

LEANDRO MAZZINI
COLUNA
ESPLANADA



CRISE EM FAMÍLIA

■ Enquanto a maioria dos prefeitos eleitos Brasil adentro elogiam seus adversários e acenam para novos tempos, e muitos derrotados cumprimentam os substitutos, a petista Marília Arraes, no Recife, não telefonou até ontem à noite para o primo eleito, João Campos (PSB). A coluna apurou que dona Ana Arraes, avó de João e tia de Marília, os primos adversários, confidenciou a amigos ter se irritado com o marketing da campanha da petista, que usou uma fala da ministra do TCU criticando João. No campo político, o eleito agora pode dispensar ou manter os cargos comissionados do PT na prefeitura. No 1º turno, o grupo do senador Humberto Costa o apoiou, mas no 2º, fez oposição.

Tratorou

■ Um operador de retroescavadeira da pequena Pedra Dourada (MG), funcionário da própria prefeitura, foi eleito para comandar a cidade. Fagner Ferreira Veiga (Fá), do PSB, obteve 1.287 votos. Aliás, ele voltou a trabalhar na máquina ontem.

nhou uma prefeitura no país. Foi em Joinville (SC), neste domingo. Como citamos, não fez um vereador nas regiões Norte, Nordeste e Centro-Oeste.

Elas sumiram e...

■ ...Nenhuma mulher foi eleita nas capitais.

Voltando para casa

■ Nem tão perdido
■ OPT não levou uma capital desde a sua estreia nas eleições municipais. Mas ganhou em importantes cidades-pólo do interior. Em Minas Gerais, levou as prefeituras de Juiz de Fora (Margarida Salomão) e Contagem (Marília).

■ Onze deputados federais foram eleitos prefeitos no domingo, quatro deles para capitais, e vão abrir vagas para os suplentes em fevereiro na Câmara. Destaque para as vitórias de Edmilson Rodrigues (PSOL), em Belém; João Campos (PSB), no Recife; Eduardo Braide (Podemos), em São Luís; JHC (PSB), em Maceió.

Novo em debate

■ O Partido NOVO ga-

DUPLA

ESTEFAN RADOVICZ



■ Eduardo Paes e Rodrigo Maia estão afinados num projeto eleitoral no Rio. Paes é o potencial candidato ao governo do estado, mas Maia é plano B. As articulações mostrarão.

Bordão eleitoral

■ Embora jure que fica os quatro anos de mandato, Paes pode recorrer ao famoso bordão usado por arrependidos: Alegar 'vontade popular' ou 'chamado do partido para missão'.

Ascensão de Covas

■ Olho no vice também de Bruno Covas, prefeito reeleito de São Paulo que pode disputar o Governo em 2022. Ricardo Nunes (MDB) é apadrinhado de Michel Temer.

MERCADO

Olho no cliente

■ As empresas de comércio e serviços investem cada vez mais no relacionamento com o consumidor. Essa é uma das conclusões do Índice de Automação, calculado pela Associação Brasileira de Automação-GSI Brasil. O estudo mostra que 78% possuem um canal de atendimento ao cliente, além de monitorar o comportamento de compra por meio de câ-

meras, sensores, sinal de celular e rastreadores.

Povo constrói

■ Os reflexos da pandemia no mercado e a adaptação de escritórios de fabricantes ao home office atingiram em cheio o mercado da construção civil. Faltam aço e PVC, segundo Thierry Fournier, CEO Brasil da Saint-Gobain. As 87 fábricas do Grupo no Brasil têm trabalhado 24 horas por dia, sete dias por semana, para suprir a demanda.

Prêmio Marco Maciel

■ O Prêmio Marco Maciel - Ética, transparência, diálogo e solidariedade entre o público e o privado, realizado pela Associação Brasileira de Relações Institucionais e Governamentais (BRIG), vai contemplar as categorias Responsabilidade Social, Preservação e Promoção de Empregos e Renda, Ações em Instituições de Ensino e Jornalismo sobre Atividade de RIG na pandemia. Entrega será dia 10 de dezembro.

OPINIÃO

CRÔNICAS E ARTIGOS

Dia Mundial de Luta contra a Aids



Lucas Penchel
clínico-geral e CEO da Clínica Penchel

Hoje, 1º de dezembro, é celebrado o Dia Mundial de Luta Contra a Aids. A data não só ressalta a relevância da prevenção contra o vírus HIV, como também lembra sobre a importância do diagnóstico precoce e da adoção de hábitos saudáveis para a manutenção da qualidade de vida de pacientes soropositivos.

O vírus HIV causa prejuízos ao sistema imunológico de seus portadores, fazendo com os mesmos se tornem suscetíveis a doenças oportunistas. Caso a infecção não seja identificada em seu início e o paciente não procure por tratamento, ela pode evoluir para uma fase mais crítica, que é conhecida como Síndrome da Imunodeficiência Adquirida ou Aids. E é justamente por essa razão que os portadores do vírus devem se adequar a um estilo de vida mais saudável para fortalecer os seus sistemas imunes.

A alimentação saudável possui um poderoso papel na inibição do desenvolvimento das complicações provocadas pela Aids, pois uma nutrição apropriada e satisfatória revigora e consolida as defesas do corpo, fornece a energia necessária para a execução de atividades físicas e cumprimento de tarefas cotidianas, e ainda ajuda a prevenir doenças crônicas como diabetes, insuficiência hepática ou doenças do coração. É preciso ressaltar que o uso dos antirretrovirais é primordial para o controle da carga vírica e redução das chances de ocorrência de infecções. No entanto, uma boa dieta alimentar, além de nutrir o organismo, também auxilia na minimização dos efeitos colaterais destes medicamentos e proporciona maior disposição para a rotina diária.

O HIV pode fazer com que o metabolismo se torne mais rápido, contribuindo assim para a perda de peso



ARTE PAULO MÁRCIO

ou até mesmo na construção de um quadro de desnutrição. Em alguns casos, o paciente pode seguir caminho contrário e sofrer de excesso de peso. Por isso, é essencial que os pacientes soropositivos mantenham o acompanhamento regular com um infectologista e também com um nutricionista, participando de consultas a cada seis meses. Dessa forma, o profissional conseguirá fazer modificações na alimentação do paciente de forma a prevenir e tratar possíveis problemas que eventualmente surgirem.

É interessante que os pacientes com pequenas porções a cada três horas, optando por pratos bem diversos e coloridos, compostos por alimentos ricos em proteínas e gorduras boas, como as carnes magras, peixes e queijos brancos. Também é recomendável a ingestão de frutas, legumes, vegetais e alimentos integrais e fibrosos, e a diminuição do consumo de frituras e comidas ultraprocessadas e com muitos conservantes. É indispensável que os pacientes reduzam o consumo de sal e açúcar refinado, e bebam ao menos 2 litros de água por

dia, complementando a hidratação com outros líquidos como a água de coco, chás e sucos naturais.

Alimentos com ação anti-inflamatória, como a acerola, goiaba, laranja e abacaxi, e ainda os que são ricos em ômega 3, como o salmão, sardinha, atum, chia, linhaça e gergelim também são ótimas alternativas, pois asseguram a proteção de órgãos como o coração, fígado, intestino e pâncreas, e atenuam os riscos de doenças cardiovasculares.

Os cuidados com a higienização dos alimentos também são muito importantes, pois o consumo de algo contaminado pode causar vômitos, diarreias e infecções intestinais, sintomas perigosos para pacientes soropositivos. Os alimentos e os utensílios envolvidos na preparação dos mesmos devem ser bem lavados e mantidos fora do alcance de insetos. Carne e ovos crus devem ser evitados na dieta. Para fatiar legumes, verduras ou algum tipo de proteína é preferível o uso de tabuas plásticas ou de vidro, mas logo em seguida, tudo precisa ser limpo adequadamente.

Redução do FAP na gestão de afastados



Daniele Lira Chevalier
advogada da BMS Projetos & Consultoria

O crescente afastamento de funcionários junto ao Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) acaba por tornar imprescindível a realização de uma gestão eficaz, tanto preventiva quanto corretiva, destes afastados. Essa não é uma prática comum dentro das empresas, o que pode gerar enormes prejuízos, já que os impactos tributários trazidos com o afastamento do trabalhador são demasiadamente onerosos.

Importante ter em mente que o vínculo trabalhista do funcionário afastado não está encerrado - mas sim, suspenso. E justamente por tratar-se de suspensão, embora o salário pago ao trabalhador esteja condicionado à Previdência Social, a maioria dos benefícios até então ofertados ao funcionário é de responsabilidade do empregador. Cabe à empresa mantê-los ativos, a fim de evitar ações judiciais.

A gestão de afastados possibilita

todo o controle de saúde ocupacional do trabalhador, desde o gerenciamento dos funcionários - reduzindo o tempo de afastamento e minimizando os custos operacionais - até o desenvolvimento de programas comportamentais coletivos que auxiliam o empregador a evitar os afastamentos. Esses programas permitem conhecer o perfil de saúde da empresa e as necessidades de seus funcionários, de modo a promover ações preventivas de saúde.

Para atuar de maneira efetiva no controle dos casos, é fundamental que a empresa conte com uma consultoria especializada capaz de auxiliar na análise dos dados, tendo em vista a enorme complexidade envolvida, o que torna indispensável a atuação de uma equipe multidisciplinar externa.

O controle efetivo dos funcionários afastados auxilia a empresa na identificação dos contextos que geraram o afastamento. Dessa forma, permite a redução do absenteísmo, o reaparecimento e o tempo de afastamento, assim como a promoção de qualidade de vida, a preven-

ção de doenças e o controle de documentos para contestações legais.

A frequência de doenças ou acidentes de trabalho contribui para identificar a evolução quantitativa dessas comorbidades em diferentes intervalos de tempo. A identificação prévia dos casos que possam ensejar o Nexo Técnico Epidemiológico Previdenciário (NTEP) facilita a adoção de medidas preventivas pelo empregador, minimizando as repercussões tributárias, como a redução do FAP - Fator Acidentário de Prevenção. Isto porque os afastamentos, ainda que não decorrentes de acidente de trabalho, mas que acarretem a incidência da NTEP, estão incluídos no cálculo do FAP.

A gestão eficiente possibilita à empresa controlar os acidentes de trabalho e doenças ocupacionais, evitando afastamentos indevidos pela Previdência Social. Sem sombra de dúvidas, a empresa que possui uma gestão de afastados reúne todos os elementos necessários ao combate das alíquotas, permitindo assim a redução do FAP e dos encargos trabalhista, tributários e previdenciários.

O DIA DISQUE REDAÇÃO: 2222-8069 E 98921-1888 ASSINATURA E ATENDIMENTO AO LEITOR: 2222-8600/2222-8650/2222-8651

EDITOR-CHEFE
Aloy Julpiara

EDITOR-EXECUTIVO
Bruno Ferreira

DEPARTAMENTOS:
Agência O DIA: E-mail: agencia@odia.com.br. Venda de fotos e textos: 2222-8021, 2222-8560 e 2222-8265
Fax Diretoria: 2507-1038

Parque Gráfico: 3891-6000. Av. Dom Hélder Câmara, 164 Benfca **Gerência Industrial:** 3891-6002 **Gerência de Circulação e Logística:** 3891-6005

Preço de venda em banca: RJ, MG, SP e ES: R\$ 1,50 (dias úteis) e R\$ 3 (domingos). Distrito Federal: R\$ 3,60 (dias úteis) R\$ 4,40 (domingos). Demais estados: R\$ 4,20 (dias úteis) R\$ 5,10 (domingos)

Exemplares atrasados: Capital: Preço de capa - Demais localidades: preço de capa + postagem. Mais informações: Tels: (21) 2222-8086/2222-8136 - Central de Promoções - Av. Dom Hélder Câmara 164 Benfca, (Parque Gráfico O DIA) - das 9h às 17h.

São Paulo: Avenida Irai 300 - Sala 306 - Indianópolis. CEP: 04082-000. Tels: 11 94704-2393 / 11 99623-7645 / 11 99973-8313 **Brasília:** Tel: (61) 9920-91891.

Promoções: promocoess@odia.com.br **Classificados:** 2532-5000/2222-8652/2222-8653/2222-8654/2222-8655/2222-8656 - De 2ª a 5ª das 9 às 18h e 6ª das 9h às 19h.

Todos os cadernos de classificados somente circulam na cidade do Rio e no Grande Rio.

Anúncios de Noticiário: 2222-8191 / 2222-8631 / 2222-8388. Anúncios para o Interior: 2222-8279 - Negociações com agência: 2222-8388 Outros estados: 2222-8279 - De 2ª a 6ª, das 10h às 18h. Atendimento ao jornalista: 3891-6012 - De 2ª a 6ª, das 8h às 12h30 e das 13h30 às 17h.

Editora O DIA LTDA. Rua dos Inválidos 198, 2º andar, Lapa - CEP: 20.231-048 - Rio de Janeiro - RJ.

ODIA é filiado ao Instituto Verificador de Circulação (IVC).