

Sorocabano

Está é uma publicação do Sindicato da Sorocabana
Outubro de 2015 | Publicação 204



ALL CONVOCA SINDICATO PARA REUNIÃO DE URGÊNCIA ÀS VÉSPERAS DA GREVE

pg 5

CHEFIA OBRIGA AGENTES DE SEGURANÇA
A TRABALHAR DESCARACTERIZADOS

pg 3

TST PRESSIONA VALEC A CHEGAR
A UM ACORDO DECENTE

pg 4

POSICIONAMENTO

SOBRE O PROCESSO R\$ 2.400,00

Como abordado na edição anterior, vivemos tempos de mudanças e estamos colhendo os frutos que esta nova administração plantou desde 2013. O processo conhecido como R\$ 2.400,00 está se desenrolando com a dedicação da Diretoria e a boa vontade da Justiça.

Recentemente, recebemos resposta da Procuradoria Geral do Estado, que decidiu efetuar o pagamento por OPV com as seguintes condições:

- Não haja qualquer condenação em honorários advocatícios;
- Sejam aceitos os critérios utilizados pela Fazenda para correção do débito (apresentados nos embargos à execução, com ênfase na aplicabilidade integral da Lei 11.960/09 após sua vigência);
- Apresentação de procurações singulares pelo Sindicato que demonstrem que este está autorizado a levantar as quantias em nome dos representados apresentadas até 28/09/2015;
- Abatimento de 15% sobre o valor do débito de cada um dos autores em favor da Fazenda;
- Só serão habilitados os beneficiários em relação aos quais o Sindicato trouxer procuração ou formulário pedido de sucessão processual até a mencionada data;
- Sejam expedidos ofícios requisitórios em número de 50 autores, de forma a facilitar o trabalho do pagamento, com intervalo mínimo de 10 dias.

Ainda estamos lutando por melhores condições nesta negociação, mas está evidente o quanto este processo representa a dedicação da entidade em garantir o direito conquistado. Nós ferroviários não podemos desistir da luta, cada atitude conta.

Unidos, com certeza, somos mais fortes!



Izac de Almeida,
Presidente do Sindicato

Sorocabano

Veículo oficial de comunicação do Sindicato dos Trabalhadores em Empresas Ferroviárias da Zona Sorocabana (SINFER).

Presidente: Izac de Almeida. **Conselho Editorial:** Paschoal Fuoco Junior e Rogério Pinto dos Santos. **Edição:** Texto Comunicação Corporativa. **Jornalista Responsável:** Altair Albuquerque (MTb 17.291). **Redação:** Isis Torres. **Projeto Gráfico:** Rodrigo Bonaldo. **Periodicidade:** Mensal. **Tiragem:** 7.000 exemplares. **Contatos:** (11) 3682-9303, www.sinfer.org.br ou imprensa@sinfer.org.br. **Endereço:** Praça Padroeira do Brasil, 127 - Jardim Agu - Osasco /SP - CEP 06010-090.



Chefia obriga agentes de segurança a trabalhar descaracterizados

Há pelo menos três anos, os agentes de segurança da linha 8 da CPTM arriscam suas vidas por cumprir ordens ilegais

Agentes de Segurança procuraram o Sindicato da Zona Sorocabana para denunciar uma ilegalidade que aflige a categoria diariamente. Os fatos: foi instaurado sistema para coibir o comércio de ambulantes nas linhas e estações de trens. Para isso, a ordem é que os agentes de segurança da linha 8 fiquem à paisana dentro dos trens. De acordo com a norma interna da empresa, cada empregado é responsável por seus atos e pela sua própria segurança, além da utilização dos equipamentos de proteção individual. No caso dos agentes de segurança, os seus EPIs são fardamento, colete balístico, boina, cinturão com coldre, revólver, tonfa, algemas e spray de pimenta.

Os seguranças que se recusam (com direito) a cumprir esta ordem absurda estão sendo punidos com a troca de escala sem prévio aviso e contra sua vontade em local diverso e distante de seu local de moradia. A ordem é fazer a ronda nos trens para apreender mercadorias e ambulantes, armados e à paisana, sem o acompanhamento de outro agente e sim de um vigilante da empresa terceirizada, contrariando norma interna de serviço.

Nada contra os vigilantes da contratada, mas eles têm compromisso direto com a empresa que os paga e não com a CPTM ou com os usuários dos trens. Esta é uma diferença crucial em um momento de urgência.

A princípio, os seguranças estavam sendo obrigados a trabalhar descaracterizados, mas portando arma. Após denúncia ao Sindicato, a chefia ordenou que continuem a trabalhar descaracterizados, porém sem o porte de arma – fato considerado temeridade pelos agentes consultados, pois os ambulantes andam em grupos de seis pessoas com funções distintas para cada, chegando a dispor de segurança própria

para evitar apreensões.

Com o objetivo de solucionar os problemas que afligem a categoria, o Sindicato realizou seis Assembleias em três horários distintos em duas diferentes datas para ouvir as preocupações dos funcionários. Ficou claro que alguns pontos precisam ser resolvidos com urgência. Esta é uma situação isolada que acontece apenas com os agentes da linha 8 da CPTM, já na linha 9 isso não ocorre por enquanto. Mas estamos de olho na situação.

Os funcionários de todas as Assembleias manifestaram unanimemente a intenção de trabalhar usando todos os EPIs e completamente fardados, fazendo ronda ostensiva para coibir o comércio ambulante ilegal e não simplesmente realizar patrulhas secretas com o único objetivo de apreender mercadorias.

Com esta situação, os funcionários sentem-se desrespeitados e inseguros. Por sua vez, o usuário sente-se abandonado, não tendo mais a figura do agente fardado presente. O Sindicato fez uma pesquisa entre alguns usuários, questionando sobre o segurança fazer o seu trabalho desarmado para coibir o comércio. Grande maioria sente-se mais segura tendo a certeza da presença do agente de segurança.

Muitos alegam que hoje em dia o comércio ambulante sofreu grandes mudanças. No passado, eram apenas vendedores de chocolates e balas, que se encontravam sozinhos nos vagões. Hoje, nota-se uma equipe organizada que vende diversos produtos, entre eles entorpecentes.

A empresa alega que existe uma equipe de prontidão para dar apoio aos profissionais que fazem a ronda do GAM e que, caso necessário, eles chegariam em curto espaço de tempo. Mas os funcionários afirmam que esta equipe não existe, pois a empresa não tem contingente para

tanto. Além de todos estes problemas, quando o agente apreende uma mercadoria ele é responsável por conduzi-la até a delegacia.

O processo de desarmamento do agente é demorado e complexo, causando a demora do transporte do apreendido e da mercadoria. A categoria reivindica que algum órgão de Segurança Pública (Polícia Civil ou Militar) realize o transporte e a escolta dos itens apreendidos. Em certa ocasião houve apreensão de grande quantidade de drogas na estação Lapa e todo este processo foi feito com extrema tensão e grande estresse aos Agentes de Segurança envolvidos. Sem dúvida, este tipo de situação não compete ao Agente de Segurança que, antes de mais nada, é um ferroviário que cuida do patrimônio da empresa e zela pela segurança dos usuários.

O Sindicato informa que outras Assembleias serão realizadas para informar os desdobramentos desse caso que prejudica os trabalhadores e que também notificará oficialmente a CPTM para solucionar estes problemas.



Maquinista da Linha 7 Rubi morre atropelado

Um exemplo de quão grave esta a situação dos ferroviários. Na noite do dia 26 de setembro, um maquinista da linha 7 Rubi, ao fazer a troca de cabine de comando, foi

atropelado e morreu próximo à estação Barra Funda. O profissional estava sem o colete, que é um equipamento essencial. Isso mostra a importância de todos os

profissionais estarem devidamente caracterizados. O Sindicato lamenta o ocorrido e espera que situações como esta não se repitam.

TST pressiona VALEC a chegar em um acordo decente

O Tribunal Superior do Trabalho convocou a empresa e o Sindicato para solucionar os impasses da negociação

Em audiência de mediação da negociação coletiva no dia 23 de setembro, o ministro Ives Gandra Martins Filho propôs acordo de reajuste salarial aos representantes dos trabalhadores ferroviários e da Valec, empresa responsável pela construção e exploração da infraestrutura ferroviária brasileira.

A data base venceu em maio e até agora não foi possível chegar a acordo. A proposta formulada pelo vice-presidente do TST prevê reajuste salarial de 5% retroativo à data base. Inclui ainda reajuste de 16% no tíquete alimentação, na assistência materno infantil e manutenção das

cláusulas do acordo coletivo anterior, além da extensão do plano de saúde para os ferroviários da Valec a partir da assinatura do acordo. A Valec posicionou-se afirmando que não tem receita própria e que toda sua renda provém do Tesouro Nacional, o que impõe limites diante da situação financeira da União. A empresa alegou que a negociação depende de aval do Departamento de Coordenação e Governança das Empresas Estatais (DEST), órgão do Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Por determinação do TST, a Valec teria 48 horas

para obter do DEST autorização para concluir o acordo. Caso o DEST rejeite a proposta, o vice-presidente destacou que dará prosseguimento ao dissídio coletivo.



FCA é campeã em desrespeito ao trabalhador

Mais uma vez, a empresa assume postura desonrosa perante as negociações com o Sindicato

A FCA alegou que não tem condições de cumprir o ACT 2014/2016 em reunião para tentar solucionar esse impasse com a Unidade Sindical Ferroviária no dia 10 de setembro, em Belo Horizonte.

A empresa tornou-se inadimplente desde 1º de setembro ao não pagar o valor de R\$ 1400,00 já acordado. Os Sindicatos demonstraram boa vontade e se dispuseram a chegar a um acordo decente para os trabalhadores. Porém, a FCA/VLI mais uma vez se mostrou irredutível ao não acatar a proposta do Sindicato de reiterar os admitidos e garantir o emprego dos que estão em atividade.

Inacreditavelmente, a empresa afirmou que não reintegrará os demitidos e que garante APENAS 30 dias aos que estão na ativa. Isso é inaceitável! Está claro que a FCA quer lucrar na crise, a qualquer custo. A empresa quer renegociar sem nenhuma garantia. A Sorocabana e as demais entidades repudiam essa conduta.

De acordo com a empresa, os números do balanço financeiro não são favoráveis. Mas os números divulgados na bolsa de valores e no próprio site da empresa divergem muito desse discurso.

Na contramão da negociação, a FCA soltou vários abaixo assinados para que os funcionários voltassem atrás no acordo com a desculpa de que a empresa garantiria os empregos. Mas nós sabemos que isso não existe.

O Sindicato não pode aceitar a demissão dos funcionários sem reajuste. Por conta disso, a

Unidade Sindical Ferroviária proporá ações de cumprimento. É preciso garantir junto à Justiça e ao Ministério do Trabalho o direito conquistado. Para isso, entraremos com ações e denúncias que comprovem a coação sofrida pelos trabalhadores.

Para que tenhamos êxito, é preciso que os funcionários (tanto demitidos quanto os em atividade) mantenham-se firmes e mobilizados. Só com organização e dedicação podemos garantir o que nos é de direito. Juntos e firmes na luta, sempre!



CPI dos Transportes Ferroviários

Reunião em Americana relembra acidente com 10 mortes

A Comissão Parlamentar de Inquérito que investiga os acidentes no transporte ferroviário de carga, presidida pelo deputado Chico Sardelli (PV), realizou audiência em Americana no dia 17 de setembro. Nessa cidade, 10 pessoas morreram e 18 ficaram feridas em um acidente envolvendo um trem e um ônibus urbano em uma passagem de nível, em 2010.

A CPI já detectou problemas operacionais e estruturais em áreas como engenharia e manutenção. Até 2000, as composições funcionavam com 2 locomotivas e 40 vagões com maquinistas e ajudantes. Hoje, circulam com 3 locomotivas e 128 vagões sobre os mesmos trilhos.

No dia 24 de setembro, a Comissão foi até São José do Rio Preto, onde oito pessoas morreram em 2013. Em Rio Preto, foram ouvidos os familiares das vítimas, que alegaram que o valor pago de indenização pelos danos foi pequeno. Muito comovidos, reclamaram do descaso da empresa em relação aos seus funcionários.

A CPI tem se reunido periodicamente e ouvido diversos atores envolvidos na questão ferroviária, como vereadores de municípios atingidos por grande número de acidentes, Corpo de Bombeiros, Ministério Público e representantes sindicais dos trabalhadores ferroviários.



ALL convoca Sindicato para reunião de urgência às vésperas da Greve

A empresa sentiu a pressão dos trabalhadores e convocou a entidade para tentar um acordo

A ALL não conseguiu ignorar as reivindicações dos trabalhadores há exatos 3 dias da greve. Sob forte pressão, convocou o Sindicato para reunião no dia 22 de setembro, para tentar impedir o movimento que já estava prestes a explodir.

Em reunião marcada para discutir o ACT, estavam presentes representando o Sindicato o presidente Izac de Almeida e o diretor Rogério Santos, acompanhados do seu advogado e da assessora de imprensa da entidade. Representando a empresa, estavam o vice-presidente de Recursos Humanos Eduardo Pellegrina, a gerente de Relações Sindicais Monica Vohs de Lima e o consultor de Relações Sindicais Joselito Barboza.

Em princípio, a ALL apresentou sua contraposta em relação às reivindicações do Sindicato, mas ainda não era o suficiente no entendimento dos dirigentes. Após 5 horas de discussão ficou acordado que:

- A ALL dará reajuste salarial com correção de 9% a partir da data base de Maio/2015
- Pisos Salariais

CARGO	PISO 2014	PROPOSTA CIA 9%
Operador de Produção	R\$ 827,00	R\$ 901,00
Operador Máq e Via	R\$ 868,00	R\$ 946,00
Rondante	R\$ 893,00	R\$ 973,00
Condutor de Auto Linha	R\$ 924,00	R\$ 1.007,00
Técnico de Operações	R\$ 968,00	R\$ 1.055,00
Maquinista	R\$ 1.142,00	R\$ 1.245,00
Supervisor	R\$ 1.377,00	R\$ 1.501,00

- Registro de ponto: ficou estabelecida nova redação sobre o sistema de ponto para a categoria C e a empresa se comprometeu a implementar novas tecnologias com vistas à melhoria do processo de cálculo e apontamento das horas dos maquinistas. Serão realizadas reuniões periódicas para apresentação das soluções propostas durante o próximo ano.
- Trilha de Carreira: este projeto deve ser finalizado até o fim de 2016, contemplando o descritivo dos cargos e funções com as devidas atualizações nos dados cadastrais dos colaboradores, incluindo atualizações da CTPS, quando solicitadas pelo funcionário.

O calcanhar de Aquiles do acordo sempre foi o Tiquete Refeição. A empresa demonstrou dificuldade em negociar valores e prazos a ser dados. O Sindicato manteve-se firme na negociação e ficou acordado que o tíquete a partir de outubro terá a redução de 2% para 1%, limitado R\$ 10,00. Excepcionalmente, no mês de maio de 2016 a empresa concederá o valor de 1 tíquete.

O Sindicato realizou Assembleias em que os trabalhadores aprovaram a Ata com ressalvas apenas na questão do ponto. Para conferir a ata completa da reunião, acesse o site www.sorocabana.org.br.



Ministério e Polícia Federal investigam ALL

No dia 22 de setembro, o Ministério do Trabalho e a Polícia Federal realizaram fiscalização nas instalações do Paraitinga, em São Vicente. Após denúncia sobre as condições de trabalho que os funcionários da ALL eram submetidos, provaram-se inúmeras ilegalidades.

Em tentativa de não ser vistoria-

da, a ALL esvaziou o alojamento, mas mesmo assim foram identificadas muitas irregularidades. Os fiscais constataram sapos em caixas d'água, locomotivas sem banheiros, problemas com o ponto, erros nas jornadas de trabalho e irregularidades com os EPIs, entre várias outras questões. A empresa deverá ser autuada e multada.



CONHEÇA O PL 8294/2014 QUE ESTÁ TRAMITANDO NA CÂMARA E PREJUDICA OS TRABALHADORES

O Projeto de Lei 8.294/2014 acrescenta parágrafo único ao art. 444 da Consolidação das Leis do Trabalho para dispor sobre a livre estipulação das relações contratuais de trabalho. Ou seja, ele pretende incluir a seguinte disposição: os limites para livre estipulação do contrato de trabalho, estabelecidos no caput, não se aplicam quando:

I – o empregado portador de diploma de nível superior perceber salário mensal igual ou superior a duas vezes o limite máximo do salário de contribuição da previdência social.

II – o empregado, independentemente do nível de escolaridade, perceber salário mensal igual ou superior a três vezes ao limite máximo do salário de contribuição da previdência social.

A intenção do projeto é, nada mais nada menos, eliminar a proteção ao “contrato”, com o argumento de que profissio-

nais graduados ou com salários maiores são aptos o suficiente para decidir por si mesmos. A graduação consiste na formação acadêmica, ou seja, atingindo a grande maioria dos profissionais que atuam em áreas que exijam curso superior.

A noção de que estes profissionais devem ter a liberdade de estipular suas próprias condições contratuais de trabalho é absurda.

Há de se levar em consideração que estes profissionais estão sujeitos a longas jornadas de trabalho, o que interfere na vida privada. Trabalham sob constante ameaça de demissão, o que representaria interrupção na carreira, que poderia implicar o planejamento da vida, ocasionando crise de identidade, humilhação, sentimento de culpa e deslocamento social.

A liberdade contratual que se pretende outorgar a esses trabalhadores nada mais é do que um salvo conduto para o ajuste de normas contrárias ao seu interesse, sancionadas em razão da necessidade de obter/manter o posto de trabalho.

O que se pode concluir deste projeto perverso é que, se aprovado, ele pode permitir a imposição de cláusulas lesivas referidas inclusive na exposição de motivos, como o fracionamento ou a supressão do direito às férias ou do repouso para descanso e alimentação.

Mais um absurdo que está implícito na proposta é de que os trabalhadores mal remunerados ou não que possuem graduação devem ser tratados como pessoas incapazes de cuidar de si. O que gera questionamentos sobre os direitos fundamentais e pressupõe a existência de duas classes de seres humanos: os capazes de exercerem autonomia e os incapazes.

Esse projeto de lei está atualmente na Comissão de Trabalho, de Administração e Serviço Público. As entidades sindicais e os demais representantes de trabalhadores precisam estar atentos e intervir no processo legislativo para impedir que seja aprovado, sob pena de grave retrocesso.

DIREITO AO 13º SALÁRIO/GRATIFICAÇÃO DE NATAL/GRATIFICAÇÃO NATALINA

Está previsto no artigo 7º, inciso VIII da CFB e é regulamentado pelas Leis n. 4.090, de 13/07/1962, e 4.749, de 12/08/1965, com as alterações posteriores e o Decreto nº 57.155, de 03/11/1965. Trata-se de uma garantia constitucional, um direito fundamental, uma cláusula pétrea que não pode ser excluída. Logo, não pode ser extinto na vigência da Atual Constituição Federal do Brasil.

Cumprir informar que em Outubro de 2001 foi encaminhado ao Congresso Nacional o Projeto de Lei n. 5.483/2001, denominado de “Flexibilização das Leis de Trabalho”. Ao chegar ao Senado Federal, esse projeto recebeu o número SF PLC 00134/2001, datado de 03/04/2002. Em 8/5/2003, foi retirado de tramitação; em 16/7/2003 foi encaminhado para o arquivo e em 16/6/2004 foi arquivado.

Confira os processos ganhos em segunda Instância:

Relacionamos número do processo, pedido (pleito) e número de autores.

Proc. 1033030-59.2014.8.26.0053 - IPC - 09 autores
Proc. 1002643-62.2014.8.26.0053 - IPC - 06 autores
Proc. 1002785-31.2015.8.26.0053 - IPC - 03 autores
Proc. 1016107-89.2013.8.26.0053 - IPC - 07 autores
Proc. 0023265-23.2010.8.26.0053 - Abono CPTM - 07 autores
Proc. 0024614-61.2010.8.26.0053 - Abono CPTM - 06 autores
Proc. 0024468-15.2013.8.26.0053 - Abono CPTM 2010 - 29 autores
Proc. 0021693-27.2013.8.26.0053 - Redução dos 20% - 05 autores

1) O Direito ao 13o Salário existe por ano calendário (...2013,2014,2015...) na razão de um 1/12 por mês ou por fração de mês a partir de 15 dias. Deste modo, se o empregado trabalhar 15, 16, 17... naquele mês adquirirá 1/12 do 13o Salário daquele ano. Caso trabalhe os 12 meses do ano, terá $12/12 = 1 = 30$ dias de salario nos termos do art. 1o da Lei 4.090/62.

2) O 13º Salário será pago em duas parcelas. A primeira entre os meses de fevereiro e novembro de cada ano, art. 2o da Lei 4.749/65, observado disposto no Acordo Coletivo, em qualquer caso, no valor da metade do salário mensal. Referido adiantamento será pago junto com as férias do empregado se este fez o requerimento no mês de janeiro de cada ano, art. 2o, § 2º da Lei 4.749/65. A segunda até o dia 20 de dezembro de cada ano e,

caso tal data seja domingo ou feriado, deve antecipar o pagamento para o último dia útil anterior, art. 1o da Lei 4.749/65, compensado o adiantamento pago. As contribuições previdenciárias e o imposto de renda devidos sobre o total serão descontados da segunda parcela, art. 4o da Lei 4.749/65 e art. 1º ao 4º do Decreto n. 57.155/65.

3) Ocorrendo Extinção do Contrato de Trabalho, somente o empregado Dispensado por Justa Causa não fará jus ao 13o salário proporcional e o empregador poderá descontar das verbas rescisórias a primeira parcela adiantada. Em se tratando de Culpa Recíproca, serão pagos 50% do 13o salário proporcional devido ao empregado. Em todas as demais formas de extinção deve ser pago, art. 3o das Leis 4.090/62 e 4.749/65.

Proc. 1007658-11.2014.8.26.0053 - 6ª. Parte - 08 autores
Proc. 0125150-51.2008.8.26.0053 - URV - 15 autores
Proc. 1030390-83.2014.8.26.0053 - URV - 07 autores
Proc. 1041582-13.2014.8.26.0053 - Piso Salarial - 05 autores
Proc. 1027596-89.2014.8.26.0053 - Piso Salarial - 07 de autores
Proc. 1009814-35.2015.8.26.0053 - Piso Salarial - 05 autores
Proc. 0028609-77.2013.8.26.0053 - Pisos Salarial - 09 autores



Calendário Previdenciário 2015

Aposentados e pensionistas fiquem de olho nas datas para o pagamento da Previdência Social de 2015. O INSS divulgou a tabela para acompanhamento. Para mais informações acesse www.previdencia.gov.br.

Primeiramente, recebem os beneficiários que ganham o piso previdenciário. Para estes, o pagamento é realizado nos últimos cinco dias úteis do mês. Quem recebe acima do mínimo começa a receber nos primeiros dias úteis do mês seguinte. Para não haver dúvidas sobre o dia que o pagamento será efetuado, o beneficiário deverá observar o último número do cartão de benefícios, excluindo o dígito.

Final	Dez/14	Jan/15	Fev/15	Mar/15	Abr/15	Mai/15	Jun/15	Jul/15	Ago/15	Set/15	Out/15	Nov/15	Dez/15
1	22/Dez	26/Jan	23/Fev	25/Mar	24/Abr	25/Mai	24/Jun	27/Jul	25/Ago	24/Set	26/Out	24/Nov	22/Dez
2	23/Dez	27/Jan	24/Fev	26/Mar	27/Abr	26/Mai	25/Jun	28/Jul	26/Ago	25/Set	27/Out	25/Nov	23/Dez
3	26/Dez	28/Jan	25/Fev	27/Mar	28/Abr	27/Mai	26/Jun	29/Jul	27/Ago	28/Set	28/Out	26/Nov	26/Dez
4	29/Dez	29/Jan	26/Fev	30/Mar	29/Abr	28/Mai	29/Jun	30/Jul	28/Ago	29/Set	29/Out	27/Nov	29/Dez
5	30/Dez	30/Jan	27/Fev	31/Mar	30/Abr	29/Mai	30/Jun	31/Jul	31/Ago	30/Set	30/Out	30/Nov	30/Dez
6	2/Jan	2/Fev	2/Mar	1/Abr	4/Mai	1/Jun	1/Jul	3/Ago	1/Set	1/Out	3/Nov	1/Dez	4/Jan
7	5/Jan	3/Fev	3/Mar	2/Abr	5/Mai	2/Jun	2/Jul	4/Ago	2/Set	2/Out	4/Nov	2/Dez	5/Jan
8	6/Jan	4/Fev	4/Mar	6/Abr	6/Mai	3/Jun	3/Jul	5/Ago	3/Set	5/Out	5/Nov	3/Dez	6/Jan
9	7/Jan	5/Fev	5/Mar	7/Abr	7/Mai	5/Jun	6/Jul	6/Ago	4/Set	6/Out	6/Nov	4/Dez	7/Jan
0	8/Jan	6/Fev	6/Mar	8/Abr	8/Mai	8/Jun	7/Jul	7/Ago	8/Set	7/Out	9/Nov	7/Dez	8/Jan

Para benefícios acima de 1 salário mínimo.

Final	Dez/14	Jan/15	Fev/15	Mar/15	Abr/15	Mai/15	Jun/15	Jul/15	Ago/15	Set/15	Out/15	Nov/15	Dez/15
1 + 8	2/Jan	2/Fev	2/Mar	1/Abr	4/Mai	1/Jun	1/Jul	3/Ago	1/Set	1/Out	3/Nov	1/Dez	4/Jan
2 + 7	5/Jan	3/Fev	3/Mar	2/Abr	5/Mai	2/Jun	2/Jul	4/Ago	2/Set	2/Out	4/Nov	2/Dez	5/Jan
3 + 6	6/Jan	4/Fev	4/Mar	6/Abr	6/Mai	3/Jun	3/Jul	5/Ago	3/Set	5/Out	5/Nov	3/Dez	6/Jan
4 + 9	7/Jan	5/Fev	5/Mar	7/Abr	7/Mai	5/Jun	6/Jul	6/Ago	4/Set	6/Out	6/Nov	4/Dez	7/Jan
5 + 0	8/Jan	6/Fev	6/Mar	8/Abr	8/Mai	8/Jun	7/Jul	7/Ago	8/Set	7/Out	9/Nov	7/Dez	8/Jan

Diabetes

O diabetes é uma síndrome metabólica de origem múltipla, decorrente da falta de insulina e/ou da incapacidade de a insulina exercer adequadamente seus efeitos, causando aumento da glicose (açúcar) no sangue.

O diabetes acontece porque o pâncreas não é capaz de produzir o hormônio insulina em quantidade suficiente para suprir as necessidades do organismo ou porque este hormônio não é capaz de agir de maneira adequada (resistência à insulina). A insulina promove a redução da glicemia ao permitir que o açúcar presente no sangue possa penetrar nas células para ser utilizado como fonte de energia. Portanto, se houver falta desse hormônio,

ou mesmo se ele não agir corretamente, haverá aumento de glicose no sangue e, conseqüentemente, o diabetes.

Diabetes tipo 1:

O pâncreas perde a capacidade de produzir insulina em decorrência de um defeito do sistema imunológico, fazendo com que nossos anticorpos ataquem as células que produzem esse hormônio. O diabetes tipo 1 ocorre em cerca de 5 a 10% dos pacientes com diabetes.

Principais sintomas do diabetes tipo 1:

Vontade de urinar diversas vezes
Fome frequente
Sede constante

Perda de peso
Fraqueza
Fadiga
Nervosismo
Mudanças de humor
Náusea e vômito

Diabetes tipo 2:

No diabetes tipo 2 existe combinação de dois fatores: a diminuição da secreção de insulina e um defeito na sua ação, conhecido como resistência à insulina. Geralmente, o diabetes tipo 2 pode ser tratado com medicamentos orais ou injetáveis. Contudo, com o passar do tempo pode ocorrer o agravamento da doença. O diabetes tipo 2 ocorre em cerca de 90% dos pacientes com diabetes.

Principais sintomas do diabetes tipo 2:

Infecções frequentes
Alteração visual (visão embaçada)
Dificuldade na cicatrização de feridas
Formigamento nos pés e furúnculos

Prevenção

Pacientes com história familiar de diabetes devem ser orientados a manter o peso normal, não fumar, controlar a pressão arterial, evitar medicamentos que potencialmente possam agredir o pâncreas e praticar atividade física regular.
Fonte: <http://www.minhavidacombr>



Charge



Caça Palavras

ILUSTRAÇÃO

MOSTRA

IMITAÇÃO

NAVEGAÇÃO

INICIAÇÃO

NUTRIÇÃO

INTERDIÇÃO

PASTEURIZAÇÃO

INTERVENÇÃO

POVOAÇÃO

LESÃO

RASPAGEM

MODULAÇÃO

REFINAÇÃO

O ã ç a l u d o m x f q o e i o y s h b
 o y p o y j e l u r t k e ã b ã i r l f
 k ã d c i y i m k j c i v i ç ç w f y f
 x m ç o g b p a s t e u r i z a ç ã o e
 e p y a ã i n t e r d i ç ã o t v z q s
 g k s x g ç m f z g f d l r d i c a e m
 v i b r g e a c r w u e o a i m x o r q
 g n d a x x v n g a d o k d d i ã y n g
 j t b m y b f a i p l q s u b ç k u m l
 z e c r l m m c n f r l s m a u q q e n
 k r t y m h p z l o e d a r g t w b r r
 e v t l p o e o o e p r t p l n u d s a
 k e l q z g s e v t s s x e n n k l n s
 j n q u v x z t y o u ã x f p o q g a p
 h ç b m w z i b r l a j o i b s i w r a
 o ã ç a i c i n i a n ç a s m i b e k g
 y o n f h e f i q i m o ã c y b v o t e
 c p q t u q u x r a l p x o s u t b t m
 f x t o p t e n i x z r e q n f m h c e
 o ã ç i r t u n w q r q x p w a b f w s