminalidade entre os adolescentes. “O que percebemos é que o terceiro ano do ensino fundamental é um período de muita evasão. Crianças que muitas vezes não têm uma pracinha no bairro, uma estrutura familiar, e conforme ficam mais independentes, a criminalidade os captura”, observa.

A especialista em pedagogia narra que em um bairro que leciona na Serra, vê na realidade do local como a exposição dessas crianças ao crime é desde muito cedo. “Eu vi meninos de uns 8, 9 anos traficando na pracinha. Quando não há um acolhimento social desses meninos, se a gente não mostra que ele pode gastar seu tempo de outro modo, o crime vira um atrativo”, reforça.

NÚMEROS

73,6%

Dos adolescentes no lases não concluíram o ensino fundamental

2,8

Anos é a distorção entre idade e série de internos no fundamental II

31,7%

Deles têm 17 anos

Construção de sentido

A PROFESSORA observa que para diminuir esses índices de distorção e analfabetismo funcional é preciso mudar a forma de pensar educação. “Precisamos garantir acesso à cultura, ao esporte. Precisamos pensar em uma educação que construa sentido, que seja baseada numa aprendizagem que produza sentido para todos. A alfabetização não é só a

decodificação de palavras, vai muito além. Precisamos ensinar a pensar, a movimentar suas ideias, e isso envolve todo um modo de educação”, ressalta.

Para Riziane, é necessário entender o contexto social em que a criança está inserida e garantir aos professores uma formação adequada. “É preciso pensar e valorizar professores, garantir uma formação continuada. Como vamos ter uma qualidade no ensino, proporcionar que os professores conheçam a comunidade ao seu redor, na qual a criança se insere, se muitas vezes eles têm duas ou três jornadas de trabalho? Então, pensar a educação, também é pensar em quem ensina”, pondera.

“Precisamos pensar em uma aprendizagem que produza sentido para todos”

RIZIANE PRATES, professora



Dentre os adolescentes que realizam EJA a distorção idade-série é a maior: 4,2 anos em média

Ausência de políticas públicas

PRATES EXPLICA que o fracasso escolar é uma consequência de diversos fatores sociais da realidade que a criança ou adolescente está inserida. Isso, por sua vez, gera essas distorções, que resultam em abandono escolar.

Segundo o [Panorama da distorção idade-série no Brasil](#) do Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef) 7 milhões de estudantes da educação básica possuem distorção entre idade e série de dois anos ou mais. Conforme o levantamento de 2018, a maior parte da defasagem ocorre no ensino fundamental, com cerca de 5 milhões de estudantes. Já no ensino médio, esse número é de 2 milhões.

Para ela, essa distorção é um ponto de desmotivação que somada à falta de apoio em casa e de políticas sociais encaminha esses menores para o caminho da criminalidade. “Se você tem uma ausência de política pública e de cuidado, essa criança entra facilmente no tráfico, por exemplo. É uma busca de perspectiva de vida, e às vezes o crime acaba capturando essas crianças que estão em um ciclo de fracasso escolar”, explica.

De acordo com Riziane “quando temos casos de fracasso escolar, costuma-se colocar apenas culpa no sujeito, sendo que a educação

extravasa os muros da escola. É preciso entender que ambiente essas crianças vivem, se elas têm ou não um cuidado familiar, se não estão expostas a violência, que influenciam na permanência ou abandono escolar”. Nesse sentido, Prates entende que é preciso garantir políticas públicas que proporcionem às mães em vulnerabilidade condições de criar seus filhos, para que não se repita um ciclo de uma

falta de estrutura e de acolhimento. “Muitas vezes essa criança não tem apoio familiar, porque essa mãe, esse pai, também não foi acolhido socialmente. Ela não aprendeu isso, então é um ciclo que se repete”, analisa.

“O crime acaba capturando essa criança que está em ciclo de fracasso escolar”

RIZIANE PRATES, professora



O acesso dos internos à educação

O Instituto de Atendimento Socioeducativo do Espírito Santo (Iases) informou, por meio de nota, que 100% dos socioeducandos estão matriculados regularmente nas escolas. No entanto, o instituto não quis comentar sobre a relação entre o nível de escolaridade e o sistema socioeducativo.

Já em relação aos projetos de ressocialização dos adolescentes, além de oferecer o acesso à educação aos adolescentes e jovens, o Iases também disponibiliza diversos tipos atividades pedagógicas, como oficinas de origamis, pintura em tela, grafite, pirografia, fuxico, horta, música, teatro e desportivas. Também são oferecidos cursos técnicos como: panificação e confeitaria básica; robótica educacional, técnico em logística, porteiro, estoque e armazenamento, preparação de salgados, empreendedorismo, mercado de trabalho, organização de eventos, marketing, garçom, informática básica, eletrônica e outros.

Recentemente, o instituto firmou uma parceria com o Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial (Senac). Em uma ação inédita no país, 15 socioeducandos que cumprem medida socioeducativa na Unidade de Internação Metropolitana (Unimetro) estão sendo capacitados em serviços administrativos.

Indústrias terão maioria dos investimentos do ES

Mais de 30% dos investimentos até 2024 estão concentrados em três setores industriais

A indústria receberá os 10 principais investimentos do Espírito Santo até 2024. Serão R\$ 14 bilhões, o que representa 30,9% do total de R\$ 45,4 bi, distribuídos em três setores: Construção, Transformação e Extrativa. Os dados são do Instituto Jones dos Santos Neves (IJSN).

O principal projeto do Estado é a duplicação de 443,2 km da BR-101, atravessando o Espírito Santo, na área da Construção, orçada em R\$ 3,2 bilhões. Em segundo lugar, aparece o Termo de Compromisso Ambiental (TAC) da Arcelormittal Tubarão S.A, no valor de R\$ 1,8 bi.

O terceiro maior investimento será na construção de um terminal portuário multipropósito para a indústria petrolífera, contêineres, cargas gerais, grânéis sólidos e líquidos pela Imetame Logística (R\$ 1,7 bi).

Segundo o Instituto Jones, os projetos de investimentos anunciados para o Espírito Santo foram classificados por estágio em que as obras se encontram, finalidade e tipo de capital empregado. Quanto às fases, foram escolhidos por execução e oportunidade.

Foi constatado que 57,8% dos projetos (R\$ 26,3 bilhões) se encontram em fase de execução, enquanto os 41,9% restantes estão em oportunidade, representando, aproximadamente, R\$ 19 bi no período 2019-2024.

De acordo com o estágio de cada projeto, o setor Indústria representa o maior volume de investimentos anunciados, com cerca de R\$ 42 bilhões, ao todo. Deste montante, 58,5% se encontra no estágio de execução das obras (R\$ 24,6 bi). A outra parcela dos projetos ainda se encontra em fase de

oportunidade, com R\$ 17,5 bi, ou seja, 41,5%.

A maior parcela dos investimentos classificados em execução está destinada à construção (R\$ 11,8 bi) seguida da atividade indústria de transformação (R\$ 7,5 bi) extrativa, com R\$ 4,9 bi. No estágio oportunidade, os setores que se destacaram foram o da construção, com R\$ 16,2 bi e eletricidade e gás (R\$ 698,4 milhões), que apresentaram os maiores volumes de investimentos a serem implantados no período.

SUBDIVISÃO

Comércio, Serviços e Administração pública contemplam a maior subdivisão entre os grandes setores, participando com onze. Juntos, somam cerca de R\$ 3,4 bilhões em investimentos, sendo que 52,6% deste montante, (R\$ 1,8 bilhão) encontra-se em fase de execução e os outros 47,4% do setor, em fase de oportunidade (R\$ 1,6 bilhão).

Quanto ao tipo de capital empregado nos investimentos previstos para o Estado, os projetos foram classificados em quatro categorias: Privado Nacional, Estrangeiro, Público e Capital Misto.

Os projetos de capital Privado Nacional correspondem à maior parcela dos investimentos, com 58,2% do valor previsto no período (R\$ 26,4 bilhões), sendo a categoria com maior diversificação de empreendimentos dentre os tipos, destacando os investimentos em transporte rodoviário, construção civil para fins comerciais e residenciais, terminais portuários, geração e transmissão de energia elétrica, saneamento básico, indústria alimentícia e projetos industriais diversos.



DIVULGAÇÃO

Somente para a duplicação de 443,2 km da BR-101 será investido o montante de R\$ 3,2 bilhões

Capital estrangeiro é quase 20%

OS INVESTIMENTOS de capital Estrangeiro que representam 19,3% do total (R\$ 8,8 milhões). Nesta categoria, estão previstos projetos voltados à exploração e produção de petróleo e gás na-

tural tanto em terra quanto no mar, da implantação de terminais portuários para construção e reparos navais e movimentação de cargas.

Os investimentos Públicos representaram 16,8% do total previsto no período 2019-2024, somando R\$ 7,6 bilhões. Tal qual nos anteriores, os investimentos públicos representam a maior quantidade de projetos no Estado (520).

Entretanto, os valores dos projetos são menores, se comparados aos demais setores, registrando um valor médio por projeto de R\$ 14,7 milhões. Os relacionados ao setor público correspondem principalmente às melhorias na mobilidade rodoviária urbana e rural, no sistema de

saneamento urbano, habitação, saúde, infraestrutura logística, educação e segurança pública.

Por último, os investimentos em Capital Misto representam 5,7% do total, somando cerca de R\$ 2,6 bilhões. São projetos nas áreas de exploração e produção de petróleo e gás natural, além de parcerias público privadas na área da construção civil.

Ao todo, o Espírito Santo tem 726 projetos previstos, a maioria nas microrregiões: Metropolitana (303 projetos), Rio Doce (91 projetos), Litoral Sul (53 projetos) e Nordeste (61 projetos), que, juntas, somam 518 projetos e representam 94,1% do total de investimentos anunciados no Estado (R\$ 42,7 bilhões). Também vai abranger 77 dos 78 municípios capixabas.

NÚMEROS

45,4 bi

É o investimento previsto no Espírito Santo até o ano de 2024

14 bi

Desse montante será destinado a três setores da indústria

30,9%

Do total esse número representa





ENERGIA SOLAR

CONTROLE DE ACESSO

TECNOLOGIA EM SEGURANÇA

É AGORA! VENHA GANHAR DINHEIRO COM A GENTE!

EXCELENTES RENDIMENTOS

27 3025-8080 - Ramal 3

27 98117-0151 

www.sittec.com.br

Supermercado cresce até em meio à inflação

Cada nova loja aberta origina em média 70 a 80 empregos diretos, gerando renda para a população e movimentando a economia local

AGNES MOREIRA

jornalismo@eshoje.com.br

O varejo supermercadista se manteve em crescimento, mesmo diante das dificuldades econômicas que o país enfrentou durante os dois últimos anos devido à pandemia da Covid-19. Além disso, o setor está cada vez mais buscando formas de atrair e fidelizar clientes.

O setor não parou com as vendas nos anos de 2020 e 2021 e o crescimento que obteve com relação ao faturamento foi menor do que nos anos anteriores devido à alta do preço nos produtos. É o que disse Hélio Schneider, superintendente da Acaps.

“Durante o período da pandemia o crescimento foi simplesmente em valores. O que é importante para a gente é o crescimento em volume dos produtos, e com relação ao produto, vendemos menos neste ano do que no ano de 2020”, explicou o superintendente.

Houve também o crescimento físico de novas lojas entre o ano de 2020 e 2021. Estes foram projetos que não pararam porque foram idealizados desde 2019 e foram se consolidando, conforme diz Schneider.

“Felizmente, o crescimento de novas lojas não parou. Nesse ano, outras novas lojas se abriram devido aos projetos dos anos ante-



DIVULGAÇÃO

O setor supermercadista capixaba teve crescimento físico com novas lojas nos anos de 2020 e 2021

riores. Como a economia agora está começando a se estabilizar, sem dúvida nenhuma nós iremos ter um movimento e uma situação concreta”, completou.

AUMENTO DE PREÇOS

Schneider ainda fala que as vendas tiveram uma queda devido ao aumento de preços e os consumidores foram para outras lojas, o que resultou em compras menores. E a rentabili-

dade, caiu muito devido aos custos que se elevaram.

Os supermercados sentiram o baque que o novo coronavírus causou e, diante disso, os brasileiros consumiram menos do que o ano anterior. “É natural de uma família que a renda caia em proporção ao aumento do preço, e nesse ciclo irão consumir menos. Consumindo menos, os resultados econômicos são menores de um modo geral. No fim, to-

do mundo acaba perdendo. Tanto o setor supermercadista quanto a população”, disse Schneider.

“Neste ano, outras novas lojas abriram devido aos projetos de anos anteriores”

HÉLIO SCHNEIDER, Acaps

Queda do tíquete médio prejudica

SOBRETUDO, o tíquete médio que os brasileiros recebem caiu devido à inflação e ao aumento dos preços pelo fato de os consumidores estarem comprando menos, segundo explica Schneider.

A Acaps ainda não fez um levantamento de dados de quantas pessoas foram empregadas durante esse período de dois anos da pandemia, mas de acordo com o superintendente, é um setor que emprega muitas pessoas, principalmente no primeiro emprego.

“Cada loja que abre gera no mínimo 70 a 80 empregos diretos. Quando gera emprego, você está gerando renda e isso é bom para a sociedade, também para o governo de um modo geral e para o social. Porque esse funcionário que consegue realizar o seu trabalho, terá a sua renda e irá gastar no comércio e consequentemente ajudar na economia do nosso estado”, falou Schneider.

DIVULGAÇÃO



Hélio Schneider, da Acaps

“É preciso que a inflação diminua”

O SUPERINTENDENTE da Acaps relata que é preciso que a inflação abaixe para que não possa mais interferir no preço dos valores comerciais. “Infelizmente pela inflação, as famílias irão procurar alternativas e produtos com preços mais acessíveis e, até mesmo, novas possibilidades que possam minimizar o impacto que está sendo sentido”.

Infelizmente os supermercados não tiveram lucratividade e nenhum benefício. “Nós tivemos uma alta de preços muito grande. Tivemos uma queda relativa no volume de compras e produtos. E, obviamente, o resultado econômico não foi muito desejável. Isso foi o que de fato aconteceu. Mas, volto a dizer, conseguimos passar por toda essa fase e estamos torcendo para que daqui para a frente a eco-



DIVULGAÇÃO

Inflação tem levado famílias a procurar produtos mais acessíveis

nomia volte a se estabilizar. Esperamos que o supermercado se acomode no patamar em que a própria família brasileira fique em uma situação mais confortável. Ganhando relativamente bem e que tenham condições novamente de adquirir produtos que almejam; não somente das cestas básicas, mas, outros tipos de alimentos que desejarem”, concluiu Schneider.

Schneider explica que passar por todo o processo que a Covid-19 causou, sem parar de trabalhar por ser um serviço essencial, foi um dos períodos mais difíceis. Tanto em relação à preocupação a saúde, quanto para o bem-estar de toda a população.

“Com o início da pandemia, e o número de mortes aumentando, foi um dos maiores desafios que tivemos, porque tivemos protocolo a nível nacional, esta-

dual e municipal. Com muita paciência e esperança, conseguimos contornar e mantemos desde o início a segurança sanitária dos nossos colaboradores e a segurança dos consumidores. Obedecemos a todos os protocolos de segurança que a Organização Mundial da Saúde (OMS) ordenou e, com isso, tivemos um custo adicional que não tínhamos. Mas, felizmente, nos mantivemos trabalhando com toda a segurança possível”, contou o superintendente.

“Tivemos uma alta de preços grande e uma queda relativa no volume de compras”

HÉLIO SCHNEIDER, Acaps



#vacinahoje

**USE MÁSCARA E RESPEITE O
DISTANCIAMENTO**

Apoio



SERMUS

Sindicato dos Servidores do Município
da Serra no Estado do Espírito Santo

ES HOJE

ES tem 26 urologistas em toda rede pública

Número reduzido de profissionais no Sistema Único de Saúde dificulta acesso a consultas e exames de prevenção do câncer de próstata

De acordo com o levantamento Demografia Médica no Brasil 2020, da Universidade de São Paulo (USP) e do Conselho Federal de Medicina (CFM), o Espírito Santo conta com 129 urologistas. Entretanto, apenas 26 deles atendem no Sistema Único de Saúde (SUS), conforme aponta a Secretaria de Estado da Saúde (Sesa). Ainda segundo a pesquisa, o estado tem uma média de 3,39 especialistas para cada 100 mil habitantes.

NÚMEROS

3,39

Urologistas o ES tem para cada grupo de 100 mil habitantes

30 a 40

Profissionais são necessários para cada 100 mil habitantes

A Sociedade Brasileira de Urologia (SBU) informa que não há consenso sobre o número ideal de urologistas por habitantes. Também há carência de publicações recentes sobre o tema. O estudo mais atual – “Os Urologistas no Brasil: uma Análise do Perfil Socioprofissional, da Distribuição Populacional e da Necessidade de Formação de Novos Especialistas” – é de 2001 e indica um ideal de 30 a 40 profissionais a cada 100 mil habitantes. Conforme a última estimativa populacional do IBGE, o Espírito Santo possui 4.108.508 habitantes. Assim, segundo o estudo nacional, seriam necessários pelo menos 1.232 urologistas no estado.

A falta de profissionais gera dificuldade em conseguir consultas. Segundo o urologista e presidente da Associação de Urologistas do Espírito Santo (Aues), Alexandre Tironi,

ni, o machismo apontado como fator determinante de resistência ao exame de toque retal, fundamental para a detecção do câncer de próstata, não é mais o principal empecilho ao diagnóstico precoce.

“Nota que o preconceito a esse exame está diminuindo. O problema maior hoje é o gargalo no Sistema Único de Saúde (SUS). Há dificuldade de acesso a urologistas. Os homens tendem a ser menos obstinados quanto aos cuidados com a saúde, diferente das mulheres. Se eles tentam uma consulta e não conseguem, acabam desistindo”, observa Tironi.

Segundo o Instituto Nacional de Câncer (Inca), tumores na próstata são o segundo tipo mais comum em homens, atrás apenas do câncer de pele não-melanoma. O instituto estima 65.840 novos casos da doença para cada ano do triênio 2020/2022. Diagnosticado precocemente, há 90% de chance de cura.

PSA NÃO SUBSTITUI EXAME DE TOQUE

Inicialmente assintomático, o câncer que se manifesta na glândula do sistema reprodutor masculino é diagnosticado por três exames: Antígeno Prostático Específico, o PSA (exame de sangue); exame de toque retal; e biópsia.

Alguns homens não fazem exame de toque por acreditarem que apenas o PSA é suficiente para detectar a doença. “O PSA alterado levanta suspeitas. Entretanto, alguns tumores mais agressivos tendem a não alterar o PSA no começo. Por isso, o exame de sangue não substitui o exame de toque”, alerta Tironi.

O câncer de próstata costuma dar sinais apenas quando está mais avançado. Micção frequente (especialmente noturna) e dor ao urinar são sintomas comuns.



DIVULGAÇÃO

Tumores na próstata são o segundo tipo mais comum em homens

Retomada de exames

EM DECORRÊNCIA do enfrentamento da emergência de saúde pública da Covid-19, as consultas e exames eletivos foram suspensos no Estado, conforme definido pelas Portarias 004-R e 052-R, e começaram a ser retomados gradualmente em maio deste ano.

O número de exames e procedimentos cirúrgicos já indica uma retomada aos níveis pré-pandemia. Segundo a Secretaria de Estado da Saúde (Sesa), em 2019 foram 7.362 exames e 607 cirurgias; em 2020, primeiro ano da pandemia, foram 4.553 exames e 430 cirur-

gias; neste ano, de janeiro a agosto, foram 4.125 exames e 285 procedimentos cirúrgicos.

NÚMEROS

607

Cirurgias para tratamento do câncer de próstata em 2019

430

Cirurgias para tratamento do câncer de próstata em 2020

285

Cirurgias em 2021

Prevenção e tratamento do câncer de próstata

OS EXAMES de rastreamento devem ser iniciados a partir dos 50 anos. Entretanto, Alexandre Tironi explica que há casos em que devem ser feitos mais cedo. “Negros (que têm tendência a apresentarem tumores mais agressivos) e pessoas com casos de câncer de próstata na família, devem começar o rastreamento a partir dos 45 anos”, destaca.

“Os vilões atuais [do câncer de próstata] são o sedentarismo e a má alimentação”

ALEXANDRE TIRONI, urologista

Há fatores de risco além da cor da pele e casos da doença na família aos quais os homens devem ficar atentos. “Os vilões atuais são o sedentarismo e a má alimentação. Há um estudo americano que mostra uma grande quantidade de casos nos Estados Unidos e um pequeno número de casos no Japão. Quando analisados os imigrantes japoneses nos Estados Unidos percebe-se que a incidência de câncer de próstata atinge o mesmo nível dos americanos. O estilo de vida tem muito peso”, observa Tironi.

Os tratamentos contra tumores consistem em quimioterapia, radioterapia e prostatectomia (cirurgia de retirada da próstata). Alexandre Tironi esclarece que nem todo câncer de próstata demanda tratamento. “O tratamento pode gerar efeitos colaterais como incontinência urinária e disfunção erétil. Como o câncer de próstata, na maioria das vezes, é de crescimento lento, é feito apenas um acompanhamento. O câncer não é tratado quando os efeitos do tratamento podem gerar mais desconforto do que o câncer em si. Nos casos de tumores de crescimento muito lento, o homem morre com câncer, mas não em decorrência do câncer”.



escaneie-me

DOM

11H

QUI

13H



Saída da Rotina

com Hellen Dal Col



HUGO BORGES

César Herkenhoff
esarherkenhoff@hotmail.com



Quem tem medo do STF? Eu morro de medo

Não votei em Fabiano Contarato para o Senado Federal. No geral, tenho críticas consistentes à sua atuação parlamentar. Mas meu ponto de vista continua inalterado: trata-se de um homem íntegro, de bons princípios e valores.

Em sentido oposto, tenho visto nas redes sociais muito mais declarações de eleitores arrependidos do que de apoio à atuação de Contarato. Em regra, seu eleitorado, majoritariamente de direita e conservador, o considera um traidor, porque elegeram-se empunhando a candidatura de Jair Bolsonaro, de quem se tornou um dos principais adversários.

Meu sentimento pessoal é o de que onde quer que esteja, o delegado Contarato vai desagradar a gregos e troianos, correligionários e adversários, porque não tem, efetivamente, ideologia política. Seu foco está restrito a suas bandeiras pessoais. Mas em regra, não há contradição nessa postura porquanto o faz de for-

ma aberta. Sua prática política não cede espaço à dissimulação.

Tudo isso para dizer que li com muita satisfação notícia dando conta de que Fabiano Contarato está na comissão de frente dos parlamentares que pretendem acabar com uma das maiores excrescências da vida pública brasileira: o foro privilegiado, um instituto que atende exclusivamente aos interesses da corrupção e das práticas não-republicanas.

Para se ter uma ideia dessa vergonhosa blindagem, o foro privilegiado abriga, no Brasil, 54.490 homens públicos, distribuídos pelo Executivo, Legislativo, Judiciário e Ministério Público (os mamadores de sempre, é claro).

A China, uma ditadura comunista que precisa garantir a impunidade de seus governantes, tem 2.897 cidadãos sob a tutela desse vergonhoso instituto. A Alemanha, apenas um e os Estados Unidos, zero. Zero mesmo.

Lá, políticos corruptos são tratados como corruptos, e não como vossas excelências. Dane-se (eu preferia o outro) a liturgia, ministro Marco Aurélio. A grande marca do ex-presidente Barack Obama não foi outra se não cumprir oito anos de mandato sem um único escândalo de corrupção.

Aqui, os corruptos dão as cartas, decidem quem cumpre pena de prisão e quem ganha a liberdade. Participam dos grandes eventos republicanos, sempre custeados com dinheiro do povo.

Nada, absolutamente nada além do medo de que a justiça seja justa, justifica o foro privilegiado, que beneficia fundamentalmente saqueadores dos cofres

públicos. E são, via de regra, pessoas de poucos escrúpulos. Alguns buscam a vida pública apenas para conseguir abrigar-se em favores imorais.

Para citar um único exemplo dessa imoralidade, os ministros do Supremo Tribunal Federal são julgados pelo Senado da República.

E tente adivinhar quem julga dos senadores? Se você respondeu STF, acertou. Jogo de comadres, de gente de rabo preso, onde ninguém faz nada. E se fizer, ninguém vê. E se vir, não conta. E se contar. Se contar. Ai sifu...

Não dá mais para conviver com o gangsterismo institucionalizado.

Há poucos dias vi texto de um ex-prefeito que teve as contas rejeitadas pelo Tribunal de Contas do Espírito Santo comemorando a possível inelegibilidade do procurador da República Deltan Dalagnol. Um condenado por práticas inconfessáveis. O outro proibido de par-

ticipar do pleito em razão de normatização administrativa.

São essas práticas nocivas e tóxicas que devolveram a Luiz Inácio Lula da Silva o direito de disputar eleição, mesmo tendo sido condenado pelo próprio STF, que disse que não disse o que disse.

E vou mais uma vez recorrer à memorável sentença do jurista Ruy Barbosa, segundo quem "a pior ditadura é a do Judiciário, porque contra ela não há a quem recorrer".

Mais do que nunca, quem tem fiofó, tem medo. Porque o truculento Xandão continua brincando de xerife da nação, sem a menor legitimidade. Foi indicado por Michel Temer, mas a Constituição Federal determina que todo poder emana do povo e em seu nome será exercido.

O que me assusta, no entanto, é que o STF continua combatendo as fake news não por medo da mentira, mas por medo da verdade.

COLUNA FEU ROSA

Mais dos mesmos

Dia desses, lendo algumas previsões sobre a economia brasileira, fiquei a pensar em David Weisbrot, presidente da Comissão Australiana de Reforma do Judiciário. O dito cujo, após quatro anos de estudos realizados a nível mundial, chegou à conclusão de que "o funcionamento do Judiciário dita o ritmo e a forma do desenvolvimento econômico dos países".

Ele tem razão. O Brasil, por exemplo, tem uma perda acumulada de 20% ao ano no crescimento da economia devido à ineficiência do sistema legal. Um outro estudo, levado a efeito pelo IDESP junto a 800 empresas, concluiu que o impacto estimado do aumento da eficiência do mundo jurídico seria: no volume anual de investimentos, 13,7%; no volume de negócios, 18,5%; no número de empregados, 12,3%; nos investimentos em outros estados, 6,2%; no volume de negócios em outros estados, 8,4%; na proporção de atividades terceirizadas, 13,9%; e, no volume de negócios com o setor público, 13,7%.

Acredito, diante destes dados, ter como firmada uma premissa: eis aí um dos mais sérios problemas nacionais. Apregoa-se que sua causa maior é a falta de juizes e servidores. Mas será mesmo esta a solução? No Chile, entre 1982 e 1992, se quadruplicaram os tribunais civis em Santiago - e a morosidade aumentou 25,1%! A duração média de um processo passou de 806 dias para 1.009. Diante de tais dados, o Centro de Estudos de Justiça das Américas cunhou

uma frase que muito aprecio: "mais da mesma coisa não adianta".

Enquanto isso, o Brasil, apesar de todos os indicadores de que o sistema atual é impraticável, segue firme investindo na política de ampliar sua estrutura. Diante desta realidade, a pergunta que modestamente faço é: está resolvendo? Claramente, não.

E a famosa informatização? Esta tem sido não mais que um paliativo, consistindo em mera digitalização da burocracia e virtualização de rituais bolorentos - que tornam ainda mais dramática a distonia com as exigências do momento histórico.

Nenhuma destas mazelas será eliminada pela aquisição de mais computadores ou pela nomeação de mais juizes e servidores - e eis aí uma verdade simples.

Enquanto isso, acomodados, continuamos a contemplar o atraso do Brasil, entoando a doída acusação do jornalista francês Émile de Girardin: "todos falam de progresso, mas ninguém sai da rotina".

PEDRO VALLS FEU ROSA
Desembargador do TJES

ARTIGO

Nunca mais

Os dois últimos anos foram os mais difíceis da história da nossa geração. Testemunhamos fatos humilhantes para a nossa democracia e devastadores para o coração de quem tem apreço pela nossa gente.

Vimos o espectro da fome voltar a rondar os lares dos despossuídos. Vimos o nosso povo disputar resto de carne de açougue para ter do que se alimentar. Vimos milhões de desempregados sem perspectiva de voltar ao mercado de trabalho, passando assim a depender da misericórdia incerta da sociedade e do poder público para sobreviver.

Vimos a classe trabalhadora impedir a nossa economia de entrar em colapso completo, mas não sem entrar em ônibus, vans e trens superlotados, expondo-se assim ao risco de contágio e morte. Vimos o colapso da saúde mental de milhões de famílias, fruto das dívidas acumuladas, da perda do padrão financeiro, da instabilidade política, do terror face ao risco de contaminação e falecimento de ente querido.

Vimos milhares de lares enterrarem os seus mortos. Houve avós e avós, pais e mães, tios e tias, filhos e filhas, irmãos e irmãs, que presenciaram os que mais amavam perecerem por desinformação, e falta de vacina, oxigênio e atendimento médico.

O que esperar daquele que ocupa o mais alto posto da República num cenário assustador e angustiante como esse, no qual tantos doaram suas vidas para que o pior não acontecesse? O que vimos foi a antítese de

tudo o que se espera de um presidente.

Jamais o vimos derramar lágrima de compaixão ou expressar profundo pesar pelo povo brasileiro. Não soubemos de favela que ele tenha visitado, hospital para o qual tenha se dirigido a fim de comunicar ânimo aos nossos profissionais de saúde. Nenhuma palavra de direção ou encorajamento às milhões de famílias aturdidas com a crise múltipla que se estabeleceu no país.

Para a nossa perplexidade e revolta o vimos apoiar manifestações públicas antide-mocráticas que fomentaram aglomeração, xingar jornalista, chamar o povo de marica, fazer deboche com os que agonizavam pela falta de ar, andar de jetski, jogar futebol, comer pastel em boteco, insuflar golpe militar, prescrever remédio sem eficácia comprovada, combater o uso de máscara, menosprezar o distanciamento social, trivializar o poder letal do vírus.

O que declaro resulta de ódio pelo presidente? Não. Somente faço questão de ressaltar sua impressionante falta de empatia a fim de que nunca mais sejamos governados da mesma forma por quem quer que seja.

ANTÔNIO CARLOS COSTA
Escritor e teólogo

BASTIDORES DA POLÍTICA

Quebra-cabeça

A escolha do prefeito de Vila Velha, Arnaldinho Borgo, para coordenar a formação de chapas de deputados estaduais e federais no Podemos é explicada por ele como resultado de seu trabalho na última eleição. "Para eu ser candidato, tive que montar chapas de diversos partidos, tanto que elegemos seis vereadores, por isso fui escolhido", disse o chefe do Executivo canela verde. Segundo Borgo, o Podemos deverá eleger entre dois e três parlamentares no Congresso e na Assembleia Legislativa capixaba.

Reviravolta I

Agora é que vem o "X" da questão: hoje, se o governador Renato Casagrande (PSB) concorrer a reeleição, o Podemos - que está no Governo na pessoa do presidente estadual, Gilson Daniel -, tende a apoiar e caminhar com o socialista. Contudo, uma movimentação nacional trabalha para filiar Paulo César Hartung Gomes ao partido.

Reviravolta II

O ex-governador, que está com a ficha de filiação do PSD nas mãos, sendo uma das maiores apostas de candidatura a Senador, pode recuar. Informações dão conta que ele foi convidado a se filiar ao Podemos, juntamente com Sergio Moro, o que coloca o pé na porta para apoio à reeleição de Casagrande (ou não!) e mexe com todo tabuleiro político capixaba.

Na disputa

Ainda sobre o Podemos, o presidente estadual, Gilson Daniel, que não está coordenando a construção de chapas, tem trabalhado para ser o candidato a deputado federal mais forte do partido. Não se questiona seu empenho como prefeito de Viana, tanto que foi reeleito e fez sucessor.

Separação

Desde 2003 a família Manato tem um representante em Brasília. Mas a partir de 2023 isso está em risco. O ex-deputado, Carlos Manato, e sua esposa, a deputada Soraya Manato,

podem ficar sem espaço para concorrer em 2022, ou disputarem em alianças completamente diferentes. Segundo o pré-candidato a governador, o PL, que deverá abrigar o presidente Bolsonaro, está com as chapas de deputados federais e estaduais montadas.

Manato X Musso

De acordo com o Manato, a formação é do próprio presidente do PL no Espírito Santo, o ex-senador Magno Malta, que volta a ser o "homem forte" do presidente Jair Bolsonaro. Manato tenta ser o candidato do partido do ex-senador da República, mas Malta tem conversas bem adiantadas com outros partidos, inclusive o Republicanos, com o qual se aliou em 2018.

Chapa palaciana

Falando em Republicanos, o deputado estadual e presidente da Ales, Erick Musso, está empenhado em formar sua chapa para concorrer ao Palácio. E o convite para a vaga de vice foi feita a uma figura forte da área da segurança.

O retorno

Se as eleições fossem hoje, para deputado federal os bastidores da política apostam no retorno de Gilvaldo Vieira. Filiado ao PSB, o atual diretor-presidente do Detran-ES pode ser uma dos mais votados na sigla, avaliam lideranças.

No seu quadrado

Ainda sobre as apostas do governo, o secretário Tyago Hoffmann não esconde que vai concorrer a deputado estadual. Ele garante que, como secretário de Inovação e Desenvolvimento, está respeitando todos os deputados, sem invadir reduto eleitoral de ninguém.

Fora da disputa

Na atual configuração da Assembleia Legislativa capixaba, pelo menos seis nomes não devem concorrer à reeleição: o presidente Erick Musso, Rafael Favato, Freitas, Luciano Machado, Renzo Vasconcelos e Sergio Majeski.

Pré-campanha

Pré-candidatíssimo a governa-

dor capixaba, como ele mesmo se apresenta, o tucano César Colnago já contratou assessoria de peso para cuidar do marketing político, pré-campanha e redes sociais.

Obras

O deputado federal e líder da bancada capixaba, Da Vitória, conseguiu verba para obras de macrodrenagem do Córrego São Silvano, em Colatina. Elas serão autorizadas pelo governador Casagrande no fim de semana.

Ilhas e PMV

Na posse como presidente da Associação de Moradores das Ilhas de Santa Maria e Monte Belo, o ex-vereador Luisinho Coutinho foi muito prestigiado pelas comunidades e lideranças políticas. Marcou presença, por exemplo, o deputado estadual José Esmeraldo. O novo presidente comunitário disse que teve o apoio do prefeito Lorenzo Pazolini, com quem quer caminhar junto para novas melhorias nos bairros, cuja última obra entregue pela prefeitura foi há quatro anos.



MAIS
SAÚDE

Quebrando a cabeça
na hora de escolher
seu Plano de Saúde?

Venha
para Mais!

PLANO DE
SAÚDE
COMPLETO

A PARTIR DE
R\$ 169,28*

COBERTURA

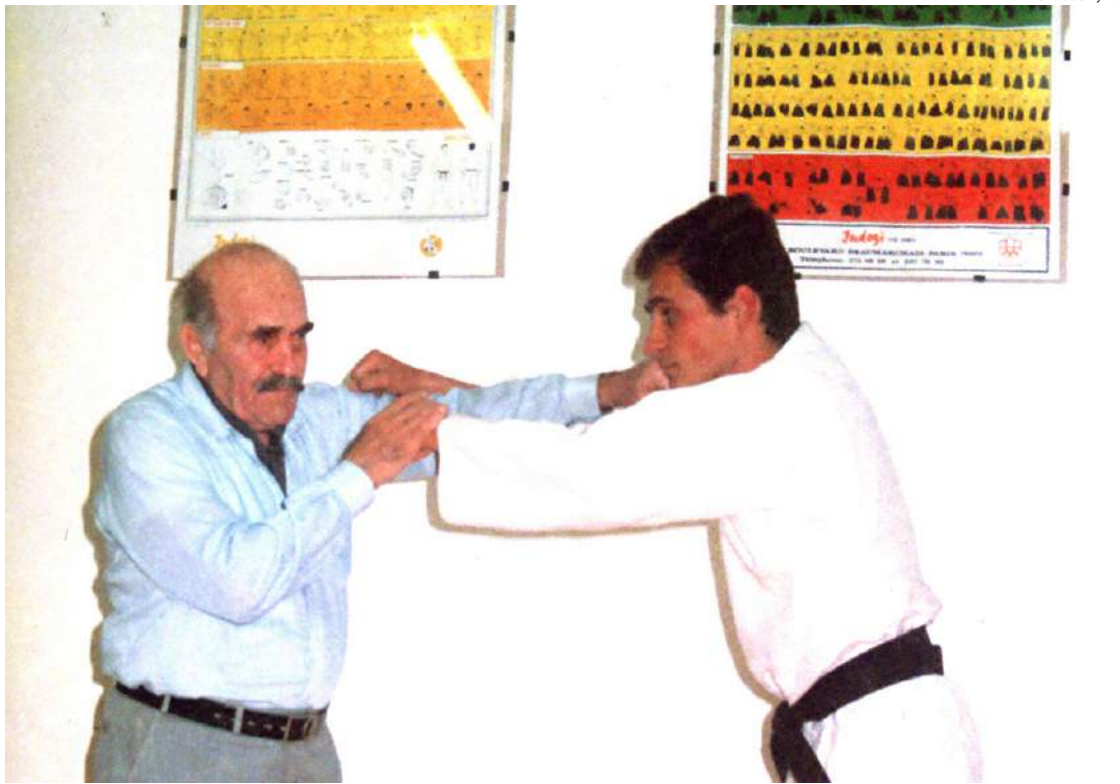
CONSULTAS
EXAMES
PRONTO-SOCORRO
INTERNAÇÕES
CIRURGIAS
OBSTETRÍCIA

SEM COPARTICIPAÇÃO

LIGUE AGORA!
27 4042-1041

maissaude.vix.br
maissaude.sa

ANS n° 41.951-6



O Grão Mestre Kobi Lichtenstein (de quimono) lançou livro sobre seu mestre Imi Lichtenfeld

Livro histórico do Krav Magá

Maior autoridade da modalidade na América Latina lança obra sobre legado do criador do esporte

Na última terça-feira (9) a maior autoridade do Krav Maga na América Latina, Grão Mestre Kobi Lichtenstein (faixa-vermelha - 8º Dan), esteve em Vitória para o lançamento do livro "Krav Maga - O Legado de Imi Lichtenfeld", escrito por ele e sua esposa, companheira nas ações da Federação Sul Americana de Krav Maga, Sandra Lichtenstein.

Após 15 anos de pesquisas e de coleta de relatos das pessoas que conviveram com Imi Lichtenfeld, a obra traz o contexto político e histórico em que nasceu e cresceu o criador do Krav Maga, sua formação, a luta contra o fascismo, a viagem que levou dois anos, da Bratislava até Israel, onde se estabeleceu e desenvolveu o Krav Maga como arte de defesa pessoal, feito que deu a ele reconhecimento mundial.

"Krav Maga - O Legado de Imi Lichtenfeld" é o quinto livro escrito por Grão Mestre Kobi Lichtenstein, que foi aluno direto de Imi Lichtenfeld e seu primeiro faixa-preta designado a difundir o Krav Maga fora do Estado de Israel. Grão Mestre Kobi chegou ao Brasil em janeiro de 1990, onde iniciou o trabalho que hoje tem reconhecimento mundial por preservar a obra de Imi da forma como foi criada.

"Diferente dos livros anteriores, este traz muito mais do que informação. Hoje, com mais de

50 anos de vivência em Krav Maga, acredito que escrever esta obra, em parceria com a Sandra, tornou-se um marco para nós e para a história que construímos por meio da Federação Sul Americana de Krav Maga", afirma Grão Mestre Kobi. E completa: "Ficamos honrados em compartilhar a filosofia que nasceu da essência de um humanista que se tornou cidadão do mundo por seu legado".

IMI LICHTENFELD E O KRAV MAGA

Nascido em 26 de maio de 1910, em Budapeste, Imir Lichtenfeld (Sde-or) (Z"L) era filho de um detetive do serviço secreto local e instrutor de defesa pessoal e técnicas de imobilização da polícia secreta. Seu tio era médico, o que deu a Imi acesso aos conhecimentos sobre o corpo humano. Incentivado por seu pai, Imi começou praticar várias modalidades esportivas, como luta livre greco-romana e boxe.

Entre os anos 1936 e 1940, Imi tornou-se líder de um grupo de resistência que lutava contra os grupos fascistas. Em 1940, ele conseguiu escapar da guerra em Bratislava e partiu rumo a Israel em uma odisseia de dois anos.

Imi lutou no Oriente Médio, em combates na Líbia, Síria, Líbano e Egito, junto às brigadas judaicas, ao lado do exército britânico. Em 1942, recebeu licença

para entrar em Israel, onde se tornou responsável pela preparação física e combate corpo a corpo da Haganá, um dos grupos que lutavam pela proteção da comunidade local e pela independência de Israel. Nesse processo, nasceu o Krav Maga.

Filosofia de defesa

Com a criação do Estado de Israel, em 1948, Imi se alistou no "Tzahal", Forças de Defesa de Israel (IDF), tornando-se o instrutor chefe de preparo físico e Krav Maga. Suas técnicas foram testadas, avaliadas e, então, adotadas como a única filosofia de defesa do país.

O Krav Maga passou a ser um caminho de vida, que traz soluções para qualquer tipo de violência, seja ela armada ou desarmada, contra um ou vários agressores e até mesmo contra ataques terroristas e situações com reféns.

A partir de 1964, o Krav Maga foi liberado para ser difundido além do mundo militar e Imi passou a dar aulas em duas academias, uma em Netanya e outra em Tel Aviv. Imi faleceu no dia 9 de Janeiro de 1998.

RUY MONTE DÁ O RECADO!

rmonte@eshoje.com.br

Cadê Rio Branco e Desportiva?

A história dessas duas agremiações do Espírito Santo se iguala a tantas outras dos grandes clubes do futebol brasileiro. É de se lamentar que numa competição em disputa por vagas para disputas nacionais se comportem de maneira tão medíocre, deixando que outros clubes de menor porte e história venham passar à frente dessas duas potências do futebol capixaba.



Rio Branco foi derrotado pelo Aster nos dois jogos das quartas de final da Copa Espírito Santo

Não gostei, por exemplo, de ver o Vitória fora da Copa Espírito Santo deste ano, mas para fazer o papelão que os grenás e alvinegros fizeram foi melhor ficar fora e procurar se organizar para a próxima temporada.

Não quero de forma alguma menosprezar os feitos do Nova Venécia, do Capixaba, do Aster, e do próprio Porto, que se fortaleceram e foram os destaques da Copinha.

As diretorias de Rio Branco e Desportiva precisam virar a chave a tratar de seus clubes com mais objetividade. São dois clubes que já escreveram grandes histórias. Não foi à toa que o clube de Jardim América foi incluído sendo cadeira cativa no Campeonato Brasileiro por mais de dez anos.

O Rio Branco que também

participou do campeonato nacional e realizou grandes campanhas, como a de 86, quando, no Kleber Andrade, mais de 45 mil pagantes foram assistir o time capa preta vencer o Vasco da Gama por 2 a 1.

Por conseguinte, seria bom que muita coisa fosse repensada com relação ao que podem realizar a nível de estrutura nessas duas agremiações.

Tomei conhecimento de que o Vitória está se organizando para 2022 justificando não ter participado da Copinha este ano.

Aliás, por falar em Copa Espírito Santo, vamos ter no final desta semana os jogos das semifinais da competição. Serra, Capixaba, Nova Venécia e Aster começam a briga para saber quais irão para a final.



APOSVALE

Zé Moreira completa 40 anos de carreira

Para comemorar, cantor e compositor ganha websérie com um tema abordado a cada episódio, a partir de uma canção específica do artista

O universo criativo do cantor e compositor Zé Moreira, que inclui referências, opiniões e olhares que atravessam os domínios da ancestralidade, é tema da websérie de quatro episódios que celebram os 40 anos da carreira do artista. O público capixaba pode conferir os episódios, por meio da série disponível no canal Zé Moreira – Em Composição, no YouTube. O projeto foi contemplado por meio do Edital Seleção de Projetos e Concessão de Prêmio Cultura Digital, da Lei Aldir Blanc.

Um tema diferente é abordado em cada episódio, a partir de uma canção específica do artista capixaba e que integra o fazer musical dele. “Canções, como ‘Roda D’água’ e ‘Bandeiras’, conduzem as histórias que surgem por meio de um cenário lúdico e intimista. ‘Zé Moreira – Em Composição’ é um retrato do artista, mas também se revela como fonte de conhecimento e contemplação da riqueza musical do Espírito Santo”, destacou um dos produtores da websérie Gabriel Moreira, que é filho do compositor.

O músico Zé Moreira nasceu em 1965 em Vila Velha/ES e radicado em Vitória/ES. Descendente de negros e italianos cresceu nas redondezas de Paul, Cobiândia e Vila Garrido e passou a adolescência em Jardim da Penha, porém nunca esqueceu de suas raízes suburbanas e sua musicalidade está muito ligada a essa ponte entre o subúrbio e a classe média.

CARREIRA

Começou sua carreira aos 16 anos, quando foi classificado no V Salão do Compositor Capixaba e a partir daí passou a tocar na noite e em teatros de Vitória,



Zé Moreira tem dois CDs autorais gravados e segue carreira de cantor e compositor desde 16 anos

sempre colocando a obra autoral como prioridade em sua carreira. Por volta dos 18 anos teve seu primeiro contato com o jazz, estilo pelo qual se apaixonou e transformou em um dos alicerces de sua musicalidade. Tocando guitarra e violão utilizou o jazz – ele próprio gosta de dizer que é uma ferramenta de trabalho – para compor suas canções, misturando regionalismo e sofisticação harmônica.

Como guitarrista e violonista tocando na noite de Vitória chamou a atenção do cantor e compositor cachoeirense Sergio Sampaio com o qual se apresentou em diversos shows em Vitória, fez turnê em Brasília e participou do documentário “Cachoeiro em Três Tons”. Além de ter formado uma grande amizade com Sérgio

foi um dos últimos músicos a acompanhá-lo antes de sua morte. Após a morte de Sergio Sampaio, Zé Moreira continuou se apresentando na noite de Vitória e estudando o Jazz – como autodidata – de forma cada vez mais intensa, sem deixar de lado a composição que é atividade que até hoje mais lhe dá prazer.

No final dos anos 90 no auge de seu amadurecimento musical Zé Moreira foi convidado a trabalhar como diretor de cultura da prefeitura de Cariacica para uma complicada missão: realizar o tradicional carnaval de congo de Roda D’água. Ele que já tinha uma ideia do congo pelas mãos de parceiros musicais como Jonathan Silva e Zé Antônio, e tinha agora a oportunidade de viver e conviver ele próprio com essa

cultura tão especial, oportunidade única principalmente por se tratar de Roda D’água, um lugar que o difícil acesso preservava e ainda preserva com maior vigor a pureza dessa tradição popular.

Logicamente ele fez jus a essa oportunidade e nas palavras de sua esposa: “se enfiou em Roda D’água” de corpo e alma. Em parceria com o artista e amigo Zuilton realizou, talvez, o carnaval que mais respeitou a cultura do local, estimulando, por exemplo, a criação das primeiras bandas de congo mirins da região. Foram meses de convivência com mestres, congueiros, pessoas da comunidade. Absorveu intensamente aquela atmosfera cultural e por fim compôs uma de suas mais belas canções, intitulada Roda D’água.

Discografia independente com ricas parcerias

JÁ NOS anos 2000, após muitos anos de carreira e muitas belas composições no repertório chegava à hora de realizar o sonho de gravar um disco. E no final de 2001, com o incentivo da lei Rubem Braga foi lançado o primeiro disco de Zé Moreira “Feito a Mão”.

Como o próprio nome sugere o disco foi fruto de muito trabalho e dedicação, visto as dificuldades que existem para um artista independente que precisa compor, fazer arranjo, tocar, produzir, divulgar, vender, etc. Mas já de cara o disco começou rendendo bons frutos como a classificação no III Prêmio Visa de Compositores e a admiração de personalidades como o crítico musical Roberto Moura, o pianista Elvius Vilela, e talvez o mais importante: o baterista e percussionista Robertinho Silva.

Em 2009, Zé Moreira em parceria com Robertinho Silva, lançou o seu segundo disco “Padedê de Sararás”. Zé Moreira traduz em Padedê de Sararás o contador de histórias, o cancionista popular, e transita da viola à guitarra, do samba ao jazz com a mesma naturalidade em que entoava os motes de congo. Robertinho, um dos artistas brasileiros mais importantes do século XX, demonstra no projeto Padedê de Sararás todo conhecimento instrumental e rítmico adquirido no decorrer dos seus 50 anos de carreira e pesquisa musical.

SERVIÇO

Zé Moreira – Em Composição

- EPISÓDIO 1 – Bandeiras
- EPISÓDIO 2 – Roda D’água
- EPISÓDIO 3 – Rio acima
- EPISÓDIO 4 – Não tinha nada que
- [LINK: Plataforma YouTube](#)

Ficha Técnica

- DIREÇÃO: Gabriel Moreira e Cláudio França
- PRODUÇÃO Executiva: Kátia Moreira e Gabriel Moreira
- COPRODUÇÃO: Item Filmes
- DIREÇÃO de Fotografia: Yury Aires

ONDE VOCÊ ESTIVER, VEJA E REVEJA
O ESPÍRITO SANTO NO **ES FLIX**

A MAIOR PROGRAMAÇÃO DA
TV PARA VOCÊ MARATONAR!

ACESSE GRÁTIS ESFLIX.COM.BR

Google Play
 App Store

/redetves
 /redetves
 /redetvesoficial
 espost.com.br

Prazer sem culpa e responsável

Para lembrar uma data tão importante, uma receita doce, mas que não leva açúcar



CAROLINA BOUERI
@carolsflavors

Tomei a liberdade de usar o espaço da coluna desta semana para alertar sobre um mal silencioso que afeta muito mais gente do que se imagina. Provavelmente você já ouviu o conselho de alguém para não exagerar nos doces, pois isso poderia provocar o diabetes. Apesar de não ser o único fator determinante para o surgimento da doença, ela sempre esteve atrelada ao consumo excessivo de açúcar, o que é algo que faz sentido.

Segundo dados do Ministério da Saúde, o diabetes afeta cerca de 250 milhões de pessoas em todo o mundo. Só no Brasil, a Sociedade Brasileira de Diabetes afirmou que, em 2019, mais de 13 milhões de pessoas viviam com a doença; aqui no ES, dados mostram que 320 mil podem ter diabetes, que é responsável

por mais de 2 mil internações em todo o estado. O dado é alarmante, uma vez que as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), como diabetes, são responsáveis por mais de setenta por cento das mortes.

O Dia Mundial do Diabetes, celebrado em 14 de novembro, foi uma data escolhida pela Federação Internacional de Diabetes (IDF) e pela Organização Mundial de Saúde (OMS) para reforçar a conscientização a respeito da doença, principalmente para evidenciar a importância da prevenção e oferecer alternativas para as dificuldades enfrentadas pelos pacientes.

O Diabetes Mellitus é uma doença crônica provocada pela falta de insulina ou da incapacidade do organismo de utilizá-la adequadamente. A insulina controla os níveis de açúcar no nosso sangue. Quando uma pessoa tem diabetes, ela não consegue utilizar a glicose adequadamente, provocando um déficit na metabolização desse carboidrato. Isso pode provocar danos em órgãos, vasos sanguíneos e nervos.

SEM AÇÚCAR

Para celebrar essa data importante, trouxe uma receita de cheesecake sem açúcar e sem trigo, mas com satisfação de sobra.

Literalmente, cheesecake quer dizer “bolo de queijo”, ainda que a atual versão da sobremesa lembre mais uma torta do que um bolo propriamente dito. Como toda boa história sobre a origem de um prato, essa não fica atrás e possui várias versões. Uma delas é de que o doce surgiu na Grécia Antiga e era utilizada inclusive nas Olimpíadas na alimentação dos atletas antes das provas.

O cheesecake mais parecido com a que conhecemos atualmente veio das confeitarias norte-americanas, comandados por descendentes de judeus. A versão moderna da receita surgiu por volta de 1880. Alguns cheesecakes levam queijo cottage ou ricota ao invés do cream cheese, deixando a sobremesa um pouco mais light e com sabor mais suave.

CAROLINA BOUERI



O Cheesecake de Mirtilo leva queijo ricota, deixando a sobremesa mais light e com sabor mais suave

CHEESECAKE DE MIRTILO SEM AÇÚCAR

Ingredientes

- 1 receita de leite condensado diet (2 xícaras de chá de leite em pó desnatado; 1 ½ xícara de chá de água fervente; 2 colheres de chá de margarina light; ½ xícara de chá de adoçante culinário batidos no liquidificador por 5 min.)
- 1 xícara de chá de leite desnatado;
- ½ copo de iogurte natural desnatado;
- 500 gr de ricota amassada;
- 1 colher de chá de essência de baunilha;
- 5 claras batidas em neve;

Modo de preparo

- **PRIMEIRAMENTE**, bata bem todos os ingredientes no liquidificador, exceto as claras em neve; logo após, misture delicadamente as claras em neve, despeje em assadeira de fundo removível e leve ao forno pré-aquecido 180°C por aproximadamente 50 min. Deixe esfriar, então, coloque a cobertura e leve à geladeira.

Ingredientes cobertura

- 250g de mirtilo fresco

- 100ml de água
- 1 pacote de gelatina em pó
- ½ xícara de adoçante culinário

Modo de preparo

- **COZINHE** os mirtilos com metade da água e o adoçante. Após as frutas ficarem macias e colorirem a calda, desligue o fogo. Hidrate a gelatina com o restante da água e leve ao micro-ondas por 15 segundos. Depois, adicione à calda, misturando bem, e a espalhe por cima do cheesecake.



COLUNA DO VINHO

Carolina Correa)) vinhoses@eshoje.com.br

Armazenando vinho depois de aberto

Abriu uma garrafa de vinho, não conseguiu beber ela toda e não sabe o que fazer? Confira essas dicas!

DIVULGAÇÃO



Após tirar o máximo de oxigênio da garrafa, o vinho dura no máximo três dias na geladeira

Abriu uma garrafa de vinho e não sabe como armazenar aquele restinho que não conseguiu beber? Hoje vamos falar de alguns métodos simples e baratos que fazem seu vinho se manter bom para ser consumido por alguns dias.

Antes de falarmos desses métodos, vamos entender por que o vinho “estraga” depois de uns dias aberto.

O contato do vinho com o oxigênio tem efeitos distintos. Primeiramente ele pode fazer com que o vinho melhore, realçando seus aromas e sabores após colocá-lo em uma taça ou em um decanter. Porém, depois de um tempo, com a proliferação das bactérias acéticas, o vinho começa a entrar em um processo de oxidação, transformando-o em vinagre.

Existem várias formas de fazer com que o vinho dure mais um tempinho e o estilo do vinho também interfere. A regra básica é de se tirar o máximo de oxigênio presente na garrafa. Mas não se anime muito, pois no geral esse prazo é curto. A média é de dois a três dias na geladeira. Ele deve ser mantido resfriado, pois a baixa temperatura faz com que as bactérias acéticas demorem mais a se proliferar.

O espumante é uma exceção na regra de se retirar o oxigênio. O gás carbônico formado na segunda fermentação precisa ser preservado e então utiliza-se uma tampa de metal com silicone que suporta a pressão do espumante, mantendo-o vivo por mais tempo. Nesse caso, não é feita a sucção que veremos a seguir, justamente para manter esse gás.

Para os vinhos tranquilos, ou seja, os sem gás, vou dar duas dicas simples e baratas. Começo falando de um aparelhinho chamado Vacu Vin ou “salva-vinhos”, que pode ser encontrado

facilmente na internet ou em casas especializadas de vinho. Esse aparelho tem um custo acessível e é composto de um jogo de rolha de borracha e uma bomba que, quando se encaixa nessas rolhas, faz a sucção do ar que se encontra na garrafa, mantendo seu vinho bebível por mais uns dias.

Uma sugestão ainda mais fácil e sem custo algum, é transferir o líquido que sobrou da garrafa grande, de 750 ml, para uma garrafa menor, de 375 ml, as popularmente conhecidas como “meia-garrafa”. Após essa transferência, vede com uma rolha e mantenha a bebida na geladeira. Como a garrafa é a metade do tamanho de uma garrafa de 750 ml, o espaço que sobra para que o oxigênio fique armazenado é menor que o que sobraria em uma garrafa grande, fazendo então que esse contato diminua, prologando a duração de seu vinho.

Mantenha sempre esse vinho tampado!

Caso você veja que não vai consumir o restante desse vinho, vai uma dica final: congele o vinho que sobrou em forminhas de gelo e o utilize depois para marinadas de carnes e para pratos que levam a bebida em sua composição.

Obviamente que o vinho após esses três dias vai perder um pouco de sua vivacidade, aromas e gostos, mas poderá sim ser consumido.

Sempre digo que uma garrafa depois de aberta deve ser toda consumida, afinal, para um bom degustador de vinhos esse “desperdício” é quase um pecado! Mas se você é da turma que deixa sobrar, espero que essas dicas ajudem a manter seu vinho por mais uns dias.

Um brinde!

PUBLICAÇÃO LEGAL

EDITAIS • COMUNICADOS • BALANÇOS • CONVENÇÕES • PRESTAÇÕES DE CONTAS

ESHOJE

SEXTA-FEIRA, 12 DE NOVEMBRO DE 2021)) WWW.ESHOJE.COM.BR)) BIANCA@ESHOJE.COM.BR)) ANUNCIE: (27) 3026-1777

Bianca B. Coutinho

COMUNICADO
L.I.S.A - LOGÍSTICA INTEGRADA SULAMERICANA S/A, CNPJ: 08.248.539/0001-76 torna público que Requereu da SEMMA, através do processo nº 3467/2007 a Licença Municipal de Regularização - LMR, para a atividade de Estocagem e Armazenamento de Cargas Gerais, na localidade de Planalto de Carapina - Serra/ES.

COMUNICADO
A Empresa **CTS TRANSPORTES E SERVIÇOS LTDA**, torna público que requereu da SEMDEC, através do processo nº 22320/2019, a Licença Simplificada para atividade oficina mecânica e comércio de peças, no Bairro Santo Antônio, Município de Cariacica/ES.

ASSOCIAÇÃO DOS FISCALIS DO MUNICÍPIO DE VITÓRIA AFMV

EDITAL DE CONVOCAÇÃO DE ELEIÇÕES

O Presidente da Associação dos Fiscais do Município de Vitória - AFMV, no uso de suas prerrogativas capituladas no art. 64 do Estatuto Social, **CONVOCAR todos os associados a se reunirem em Assembleia Geral Ordinária a ser realizada no dia 18 de dezembro de 2021, sábado, em sua Sede Recreativa localizada a Rua Arlindo Dias, nº 65, Bairro Morada de Camburi, Vitória, ES, CEP 29.062-575. Com início em primeira chamada às 09:00 horas com a presença da maioria de seus associados. E as 09:30 horas em segunda chamada com os associados presentes com encerramento as 14:00 horas, de acordo com as regras Estatutárias vigentes para tratar da seguinte Ordem do Dia:**

1 -Eleição da Diretoria Executiva e do Conselho Fiscal para o triênio 2022/2024.
2 -Posse dos membros da Diretoria Executiva e dos membros do Conselho Fiscal eleitos.
O Presidente da AFMV indicará os membros da Comissão Eleitoral, de acordo com o art. 65, § 2º do Estatuto Social para coordenar e regulamentar as Eleições, dando a devida divulgação do pleito aos interessados via redes sociais e demais dispositivos informadores.

Revoga-se as disposições contidas nos Editais de Convocações para Assembleias Gerais Ordinárias publicados no Jornal Online Grafitti News datados de 06/11/ 2021 e 09/11/2021.

Informes na Secretaria da AFMV: (27) 99973 4566
Vitória, 12 de novembro de 2021
CARLOS ROBERTO ROSSONI
Presidente da AFMV

COMUNICADO
"AILTON SOARES MARTINS", torna público que requereu da SEMMA, através do Proc. Nº 63346/2021, Licença LMAR, para a atividade de "Corte e acabamento de rochas ornamentais", COD.3.03 (I), na localidade de Rua Gaivotas, nº 14, São Conrado, município de Vila Velha - ES.

COMUNICADO
POSTO DE COMBUSTÍVEL PAVÃO LTDA, torna público que Requereu da Secretaria Municipal de Meio Ambiente de Vila Pavão, através do processo nº 004029/2021, Licença de Regularização LAR, para atividade de POSTO REVENDIDOR DE COMBUSTÍVEIS na localidade de Rua Vasco Coutinho, 115, Centro, Vila Pavão - ES.

Apoie as Pequenas Empresas

Porque é importante para você e sua
comunidade

Anuncie aqui:

Bianca Coutinho - bianca@eshoje.com.br

ESHOJE