



Sexta-feira, 15 de novembro de 2019

Marcos Demeneghi

Promessa de levar saneamento básico para famílias do interior de Santo Ângelo



O Plano Municipal de Saneamento Básico Rural pretende contemplar cem famílias do distrito de Buriti, interior de Santo Ângelo, com kits sanitários domiciliares. Estes sistemas serão adquiridos com recursos na ordem de R\$ 558.402,73, do Fundo de Restituição de Bens Lesados (FRBL) do Ministério Público do Rio Grande do Sul (MP/RS).

O projeto foi elaborado em conjunto: Pela Secretaria do Meio (SEMMA) e pelo Ministério Público de Santo Ângelo a partir de diagnóstico inédito feito durante dois anos pelos técnicos do município abordando os resíduos domésticos e especiais, abastecimento de água e esgotamento sanitário.

A aprovação do projeto foi publicada no Diário Oficial do MP/RS no dia 29 de outubro. “Trata-se de um avanço importante na área de saneamen-

to básico rural. Quando o esgoto é tratado, não se gasta em saúde pública”, avaliou o secretário do Meio Ambiente, Francisco da Silva Medeiros.

A partir do lançamento, o município irá complementar a documentação para avaliação técnica do FRBL, para posterior liberação dos recursos. Em seguida, o Governo Municipal irá elaborar processos licitatórios para dar início aos levantamentos socioambiental e socioeconômico que definirá as famílias do distrito que serão contempladas com os kits individuais de esgotamento sanitário, compostos de fossa séptica e filtros.

A expectativa do Município e do Ministério Público é de que o projeto comece a ser executado no primeiro bimestre de 2020.

A promotora da 1ª Promotoria de Justiça Especializada de Santo Ângelo, Paula Mohr, uma das



articuladoras do termo de cooperação técnica assinada entre o MP/RS e o Município por meio do RESSANEAR, disse que o Ministério Público atua em prol da melhoria da qualidade de vida da população da cidade e do interior e que a atuação do MP em Santo Ângelo encontrou eco no Governo Municipal que abriu o diálogo com a instituição. “Levar qualidade de vida para o interior, como preconiza o Plano de Saneamento, é essencial para a permanência do agricultor no meio rural produzindo alimentos”, declarou Paulo Mohr.

O ato de lançamento teve a presença de secretários municipais, da presidente do Núcleo Comunitário da Buriti, Glaci Ströeschen; do presidente do Clube da Terceira Idade, Vilmar Volz; de integrantes do Clube de Mães Conviver e das agentes comunitárias de saúde do distrito.

Dr. Jaime Barbosa
CRM 22.853
ROE 13599
TEOT 7325

SBOT, SBO, SBO

Especialista em cirurgia do Joelho

- Reconstrução ligamentar artroscópica
- Artroplastias do Joelho (próteses)
- Vídeoartroscopia
- Osteotomias
- Instabilidade patelar

Ortopedia e Traumatologia geral

Artroplastias do quadril (próteses)

Ortotrauma Clínica
ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA

Rua XV de Novembro, 1168 - Santo Ângelo - RS
☎ (55) 3313-5656 - Cel. (55) 9976-8717
E-mail: drjaimebarbosa@terra.com.br

DANIEL BARAZZETTI
CIRURGIA PLÁSTICA

MEMBRO DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE CIRURGIA PLÁSTICA
CRM 36906/RQE 31724

- BOTOX E PREENCHIMENTO
- CIRURGIA DE FACE
- CIRURGIA DE PÁLPEBRAS
- CIRURGIA DA MAMA
- CONTORNO CORPORAL
- RINOPLASTIA

WWW.DANIELPLASTICA.COM
CONTATO@DANIELPLASTICA.COM

Tel: (55) 3313 1013 / (51) 98026 2778
Rua 15 de Novembro 1030, Centro
Santo Ângelo - RS

PATOLOGIAS MUSCULARES, ARTICULARES E REUMÁTICAS

Dr. Enio Cadore
CRM 14159 - RQE 8014

- ESPECIALISTA EM ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA TEOT 8210
- PÓS GRADUAÇÃO EM REUMATOLOGIA
- MÉDICO DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE TRATAMENTO POR ONDAS DE CHOQUE

Rua 15 de Novembro, 1068 Sala 108 | Santo Ângelo
www.sbtoc.org.br | www.sbito.org.br | ☎ 3312.5033

INFORMAÇÃO COM UM COLORIDO A MAIS

ASSINE O JORNAL O MENSAGEIRO

ASSINATURA ANUAL
R\$ 150,00
OU 3X DE R\$ 50,00
PAGAMENTO À VISTA
R\$ 140,00

LIGUE 55 3313-4887 O Mensageiro

demonstre harmonia.



Aparelhos dentários
Discretos, inovadores e eficientes.

Paola Flach Perim
CRORS 14122 odontologia especializada

Edifício Leonardo da Vinci
Rua 15 de Novembro, 1203
Sala 403 - Tel.: 55 3314 0312

Um novo espaço para cuidar de você!

Para melhor atendê-lo, estamos em um novo espaço, moderno e aconchegante! Visite-nos na Av. Rio Grande do Sul, 1140 - Sala 403*.

Dr. Juliano Bohrer Gressler
CRM 33390 | RQE 26546 | RQE 30921

Cirurgião Geral e Videolaparoscopia
Cirurgião Do Aparelho Digestivo

(55) 3312-3821
*em frente ao Hospital Unimed.

O que é e para que serve "Plantago ovata"

Ministério da Saúde



A Plantago ovata é uma planta medicinal, também conhecida por Psyllium, que pode ser utilizada como auxiliar no combate a colesterol alto e prisão de ventre.

O psyllium é uma erva que mede menos de 50 cm e produz flores brancas, agrupadas em espigas na ponta de pequenas hastes. Cresce espontaneamente nos solos áridos e arenosos do Mediterrâneo.

Seu nome deriva do grego psylla (pulga), referindo-se a semelhança de suas sementes com este inseto. O seu uso foi popularizado com o advento dos árabes e persas na Índia e começou a ser utili-

zada pelos europeus no início do século XIX.

Com exceção da casca da semente, onde encontra-se grande quantidade de fibras, as demais partes não tem uso medicinal.

O principal produto de Plantago ovata, alvo de estudos científicos, é a testa das sementes. Ela tem ação principalmente sobre a redução dos níveis de colesterol total e LDL em pacientes hipercolesterolêmicos, bem como efeito sobre o amolecimento das fezes e aumento da defecação diária em pacientes constipados.

A Plantago ovata cujo nome científico é Psyllium, pode ser comprada em lojas de produtos

naturais e algumas farmácias de manipulação.

De um modo geral as pessoas também usam para auxiliar em dietas de emagrecimento, assim como para complementar o tratamento de prisão de ventre, colesterol alto, excesso de gases, diabetes tipo 2, acúmulo de ácido úrico e problemas do coração.

Efeitos colaterais da Plantago ovata (Psyllium) - O efeito colateral da plantago ovata é o aumento dos níveis de sódio no sangue. Está contraindicada durante a gravidez, lactação e para crianças com menos de 12 anos de idade.

Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/>

Você se cuida
você brilha

Com a fórmula de emagrecimento do
Chá do Sol + Cápsulas de Psyllium
que reduzem a absorção de gorduras,
seus quilos extras estão com os dias contados.
Comece a tomar hoje mesmo!

EMAGREÇA ATÉ 10kg em 30 dias

Farmácia Santo Ângelo

TELENTREGA
3312.6611

Tchê FARMÁCIAS
Na vida tudo tem remédio.

Rua Mal. Floriano, 1500 (Em Frente à Praça do Brique)

Buxo (Buxus sempervirens L.)

Divulgação

O buxo, buxinha ou árvore-da-caixa, popularmente chamado de buxinho é um arbusto lenhoso, perene, bastante ramificado e de folhagem verde-escuro. Pertencente à família botânica Buxaceae, pode medir até 10 m de altura, mas normalmente é conduzido a tamanho menor, de forma compacta e densa. Suas folhas são simples, opostas, estreitas, com aspecto de couro, sem estípulas, glabras, brilhantes e com margem lisas. Medem até 1,3 cm de largura e no máximo 3,0 cm de comprimento.

A floração e a frutificação desta espécie não são registradas no Brasil.

É uma planta originária do Velho Mundo e naturalizada em partes da América do Norte, que prefere ambiente a pleno sol ou meia sombra, com solo fértil e regas regulares. É uma espécie bastante rústica e de crescimento lento que tolera bem o frio subtropical, mas não suporta sombreamento total. Multiplica-se por estacas obtidas do ponteiro, cortadas no final do inverno.

No paisagismo o buxo é utilizado principalmente para topiária, pois tolera bem as constantes podas. Serve também para a formação de cercas vivas, bordaduras de jardins, desenhos e esculturas vivas. Adapta-se também ao cultivo em vasos grandes quando podado frequentemente, inclusive mantido por muitos anos como bonsai.

Por: Nilvane Ghellar Müller - Toccare Paisagismo

Toccare Paisagismo
e manutenção de jardins

(55) 99920-2330
98100-2002

A natureza nutrendo seu bem-estar
toccarepaisagismo@gmail.com



Passarinho na gaiola: como melhorar seu bem-estar?



Acadêmica Curso Bacharel em Ciências Biológicas
URI: Inaê Carolina Sfalcin
Professoras Ângela Denise Hubert Neufeld e
Núbia Cristina Weber Freitas

Embora algumas aves sejam consideradas domésticas (de estimação), pela Portaria nº 93, do Instituto Brasileiro do Meio Ambiente e dos Recursos Naturais Renováveis, de 7 de junho de 1998, sua criação em cativeiro pode trazer prejuízos à saúde das mesmas. A ausência de estímulos ambientais adequados gerados pelo confinamento pode predispor aves cativas a quadros característicos de estresse, deixando-as suscetíveis ao desencadeamento de doenças e até a morte. Um viveiro que não é enriquecido, faz com que as aves em cativeiro tendam a ficar ociosas e apresentar comportamentos estereotipados, como agressividade, automutilação, hipersexualidade, depressão, e movimentos repetitivos como balançar a cabeça constantemente ou andar de um lado para o outro, entre outros. A estereotipia ocorre quando o animal é impedido de realizar ativi-

dades em que é altamente motivado em fazer. Se o ambiente é simplificado e não oferece recursos para que a ave pratique suas habilidades naturais, certamente ela estará em sofrimento. Seu estado comportamental se caracterizará por estresse psicológico causado por medo, ansiedade, frustração, solidão, tédio ou ainda, dor, fome e sede. Esses comportamentos em geral se devem ao espaço pequeno e ambiente sem objetos de distração, superpopulação na gaiola, mudança repentina de ambiente, fumaça de cigarro, períodos excessivos de luz, falta de luz solar, corte incorreto das penas das asas, dentre outros. Para melhorar as condições do cativeiro de aves de estimação têm sido utilizadas técnicas de Enriquecimento Ambiental (EA). Essas técnicas consistem em deixar o ambiente mais complexo e interativo, reduzindo os distúrbios comportamentais promovidos pelo ambiente monótono, ao manter os animais cativos ocupados através do aumento da gama e diversidade de oportunidades comportamentais e do oferecimento de ambientes mais estimulantes.

Os tipos de EA mais usados são o físico (incrementa-se o tamanho e complexidade do cativeiro, introdução de acessórios, brinquedos,

itens semelhantes ao habitat natural); alimentar (coloca-se itens que possibilitem a exploração do recinto, que sejam novidade na dieta e de grande variedade); e sensorial (estimulação dos cinco sentidos pela introdução de odores, texturas, sons etc). Para gaiolas com calopsitas, por exemplo, pode-se adicionar galhos, folhas e caroços de fruta no chão para forrageamento, argolas e poleiros de cipó suspensas e artefatos com miçangas coloridas para roçar do bico e manusear.

Para cada espécie cativa (não apenas de aves) existe um inventário que lista os comportamentos mais usuais dos animais e descreve suas tendências ambientais. Este chama-se Etograma. Elaborado por profissionais (biólogos, veterinários) especializados no assunto, dão a base para a escolha de que técnica de EA deve-se aplicar para cada animal. Sendo assim, é de suma importância investir na qualidade de vida de aves cativas, conhecendo seus hábitos e suas peculiaridades para tornar seu ambiente cativo o mais parecido possível com o natural pois, já que delas se tirou a liberdade, que ao menos bem-estar lhes seja oferecido, não é mesmo?

Imagens do Google



Kelly Kercher

Nutricionista
kellynijiui@outlook.com
Instagram: @kellynutrition

Melatonina, apenas pela suplementação?

A melatonina é um hormônio produzido principalmente pela glândula pineal que tem como uma de suas diversas funções auxiliar na regularidade do sono e ou qualidade do sono. Cientificamente é conhecida como uma molécula com capacidade de atravessar qualquer barreira (ela é anfifílica), age como antioxidante direta e indiretamente, pelo seu potencial de aumentar a expressão de outras moléculas antioxidantes e interferindo em vias de sinalização de inflamação.

Todos animais, inclusive nós, tem a capacidade de produção de melatonina, e além de que ela já foi detectada em uma série de alimentos. Essa melatonina que vem da alimentação pode ir pra corrente sanguínea e nos ajudar em várias linhas de defesa.

Encontramos melatonina geralmente em plantas comestíveis. No fruto, folha, flor, bulbo, pimenta, grãos de mostarda, cúrcuma, cardamomo, morango, cereja, jabuticaba, em algumas castanhas, nozes, em grãos, girassol, linhaça, arroz, milho, café, aveia, vegetais, aipo, pepino, tomate), entre outros.

Além de ser encontrada nos alimentos, a melatonina é também produzida na mucosa intestinal, por células do sistema imune presentes no intestino (natural killer cells), em células enteroendócrinas (células enterocromafinas) e em células endoteliais (presentes nos vasos sanguíneos e linfáticos). São muitas células que garantem a produção de melatonina por ali. Não é a toa que no intestino tem 400 vezes mais melatonina que a pineal e de 10 a 100 vezes mais melatonina que na circulação.

Vale ressaltar que a suplementação de Melatonina deve ser feita por prescrição médica e nunca suplementada por conta. Além de que, se você está com dificuldade para dormir ou percebendo má qualidade do sono, devemos procurar terapias conjuntas como meditação, atividade física e boa alimentação.



Dra. Lisoneide Terhorst

Clínica Médica (RQE 20147)
Hematologia e Hemoterapia (RQE 20190)
CREMERS 28774

Anemias, Alterações série branca e plaquetária, Coaguloplastias, Leucemias, Linfomas, Mielodisplasias, Mieloma múltiplo, Trombofilias.

Fone: (55) 3312-8118
Rua Bento Gonçalves, 526



Dra. Lislaine Bomm

Dermatologista
CREMERS 37528 - RQE 25135



Dermatologia clínica e estética
Adultos, crianças e idosos

Rua Marquês do Herval, 1145
Santo Ângelo-RS - Fone: 55 3313.5709
E-mail: lislainebomm@gmail.com



Kanto Verde
produtos naturais



Uma variedade de produtos a granel, sem glúten, sem lactose, com baixo teor de carboidratos e muito mais.

Contato (55) 98448-8568
End. R. 25 de Julho, 1346, sala 4

Projeto "Natu Contos" ajuda crianças a identificar árvores da Mata Atlântica

Divulgação



Aprender a identificar espécies nativas da Mata Atlântica, como embaúba, ipê-amarelo, jequitibá, pau-brasil e pau-ferro, usando o celular. Esta é a proposta do aplicativo Natu Contos, criado em parceria com a Fundação SOS Mata Atlântica, ele traz cinco contos sobre tais árvores narrados por grandes cantores brasileiros.

Com o Natu Contos, o público pode realizar uma "caça ao tesouro" por árvores. Depois de baixar o aplicativo e escolher o local de sua expedição, ele seguirá um mapa na tela do celular, integrado ao GPS, até a árvore identificada. Essa caminhada já é uma ótima oportunidade para prestar atenção à natureza local, re-

laxar e desfrutar dos benefícios que ela oferece.

Quando uma árvore é encontrada, um universo lúdico se abre: um vídeo animado a apresenta e, depois, um conto fica disponível para o adulto ler/ouvir com a criança embaixo da sua copa. Uma vez coletadas, as histórias e as fichas técnicas de cada árvore vão para uma biblioteca e podem ser relidas e ouvidas quantas vezes quiser, em qualquer lugar. A plataforma Natu Contos traz árvores mapeadas em parques e praças das cidades de São Paulo (SP), Rio de Janeiro (RJ) e Uberaba (MG). No futuro, seus desenvolvedores esperam expandir o projeto para mais cidades do Brasil.

LABORATÓRIO
Missões
ANÁLISES CLÍNICAS E TOXICOLÓGICAS
REALIZAMOS COLETAS DE URGÊNCIA

Exames Toxicológicos para concursos com preços diferenciados



SANTO ÂNGELO - RS | Rua Antunes Ribas, 1199 - Fone/Fax (55) 3314-1391
ENTRE-IJUIS - RS | Rua Integração, 305 - Sala 02 - Fone/Fax (55) 3329-1103
EUGÊNIO DE CASTRO - RS | Rua Alfredo Bechoner, 1099 - Fone/Fax (55) 3335-1263



CLÍNICA DE OLHOS VERONESE

Clinica e cirurgia de olhos, Lentes de contato
Especialista em Oftalmologia pela A.M.B.

Lentes de contato, Lentes de contato coloridas com grau, Auto Kerato, Refrator computadorizado, Campo visual computadorizado, Tonômetro computadorizado de não contato para medida da pressão intra-ocular-teste de Glaucoma, Equipamentos de última geração.

Dr. Pedro Veronese

CREMERS 02336 - ROE 26449

Rua Marquês do Herval, 1331 - Centro / ☎ (55)3312-2187 - Santo Ângelo - RS



CENTRO DE CONTROLE POSTURAL CORPORAL

AQUI NÓS COMEÇAMOS A CUIDAR DE VOCÊ.

AO INICIAR UMA ATIVIDADE FÍSICA, FAÇA PRIMEIRO UMA AVALIAÇÃO EM NOSSO CCPC.



bela forma
ESTILO DE VIDA

 Rua Duque de Caxias, 1280, Dido, Santo Ângelo - RS.
 bela forma academia
  belaforma_sa
  (55) 3313 3971
 belaformaacademia.com.br
  (55) 98406 3933



ANS - nº 31.161-B

NOVEMBRO AZUL

PREVENIR FAZ BEM!

Aproveite o mês de novembro para fazer seus exames preventivos no Laboratório Unimed Missões!

PSA LIVRE OU PSA TOTAL POR APENAS **R\$ 15,00** PARTICULAR À VISTA.

*Consulte cobertura do seu convênio

CUIDAR DE VOCÊ. ESTE É O PLANO.

Mais informações:
(55) 3312-0714

