

lximenes@redegazeta.com.br - Tel.: 3321-8521

VICTOR HUGO

Leonel Ximenes



Leitora da coluna reclama que desistiu de ver a exposição "Miró" no Palácio Anchieta porque lá não tem bicicletário. É, por enquanto é mais fácil pedalar no Palácio do Planalto, em Brasília.

Começa obra que vai levar mais água para a Serra

Nesta sexta-feira começam as obras do Sistema de Abastecimento de Água Reis Magos, que vai beneficiar 150 mil pessoas da região de Serra-Sede, com influência até o Civit. Orçado pelo governo do Estado em R\$ 60 milhões, depois de pronta, o novo sistema vai contribuir para que a água do maltratado Rio Santa Maria seja menos utilizada, trazendo mais segurança hídrica.

O percurso

O Rei Magos nasce em Santa Teresa, cruza a sede de Fundão como Rio Fundão e deságua entre Praia Grande e Nova Almeida, na Serra. Sua bacia compreende 700 km².

Outro sentido

De um editor e escritor sobre os caprichos políticos do idioma: "Não engulo essa história de 'presidenta' nunca, mas ex-presidenta é tranquilo".

Rebeldes sem causa

A manifestação contra a presidente Dilma que reuniu alguns gatos-pingados ontem na Reta da Penha atrapalhou a vida de muita gente que é favorável à causa, mas não a esse método de luta. E os sem-noção ainda receberam o reforço de militantes que pedem a volta da ditadura militar. Pode isso, general (democrático) Arnaldo?

Parece, mas não é

A enorme fila de ônibus dos funcionários da Vale que, das 17h às 19h, vai da entrada da mineradora e percorre parte da Praia de Camburi é tão extensa que faz lembrar o antigo sonho do metrô em Vitória.

A metrópole reclama

Parte da sociedade portuguesa continua reclamando do Acordo Ortográfico, que entra em vigor a partir do ano que vem. Acusam o Brasil de impor sua forma de se expressar aos antigos colonizadores.



DESERTO CAPIXABA

Deserto de Atacama ou do Novo México? Não, esta é a zona rural de Alto Rio Novo, no Noroeste do Estado, castigada pela seca. Mas cadê a cobertura florestal que deveria estar aqui? FOTO: FRED LOUREIRO

Reforço no caixa

Um pequeno alívio no caixa dos 78 municípios. É que ontem eles receberam recursos extras do FPM (Fundo de Participação dos Municípios) no valor de pouco mais de R\$ 1 bilhão. Que gastem com responsabilidade.

Urucubaca em Adiel

Nosso Adiel Carteiro Poeta está precisando de reza brava. Depois que sua mala foi extraviada num voo para o Rio de Janeiro (até hoje não encontrada), agora ele perde documentos pessoais, cartões de crédito (chique!) e documentos dentro do ônibus no trajeto da Rodoviária de Vitória ao Terminal de Laranjeiras.

O custo Brasil

Leitor conta que "quase foi assaltado" no Aeroporto de Guarulhos, em São Paulo. "Um cafezinho, uma maçã muito fajuta e um pãozinho de queijo custaram, imaginem vocês, R\$ 19,70".

O custo Brasil 2

Por falar em aeroporto, na sexta-feira os passageiros de um voo da Azul que pousou em Vitória tiveram que esperar, a bordo, durante 20 minutos antes de desembarcar. O pátio de aeronaves estava lotado.

Deixará saudades

Gerente de cultura do Sesc-ES nos últimos anos, Beatriz de Oliveira Santos está deixando a função. Ela foi convidada a participar da implantação do Centro Cultural do Sesc de Paraty, no litoral Sul do Rio, em reconhecimento ao belo trabalho realizado por ela aqui. Sorte deles.

Sem estrelismo

O presidente eleito do Tribunal de Justiça, Annibal de Rezende Lima, fez uma visita de cortesia ontem à Assembleia Legislativa, onde se reuniu com deputados no gabinete da presidência. Convidado pelo presidente da Casa, Theodorico Ferraço, a ir ao

plenário, o desembargador agradeceu e disse que vai, primeiramente, esperar ser empossado.

Quem é quem

Apenas representantes de três dos sete bancos convidados compareceram ontem de manhã à audiência pública, promovida pela Assembleia Legislativa, para discutir a prorrogação das dívidas dos agricultores capixabas. Enviaram representantes: Banco do Brasil, Banco do Nordeste e Sicoob. Não foram: Banestes, Caixa Econômica, Bandes e BNDES.

Alô! É da Santa Casa?

A centenária Santa Casa de Misericórdia de Vitória está com novo número para marcação de consultas: 3194-2400.

Alô, Assembleial

Que tal entrar para a História como o Legislativo que colocou ordem na farra do auxílio-moradia no Estado?

TEMPO

Hoje Máxima 32 / Min. 14
Amanhã Máxima 35 / Min. 14
Quinta Máxima 36 / Min. 16

Qualidade do ar Estação Grande Vitória	Medição em 16/10 Qualificação
Carapicá	Bom
Canavieira	Regular
Andaraí-Camburi	Bom
Laranjeiras	Regular
Vila Velha - Centro	Sem medição
Vila Velha - Ibes	Sem medição
Vitória - Centro	Sem medição
Vitória - Enseada do Sua	Sem medição

Marés

PORTO DE VITÓRIA Preamar: 1,1 às 08:32 e 1,1 às 20:47 Baixamar: 0,4 à 01:49 e 0,6 às 14:54	PORTO DE TUBARÃO Preamar: 1,1 às 08:26 e 1,0 às 20:39 Baixamar: 0,4 à 01:45 e 0,6 às 14:58
---------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------

Ventos

Leste a nordeste, fracos a moderados

Ondas

Vitória - Altura: De 1,8 a 2,2



Sol
Nascer: 06:07
Por do sol: 18:45



Lua
Crescente
20/10 - 17:00

Cidades



PRONTO ATENDIMENTO DE SÃO PEDRO, em Vitória, vai funcionar normalmente durante o feriado de Finados

Servidores vão ter feriadão de 4 dias

Prefeituras e governo do Estado decidiram adiar a folga do Dia do Servidor para emendar a data ao feriado de Finados

Tatiana Ribeiro

O Dia do Servidor Público é 28 deste mês, mas a comemoração será no próximo dia 30, quando os servidores terão quatro dias de folga, voltando ao expediente somente no dia 3 novembro, já que no dia 2 será feriado de Finados.

As repartições municipais como as de Vitória, Vila Velha, Serra e Cariacica decidiram manter as atividades no Dia do Servidor e também no dia 29 para que os profissionais

tenham quatro dias de descanso.

Os servidores do governo do Estado, como os do Tribunal de Justiça do Espírito Santo (TJ-ES) e da Assembleia Legislativa, também vão comemorar a data a partir do próximo dia 30.

Nesse período, serão mantidos os serviços em regime de plantão, como o atendimento no TJ-ES. Serviços essenciais também vão funcionar, como hospitais, delegacias e coleta de lixo.

Em Vitória, por exemplo, o Pronto Atendimento (PA) de São Pedro e o PA da Praia do Suá vão manter o plantão 24 horas.

O serviço de ambulância também vai funcionar 24 horas. Para atendimentos, o telefone é 3132-5050. Os casos de emergência serão atendidos pelo Samu, por meio do telefone 192.

Em Vila Velha, os Prontos Atendimentos (PAs) da Glória e de Co-

bilândia e o Hospital da Mulher, em Cobilândia, não fecham, e vão atender 24 horas. Outros serviços também serão mantidos, como a coleta de lixo e os serviços de Ouvidoria.

Nos municípios de Cariacica e Serra, as repartições públicas também ficarão fechadas do dia 30 ao dia 2, mas os serviços essenciais à população serão mantidos.

AULAS

As aulas na rede municipal de ensino de Vitória, Vila Velha, Serra e Cariacica vão acontecer normalmente nos dias 28, 29 e 30, pois os professores tiveram feriado no último dia 15, Dia do Professor.

Na rede estadual, segundo a Secretária de Estado da Educação (Sedu), as aulas também vão acontecer normalmente nesses dias. Somente no dia 2 não haverá aula nas escolas por ser feriado nacional.

ESCOLAS TERÃO AULA NORMAL DIAS 28, 29 E 30

Prefeituras

VITÓRIA, VILA VELHA, SERRA E CARIACICA

➤ NOS DIAS 28, Dia do Servidor, e 29, haverá expediente normal nas repartições públicas das prefeituras de Vitória, Vila Velha, Serra e Cariacica.

➤ DIAS 30 de outubro e 2 de novembro: não haverá expediente. Apenas serviços essenciais serão mantidos, como prontos-atendimentos.

➤ NA REDE MUNICIPAL de ensino haverá aula normal nos dias 28, 29 e 30, já que os professores tiveram feriado no último dia 15, Dia do Professor.

Governo do Estado

➤ SERÃO MANTIDOS OS serviços dos órgãos que desempenham suas fun-

ções em regime de escala ou que não admitem paralisação, como hospitais e delegacias de polícia.

➤ NA REDE ESTADUAL de ensino, segundo a Sedu, as aulas vão ser realizadas normalmente nos dias 28, 29 e 30, pois o feriado do Dia do Professor foi comemorado no último dia 15.

➤ O FAÇA FACIL em Cariacica, não vai funcionar nos próximos dias 30 e 31 e no dia 2 de novembro.

ASSEMBLEIA LEGISLATIVA E TRIBUNAL DE JUSTIÇA

➤ HAVERÁ expediente normal nos dias 28 e 29. Já no dia 30, os órgãos permanecem fechados, inclusive no dia 2 de novembro por causa do feriado.

➤ O TJ-ES vai funcionar em regime de plantão.

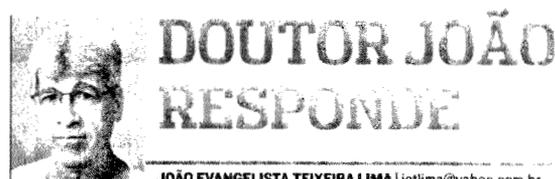


TRIBUNAL DE JUSTIÇA: plantão

Ufes

➤ HAVERÁ aula normal nos dias 28 e 29. Já nos dias 30 deste mês e 2 de novembro não haverá expediente.

Fonte: Prefeituras, governo do Estado e Ufes.



JOÃO EVANGELISTA TEIXEIRA LIMA | jetlima@yahoo.com.br

Dor de cabeça: doença ou sintoma?

Quase toda semana eu tenho cefaleia, desabafou o paciente. Ela vem de mansinho, insinuando-se sorrateira. Logo aparece uma dormência na testa, fazendo-me apertar os olhos para buscar alívio.

Dentro do meu crânio espremem-se nuvens vertiginosas, carregando um latejante sofrimento. Meu rosto torna-se incandescente e crispado de dor. Meus neurônios viram-se ao avesso numa agonia pungente que me deixa prostrado na cama. Levo horas tentando domesticar esse longo tormento.

Acreditava-se antigamente que tal padecimento era causado pela presença de maus espíritos dentro do crânio. Naquela época, o tratamento empregado era a trepanação, que consistia na abertura de orifícios na cabeça, para que esses espectros pudessem sair.

Torturados por cefalalgias, algumas pessoas ainda afirmam que esse flagelo foi inventado pelo satanás, depois da expulsão de Adão e Eva do paraíso.

Quando a queixa vem acompanhada da palavra "dor", já podemos suspeitar não ser algo muito bom. Quando o termo "dor" estiver associado à palavra "repetitiva", aí então fica bem pior.

Qualquer dor recorrente consegue amplificar o significado e a importância da frase: "Estou sentindo dor".

Dor de cabeça pode ser decorrente de várias moléstias, como enxaqueca, gripe, meningite, traumatismos, cânceres, etc. Entretanto, existem casos em que ela é a própria doença.

Ao contrário do que acredita a maioria das pessoas, as dores de cabeça mais comuns não estão relacionadas com patologias graves. Denominadas cefaleias primárias, essas algias ocorrem sem causa demonstrável pelos exames clínicos ou laboratoriais. Alterações neuroquímicas têm sido detectadas, envolvendo o desequilíbrio de neurotransmissores, principalmente da serotonina.

Cefaleias secundárias são provocadas por doenças demonstráveis pelos exames clínicos ou laboratoriais. Nestes casos, a dor seria consequência de uma agressão ao organismo, de ordem geral ou neurológica.

Citamos, como exemplo, as cefalalgias associadas às infecções sistêmicas, disfunções endócri-

nas, intoxicações, encefalites, entre outras dezenas de injúrias.

Quando o paciente se queixa de dor de cabeça, o médico deve solicitar exames subsidiários para pesquisar se ela é primária ou secundária.

Cefaleia tensional e enxaqueca são as formas mais frequentes de dor de cabeça primária. A cefaleia nervosa é causada por tensão muscular, vício postural, cansaço e estresse.

Geralmente, começa com um desconforto na cabeça, couro cabeludo ou pescoço, associada a contraturas nessas áreas. Apesar de ocorrer em qualquer idade, ela é mais comum em adultos.

Qualquer atividade que exija que a cabeça seja mantida parada por muito tempo numa mesma posição pode causar dor de cabeça. Isso inclui atividades como digitar ou realizar outras ações no computador, por exemplo.

A enxaqueca é outro tipo de dor de cabeça, onde acontecem crises de dor tipicamente latejantes, de moderada a forte intensidade, que pioram com atividades físicas, como caminhar e atemexer a cabeça

acompanhadas de intolerância a claridade e ao barulho.

Mais comumente, as dores ocorrem apenas de um lado da cabeça. É comum o aparecimento de náuseas, vômitos, vertigem, queda da pressão arterial, taquicardia, insônia, mau humor e perda do apetite.

Ainda não se conhece a causa da enxaqueca, mas as pesquisas apontam para uma tendência hereditária.

É importante orientar ao paciente que essa dor de cabeça é uma condição crônica e que, embora não exista cura, as crises podem ser debeladas com sucesso.

Como a cefaleia pode ser o sintoma de uma doença ou a própria doença, muitas vezes ela acaba virando uma "dor de cabeça" para o médico.

JOÃO EVANGELISTA TEIXEIRA LIMA é gastroenterologista e clínico geral

Ao contrário do que acredita a maioria das pessoas, as dores de cabeça não estão relacionadas com patologias graves