

Pesquisadores do RJ desenvolvem soro contra a Covid-19 com a ajuda de cavalos

Um estudo no Rio de Janeiro pode trazer bons resultados no tratamento da Covid-19. Pesquisadores do Instituto Vital Brazil estão desenvolvendo um soro com a ajuda de cavalos.

Pág02

Hotéis devem voltar a receber turistas a partir do dia 15 de julho em Cabo Frio

Os hotéis de Cabo Frio devem voltar a receber turistas a partir do dia 15 deste mês. A liberação parcial dos meios de hospedagem para turismo de lazer foi anunciada pela Prefeitura na última semana junto com outras medidas para a retomada gradual da economia do município.

Pág03

Professores do Rio votam a favor de greve para protestar contra volta das aulas presenciais

A decisão foi tomada em uma assembleia virtual da categoria realizada nesse sábado (4) com mais de 500 docentes. De acordo com o Sindicato dos Professores do Município do Rio de Janeiro e Região (SinproRio).

Pág02

Pesquisa da Uerj avalia efeitos da atividade física no bem-estar das pessoas em quarentena

Praticar exercício é um hábito saudável, mas em tempos de distanciamento social e maior dificuldade para manter uma rotina de atividades físicas, a preocupação com a boa forma pode não estar sendo benéfica à saúde mental da população.

Pág03

Prefeitura de Araruama oferece vários serviços por meio de novo aplicativo de celular

PREFEITURA ARARUAMA

APLICATIVO MINHA CIDADE

Com esse aplicativo você, morador de Araruama, vai ter **acesso direto** a atendimentos, como **Protocolos** e **Guias de IPTU**. Agora é possível fazer consultas em instantes.

Como baixar o app

- 1 Acesse a loja do seu **celular** ou **tablet**
- 2 Busque por **“Minha Cidade”**
- 3 Faça o **download** e **configure** o aplicativo

Disponível na **App Store** **DISPONÍVEL NO Google Play**

O Verso e o Reverso

Por Remo Noronha



JOGOS DE ENCAIXE

Daquilo que já quis te dizer
Há algo que não calou
Mas Até quando os espaços
Se isso Já tão esparsos
Simplesmente Te oprimiam
Ainda não é tudo Te amo
Então perceba também Só
O quanto os nossos corpos
Se encaixam com perfeição

Licença Ambiental de Araruama

PROCESSO Nº 7021/2020

FERNANDO MENDES BARBOSA, CPF 136.960.677-09, torna público que **RECEBEU a LICENÇA AMBIENTAL DE INSTALAÇÃO nº 0116/2020**, com validade até 18/06/2024, de acordo com o Artigo 70 da Lei Complementar Nº 138/2018, para a atividade de RESIDÊNCIA UNIFAMILIAR, situado no lote 13 da quadra 16 do loteamento Balneário Praia Seca- zona 03- Praia Seca, zona urbana do município de Araruama/RJ.

Foi determinado o cumprimento das exigências contidas nas normas e instruções do Licenciamento da SEMAM.

Logus Ambiental Ltda-Me

C.N.P.J. 07.766.805/0001-90

Site: www.logusnoticias.com.br

E-mail: logusnoticias@hotmail.com

Av. Edgar Gismonti, nº 90, Centro, Carmo-RJ

Cep: 28640-000

Tel: (22) 2537-0346

Cel: (22) 99880-8594

Circulação: Interior do Estado do Rio de Janeiro

Jornalista responsável

André Salles - MTB: 0036747/RJ

A Direção do Jornal Logus não endossa, necessariamente, as opiniões emitidas em artigos ou matérias assinadas por seus colaboradores.

Tiragem: 5.000 exemplares

Prefeitura de Araruama oferece vários serviços por meio de novo aplicativo de celular

A comunicação do morador com o poder público municipal em Araruama ganhou mais um aliado. É o aplicativo Minha Cidade, desenvolvido especialmente para dispositivos móveis, ou seja, celulares.

Tudo muito simples. A nova ferramenta virtual oferece acesso

a vários serviços. O cidadão pode verificar, por exemplo, suas guias de IPTU (Imposto Predial e Territorial Urbano) em aberto, a vencer e vencidas, e ainda consultar protocolos em andamento.

Já os servidores públicos municipais podem consultar seu

holerite da folha de pagamento e até mesmo obter o comprovante de rendimentos para o IRPF (Imposto de Renda Pessoa Física).

Com essa nova ferramenta a Prefeitura se aproxima ainda mais dos moradores, com qualidade e eficiência.

Prefeitura de Araruama inaugura Clínica de Saúde em Norival Carvalho, São Vicente

A Prefeitura de Araruama segue com a entrega de novas unidades de saúde no município.

Nessa sexta-feira, 03, foi inaugurada a Clínica de Saúde no bairro Norival Carvalho, em São Vicente, uma conquista para os moradores.

Para evitar aglomeração por causa da pandemia do Coronavírus,

a cerimônia foi online, transmitida ao vivo pelo Facebook da Prefeitura.

A unidade, que tem pouco mais de 86 metros quadrados, leva o nome de Clínica Archimedes José da Fonseca. A equipe é composta por médico da família, enfermeiro e técnico em enfermagem, além de agente comunitário.

A estrutura física contem-

pla um consultório médico, sala de curativos, sala de vacina, sala de expurgo, uma sala de reunião para os agentes comunitários, além do Espaço da Mulher.

Com mais essa unidade, a Prefeitura reafirma o compromisso de seguir investindo na Saúde, melhorando assim a qualidade de vida da população araruamense.

Pesquisadores do RJ desenvolvem soro contra a Covid-19 com a ajuda de cavalos

Um estudo no Rio de Janeiro pode trazer bons resultados no tratamento da Covid-19. Pesquisadores do Instituto Vital Brazil estão desenvolvendo um soro com a ajuda de cavalos.

O soro contra a Covid deve ser uma forma de tratamento para quem já está doente, não uma vacina. A estimativa é que o produto esteja disponível nos primeiros meses de 2021.

A ideia é usar o plasma do cavalo – que é a parte líquida do sangue – para estimular a produção de anticorpos capazes de combater o novo coronavírus em humanos. Isso

se daria por duas maneiras:

Uma delas pega a proteína que o coronavírus usa para se ligar à célula humana e injeta no cavalo. A ideia é que o animal produza anticorpos capazes de impedir que o vírus consiga infectar essa célula.

A outra utiliza o vírus inteiro, mas inativado. Assim, o cavalo produz anticorpos que permitem que o organismo humano destrua esse vírus.

A expectativa é de que em 6 semanas os animais possam estar produzindo os anticorpos para a fabricação do soro.

“O animal, ao entrar em con-

tato com essa partícula estranha, não adoece, mas o sistema imunológico dele desenvolve anticorpos capazes de neutralizar o vírus”, explica Jeferson Lima da Sila, professor do Instituto de Bioquímica Médica da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ).

A estratégia não é nova, é utilizada pelo Instituto Vital Brazil há pelo menos um século. Com a ajuda dos cavalos, os pesquisadores já desenvolveram vacinas e soros contra picada de cobra, aranha, escorpião e até de abelha.

Globo Rural

Professores do Rio votam a favor de greve para protestar contra volta das aulas presenciais

A decisão foi tomada em uma assembleia virtual da categoria realizada nesse sábado (4) com mais de 500 docentes. De acordo com o Sindicato dos Professores do Município do Rio de Janeiro e Região (SinproRio), uma nova assembleia será realizada no dia 1º de agosto.

O vice-presidente do Sindicato, Afonso Celso Teixeira, destacou que os professores não se sentem seguros para o retorno às escolas nesse momento.

A categoria se mobilizou depois de um decreto do prefeito Marcelo Crivella, que determina a retomada das atividades nas escolas particulares, de forma facultativa, a partir do próximo dia 10.

A prefeitura realizou, nas últimas semanas, duas reuniões com os docentes e dirigentes das escolas, mas não houve acordo sobre a data de retorno. Para a rede municipal, a data prevista é 3 de agosto.

O estado do Rio de Janeiro superou, neste final de semana, a marca dos 120 mil casos de covid-19. Segundo o boletim da Secretaria de Estado de Saúde, foram confirmados 120.428 casos da doença e 10.624 óbitos. Somente na capital são 60.033 casos e 6.889 mortes. Em relação à sexta-feira, foram mais 1.502 casos confirmados e 124 óbitos no estado.

radioagencianacional.etc.com.br

br

Município de Araruama

Poder Executivo



ATA DE REGISTRO DE PREÇOS

Aos quinze dias do mês de junho do ano de 2020, o **MUNICÍPIO DE ARARUAMA**, pessoa jurídica de direito público interno, com sede à Avenida John Kennedy, nº 120, Araruama, Centro, nesta Cidade, Inscrição no CNPJ sob o nº 28.531.762/0001-33, neste ato representado pela Exma. Sra. Prefeita do Município de Araruama, **Livia Soares Bello da Silva**, brasileira, solteira, inscrita no CPF sob o nº 094.591.857-70, portadora da carteira de identidade RG nº 20.121.579-5, residente e domiciliada nesta Cidade e pela Secretária Municipal de Saúde, Sr.^a **Ana Paula Bragança Correa**, brasileira, solteira, portadora da carteira de identidade nº 000.404.641, expedida pelo COREN, inscrita no CPF sob o nº 020.787.147-71, residente e domiciliada nesta Cidade; doravante simplesmente denominado **ÓRGÃO GERENCIADOR**, em face da classificação das propostas de preços no Pregão Presencial – SRP n.º

39/2020, para formação da Ata de Registro de Preços, tendo como fundamento a Ata de julgamento e classificação das propostas, **RESOLVE registrar os preços para futura e eventual aquisição de Fraldas**, para atender as unidades de saúde, pelo período de 12 (doze) meses. Estando de acordo com as especificações no Termo de Referência da SESAU – ANEXO I do Edital às fls. 111/114 e na Ata de Sessão Pública constante às fls. 431 do processo administrativo n.º 13.178/2020, que passam a fazer parte integrante desta Ata de Registro de Preços, tendo sido a(s) sociedades empresária(s) classificada(s) com os respectivos itens e preços. A presente Ata de Registro de Preços terá validade de 12 (doze) meses, a partir de sua publicação e a mesma será utilizada pela Secretaria Municipal de Saúde, como órgão gerenciador, na forma prevista no instrumento editalício, com as sociedades empresárias que tiverem preços registrados, na forma do ANEXO I. Tendo sido cumpridas todas as formalidades

legais e nada mais havendo a constar, lavrando-se esta Ata que vai assinada pela Exma. Sra. Prefeita do Município de Araruama, pela Secretária, bem como pelos representantes das sociedades empresárias com preços registrados, devendo a mesma ser publicada no Diário Oficial do Município para que opere seus jurídicos e legais efeitos.

CLÁUSULA PRIMEIRA – DO OBJETO

O objeto da presente ATA DE REGISTRO DE PREÇOS consiste na futura e eventual aquisição de Fraldas, para atender as unidades de saúde, pelo período de 12 (doze) meses, referente ao Edital do Pregão Presencial – SRP n.º 39/2020 e seus anexos nos autos do processo administrativo nº 13178/2020.

CLÁUSULA SEGUNDA – DO PREÇO/DA VALIDADE DOS PREÇOS

Itens	ESPECIFICAÇÃO	QTD	UNID	MARCA	PREÇO UNITÁRIO	TOTAL
	Registro de Preços para futura e eventual aquisição de Fraldas, para atender as unidades de saúde, pelo período de 12 (doze) meses.					
1	Fralda Descartável p/ Uso Geriátrico, tamanho EG (peso faixa variável acima 90kg), formato anatômico, feita em floc gel, presa na cintura por fita adesiva local, com elástico nas pernas, acondicionado em pacote com 07 unidades.	PCT	15.000	ALPHA SOFT	R\$ 10,00	R\$ 150.000,00
2	Fralda Descartável p/ Uso Geriátrico, tamanho G (peso faixa variável entre 70 a 90kg), formato anatômico, feita em floc gel, presa na cintura por fita adesiva local, com elástico nas pernas, acondicionado em pacote com 08 unidades.	PCT	50.000	ALPHA SOFT	R\$ 10,25	R\$ 512.500,00
VALOR TOTAL						R\$ 662.500,00

PARÁGRAFO PRIMEIRO. A presente Ata de Registro de Preços terá a validade de 12 (doze) meses, a partir da sua Publicação.

PARÁGRAFO SEGUNDO. O Fornecedor classificado é o que segue:

Empresa Fornecedor (Razão Social): MAMÉDICO CIRÚRGICO LTDA	
CNPJ N.º: 00.823.255/0001-54	Telefone: 22 2673-6025 / 97404-8074
Endereço: Rua da Glória, s/n, Lote 5, quadra 2, Boa Perna.	
Cidade: Araruama	UF: RJ CEP: 28.970-000
Endereço Eletrônico: comercialmamedico@outlook.com	
Representante: Igor Barbosa Barcelos	
RG n.º / Órgão Expedidor / UF: 09510103-6 DICRJ	CPF: 088.907.877-75

PARÁGRAFO TERCEIRO. Durante o prazo de validade desta Ata de Registro de Preços, o Município de Araruama não será obrigado a adquirir os itens referidos na Cláusula Primeira exclusivamente pelo Sistema de Registro de Preços, podendo fazê-lo através de outra licitação quando julgar conveniente, sem que caiba recurso ou indenização

de qualquer espécie às empresas detentoras, ou cancelar a Ata, na ocorrência de alguma das hipóteses legalmente previstas para tanto, garantindo às detentoras, neste caso, o contraditório e a ampla defesa.

CLÁUSULA TERCEIRA - DA UTILIZAÇÃO DA ATA DE REGISTRO DE PREÇOS

Será usuário do Registro de Preços o órgão gerenciador SESAU.

PARÁGRAFO PRIMEIRO. Os preços ofertados pelas empresas signatárias da presente Ata de Registro de Preços são os especificados na proposta final, de acordo com a respectiva classificação no Pregão Presencial – SRP n.º 39/2020.

PARÁGRAFO SEGUNDO. Para cada item de que trata esta Ata, serão observadas, quanto ao preço, as cláusulas e condições constantes do Edital do Pregão Presencial – SRP n.º 39/2020, que a precedeu e integra o presente instrumento de compromisso.

PARÁGRAFO TERCEIRO. O preço unitário a ser pago por item será o constante da(s) proposta(s) apresentada(s) no Pregão Presencial – SRP n.º 39/2020, pela(s) empresa(s) detentora(s) da presente Ata, a(s) qual(ais) também a integram.

PARÁGRAFO QUARTO. A Ata de Registro de Preços oriunda deste Processo Licitatório, durante a sua vigência, poderá ser utilizada por outros Órgãos ou Entidades não

participantes, com a devida anuência do Órgão Gerenciador, de acordo com a legislação vigente.

CLÁUSULA QUARTA – DA EMISSÃO DOS PEDIDOS/ PRAZO E LOCAL DE ENTREGA

A licitante vencedora deverá entregar o objeto pelo período de 12 (doze) meses, a contar da data da publicação da Ata de Registro de Preços.

PARÁGRAFO PRIMEIRO. O Município de Araruama, através da SESAU, respeitada a ordem de registro, selecionará as empresas para os quais serão emitidos os pedidos.

PARÁGRAFO SEGUNDO. Os materiais deverão ser entregues de forma prevista no termo de referência, parte integrante desta Ata de Registro de Preços.

PARÁGRAFO TERCEIRO. Os materiais deverão ser entregues na DIALP, situada na Avenida Getúlio Vargas, s/n.º - Centro - Araruama/RJ;

PARÁGRAFO QUARTO. A empresa convocada que não cumprir as obrigações estabelecidas na ata de Registro de Preços, estará sujeita às sanções previstas neste edital. Neste caso, o Município de Araruama convocará, obedecida a ordem de classificação, a próxima empresa registrada no SRP, se for o caso.

PARÁGRAFO QUINTO. A contratação decorrente do presente Registro de Preços, será requerida pela SESAU que apontará quantitativo a ser contratado, bem como prazo



Município de Araruama

Poder Executivo



e setores englobados, de acordo com sua necessidade e conveniência.

CLÁUSULA QUINTA – DAS OBRIGAÇÕES DA(S) EMPRESA(S) FORNECEDORA(S)

Cumprir integralmente as condições estabelecidas no edital do Pregão Presencial – SRP n.º 39/2020.

PARÁGRAFO PRIMEIRO. Manter, durante o período de vigência desta Ata, as condições de habilitação e qualificação do certame licitatório.

PARÁGRAFO SEGUNDO. Responsabilizar-se pelos danos causados diretamente à Administração ou a terceiros, em decorrência de sua culpa ou dolo, na execução do contrato, na forma do que dispõe o art. 70 da Lei 8.666/93.

PARÁGRAFO TERCEIRO. Cumprir todas as exigências contidas no Termo de Referência Anexo I deste Edital.

PARÁGRAFO QUARTO: Assinar a Ata de Registro de Preços;

PARÁGRAFO QUINTO: Manter sigilo, sob pena de responsabilidade civil, penal e administrativa, sobre todo e qualquer assunto de interesse do Município ou de terceiros, de que tomar conhecimento em razão da execução do contrato;

PARÁGRAFO SEXTO: Permitir o acompanhamento e a fiscalização da execução do contrato por servidor designado pela CONTRATANTE para esse fim, em conformidade com o art. 67 e seus parágrafos, da Lei nº 8.666/93;

PARÁGRAFO SETIMO: Aceitar, nas mesmas condições contratuais, os acréscimos ou supressões que se fizerem necessários ao quantitativo do objeto licitado, de acordo com o limite estabelecido no art. 65, § 1º da Lei nº 8.666/93;

PARÁGRAFO OITAVO: Executar o objeto no local determinado no Termo de Referência conforme solicitação da Secretaria Requisitante;

PARÁGRAFO NONO: Zelar pela qualidade do objeto oferecido até a hora de sua entrega e no decorrer de sua execução;

PARÁGRAFO DÉCIMO: Manter contato permanente com a Secretaria requisitante, responsável pela retirada da nota de empenho;

PARÁGRAFO DÉCIMO PRIMEIRO: Atender imediatamente as determinações e exigências formuladas pela secretaria requisitante, bem como dar ciência, imediatamente e por escrito, de qualquer anormalidade que verificar na entrega do objeto;

PARÁGRAFO DÉCIMO SEGUNDO: Refazer ou substituir, por sua conta e responsabilidade, a qualquer época o objeto aceito, desde que fique comprovada a existência de não conformidade com o exigido no certame, somente possível de aferição com a devida utilização;

PARÁGRAFO DÉCIMO TERCEIRO: Reparar, corrigir, remover, reconstituir ou substituir, às suas expensas, no total ou em parte, o objeto do contrato em que se verificarem

Continuação Pág. 3 - ATA DE REGISTRO DE PREÇOS

vícios, defeitos ou incorreções resultantes de execução ou de materiais empregados, nos prazos estipulados, para que se efetue a correção de situações adversas e para o atendimento imediato das reclamações e/ou solicitações da Contratante;

CLÁUSULA SEXTA – DAS OBRIGAÇÕES DOS ÓRGÃOS GERENCIADORES E PARTICIPANTES

I. Atestar a entrega do objeto do contrato por meio do Gestor do contrato;

II. Efetuar os pagamentos às empresas fornecedoras, na forma estabelecida nesta Ata e nos costumes do Edital.

CLÁUSULA SÉTIMA – DO PAGAMENTO

O pagamento será efetuado de acordo com o teor constante pelo item 24 do Edital Pregão Presencial – SRP n.º 39/2020, através de cheque nominativo, na tesouraria da Prefeitura Municipal de Araruama, ou crédito bancário, conforme o caso, em 30 (trinta) dias.

PARÁGRAFO PRIMEIRO. Qualquer pagamento só será efetuado se na Nota Fiscal/Fatura constar o atestado da prestação dos serviços, caso ocorra atraso ou antecipação no pagamento, para compensação financeira, será adotada a Taxa Referencial – TR, pro rata die.

PARÁGRAFO SEGUNDO. A penalização por eventuais atrasos de pagamentos será procedida por multa no valor de 0,5% (meio por cento) ao mês, sobre o valor da obrigação, por atraso superior a 30 (trinta) dias contados da data do adimplemento.

CLÁUSULA OITAVA - DAS CONDIÇÕES DE FORNECIMENTO

A entrega dos objetos estará condicionada ao disposto nos itens 19 e 20, do Edital Pregão Presencial – SRP n.º 39/2020.

CLÁUSULA NONA - DAS PENALIDADES

Os adjudicatários inadimplentes estarão sujeitos às penalidades previstas no art. 87 da Lei Federal nº 8.666/93, bem como da legislação municipal sobre o assunto, assegurado o contraditório e a ampla defesa.

CLÁUSULA DÉCIMA - DA ALTERAÇÃO DE PREÇOS

Durante a vigência desta Ata de Registro de Preços, os preços registrados serão fixos e irrevogáveis, salvo as condições abaixo descritas.

PARÁGRAFO PRIMEIRO. A Ata de Registro de Preços poderá sofrer alterações, obedecidas às disposições contidas no art. 65 da Lei 8.666/93.

PARÁGRAFO SEGUNDO. O preço registrado poderá ser revisto em decorrência de eventual redução daqueles praticados no mercado, ou de fato que eleve o custo dos bens registrados, cabendo ao Órgão Gerenciador da Ata promover as necessárias negociações junto aos fornecedores.

PARÁGRAFO TERCEIRO. Quando o preço inicialmente

registrado, por motivo superveniente, tornar-se superior ao preço praticado no mercado o Órgão Gerenciador deverá convocar o fornecedor visando a negociação para redução de preços e sua adequação ao praticado; frustrada a negociação, o fornecedor será liberado do compromisso assumido; convocar os demais fornecedores visando igual oportunidade de negociação.

PARÁGRAFO QUARTO. Quando o preço de mercado tornar-se superior aos preços registrados e o fornecedor, mediante requerimento devidamente comprovado, não puder cumprir o compromisso, o Órgão Gerenciador poderá liberar o fornecedor do compromisso assumido, sem aplicação das penalidades cabíveis, confirmando a veracidade dos motivos e comprovantes apresentados, desde que a comunicação ocorra antes do pedido de fornecimento; convocar os demais fornecedores visando igual oportunidade de negociação.

PARÁGRAFO QUINTO. Não havendo êxito nas negociações, o Órgão Gerenciador deverá proceder à revogação da Ata de Registro de Preços, adotando as medidas cabíveis para obtenção da contratação mais vantajosa.

CLÁUSULA DÉCIMA PRIMEIRA - DA PUBLICAÇÃO

A publicação dos preços registrados será efetuada no Diário Oficial do Município, trimestralmente, em cumprimento ao disposto no art. 15, § 2º da Lei 8.666/93.

CLÁUSULA DÉCIMA SEGUNDA – DO FORO

Fica eleito desde já o foro da Comarca de Araruama, Estado do Rio de Janeiro, para dirimir questões oriundas desta Ata, renunciando as partes a qualquer outro por privilegiado que seja.

CLÁUSULA DÉCIMA TERCEIRA - DAS DISPOSIÇÕES FINAIS

Integram esta Ata, o edital do Pregão Presencial – SRP n.º 39/2020, bem como as propostas das empresas especificadas nos autos do processo administrativo n.º 13.178/2020.

PARÁGRAFO PRIMEIRO. Os casos omissos serão resolvidos com observância das disposições constantes na Lei 8.666/93, bem como na legislação municipal.

Araruama, 15 de junho de 2020.

MUNICIPIO DE ARARUAMA
LIVIA BELLO
Prefeita

ANA PAULA BRAGANÇA CORRÊA
Secretária Municipal de Saúde

MAMÉDICO CIRÚRGICO LTDA
Igor Barbosa Barcelos
Representante Legal

Testemunhas:

Nome:
CPF:

Nome:
CPF:

Município de Araruama

Poder Executivo



TERMO DE ADITAMENTO Nº 001/2020 ao CONTRATO DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS Nº 008/2020, na forma abaixo:

Pelo presente instrumento, de um lado, o **MUNICÍPIO DE ARARUAMA**, Estado do Rio de Janeiro, pessoa jurídica de direito público interno, inscrito no CNPJ (MF) sob o nº 28.531.762/0001-33, com sede no Paço Municipal, localizado na Avenida John Kennedy, nº 120, Centro, nesta Cidade, neste ato representado pela Exma. Sra. Prefeita, **Livia Soares Bello da Silva**, brasileira, solteira, inscrita no CPF (MF) sob o nº 094.591.857-70, portadora da carteira de identidade RG nº 20.121.579-5, residente e domiciliada nesta Cidade, e pelo Exmo. Sr. Subsecretário Municipal de Obras, Urbanismo e Serviços Públicos, **Adelton Araujo Domingues**, brasileiro, casado, portador da carteira de identidade n.º 105644766 e do CPF n.º 037.285.647-02, residente e domiciliado nesta cidade, como CONTRATADA, a sociedade empresária **OLÍMPICA DOS LAGOS EMPREENDIMENTO COMERCIAL EIRELI**, inscrita no CNPJ sob o nº 12.291.469/0001-06, com sede estabelecida na Rodovia BR 101, Km 266,s/nº, Praça Cruzeiro, CEP: 28.800-000, Rio Bonito/RJ, por seu representante legal Sr. Edimar Figueiredo de Oliveira, brasileira, divorciada, empresária, residente e domiciliada na Rua Major Ferreira, nº 71, Cidade Nova, Rio Bonito/RJ, CEP: 28.800-000, portadora da carteira de habilitação nº 01.338.086.465, expedido pelo DETRAN/RJ, e inscrito no CPF sob o nº 012.145.467-30, neste ato por si ou por seu procurador com poderes expressos para este mister, doravante denominada **CONTRATADA resolvem, na melhor forma de direito ADITAR o Contrato de Prestação de Serviços nº 008/2020**, celebrado em decorrência da licitação modalidade Concorrência Pública nº 033/2019, realizada através do procedimento administrativo nº 31.575/2019, conforme proposta e demais especificações técnicas, resolvem aditar:

CLÁUSULA PRIMEIRA: DO OBJETO

Os CONTRATANTES, acima qualificados aditam o contrato de prestação de serviços cujo objeto consiste na "Contratação de empresa para Execução de Obra de Pavimentação Asfáltica, Drenagem e urbanização de Trecho da Rua Alice L de Souza, Est. Buraco do Pau e Rua em Frente a Escola Célia Castanho – Buraco do Pau - Araruama – RJ", conforme proposta detalhe e demais especificações técnicas constante nos autos do processo administrativo nº 31.575/2019.

CLÁUSULA SEGUNDA: DA PRORROGAÇÃO DE PRAZO

Com fulcro no artigo 57, §1º c/c II da Lei 8.666/93, fica prorrogado o prazo de vigência do Contrato de Prestação de Serviços nº 008/2020, pelo período de 60 (sessenta) dias, com início a contar de 06 de Junho de 2020, e a terminar, independente de aviso, notificação ou interpelação em 06 de Agosto de 2020.

CLÁUSULA TERCEIRA: DAS DEMAIS CLÁUSULAS CONTRATUAIS

Com exceção das alterações por este Termo, ficam ratificadas todas as demais cláusulas do Contrato original, do qual passa a fazer parte integrante o presente aditamento, para todos os efeitos de direito.

CLÁUSULA QUARTA: DOS EFEITOS DO PRESENTE ADITAMENTO

O Contratante se obriga a providenciar a publicação do extrato deste instrumento contratual dentro do prazo especificado pela legislação vigente, ficando condicionada

a eficácia do Contrato à respectiva publicação.

E, por estarem justos, contratados e devidamente aditados, firma o presente instrumento em 05 (cinco) vias de igual teor e forma, respondendo as partes por si, seus herdeiros e sucessores.

Araruama, 26 de Maio de 2020.

MUNICÍPIO DE ARARUAMA
LIVIA BELLO
Prefeita

ADELTON ARAUJO DOMINGUES
SOUSP

OLÍMPICA DOS LAGOS EMPREENDIMENTO COMERCIAL EIRELI
Edimar Figueiredo de Oliveira
Representante Legal

Testemunhas:

Nome:
CPF:

Nome:
CPF:

TERMO DE ADITAMENTO nº 03/2020 AO CONTRATO DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS Nº 013/SESAU/2018, na forma abaixo:

Pelo presente instrumento particular, de um lado o **MUNICÍPIO DE ARARUAMA**, Estado do Rio de Janeiro, pessoa jurídica de direito público interno, inscrito no CNPJ (MF) sob o nº 28.531.762/0001-33, com sede no Paço Municipal, localizado na Avenida John Kennedy, nº 120, Centro, nesta Cidade, neste ato representado pela Exma. Sra. Prefeita, **Livia Soares Bello da Silva**, brasileira, solteira, inscrita no CPF (MF) sob o nº 094.591.857-70, portadora da carteira de identidade RG nº 20.121.579-5, residente e domiciliada nesta Cidade, e pela Secretária Municipal de Saúde, Sr.ª **Ana Paula Bragança Correa**, brasileira, solteira, portadora da carteira identidade nº 000.404.641, expedida pelo COREN, inscrita no CPF sob o nº 020.787.147-71, residente e domiciliada nesta Cidade, doravante denominado **CONTRATANTE**, e de outro lado, a sociedade empresária, **VITO MAURO JUNIOR EPP**, pessoa jurídica de direito privado, inscrita no CNPJ sob o nº 18.386.773/0001-13, com sede estabelecida na Rua Manoel Gomes Ferreira, nº 202 – VI, Aricanduva, São Paulo/SP, CEP: 03.506-020, neste ato por seu representante legal, Sr. Vito Mauro Junior, brasileiro, casado, portador da carteira de identidade nº 34704234, expedida pelo SSP, e inscrito no CPF sob o nº 224.783.938-03, residente e domiciliado à Rua São José do Barreiro, nº 446, Água Rasa, CEP: 03.179-050, por si ou por seu procurador com poderes expressos para este mister, doravante denominada **CONTRATADA**, por conta do exposto nos autos do Processo Administrativo nº 3.222/2018, **resolvem as partes de comum acordo, celebrar o Terceiro Termo Aditivo ao Contrato de Prestação de Serviços nº 013/SESAU/2018**, na forma das Cláusulas que seguem:

CLÁUSULA PRIMEIRA:

Considerando a justificativa apresentada nos autos do processo administrativo nº 3.222/2018, com fundamento

no art. 57, inciso II, da Lei Federal nº 8.666/1993, e suas alterações posteriores, fica prorrogado o prazo de vigência do Contrato Administrativo nº 013/SESAU/2018, por novo período de 01 (um) mês, a contar de 25 de Março de 2020 e a terminar em 25 de Abril de 2020, haja vista que a não renovação comprometeria a execução dos serviços prestados por esta municipalidade, aliando-se ao fato de tratar-se de serviços de natureza contínua, sem condições de interrupção.

CLÁUSULA SEGUNDA:

O presente Aditivo tem por objeto a alteração contratual, conforme preconiza o § 6º do art. 65 da Lei nº 8.666/93, passando a crescer o valor de R\$ 17.029,47 (dezesete mil, vinte e nove reais e quarenta e sete centavos), que corresponde ao reajuste no importe de 4,452150%, para fins de promover o equilíbrio econômico-financeiro inicial

CLÁUSULA TERCEIRA:

Este Termo Aditivo de Preço vincula as partes ao Contrato de Prestação de Serviços nº 013/SESAU/2018, procedimento licitatório nº 3.222/2018, modalidade Pregão Presencial SRP nº 05/2018.

CLÁUSULA QUARTA:

As partes elegem o foro da Comarca de Araruama/RJ para dirimir qualquer questão oriunda deste Termo Aditivo de Preço Contratual, com renúncia expressa a qualquer outro, por mais privilegiado.

CLÁUSULA QUINTA:

Ficam mantidas as demais cláusulas contratuais do Contrato Administrativo em referência.

CLÁUSULA SEXTA:

Assim acordadas e ajustadas, Município e Contratada assinam este Termo Aditivo ao Contrato em 05 (cinco) vias de igual teor e forma, juntamente com as testemunhas.

CLÁUSULA SÉTIMA:

O contratante se obriga a providenciar a publicação do extrato deste instrumento contratual, dentro do prazo especificado na legislação vigente, ficando condicionada a eficácia do Contrato à respectiva publicação.

E, por estarem justos, contratados e devidamente aditados, firmam o presente instrumento em 05 (cinco) vias de igual teor e forma.

Araruama, 13 de Março de 2020.

MUNICÍPIO DE ARARUAMA
Livia Bello
Prefeita

Ana Paula Bragança Correa
Secretária Municipal de Saúde

VITO MAURO JUNIOR EPP
Vito Mauro Junior
p/ Representante Legal

Testemunhas:

Nome:
CPF:

Nome:
CPF:



Município de Araruama

Poder Executivo



TERMO DE ADITAMENTO Nº 001/2020 ao CONTRATO DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS Nº 068/2020, na forma abaixo:

Pelo presente instrumento, de um lado, o **MUNICÍPIO DE ARARUAMA**, Estado do Rio de Janeiro, pessoa jurídica de direito público interno, inscrito no CNPJ (MF) sob o nº 28.531.762/0001-33, com sede no Paço Municipal, localizado na Avenida John Kennedy, nº 120, Centro, nesta Cidade, neste ato representado pela Exma. Sra. Prefeita, **Livia Soares Bello da Silva**, brasileira, solteira, inscrita no CPF (MF) sob o nº 094.591.857-70, portadora da carteira de identidade RG nº 20.121.579-5, residente e domiciliada nesta Cidade, e pelo Exmo. Sr. Subsecretário Municipal de Obras, Urbanismo e Serviços Públicos, **Adelton Araujo Domingues**, brasileiro, casado, portador da carteira de identidade n.º 105644766 e do CPF n.º 037.285.647-02, residente e domiciliado nesta cidade, como CONTRATADA, a sociedade empresária **UNICOL CONSTRUTORA EIRELI**, inscrita no CNPJ sob o nº 04.125.492/0001-00, com sede estabelecida na Rua Canarinhos, 582, Loja, Parque Nanci, Maricá/RJ, CEP 24.914-160, Tel.: 21 9 9983-1999 / 21 9 7971-8597, email: jdtunicol@gmail.com, por seu representante legal Sr. **JOELSON DIAS TEIXEIRA**, brasileiro, casado, comerciante, residente e domiciliado na Rua Canagé, 92, Condomínio Serra Mar, Itaipuaçu, Maricá/RJ, CEP 24.937-330, portador da Carteira de Identidade nº 043213198 IFP/RJ, inscrito no CPF sob o nº 538.014.317-20, neste ato por si ou por seu procurador com poderes expressos para este mister, doravante denominada **CONTRATADA resolvem, na melhor forma de direito ADITAR o Contrato de Prestação de Serviços nº 068/2020**, celebrado em decorrência da licitação modalidade Tomada de Preços nº 12/2019, realizada através do procedimento administrativo nº 28.827/2019, conforme proposta e demais especificações técnicas, resolvem aditar:

CLÁUSULA PRIMEIRA: DO OBJETO

Os CONTRATANTES, acima qualificados aditam o contrato de prestação de serviços para construção de 02 Píeres de atracação um no centro de Araruama e um em Praia Seca, conforme Termo de Referência e demais especificações técnicas constante nos autos do processo administrativo nº 28.827/2019.

CLÁUSULA SEGUNDA: DA PRORROGAÇÃO DE PRAZO

Com fulcro no artigo 57, §1º c/c II da Lei 8.666/93, fica prorrogado o prazo de vigência do Contrato de Prestação de Serviços nº 068/2020, pelo período de 40 (quarenta) dias, com início a contar de 22 de Junho de 2020, e terminar, independente de aviso, notificação ou interpelação em 01 de Agosto de 2020.

CLÁUSULA TERCEIRA: DAS DEMAIS CLÁUSULAS CONTRATUAIS

Com exceção das alterações por este Termo, ficam ratificadas todas as demais cláusulas do Contrato original, do qual passa a fazer parte integrante o presente aditamento, para todos os efeitos de direito.

CLÁUSULA QUARTA: DOS EFEITOS DO PRESENTE ADITAMENTO

O Contratante se obriga a providenciar a publicação do extrato deste instrumento contratual dentro do prazo

especificado pela legislação vigente, ficando condicionada a eficácia do Contrato à respectiva publicação.

E, por estarem justos, contratados e devidamente aditados, firma o presente instrumento em 05 (cinco) vias de igual teor e forma, respondendo as partes por si, seus herdeiros e sucessores.

Araruama, 01 de Junho de 2020.

MUNICÍPIO DE ARARUAMA
LIVIA BELLO
Prefeita

ADELTON ARAUJO DOMINGUES
SOUSP

UNICOL CONSTRUTORA EIRELI
JOELSON DIAS TEIXEIRA
Representante Legal

Testemunhas:

Nome:
CPF:

Nome:
CPF:

PORTARIA Nº 1825 **DE 02 DE JULHO DE 2020**

EXONERA, A PEDIDO, SERVIDORA **PROCESSO ADMINISTRATIVO 14826/2020**

A **PREFEITA MUNICIPAL DE ARARUAMA**, no uso de suas atribuições e competência conferidas por Lei e considerando o que consta nos autos do processo Administrativo nº 14826/2020.

RESOLVE:

I – EXONERAR, A PEDIDO, a servidora **TATIANE SOUZA DA SILVA**, Efetiva, **Professor II**, Matrícula 9961506, do Quadro Permanente, em deferimento ao requerimento pessoal, formulado nos autos do Processo Administrativo nº 14826/2020.

II – A servidora acima não fará jus ao recebimento de qualquer remuneração a contar de 09/06/2020, haja vista ser a data que a mesma não mais exerceu suas atividades funcionais no cargo público em que fora nomeada.

III – Determinar à Secretaria Municipal de Administração – SEADM que proceda as anotações e baixas de estilo.

IV – Esta Portaria entra em vigor na data de sua publicação, revogadas as disposições em contrário.

Registre-se. Publique-se. Cumpra-se.

Gabinete da Prefeita, 02 de julho de 2020.

Livia Bello
“Livia de Chiquinho”
Prefeita

AVISO DE LICITAÇÃO

PROCESSO Nº 8966/2020

MODALIDADE: Pregão Presencial 070/2020

OBJETO: “**aquisição de equipamentos e materiais para visando atender as necessidades nas unidades de saúde, CIMI e PAM**”.

DATA DE ABERTURA: 17/07/2020 Hora: 10:00 h.

SECRETARIA REQUISITANTE: SESAU
TIPO: MENOR PREÇO POR ITEM
FUNDAMENTO LEGAL: Leis Federais 8.666/93 e suas alterações, a Lei Municipal 1.546/09 Lei de Pregão nº 10520/2002.

O Edital encontra-se à disposição dos interessados na Comissão Permanente de Licitações localizada à Avenida John Kennedy, nº 120- Centro- Araruama, a partir de 07/07/2020, mediante a apresentação do carimbo do CNPJ, a entrega de requerimento em papel timbrado com firma reconhecida do sócio administrador por autenticidade, credenciando a pessoa que fará a retirada, contrato social ou no requerimento da P.M.A, sendo o sócio administrador, e de 02 (duas) resmas de papel A-4, 500 folhas, que será entregue, na comissão de Licitação, no endereço supracitado.

Araruama, 06 de Julho de 2020.

Caio Benites Rangel
Pregoeiro

TERMO DE ADITAMENTO Nº. 03/2020 AO CONTRATO DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇO Nº 033/SESAU/2017

MUNICÍPIO DE ARARUAMA E SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE – SESAU (CONTRATANTE) e BELO ODONTO ASSISTÊNCIA LTDA.ME. (CONTRATADA).

EXTRATO

PARTES: MUNICÍPIO DE ARARUAMA E SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE – SESAU (Contratante) e BELO ODONTO ASSISTÊNCIA LTDA.ME. (Contratada).

OBJETO: ADITAR O CONTRATO ADMINISTRATIVO Nº.033/SESAU/2017, originado do Pregão Presencial nº.023/2017, Processo Administrativo nº.085/2017, cujo objeto é a contratação de empresa especializada para a locação de 02 (duas) unidades móveis de saúde odontológica, de acordo com as solicitações da Secretaria Municipal de Saúde – SESAU e demais disposições constantes do processo administrativo Nº.12.542/2020.

PRAZO: 12 (doze) meses, com início de 13 de maio de 2020 e término em 15/05/2021.

VALOR: Fica estipulado para o novo período em que trata a cláusula I, o valor de R\$14.400,00 (quatorze mil e quatrocentos reais) mensal, totalizando R\$172.800,00 (cento e setenta e dois mil e oitocentos reais). A despesa correrá por conta do PT-10.122.0046.2030 – Elemento Despesa nº. 3.3.90.39.00.

DATA DA CELEBRAÇÃO: 08 de maio de 2020.

BOLETIM SAÚDE

ATUALIZADO EM **03 DE JULHO DE 2020**

300

CONFIRMADOS

272

EM ANÁLISE

272

SUSPEITOS

996

DESCARTADOS

18

INTERNAÇÕES

40

ÓBITOS

0

**ÓBITOS EM
INVESTIGAÇÃO**

280

RECUPERADOS



**PREFEITURA
ARARUAMA**

**SECRETARIA
DE SAÚDE**



Estado do Rio de Janeiro

Câmara Municipal de Carmo**Ata da 10ª Sessão Ordinária do 1º Período, realizada no dia 15 de junho de 2020.**

Aos quinze dias do mês de junho de dois mil e vinte, às dezoito horas, na sala das Sessões da Câmara Municipal do Carmo/RJ, ausente os nobres Vereadores Romerito José Wermelinger Ribeiro e Humberto Menezes Caetano, com a presença dos demais Edis, Senhores Wilde Rodrigues Curty, Marco Dalboni, Juliano de Souza Braga, Samuel Cássio Cunha e Naziano Carvalho de Azevedo e Senhoras Valquíria Aparecida de Moraes, Anacláudia dos Anjos Ribeiro e Rita Estefânia Gozzi Farsura, sob a presidência do Vereador Salvador Carvalho de Oliveira, foi aberta a 10ª Sessão Ordinária do 1º Período, com a leitura da Ata da Sessão anterior, tendo a mesma sido aprovada por unanimidade. O secretário da Mesa procedeu à leitura do Expediente do Dia, qual seja: Projeto de Lei n.º 016/2020, do Poder Executivo, que dispõe sobre a autorização para o Poder Executivo incorporar ativos ao patrimônio do Fundo Financeiro Especial de Custeio da Previdência Municipal - CARMOPREV. Emenda Modificativa, da Comissão de Constituição, Justiça e Redação, ao Projeto de Lei n.º 010/2020, que Estabelece as Diretrizes para as Metas e as Prioridades da Administração Pública Municipal, Incluindo as Despesas de Capital, Orientando a Elaboração da Lei Orçamentária, Dispondo sobre as Alterações na Legislação Tributária, para o Exercício Financeiro de 2021 e dá outras providências. Indicação n.º 057/2020, da Vereadora Rita Estefânia Gozzi Farsura, para que promova sinalização de trânsito adequada desde a Estrada de Duas Barras, passando pela Rua Ulisses Lengruber, até a esquerda, bem como descendo a Rua Cônego Gonçalves e saída para Além Paraíba e Sumidouro, além da Rua Celso Carrilho de Faria e Rua Martinho Campos, todas nesta Cidade. Indicação n.º 058/2020, dos Vereadores Salvador Carvalho de Oliveira e Ana Cláudia dos Anjos Ribeiro, solicitando a execução de uma reforma no Cemitério da localidade do Paquequer, neste Município. Indicação n.º 059/2020, do Vereador Naziano Carvalho de Azevedo, requerendo que as barreiras sanitárias dos Distritos funcionem 24 horas. Requerimento n.º 017/2020, do Vereador Juliano de Souza Braga, solicitando ao Exmo. Sr. Prefeito, cópia, na íntegra, do contrato realizado com o Hospital do Município de Itacara-RJ, informando qual o valor que foi pago, bem como esclarecer os motivos pelos quais foi efetuada esta contratação. Requerimento n.º 018/2020, do Vereador Marco Dalboni, solicitando ao Exmo Sr. Presidente que conste nos anais desta Casa Legislativa o dia 05 de Junho, como o Dia do Meio Ambiente, ressaltando a importância da preservação da natureza para a manutenção da saúde do Planeta Terra e de todos os seres vivos, bem como da importância da consciência coletiva no que tange ao uso correto e moderado dos recursos naturais. Pedido de Informação n.º 018/2020, do Vereador Naziano Carvalho de Azevedo, solicitando informações acerca da execução e andamento da obra

da Quadra localizada no Bairro da Boa Idéia, requerendo o fornecimento de cópia do contrato, nota fiscal e empenho. Pedido de Informação n.º 019/2020, do mesmo Vereador, solicitando informações acerca da execução e andamento da obra da Quadra localizada no Bairro da Boa Idéia, requerendo o fornecimento de cópia do contrato, nota fiscal e empenho. Moção n.º 019/2020, do Vereador Juliano de Souza Braga, de congratulações e aplausos para com a ex-funcionária desta Casa Legislativa, Sra. Angélica de Menezes Froes Carvalho. Moção n.º 020/2020, do Vereador Marco Dalboni, de congratulações e aplausos para com os agentes sanitários das barreiras. Moção n.º 021/2020, do mesmo Vereador, de congratulações e aplausos para com o Centro de Triagem do Covid-19, no ESF do Bairro Botafogo, neste município. Moção n.º 022/2020, dos Vereadores Juliano de Souza Braga e Humberto Menezes Caetano, de pesar pelo falecimento do Sr. Luiz Gonzaga Conde. Moção n.º 023/2020, do Vereador Juliano de Souza Braga, de pesar pelo falecimento da Sra. Maria Eugênia Tavares de Azevedo. Moção n.º 024/2020, do Vereador Marco Dalboni, de congratulações e aplausos para com a Guarda Municipal em reconhecimento ao trabalho realizado ao enfrentamento da pandemia do novo coronavírus. Moção n.º 025/2020, do mesmo Vereador, de congratulações e aplausos para com a Polícia Civil em reconhecimento ao trabalho realizado ao enfrentamento da pandemia do novo coronavírus. Moção n.º 026/2020, do mesmo Vereador, de congratulações e aplausos para com a Polícia Militar em reconhecimento ao trabalho realizado ao enfrentamento da pandemia do novo coronavírus. Moção n.º 027/2020, de todos os Vereadores, de pesar pelo falecimento do Sr. Olinda Duarte. Moção de Pesar n.º 028/2020, de todos os Vereadores, de pesar pelo falecimento do Sr. Luiz Gonzaga Conde. O Sr. Presidente passou a Ordem do Dia: O Projeto de Lei de n.º 016/2020, bem como as indicações de n.º 057, 058 e 059, os requerimentos de n.º 17 e 18, os pedidos de informação de n.º 18 e 19 e as moções de n.º 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27 e 28, todos apresentados e lidos nesta Sessão, serão encaminhados para as comissões competentes para estudo e parecer. O Projeto de Lei de n.º 010/2020, que Estabelece as Diretrizes para as Metas e as Prioridades da Administração Pública Municipal, Incluindo as Despesas de Capital, Orientando a Elaboração da Lei Orçamentária, Dispondo sobre as Alterações na Legislação Tributária, para o Exercício Financeiro de 2021 e dá outras providências, juntamente com a emenda modificativa, apresentada e lida nesta Sessão, foram submetidos ao Plenário e aprovados, em primeira votação, por unanimidade. Nada mais havendo a registrar, o Sr. Presidente encerrou a Sessão e mandou que eu, na qualidade de Secretária da mesma, lavrasse a presente ata, a qual depois de lida e aprovada vai devidamente assinada pelos Vereadores que compõem a Mesa Diretora.

Carmo, 15 de junho de 2020.

Hotéis devem voltar a receber turistas a partir do dia 15 de julho em Cabo Frio

Os hotéis de Cabo Frio devem voltar a receber turistas a partir do dia 15 deste mês. A liberação parcial dos meios de hospedagem para turismo de lazer foi anunciada pela Prefeitura na última semana junto com outras medidas para a retomada gradual da economia do município.

Para a chegada de turistas à cidade, o acesso a veículos de passeio será permitido. Os ônibus e vans de fretamento, no entanto, ainda não poderão entrar na cidade. As novas recomendações, exceto a referente aos hotéis, começaram a valer a partir desde sábado (4).

Entre as atividades que vão ser contempladas nesse afrouxamento está a de ambulantes, com exceção dos que trabalham nas praias, que devem permanecer com acesso proibido para banhistas e uso recreativo.

De acordo com a Prefeitura, a avaliação é feita com base nos índices diários de contaminação do novo coronavírus e pode ser reavaliada futuramente, caso a população não cumpra as medidas de prevenção e disseminação da doença, como utilizar máscara de proteção e evitar aglomerações.

Ainda de acordo com o município, integrantes do Gabinete de Gestão de Crise vem se reunindo desde segunda-feira (29) para o acompanhamento do cenário e reavaliação dos decretos.

G1

Pesquisa da Uerj avalia efeitos da atividade física no bem-estar das pessoas em quarentena

Praticar exercício é um hábito saudável, mas em tempos de distanciamento social e maior dificuldade para manter uma rotina de atividades físicas, a preocupação com a boa forma pode não estar sendo benéfica à saúde mental da população. Esta é uma das conclusões a que chegaram pesquisadores da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), da Universidade Federal do Ceará (UFCE) e da Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio), que se uniram para realizar a pesquisa on-line "Efeitos da atividade física e do exercício sobre o bem-estar

no contexto da pandemia de Covid-19", entre os dias 31 de março e 02 de abril.

O estudo nacional ouviu 592 pessoas de todas as regiões do país e de quase todos os estados. Para participar, era preciso ter mais de 18 anos e estar em isolamento social por pelo menos uma semana. Entre os respondentes, 63% são mulheres e 37% são homens. De acordo com Alberto Filgueiras, professor do Instituto de Psicologia da Uerj e coordenador do Laboratório de Neuropsicologia Cognitiva e Esportiva (LaNCE), o objetivo da pesquisa era verificar se a prática de exercícios

estava de fato sendo algo positivo durante o confinamento.

Para ele, o que fica claro é a importância de não se alterar drasticamente a rotina e os hábitos de antes da quarentena, pois essa mudança gera mais ansiedade e, consequentemente, mais adoecimento mental. Outro ponto importante é a necessidade de se recorrer à ajuda de profissionais especializados para a prática das atividades físicas. Um dado que chama a atenção é a procura por aplicativos e vídeos no YouTube para a realização de exercícios.

Antes da pandemia, ape-

nas 4% dos pesquisados faziam uso desses recursos na hora de se exercitar. Agora, em isolamento social, 60% recorreram às ferramentas tecnológicas. Para Filgueiras, o tratamento não individualizado oferecido pelos aplicativos contribui para os baixos níveis de bem-estar apresentados por esses grupos.

Conforme o estudo, a mudança no estilo das atividades também impactou negativamente o nível de bem-estar mental em geral. Antes da pandemia, 27% das pessoas mantinham atividades ao ar livre e, depois, apenas 3%. Os exercícios praticados antes

da quarentena que envolviam contato físico, como esportes coletivos, academias e natação, foram substituídos por treino de força, que passou de 5,2% para 13,9%, e treinamento funcional, que aumentou de 4,4% para 49,3%.

- Quem manteve o mesmo estilo de atividade foi menos impactado negativamente, reforçando mais uma vez que a quarentena não é o momento para se fazer mudanças abruptas no estilo vida - conclui Filgueiras.

Diretoria de Comunicação da UERJ
rj.gov