



Além das Montanhas

Lucas Barros

Variante Ômicron: alarde necessário ou precipitado?

A Ômicron, nova variante do coronavírus, detectada recentemente na África do Sul, já causou alerta mundial. Mesmo com o nosso país possuindo um grande número de pessoas vacinadas, a nova cepa vem causando muita preocupação e deixando muitas perguntas em aberto.

Até a última terça-feira, 30 de novembro, pelo menos 17 países do mundo relataram registros de casos da variante Ômicron, dentre eles, o Brasil que teve a confirmação de três casos no Estado de São Paulo. De acordo com a Anvisa, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária, dois são missionários brasileiros vindos da África do Sul e o terceiro oriundo da Etiópia. Todos com o ciclo vacinal completo e estão sem sintomas.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) realiza o monitoramento contínuo da expansão da nova variante pelo mundo e alerta sobre o risco global classificado como "muito alto" de uma nova onda de propagação da doença.

Vacinados estão imunes à nova variante?

Recentemente, o Brasil celebrou o êxito de realizar a vacinação de 133.784.419 pessoas que tomaram a segunda dose ou a dose única da imunizante, o que representa aproximadamente 63% da população imune. Contudo, pode ser que as vacinas possam não ter eficácia contra essa nova cepa do coronavírus.

A vacina tem o papel de antecipar uma possível invasão, pois induz o sistema imunológico a reconhecer o vírus apresentando-o ao organismo em uma forma

que não faz mal à saúde. Assim, o imunizante treina nosso corpo para que ele seja capaz de reconhecer o coronavírus no futuro e já saiba como criar anticorpos para combatê-lo da forma mais rápida possível.

Por sua vez, a OMS relata que a variante Ômicron é bem diferente ao vírus original detectado no ano passado em Wuhan, na China. A grande preocupação dos cientistas é que 32 das 50 mutações encontradas pelos pesquisadores são na proteína Spike, usada nas vacinas AstraZeneca, Pfizer e Janssen para treinar o corpo humano contra o efeito da Covid-19.

Segundo a organização, a mutação é preocupante porque pode reduzir a eficácia das vacinas. Todavia, muitos estudos da cepa começaram a ser feitos por pesquisadores de todo o mundo há pouquíssimo tempo. E, até que cheguem a qualquer conclusão, dizer se as vacinas estão funcionando ou não, é pura especulação.

Réveillon e Carnaval ameaçados

Pelo menos oito capitais não terão festa de Réveillon na virada de 2021 para 2022. Dessas, duas já optaram por também cancelar a folia de Carnaval em fevereiro. O avanço da variante fez prefeitos e governadores de todo o país reavaliarem a decisão de promover eventos que resultam em naturais aglomerações.

Bem pertinho da gente, o prefeito Paulo Barros, de Bom Jardim, anunciou na última segunda-feira, 29 de novembro, através de vídeo, que o município desistiu de realizar o carnaval no município em 2022. Trajano de Moraes foi a segunda cidade da região

serrana a cancelar não somente o carnaval, como também todas as festividades do ano novo.

Já a nossa cidade, Nova Friburgo, detentora do título do segundo maior carnaval do Estado do Rio de Janeiro, mantém, pelo menos por enquanto, a programação e no último fim de semana realizou o sorteio com a ordem dos desfiles das escolas de samba para o carnaval do próximo ano.

Eduardo Paes, prefeito do Rio de Janeiro, alegou por meio de suas redes sociais que não cancelará as festividades sem antes ter dados técnicos sobre a nova variante do coronavírus. Por sua vez, explicou que caso não existam condições seguras para a população, o cancelamento será inevitável: "Se tiver que adotar restrições, não será só no carnaval. Se tiver de cancelar, vamos cancelar", disse o prefeito.

Resumo da ópera

Fato é que já são quase dois anos de pandemia e não podemos alardear o incerto. Não se tem comprovação se a vacina é totalmente efetiva para prevenção da nova cepa ou não. Inexiste certeza se é mais ou menos contagiosa. Por enquanto, somente há suposições e estudos do que pode ser capaz a nova cepa.

Até o momento, não há nenhuma morte associada a Ômicron. Pequeno ou grande o poder de fogo da nova variante, só sabemos daqui a um tempo. Fato é que ainda é muito cedo para se falar em cancelamento de algo. No momento, usemos as melhores armas que temos: a vacina e uso constante de máscaras.

Lucas Barros é bacharel em Direito. Escreve às quintas-feiras.



Saúde Mental e você

Cesar Vasconcellos

consultorio@portalnatural.com.br

Alívio para o perfeccionismo

Uma pessoa perfeccionista quer fazer o certo com exagerada preocupação e não falhar em nada. O sábio Rei de Israel, Salomão, disse: "Não sejas demasiadamente justo, nem demasiadamente sábio; por que te destruirias a ti mesmo?" Isto está em Eclesiastes 7:16, na Bíblia.

Um perfeccionista sente necessidade de não errar para não ser chamado a atenção e teme que descubram algum erro seu. Geralmente se pune por ter cometido falhas, mesmo antes que façam comentários negativos sobre ele. Uma das razões que levam alguém a se tornar perfeccionista tem que ver com sentimentos de abandono que a pessoa nutre desde a meninice quando havia em sua família alguma situação afetiva que promovia a negação de sentimentos, quase uma proibição de expressar emoções, incluindo zanga, a pessoa sentia que não poderia discordar de ideias dos outros familiares, sentia medo, insatisfação, e não expunha desejos pessoais.

Têm crianças que quando cometem erros normais da idade, são criticadas pelos mais velhos como se tivessem que ser adultas precocemente e saber tudo. Adultos quando não estão bem consigo mesmos, podem explodir com raiva diante de uma criança que faz uma queixa justa. Mesmo quando uma criança erra ou faz uma travessura, a forma como os pais reagem com ela pode ser exagerada e até pior do que o que a criança fez.

Uma mulher disse: "Em criança, quando eu tinha feito algo incorreto, meu pai alcoólico não falava comigo durante vários dias. Ainda posso me lembrar de me sentir tensa, triste, e sozinha até que ele voltasse a se comunicar comigo; então tudo estaria bem outra vez. Eu me sentia como se estivesse sendo abandonada várias vezes. Não sabia que o pensamento e comportamento alcoólico do meu pai não tinha nada a ver comigo." (A Esperança para Hoje", Al-Anon, p.246).

Essa mulher nutria culpa falsa. Sentia que era erro dela o fato do pai

ficar emburrado vários dias com ela, quando na verdade ele ficava assim por causa do alcoolismo e dificuldades temperamentais dele.

Ainda que o medo de abandono é um dos medos universais encontrado em todas as crianças (outro é o medo do escuro), o medo do abandono não é natural. Ele indica algum conflito interno na pessoa devido a alguma situação traumática de sua vida.

Algumas coisas que ajudam uma pessoa a aliviar a pressão sobre si mesmo e talvez sobre outros devido à uma atitude perfeccionista podem ser: 1) Pare de ficar chato consigo mesmo exigindo perfeição demais. Isto não significa tornar-se irresponsável. Significa permitir-se relaxar. 2) Não precisa fazer dez coisas ao mesmo tempo para agradar a todos. 3) Evite ficar querendo adivinhar o que poderá agradar os outros. 4) Acabe com as atitudes de agradar a todos o tempo todo custe o que custar. É impossível fazer isto e não perder sua saúde. Se alguém lhe pressiona ou desagrada, você tem direito de dizer coisas como: "Me dê algum tempo para pensar nisso.", "Não posso dar minha resposta final agora. Mais tarde lhe digo o que decidi.", "Não tenho certeza.", "Não sei." 5) Não se preocupe em ter que explicar seus motivos para uma pessoa explosiva que não pensa com sensatez, que não consegue escutar o que você tem a dizer. Temos o direito de ser quem somos e temos a responsabilidade de procurar crescer no nosso ritmo em direção a ser uma pessoa melhor. Sem exageros perfeccionistas.

Dr. Cesar Vasconcellos, médico psiquiatra escreve neste espaço às 5as. feiras. Apresenta nas 2as., 4as. e 6as. às 16:25 e reprise às 9:25 o programa **Claramente dentro do Vida e Saúde na TV Novo Tempo - RCA 23 - Sky 31 - Net 184 e 684 - Vivo 240 - Vivo Fibra 401 - Oi 1 - Claro 27 e 527. Programas maiores em www.youtube.com/claramentent e atuais em www.youtube.com/vidaesaudent. Ele também apresenta de 2a. à 6a. às 8:30 e 14h o programa **Equilíbrio na Rádio Novo Tempo - www.novotempo.com/radioavivo****



Estado do Rio de Janeiro

Câmara Municipal de Nova Friburgo

PORTARIA Nº 2.606/2021

O VEREADOR WELLINGTON MOREIRA, Presidente da Câmara Municipal de Nova Friburgo, no uso de suas atribuições legais... **RESOLVE**

Exonerar, a pedido, o servidor MARCELO BARBOSA DA SILVA SCHUENCK do cargo de provimento em comissão de Secretário-Geral, com efeitos a partir do dia 30 de novembro de 2021.

Registre-se, publique-se e cumpra-se.

Nova Friburgo, 29 de novembro de 2021.

VEREADOR WELLINGTON MOREIRA
PRESIDENTE

PORTARIA Nº 2.607/2021

O VEREADOR WELLINGTON MOREIRA, Presidente da Câmara Municipal de Nova Friburgo, no uso de suas atribuições legais... **RESOLVE**

Exonerar o servidor NELSON LUIZ PEREIRA CUNHA do cargo de provimento em comissão de Assessor Parlamentar de Expediente, com efeitos a partir do dia 30 de novembro de 2021.

Registre-se, publique-se e cumpra-se.

Nova Friburgo, 29 de novembro de 2021.

VEREADOR WELLINGTON MOREIRA
PRESIDENTE

PORTARIA Nº 2.608/2021

O VEREADOR WELLINGTON MOREIRA, Presidente da Câmara Municipal de Nova Friburgo, no uso de suas atribuições legais... **RESOLVE**

Exonerar a servidora ERIKA MATTOS AMARAL do cargo de provimento em comissão de Chefe de Comunicação Social, com efeitos a partir do dia 30 de novembro de 2021.

Registre-se, publique-se e cumpra-se.

Nova Friburgo, 29 de novembro de 2021.

VEREADOR WELLINGTON MOREIRA
PRESIDENTE

PORTARIA Nº 2.609/2021

O VEREADOR WELLINGTON MOREIRA, Presidente da Câmara Municipal de Nova Friburgo, no uso de suas atribuições legais... **RESOLVE**

Nomear NELSON LUIZ PEREIRA CUNHA para ocupar o cargo, de provimento em comissão, de Chefe de Comunicação Social, com vencimento correspondente ao padrão CM-II grau "C", com efeitos a partir do dia 01º de dezembro de 2021.

Registre-se, publique-se e cumpra-se.

Nova Friburgo, 29 de novembro de 2021.

VEREADOR WELLINGTON MOREIRA
PRESIDENTE

PORTARIA Nº 2.610/2021

O VEREADOR WELLINGTON MOREIRA, Presidente da Câmara Municipal de Nova Friburgo, no uso de suas atribuições legais... **RESOLVE**

Exonerar a servidora ANDRESSA LESLIE BRAUER CORDEIRO do cargo de provimento em comissão de Assessora Parlamentar de Expediente do Vereador Wellington Moreira, com efeitos a partir do dia 30 de novembro de 2021.

Registre-se, publique-se e cumpra-se.

Nova Friburgo, 30 de novembro de 2021.

VEREADOR WELLINGTON MOREIRA
PRESIDENTE

PORTARIA Nº 2.611/2021

O VEREADOR WELLINGTON MOREIRA, Presidente da Câmara Municipal de Nova Friburgo, de acordo com a Lei Complementar nº 95, de 1º de abril de 2015, e no uso de suas atribuições legais... **RESOLVE**

Nomear ANDRESSA LESLIE BRAUER CORDEIRO para ocupar o cargo, de provimento em comissão, de Assessora Parlamentar de Gabinete, com vencimento no valor de R\$ 1.969,18 (mil novecentos e sessenta e nove reais e dezoito centavos), correspondente ao Padrão CM-IV, Grau "B", com efeitos a partir de 01º de dezembro de 2021.

Registre-se, publique-se e cumpra-se.

Nova Friburgo, 30 de novembro de 2021.

VEREADOR WELLINGTON MOREIRA
PRESIDENTE

PORTARIA Nº 2.612/2021

O VEREADOR WELLINGTON MOREIRA, Presidente da Câmara Municipal de Nova Friburgo, de acordo com a Lei Complementar nº 95, de 1º de abril de 2015, e no uso de suas atribuições legais... **RESOLVE**

Nomear interinamente ERIKA MATTOS AMARAL para ocupar o cargo, de provimento em comissão, de Secretária-Geral, com vencimento correspondente ao Padrão CM Grau "C", com efeitos a partir do dia 01º de dezembro de 2021.

Registre-se, publique-se e cumpra-se.

Nova Friburgo, 30 de novembro de 2021.

VEREADOR WELLINGTON MOREIRA
PRESIDENTE



Estado do Rio de Janeiro

Prefeitura Municipal de Nova Friburgo

AVISO DE PREGAO ELETRÔNICO Nº 086/2021 - I

REGISTRO DE PREÇO EXCLUSIVO para ME, EPP e MEI UASG: 985867

O Município de Nova Friburgo, através de sua Comissão de Pregão I, torna público que fará realizar licitação, sob a modalidade de PREGÃO ELETRÔNICO, pelo Sistema de REGISTRO DE PREÇOS, do tipo menor preço por item para Aquisição de EPI'S para atender as necessidades da Escola de Auxiliares e Técnicos de Enfermagem Nossa Senhora de Fátima.

Data: 16/12/2021 Horário: 10h30
Estimativa: R\$ 126.892,00 Processonº11.484/2021

Local de retirada do edital www.gov.br/comprase <https://novafriburgo.tj.gov.br/licitacao>

E-mail: licitacao@pmnf.org.br

Telefone para contato: (22)2533-1458

Comissão de Pregão I
Leonardo Gabrig Peixoto
Pregoeiro

ERRATA A ADJUDICAÇÃO E HOMOLOGAÇÃO DE LICITAÇÃO E AUTORIZAÇÃO DE DESPESA

PROCESSO Nº. 11337/2020/2020
PREGÃO ELETRÔNICO Nº. 020/2021

Onde se lê :

OBJETO: REGISTRO DE PREÇOS para futura e eventual aquisição de EQUIPAMENTOS MÉDICOS DE MÉDIA COMPLEXIDADE para atender a necessidade do Hospital Raul Sertã.

LEIA-SE:

OBJETO: AQUISIÇÃO DE EQUIPAMENTOS MÉDICOS DE MÉDIA COMPLEXIDADE PARA ATENDER AS NECESSIDADES DO HOSPITAL RAUL SERTÃ.
Onde se lê :
A empresa: SILVIO VIGIDO, cotou o menor preço para o item 1 o valor unitário de R\$ 15.000,00(quinze mil reais) e o item 5 o valor unitário de R\$ 3.103,00(três mil, cento e três reais), perfazendo o valor total de R\$ 63.103,00(sessenta e três mil, cento e três reais)

LEIA-SE:

A empresa: SILVIO VIGIDO, cotou o menor preço para o item 1 o valor unitário de R\$ 15.000,00(quinze mil reais) e o item 5 o valor unitário de R\$ 3.103,00(três mil, cento e três reais), perfazendo o valor total de R\$ 72.412,00(setenta e dois mil, quatrocentos e doze reais)

Nova Friburgo, 30 de novembro de 2021.

Nicole Ribeiro Lessa Cipriano
Secretária de Saúde
Mat. 106.137