

O COMPROMISSO

Acesse: www.sindsepmto.org.br



EBSERH
Empregados discutem propostas para o ACT
Página 2

ARTIGO
Mês de conscientização sobre a saúde do homem
Página 4

TETO DE GASTOS
Entenda o que é e por que é ruim para os pobres
Página 3

TRANSIÇÃO 1

Servidores protocolam carta de reivindicações

O documento foi entregue nas mãos de Aloizio Mercadante que já foi ministro de Dilma Rousseff e é um dos membros dessa equipe de transição.

Foi protocolada na quinta-feira, 17, em Brasília, uma carta de reivindicações imediatas elaborada pelo Fórum Nacional dos Servidores públicos federais (Fonasefe)

Além da carta, foi também protocolado um ofício, articulado junto ao deputado Rogério Correa (PT-MG), solicitando uma reunião com a equipe de Trabalho do governo de transição.

A carta traz 4 reivindicações imediatas, o reajuste emergencial linear com o índice de inflação acumulado nos 4 anos do governo Bolsonaro, o arquivamento da PEC 32, a revogação da Emenda Constitucional 103/2019 e a revogação da Emenda constitucional 95. Leia abaixo as solicitações.

1. REAJUSTE EMERGENCIAL LINEAR COM O ÍNDICE DA INFLAÇÃO ACUMULADA NOS QUATRO ANOS DO GOVERNO BOLSONARO de 2018 a 2022

Durante os quatros anos do atual Governo, apesar de inúmeras tentativas de instalar uma mesa de negociação para que entidades sindicais e governo pudessem discutir as perdas salariais, mesmo sendo um direito previsto no Art. 37º da Constituição Federal Brasileira, nunca fomos ouvidos por este governo.

Enquanto a inflação acumulada de janeiro de 2019 a dezembro de 2022 chegará aos 27%, os salários de servidore(a)s público(a)s federais permaneceram congelados. O Projeto de Lei Orçamentaria Anual

2023 (PLOA 2023), encaminhado pelo governo atual, não prevê orçamento para atender essa importante reivindicação do(a)s servidore(a)s público(a)s federais.

Considerando que não podemos ser mais uma vez sacrificados em nome da austeridade, e por conta de que nossas perdas salariais dos SPF são bem superiores ao índice solicitado como reajuste emergencial, e por entender que há recursos suficientes para atender nossas reivindicações, como o próprio presidente eleito, Luís Inácio Lula da Silva, afirmou em Brasília, solicitamos, desde já, que a comissão de transição atenda ao nosso pleito, indicando reajuste linear emergencial na PLOA 2023, correspondente à inflação do período do governo Bolsonaro, sem prejuízo quanto às negociações sobre a reestruturação das diferentes carreiras e demais reivindicações específicas de cada categoria dos SPF, a serem retomadas após a posse do novo governo.

Um serviço público forte com a capacidade de atender às necessidades mais importantes do nosso povo passa necessariamente por servidore(a)s público(a)s capazes, concursado(a)s e bem remunerado(a)s. Por isso, esperamos ser atendido(a)s quanto ao reajuste salarial linear e emergencial aqui indicado.

2. ARQUIVAMENTO DA PEC 32

Numa jornada de resistência, servidore(a)s públicos, coordenado(a)s pelo FONASEFE, desenvolveram durante o ano de



A carta traz 4 reivindicações imediatas como o reajuste emergencial linear com o índice de inflação acumulado nos 4 anos do governo Bolsonaro

2021 uma campanha sistemática contra a PEC 32, com o mote "Quem votar, não volta!".

Esta jornada de lutas foi determinante para que o presidente da Câmara de Deputados, Artur Lira, não conseguisse colocar a PEC 32 em votação no plenário da casa. Portanto, queremos que a equipe de transição do governo Lula-Alckmin se comprometa com a retirada e arquivamento de pauta da PEC 32, suspendendo e cancelando de vez toda a tramitação da mesma.

3. REVOGAÇÃO DA EC 103/2019

Queremos a revogação da Emenda Constitucional nº 103 de 2019 (EC 103/2019), que atingiu o Regime Próprio e Regime Geral de Previdência Social de uma só vez. Essa emenda, dentre outras medidas, introduz as seguintes modificações: desconstitucionaliza vários dispositivos remetendo ao Executivo e Legislativo novas mudanças na Previdência Social; altera de forma aviltante os critérios de acesso, valores e tempo de usufruto dos benefícios; extingue a aposentadoria por tempo de contribuição; centraliza o regime próprio e regime geral de previdência social através da criação da unidade gestora única (Decreto nº 10.620/2021); e cria barreiras de acesso ao Instituto Nacional do Seguro Social – INSS com as tecnologias e plataformas digitais. Tais modificações deixam evidentes as perspectivas de

financeirização da Previdência Social Pública brasileira.

4. REVOGAÇÃO DA EMENDA CONSTITUCIONAL 95/2016

Defendemos como fundamental revogar a Emenda Constitucional nº 95 de 2016 (EC 95/2016), instrumento que serve única e exclusivamente para dificultar que o Estado brasileiro atenda às necessidades do seu povo. Importante lembrar que tal mecanismo não existe em nenhum outro país do mundo.

Embora sinalize avanços por se tratar de PEC de transição, a proposta apresentada, que retira do teto de gastos apenas o Bolsa Família, é preocupante, pois, importantes investimentos em áreas sociais para atender ao povo mais necessitado do nosso país poderão ficar congelados, tais como: saúde, educação, moradia, assistência social, merenda escolar, direitos previdenciários, salários dos servidores públicos, etc.

Dessa forma, esperamos ser recebidos pela equipe da Comissão de Transição para apresentar nossa pauta de reivindicações, estabelecendo desde já um diálogo permanente com o governo eleito.

Saudações.

Fórum das Entidades Nacionais do Servidores Públicos Federais – FONASEFE

NOVEMBRO

MÊS DA CONSCIÊNCIA NEGRA

Não basta não ser racista, é preciso ser antirracista.

SINDSEP-MT
VIDAS NEGRAS IMPORTAM!

CODSEF
CENTRAL ÚNICA DOS TRABALHADORES

CUT
CENTRAL ÚNICA DOS TRABALHADORES

TRANSIÇÃO 2

Confederação apresenta raio-x do Executivo

A Condsef/Fenadsef esteve na quarta-feira, 23, no Centro Cultural Banco do Brasil (CCBB), em Brasília, onde trabalha a equipe de transição do governo Lula. A entidade protocolou documento com um raio-x da situação atual dos serviços públicos. Um panorama da maioria dos órgãos que compõem o Executivo Federal no Brasil e os impactos dos últimos anos de políticas ultraneoliberais que promoveram um profundo desmonte em políticas públicas que vem impactando de forma preocupante os direitos garantidos pela Constituição da maioria da população.

"Nos últimos anos, o setor pú-

blico brasileiro passou por várias transformações, sobretudo nos governos de Michel Temer e Jair Bolsonaro, no sentido de fragilizar, ainda mais, os serviços públicos aos brasileiros e suas respectivas estruturas administrativas.

Sendo assim, é imprescindível que a equipe de transição, como também o governo eleito, priorizem o debate relativo ao setor público, na qual requer que passe por um processo de revisão generalizada e por completo, na qual, dentre outras questões, sejam avaliadas as perdas significativas dos postos de trabalho ocorridas em praticamente todos os órgãos do setor público federal, como também estadual e

municipal." - inicia o documento. O levantamento teve contribuição da subseção do Dieese na Condsef/Fenadsef e passou pelo debate e revisão de representantes dos departamentos das filiadas à Confederação que estiveram reunidas na semana passada no primeiro encontro presencial do Conselho Deliberativo de Entidades (CDE) desde 2020. A reunião foi realizada de forma híbrida com participações também via Zoom. A Confederação solicita uma reunião com a equipe de transição onde quer retomar um processo de negociação permanente e sinalizar sugestões para a gestão pública. (FONTE: CONDSEF)

Fotos: Mario Hashimoto



Na ocasião houve eleição para delegados que participarão da plenária nacional que acontece no início de dezembro

NO HUJM

Empregados da Ebserh discutem propostas para ACT 2023/2024

Após o TST julgar reposição de 11% em cima do vencimento básico, a luta por novo acordo continua

Foi realizada no dia 21, Assembleia Geral Extraordinária com trabalhadores e trabalhadoras da Ebserh/HUJM para deliberar sobre a Proposta de Acordo Coletivo de Trabalho 2023/2024, conforme minuta apresentada pela Condsef/Fenadsef. O texto, que será protocolado no próximo mês de dezembro junto a empresa foi aprovado com algumas sugestões. Na ocasião foram eleitos delegados para participar da Plenária Nacio-

Santos dos Anjos e de Joilson Ruas do Nascimento, da Secretaria dos Empregados em Empresas Públicas do sindicato, foram aceitas as seguintes propostas feitas pelos empregados Dayse, Joilson e Henrique:

- a) Incentivo à qualificação aos assistentes administrativos e aos trabalhadores da assistência criando um adicional de titulação;
- b) Reajuste linear de R\$ 1.000,00 aos assistentes administrativos;
- c) Reajuste do valor do auxílio-alimentação para R\$1.500,00;
- d) Flexibilização da jornada de trabalho sem prejuízo salarial;
- e) Opção de teletrabalho para os técnicos administrativos que possuem comorbidades;
- f) Possibilidade de optar pelo intervalo de 30 minutos de almoço a todos os empregados;
- g) Licença para tratamento de filhos com deficiência a todos os empregados;
- h) Auxílio a pessoa com deficiência no valor de R\$ 631,92;
- i) progressão de carreira horizontal e vertical tanto aos técnicos administrativos quanto os assistenciais.

Foram eleitos os seguintes delegados para participarem da Plenária Nacional dos Empregados da Ebserh. São eles Joilson Ruas do

Nascimento, Camila da Silva Martins e como suplente, Antonio Henrique Gomes dos Santos.

Desde o início do governo Jair Bolsonaro, a Ebserh evitou iniciar uma negociação. Nem mesmo na pandemia, onde os empregados arriscaram suas próprias vidas para salvar pessoas contagiadas. Esta postura intransigente dos representantes da Ebserh resultou em uma greve de 10 dias que envolveu o pessoal de 37 hospitais espalhados por todo o país e foi considerada como a maior greve dos empregados e empregadas da Ebserh.

Mobilização - A Ebserh confirmou que irá aplicar percentual de 11%, mais valores retroativos considerados a partir de março desse ano, na folha de pagamento de dezembro, a ser paga no início de janeiro. Em comum acordo, entidades representativas dos empregados e empregadas da Ebserh e a direção da empresa acertaram ainda a assinatura de um termo aditivo para corrigir erros materiais identificados no acórdão do Tribunal Superior do Trabalho (TST).

A mobilização e unidade de todos vai seguir fundamental para garantir que o próximo processo de negociações junto a empresa resulte em manutenção de direitos essenciais e possa permitir avanços importantes, incluindo a valorização dos Assistentes Administrativos e Técnicos em radiologia. "Nossa luta continua não só pela manutenção de direitos como também pelo atendimento de pautas urgentes ainda não atendidas pela empresa", reforçou o secretário-geral da Condsef/Fenadsef, Sérgio Ronaldo da Silva. (COM FENADSEF)



O jurídico acompanha de perto as discussões do ACT

nal do setor, que acontece de 01 a 03 de dezembro, em Brasília, e irá ratificar e aprovar a pauta.

Após uma rápida explanação do presidente do Sindsep-MT, Carlos Alberto de Almeida, com a participação da advogada Adriane



Vivemos momentos difíceis no Brasil nos últimos anos. Ataques a direitos, instituições sendo ameaçadas, o que não é diferente com nossos sindicatos, federações, confederações e centrais.

Não existe democracia sem sindicatos. É fundamental que se garanta o direito da classe trabalhadora se organizar. Os sindicatos são a trincheira principal na defesa de nossos direitos, das políticas e dos serviços públicos.

Em momentos de ataques permanentes somos nós que levantamos nossa voz e erguemos a cabeça, sempre na linha de frente da luta em defesa da democracia e dos direitos da classe trabalhadora.

Esse é nosso dever e nosso papel. Mas é preciso que os sindicatos se fortaleçam. Não há outro caminho senão o da participação e atuação direta da própria classe trabalhadora.

Procure o **Sindsep-MT**. Participe da construção e organização da luta em defesa de seus direitos.

Os sindicatos são a voz da categoria. Não fique calado. Só na unidade e mobilização somos capazes de assegurar que direitos conquistados a duras penas sejam mantidos e possamos avançar em outras conquistas.

A luta que a gente perde é a luta que a gente não faz. **FILIE-SE.** (FONTE: CONDSEF)

SERVIX
Administradora de Benefícios

Conheça a **SERVIX SAÚDE**

UM POUCO SOBRE A SERVIX

Uma empresa consolidada com mais de 12 anos de atuação no mercado de Saúde Suplementar, registrada na ANS sob o número 41760-2.

Contamos com uma equipe especializada em disponibilizar planos de saúde, odontológicos e seguro de vida, registrados pela ANS, que atendem a sua necessidade e se encaixam no seu estilo de vida.

- Planos sem taxa de adesão
- Planos mais vantajosos que o mercado
- Planos sem coparticipação
- Atendimento nacional
- Desconto em medicamentos

Carlos Alberto
(65) 9.9968-4677
CARLOS.ALMEIDA02@HOTMAIL.COM
WWW.SERVIXSAUDE.COM.BR

WWW.SINDSEPMT.ORG.BR

NOTÍCIAS ATUAIS DE SEU INTERESSE. MAIS ÁGIL, DINÂMICO. LÁ VOCÊ ENCONTRA AS EDIÇÕES ANTERIORES DO JORNAL "O COMPROMISSO", A NOSSA AGENDA E MUITO MAIS. ACESSE JÁ O NOSSO SITE E BOA LEITURA.

O TAL MERCADO

Entenda o que é teto de gastos e por que é ruim para os pobres e bom para os ricos

Medida adotada pelo ilegítimo Michel Temer impede que governo federal invista mais do que o índice de inflação do ano anterior. Economistas da Unicamp explicam por que isso interessa ao mercado financeiro

O presidente eleito, Lula (PT), só assume a presidência da República em 1º de janeiro de 2023, mas tem sido alvo de críticas de economistas neoliberais e do mercado financeiro, por ser contrário ao Teto de Gastos Públicos, que o petista, a CUT e a esquerda em geral sempre criticaram.

Essa medida econômica colocada na Constituição brasileira, em 2017, pelo ilegítimo Michel Temer (MDB-SP), congelou os gastos públicos por 20 anos, impedindo investimentos fundamentais e urgentes e áreas como saúde e educação. E, se nada for feito rapidamente, nem o gasto necessário para combater a fome e à miséria Lula terá.

Para explicar o que é teto de gastos e por que ele é ruim para os pobres e bom para os ricos, e ainda por que Lula tem sido criticado por querer alterar a medida, o PortalCUT ouviu dois professores de economia da Unicamp, Marcio Pochmann e Marcelo Manzano.

Eles desmitificam a tese que vem sendo difundida por donos de jornais como Folha, O Globo e Estadão e grandes empresários, como os do agronegócio, de que o futuro governo petista irá afundar o Brasil se não se render aos interesses da elite econômica do país.

Tanto para Pochmann como para Manzano a elite do país carrega um preconceito de classe e tem medo de perder seus privilégios. Ela sabe que se o governo investir mais em políticas sociais vai precisar arrecadar mais dinheiro, inclusive, por meio do aumento de impostos dos ricos e acabar com isenções fiscais de produtos que a maioria da população não consome e não faz diferença na vida delas.

Um exemplo é a redução de impostos que o governo de Jair Bolsonaro (PL) concedeu para equipamentos de jogos eletrônicos a suplementos alimentares, o whey protein, consumido por praticantes de academia, em sua maioria. Apesar da alta nos preços dos alimentos, o presidente não isentou os impostos dos produtos que compõem a cesta básica.

Para os dois economistas o teto de gastos públicos privilegia os ricos e prejudica os pobres que dependem de políticas públicas e sociais.

O que é o Teto de Gastos?

O teto de gastos estabelece que o governo federal não pode investir mais do que a inflação do ano anterior, medida pelo Índice Nacional de Preços ao Consumidor Amplo (IPCA), em obras e políticas sociais de áreas como saúde, educação, entre outras.

A medida, criada por meio de uma

Emenda Constitucional (EC) nº 95, por Temer e aprovada pelo Congresso em 2017, vale por 20 anos, Ou seja, o teto, se não for revogado, prevalecerá até 2037.

O que fica de fora do teto?

Ficam de fora do teto os pagamentos de salários e manutenção do Congresso e das Forças Armadas, as transferências obrigatórias para estados e municípios, os repasses para o Fundo de Manutenção e Desenvolvimento da Educação Básica (Fundeb), entre outras despesas obrigatórias.

Por que o mercado financeiro tem interesse no teto de gastos?

Segundo o economista Marcio Pochmann, o interesse do mercado é mandar na política econômica do país, reduzindo o papel do Estado na atividade econômica.

“O mercado financeiro diz que se o governo se endividar mais ele não terá como pagar tanto a dívida como os juros dos títulos públicos, que coloca à venda para arrecadar dinheiro, mas, na verdade, o interesse deles é diminuir a atuação do Estado nas políticas públicas, para que eles tomem essa fatia de mercado”, analisa Pochmann.

Eles querem a coisa pronta, querem comprar estatais com interesses econômicos e não políticos. Um governo tem o dever de saber onde precisa ser construída uma escola, mas o mercado quer uma escola onde tenha alunos que possam pagar

- Marcio Pochmann

É exatamente para diminuir a presença do Estado nessas políticas sociais empurrando as famílias para planos de saúde, para a escola privada, que é o interesse de quem apoia o teto de gastos, acredita o economista Marcelo Manzano.

Ele cita como exemplo o aumento da população brasileira ano a ano. Se o Brasil tem 215 milhões de habitantes e em um ano esse número aumentou para 220 milhões, com o teto de gastos, o governo vai diminuir o valor do dinheiro que em tese seria dividido entre todos os brasileiros.

O economista reforça que para investir é preciso arrecadar e isso passa pelo pagamento de impostos dos mais ricos e é isso que o mercado financeiro não quer, para manter seus privilégios.

Menos investimento, é menos dinheiro para atender as necessidades da população

- Marcelo Manzano

Em resumo, quem defende a redução do papel do estado na economia, está interessado na privatização das escolas e da saúde, entre outras áreas federais, para

oferecer o serviço em troca de altas mensalidades que poucos podem pagar. Foi por isso, que o mercado, os empresários da indústria e das comunicações comemoram a reforma da Previdência que tirou o sonho de milhões de brasileiros de um dia se aposentar e levou milhares a procurar uma previdência privada, o que, em geral, só é bom para os donos das instituições financeiras.

Preconceito com os pobres

Para Marcelo Manzano, a elite brasileira não admite que, por detrás dessa defesa fervorosa do teto de gastos está o preconceito de classe arraigado na sociedade brasileira, como a escravidão e a desigualdade social.

“A elite brasileira não quer dividir espaço nos aeroportos, não quer ver o desenvolvimento do filho da empregada, quer manter privilégios”.

Nenhum país do mundo tem teto de gastos, exceto o Brasil

Hoje, a dívida pública que o Estado tem com brasileiros que compram títulos é de 80% do Produto Interno Bruto (PIB), algo em torno de R\$ 9 trilhões.

Segundo Marcio Pochmann, o argumento do mercado financeiro de que o Brasil pode falir se aumentar a sua dívida pública é uma falácia.

“No Japão, a dívida pública é de mais de 200% por cento do PIB, os Estados Unidos e a Alemanha também ultrapassaram os 100%. Aqui no Brasil o mercado financeiro defende a ideia ultrapassada de que para crescer é preciso diminuir os gastos”, conta.

Este argumento do mercado também é rechaçado por Manzano, que critica a ideia de que se o governo se endividar mais não terá credibilidade, e assim precisa vender mais títulos públicos e aumentar os juros pagos por eles”.

“Isso é um mito alimentado pelo mercado financeiro, tanto que até mesmo o cálculo da dívida foi modificado já no primeiro governo Lula, em 2003. Durante os governos FHC, se levava em conta as reservas cambiais que o país tinha, para calcular a dívida líquida. Com Lula, o mercado ‘esquece’ que tem US\$ 350 bi em reservas e põe na conta o valor bruto. Somos o quinto país com as maiores reservas cambiais do mundo”, afirma Marcelo Manzano.

Já Pochmann argumenta que um governo pode emitir moedas, cobrar mais impostos, lançar títulos públicos e uma série de medidas para aumentar a arrecadação.

“O argumento de que o Estado tem de agir como uma família que não pode se endividar, não existe em nenhum lugar do planeta. O Estado é o dono da moeda.

Nenhum país do mundo faluiu”, afirma.

“Além disso, os investimentos do Estado geram emprego, aumento do consumo e consequentemente a arrecadação. O efeito é o inverso do que dizem os economistas neoliberais”, conclui o economista.

O que é o tal mercado

Mercado neste caso não é um lugar onde se faz compras do mês com muitos estão ironizando nas redes sociais. Esses ‘mercados’ que ficam nervosos com Lula, são compostos por grandes empresários que especulam, principalmente com ações na Bolsa de Valores e na compra e venda de dólar e outras moedas.

O mercado é o ambiente onde ocorre a negociação de ativos — como títulos, moedas, ações, derivativos, mercadorias, commodities entre outros bens e ativos com algum valor financeiro. Seus agentes vendem e compram direitos de receber fluxos de dinheiro ou a moeda em que se deseja manter seus ativos.

Ativos, por sua vez, pode ser classificado como tudo o que pode ser convertido em dinheiro de alguma forma. Por exemplo, o dinheiro em banco é um ativo, o estoque da empresa pode ser vendido e virar dinheiro, então é um ativo, o carro da empresa pode ser vendido e virar dinheiro, então é um ativo.

Os mercados de títulos de dívida pública e de câmbio (dólar) são os mais importantes.

Já ‘títulos de dívida pública’ podem ser definidos como o direito de receber um fluxo de rendimentos (juros) do governo.

Diferença entre Lula e Bolsonaro

Nos dois governos Lula (2003 a 2011), não havia teto de gastos e ainda assim, o Brasil não aumentou a dívida pública. Ao contrário, o país conseguiu aumentar a sua arrecadação com geração de emprego e renda e construiu uma reserva cambial de US\$ 350 bilhões.

Já Bolsonaro nunca respeitou o teto de gastos. Em quatro anos de seu governo ele furo o valor em R\$ 750 bilhões, sem nunca ser incomodado pelo mercado financeiro.

O que se percebe é a diferença de tratamento com Lula, que quer bem menos do que isso: R\$ 175 bilhões para manter o Bolsa Família em R\$ 600 e mais R\$ 150 por criança até seis anos e reajustar o salário mínimo acima da inflação, entre outras ações para combater a fome de 125 milhões de brasileiros que vivem em insegurança alimentar. Ou seja, o “preconceito de classe arraigado na sociedade brasileira”, como disse Manzano. FONTE: PORTAL CUT

Foto: Ana Luiza Vaccarin/MGiora



Expediente

o compromisso

Boletim informativo do Sindicato dos Servidores Públicos Federais do Estado de Mato Grosso

Rua Dr. Carlos Borralho nº 82, bairro Poço. CEP 78.015-630 - Cuiabá-MT
Telefone: (65) 3023-9338/3023-7000 - email: contato@sindsepmto.org.br
Jornalista responsável: Mário Hashimoto DRT 200/MT
E-mail: mhashi104@yahoo.com.br
Editoração eletrônica: Oficina A-104

DIRETORIA EXECUTIVA QUADRIÊNIO 2022/2026

Presidente: Carlos Alberto de Almeida; Vice-Presidente: Elias Belisário de Araújo; Secretaria Geral: Fernando Pivetta; Adj. Secretaria Geral: Zeni Salete Boff; Secretaria de Finanças: Gildásio Ferreira Gomes; Adj. Secretaria de Finanças: Sílvia Cléia Aires Ferreira; Secretaria de Administração: Enildo Gomes; Adj. Secretaria de Administração: Nelson Fortunato Ojeda; Secretaria Para Assuntos Jurídicos: Damásio de Souza Pereira; Adj. Secretaria Para Assuntos Jurídicos: Rosana Luzia Gomes da Costa; Secretaria de Formação e Política Sindical: José Olímpio da Silva Neto; Adj. Secretaria de Formação e Política Sindical: Eliete Julia Sala Santin; Secretaria do Interior: Benedito Assis da Silva; Adj. Secretaria do Interior: Albir Alves de Brito; Secretaria de Imprensa e Comunicação: Gilmar Campos Soeiro; Adj. Secretaria de Imprensa e Comunicação: Adilson Benke; Secretaria de Aposentados e Pensionistas: Izael Santana da Silva; Adj. Secretaria de Aposentados e Pensionistas: Elza Barbosa dos Santos; Secretaria da Saúde do Trabalhador: João de Deus da Silva Filho; Adj. Secretaria da Saúde do Trabalhador: Celso Alfredo Simon; Secretaria dos Anistiados e Demitidos: Joacira Santana Rodrigues de Almeida; Adj. Secretaria dos Anistiados e Demitidos: José Maria Silva e Arruda; Secretaria de Cultura, Secretaria de Movimentos Sociais, Cultura, Raça e Etnia: Manoel Martins; Adj. Secretaria de Cultura, Secretaria de Movimentos Sociais, Cultura, Raça e Etnia: Idivaldo Bernardes de Oliveira; Secretaria dos Empregados em Empresas Públicas: Joilson Ruas do Nascimento; Adj. Secretaria dos Empregados em Empresas Públicas: Sandra Cristina Ribeiro; Suplentes de Direção: I - Deusdete Cabral; II - Rosina Almeida Paiva; III - Divina de Oliveira Santos; IV - Aderbal Castro de Queiroz; V - Donato Ferreira da Silva; VI - Jacira Weis. Conselho Fiscal - Membros Efetivos: I - João Sebastião Alves Pereira; II - Benedita Vandinéia de Oliveira; III - Edmilson Lourenço Máximo; Suplentes do Conselho Fiscal: I - Geovano Santos Moreira; II - Ademar Viana dos Santos; III - João Martins de Souza.



O nosso sindicato continua com campanha de filiação de servidores, da ativa, aposentados e pensionistas. Um dos principais motivos de ser filiado é ser representado. Quanto maior o número de filiados (as), mais forte estaremos na luta por benefícios e contra retirada de seus direitos. A sindicalização é a consciência de classe fundamental ao fortalecimento da categoria e do sindicato. A hora é essa! Filie-se você também.

NOVEMBRO AZUL

Mês de conscientização sobre a saúde do homem

Em 2011, o Instituto Lado a Lado pela Vida iniciou a campanha 'Novembro Azul' com o objetivo de alertar para a importância do diagnóstico precoce do câncer de próstata, o mais frequente entre os homens brasileiros depois do câncer de pele.

Aproveitando as celebrações em torno do tema, o Ministério da Saúde e o Instituto Nacional de Câncer (INCA) começaram a divulgar ações importantes e a data transformou-se no maior movimento em prol da saúde masculina.

Conforme dados do INCA, foram diagnosticados 68.220 novos casos de câncer de próstata e cerca de 15 mil mortes/ano em decorrência da doença no Brasil, para cada ano do biênio 2018/2019, o que representa 42 homens morrendo por dia em decorrência da doença e aproximadamente 3 milhões convivendo com ela.

O movimento quer conscientizar, ainda mais, a população masculina sobre a necessidade de cuidar do seu corpo e também da mente. Praticar exercícios, ter uma alimentação equilibrada, parar de fumar, praticar sexo seguro, cuidar da saúde mental e, também, fazer o exame da próstata, periodicamente.

Entre os cuidados básicos que todo homem precisa ter com a saúde, há testes e exames que precisam ser realizados com frequência:

- Verificação da pressão arterial;
- Hemograma completo;
- Dosagem da glicemia;
- Dosagem do colesterol;
- Testes de urina;
- Atualização da carteira vacinal;
- Verificação do perímetro abdominal e do Índice de Massa Corpórea (IMC).

E, ainda:

Exame da próstata: Por causa do preconceito que envolve o exame, muitos homens são diagnosticados quando a doença já está em estados mais avançados, o que leva a uma alta taxa de óbitos. Quando identificado em fase inicial o câncer de próstata tem altos índices de cura.

Fazer check-up regular: Fazer um check-up é a melhor forma de prevenir doenças e evitar que sejam tratadas apenas em estágios mais avançados. Em todas as faixas etárias o urologista deve ser consultado.

Cuidar da saúde mental: Diversos fatores podem causar um desequilíbrio emocional, como responsabilidades familiares, frustrações financeiras e problemas no trabalho. É preciso entender que a saúde mental é tão importante quanto a saúde física, e que o tratamento é necessário.

A próstata é uma glândula do sistema reprodutor masculino, que pesa cerca de 20 gra-

mas e se assemelha a uma castanha. Localiza-se abaixo da bexiga e sua função é produzir e armazenar o líquido prostático que, junto com o líquido seminal produzido pelas vesículas seminais e os espermatozoides produzidos nos testículos, forma o sêmen.

Tratamento e prevenção:

Na fase inicial, o câncer de próstata não apresenta sintomas e quando alguns sinais começam a aparecer, cerca de 95% dos tumores já estão em fase avançada, dificultando a cura. Na fase avançada, os sintomas são: dor óssea, dores ao urinar, vontade de urinar com frequência e presença de sangue na urina e/ou no sêmen.

Entre os fatores de risco estão, histórico familiar de câncer de próstata (pai, irmão e tio); obesidade e raça: homens negros sofrem maior incidência deste tipo de câncer.

A única forma de possibilitar a cura do cân-

cer de próstata é com o diagnóstico precoce. Mesmo na ausência de sintomas, homens a partir dos 45 anos com fatores de risco, ou com 50 anos e sem estes fatores, devem ir ao urologista para conversar sobre o exame de toque retal, que permite ao médico avaliar alterações da glândula, como endurecimento e presença de nódulos suspeitos, e sobre o exame de sangue PSA.

Cerca de 20% dos pacientes com câncer de próstata são diagnosticados somente pela alteração no toque retal, reforçando sua importância para o diagnóstico e o tratamento precoces.

Medidas preventivas, segundo o INCA, incluem: dieta rica em frutas, verduras, legumes, grãos, cereais integrais; menos gordura, principalmente as de origem animal, ajuda a diminuir o risco de câncer, e de outras doenças crônicas não-transmissíveis.

Nesse sentido, outros hábitos saudáveis também são recomendados, como fazer no mínimo 30 minutos diários de atividade física, manter o peso adequado à altura, identificar e tratar adequadamente hipertensão, diabetes e problemas de colesterol, diminuir o consumo de álcool e não fumar.

Materiais de apoio produzidos pelo INCA:

Cartilha Câncer de próstata: vamos falar sobre isso?

Vídeo Saúde do homem

Fontes:

Agência Nacional de Saúde Suplementar
Dr. Dráuzio Varella
Instituto Lado a Lado pela Vida
Instituto Nacional de Câncer
Secretaria de Estado da Saúde de Santa Catarina



FELIZ ANIVERSÁRIO MÊS DE DEZEMBRO

NOME	DIA
ADALINA ANGELA SILVA PEDROSO	28
ADERBAL CASTRO QUEIROZ	23
ADEVITA GOMES DE ALMEIDA DA SILVA	28
ADILSON BENKE	11
ADIR NOEL DE CASTRO SOUZA	24
AILTON RAIMUNDO DO NASCIMENTO	14
ALBINO BARBOSA BATISTA	04
ALFREDO BARROS FILHO	08
ALFREDO RODRIGUES LIMA	14
ALFREDO SANTANA DE FIGUEIREDO	12
ALINOR IRINEU DA COSTA	28
ANA MARIA NATIVIDADE DA SILVA	25
ANTONIO NARDES DO NASCIMENTO	11
ARMINDO LOPES LEITE	01
BENEDITO RODRIGUES NOGUEIRA	13
CASEMIRO NETO RODRIGUES AGUIAR	19
CLEMENCIA CANDIDA RIBEIRO	19
CYNTHIA PAULA DE JESUS FRAGA	20
DAMASIO DE SOUZA PEREIRA	18
DAVI BISPO DE OLIVEIRA	28
DILZA FERREIRA DE ARRUDA	30
DIVINA DE OLIVEIRA SANTOS	17
DORACI DORNELLO CALAZANS CHAVES	01
DOROTHY MAYRON TAUKANE	08
EDEZIO DE SOUZA PONCE	04
EDITE ALVES DE OLIVEIRA SOARES	16

EDSON CARNEIRO GERALDES	07	MANOEL DA CONCEICAO ASSIS	08
EDVAM DE JESUS TAQUES	26	MARCIO DE OLIVEIRA MIRANDA	13
ELI FERREIRA DA SILVA	14	MARCOLINO FAGUNDES DE ARAUJO	13
ELIETE DOMINGOS DA COSTA	10	MARCOS ANTONIO F. DE PAULA OLIVEIRA	02
ELOANA FERREIRA D'ARTIBALE	10	MARIA ALZIRA VERONEZ DE MORAES	19
EPAMINONDAS FERREIRA DE OLIVEIRA	01	MARIA CONCEIÇÃO DORILEO FIGUEIREDO	21
EVANGELISTA PEREIRA BARROS	12	MARIA DOMINGAS GOMES	29
EVERALDO RODRIGUES MOREIRA	26	MARIA ILCE ROCHA	22
FRANCISCO DIAS DA SILVA	03	MARIA PEREIRA CHAVES	22
GEOVANO SANTOS MOREIRA	02	MARIA TAVARES SANTANA DE MATOS	10
GILMAR CAMPOS SOEIRO	07	MARIO GOTARDO	13
GORETE DE FATIMA DE OLIVEIRA	03	MIRIAM FRANCA MOREIRA	14
GRACILIANO NASCIMENTO FILHO	11	MOACIR BORGES	25
GUMERCINDO FAGUNDES LOPES	10	MOACYR GERALDO DE BARROS	05
HILMA XAVIER RODRIGUES	05	NELSON HERGESELL	19
INES ANSCHAU XAVIER DE OLIVEIRA	06	OTILIA DE OLIVEIRA FERREIRA	13
IRENE ANA CHAGAS	05	PAMELA SALES URMANN	21
IVANIL FERREIRA DA SILVA	06	RAIMUNDA PEREIRA SOARES	22
IVANILDO TEIXEIRA THOMAZ	15	REJANE CRISTINA DE MELO PINTO	23
JANETE MARQUES DA CUNHA	14	ROSA MARIA DE FRANCA SILVA	31
JOANNA DO ESPIRITO SANTO	27	ROSANGELA ALVES DA SILVA	07
JOAO BOSCO NOGUEIRA DE PINHO	12	SANDRA CRISTINA RIBEIRO	21
JOAO LUIZ DE OLIVEIRA SANTOS	10	SEBASTIAO DE JESUS	08
JOAO SILVA LIMA	15	SEBASTIAO RIBEIRO DA SILVA	05
JONILSON NAVARROS ROMÃO	06	SILVANA TEIXEIRA AGOSTINHO	04
JOSE LUIZ FILHO	14	TEREZA LUZ DA COSTA	31
JOSE MONTEIRO DA CRUZ	15	TEREZINHA RODRIGUES SILVA	01
JOSE PRUDENTE DE FREITAS	25	VALDI RODRIGUES DE SOUZA	03
KARINA APARECIDA DA SILVEIRA COSTA	14	VERGÍLIA FRANCISCO XAVIER	18
LARISSA MUSTASSO	01	WALDAIR DIAS DA SILVA	20
LEANDRO DA SILVA ZEILIRGER	14	WANDER MARCIO DE ASSIS SOUZA	13
LUIZ BARBOSA LUZ	28	ZITA ANTONIA GOMES SILVEIRA	17
LUIZ DA COSTA	29		