

Editorial

Pessoas que curam!



"Falamos tanto das pessoas que ferem, que esquecemos das pessoas que curam."

Existem pessoas que são um verdadeiro sol nos dias nublados das nossas vidas.

Pessoas que nos estendem a mão, que nos encorajam, nos trazem à memória o que temos de bom e organizam nossos sentimentos.

São verdadeiras bússolas divinas que nos mostram quando estamos desorientados.

Assim como há pessoas tóxicas, há pessoas medicinais que quando chegam perto da gente curam a nossa Alma.

O que torna uma pessoa assim não é a ausência de defeitos, é a delicadeza nos gestos.

É um dom que vai muito além do pensamento positivo.

É o comportamento que se manifesta nas situações mais corriqueiras, quando não tem ninguém olhando.

É uma gentileza descobridora.

É possível detectar essa fragrância nas pessoas que não usam um tom superior de voz.

Nas pessoas que escutam e quando falam, evitam assuntos constrangedores.

A saída é desenvolver em si mesmo essa arte difícil de ser ensinada - pois não se encontra nos livros - e que, talvez por isso, esteja cada vez mais rara.

Perto delas a gente se abre sem reservas mesmo sem entender porque.

Ao lado delas nossa dúvida encontra alívio e nosso medo encontra abrigo.

Perto delas nosso riso é mais solto e o choro não tem recelo do brotar.

Perto delas somos mais autênticos, e a vida ganha mais coerência e lucidez.

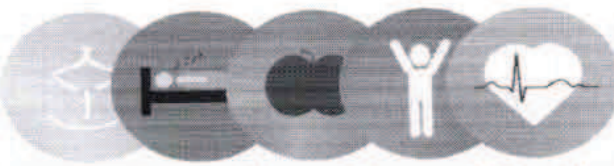
Essas pessoas nos transmitem paz sem que nenhuma palavra seja dita.

Silenciam nossa alma com cuidado e plantam sementes de otimismo em nosso coração.

Gente que abraça a gente só com sua presença, amansando nosso desconforto.

Vamos observar mais a nossa volta as pessoas que curam, o mundo está cheio delas, aproximar-se, abraçar-as, sejamos uma delas...

(Autor desconhecido)



INFORMAÇÃO Saudável

Dr. Jader Freitas



A GLÂNDULA TIREOIDE E SEUS DISTÚRBIOS

Chamamos de glândulas aqueles órgãos produtores de hormônios. A tireoide é uma glândula presente no pescoço de todos os seres humanos, um pouco abaixo do *Pomo de Adão*, e é responsável por produzir alguns dos hormônios mais importantes para o funcionamento de todas as células do organismo humano.



Já no hipertireoidismo ocorre o contrário: alguma doença faz com que a tireoide produza excesso de hormônios, o que também é prejudicial para a saúde. Neste caso a hipófise tenta reduzir o estímulo feito para a produção dos hormônios tireoidianos, na tentativa de melhorar o problema.

A produção dos hormônios tireoidianos (T3 e T4) é realizada sob estímulo de outra glândula presente no cérebro: a glândula hipófise. A hipófise é uma glândula coordenadora de outras glândulas e sua presença junto ao cérebro é bastante simbólica, visto que este é o órgão que coordena todo o restante do corpo humano. A glândula hipófise libera o hormônio TSH e este, então, estimula a produção dos hormônios tireoidianos.

É por isso que quando os médicos desejam saber a função da glândula tireoide é necessário dosagem sanguínea do TSH.

O hipotireoidismo ocorre quando a glândula está produzindo menos hormônios do que o necessário. Neste caso a hipófise tenta aumentar o estímulo produzindo maior quantidade de TSH. É por isso que o TSH se eleva no hipotireoidismo enquanto o nível de hormônio tireoideano (T4 livre) diminui.

Com isso o TSH é produzido em níveis mínimos e ainda assim o T4 livre fica elevado na corrente sanguínea.

Pelo exposto fica fácil compreender porque os distúrbios da glândula hipófise também podem afetar a produção do hormônio tireoideano.

Nas próximas semanas aprofundaremos um pouco mais nos sintomas e tratamentos do hipotireoidismo e do hipertireoidismo.

Prefeito eleito, Agostinho anuncia equipe de transição de governo

Documento foi apresentado na última semana ao atual prefeito Ailton Duarte e sua equipe de Governo.

O prefeito eleito de Luz, Agostinho Carlos Oliveira, anunciou os nomes que irão compor a equipe de transição de governo. O documento foi apresentado ao atual prefeito Ailton Duarte.

Além dos nomes de Agostinho (prefeito) e Leandro (vice), a lista conta com 9 pessoas entre advogados, profissionais da saúde e educação e ex-secretários de governos anteriores. Segundo o

prefeito eleito para o seu quarto mandato, os nomes foram escolhidos combinando dois critérios: técnico (formação e experiência na área) e político (compromisso com o plano de governo divulgado na campanha).

Confira os nomes da comissão de transição:

Luiz Otávio Gontijo Carvalho e Thiago Oliveira Vinhal (Jurídica); Kellen Sousa Duarte Chaves (Administração); João Renato Santos Campos (Fazenda e Planejamento); Diana Cris dos Santos Oliveira (Bem Estar Social e Habitação); Jussara Karina Cunha Marques Almeida (Saúde); Mozart Basílio da Silva (Sadema); Edmara Caldas Santos Silva (Semece); Romeu Flusa Costa (Obras e Transporte); Dalcio Cristiano Chaves (Saee).



A FISIOTERAPEUTA JUSSARA KARINA DEVE OCUPAR O CARGO DE SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE



A PROFESSORA EDMARA CALDAS TEIXEIRA DEVE OCUPAR O CARGO DE SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES (SEMECE)

Na quarta-feira, dia 9, Agostinho e Leandro estiveram no Centro Administrativo Municipal,

fazendo uma visita a todos os setores localizados no prédio. Ao Jornal de Luz, o prefeito eleito afirmou que os nomes indicados para a comissão de transição, devem ocupar os cargos de secretários para 2021, no início de sua administração. Ele ressaltou que Dalcio Chaves (Saee) fará parte somente da equipe de transição e que Luiz Otávio e Thiago Vinhal serão respectivamente o Procurador Geral e o Procurador Adjunto do Município.

SAAE - Moema

SERVIÇO AUTÔNOMO DE ÁGUA E ESGOTO DE MOEMA - SAAE - Torna público, para conhecimento e esdarcimento dos interessados, a Portaria 020/2020 de 23/10/2020, cujo objeto é a revogação da Portaria 016/2020 de 08/06/2020, que suspendeu temporariamente o Concurso Público Municipal do SAAE de Moema, em função da pandemia do novo Coronavírus - Covid-19. A Portaria 020/2020 estabelece a continuidade do Concurso Público Edital 001/2020 do Serviço Autônomo de Água e Esgoto de Moema. Data da assinatura 23/10/2020. Documento oficial no site www.saaemoema.mg.gov.br. Jussara Sigridy Assunção Medeiros - Diretora

EXPEDIENTE



JORNAL DE LUZ Comunicação e Cultura AVOZ DO ALTO SÃO FRANCISCO

39 ANOS

Fone: 2164-1962 CNPJ: 07.704.959/0001-85 Registro: 17.116/91, Rte. 14.15 e 15v Ffado à ADUOPB-ABRADORI - SINDICATO FEVEREIRO, Rua Francisco de Lázaro Pinheiro da Luz, Município de Luz, 16 de 02/2020 Redação - Assinatura - Reportagem e Publicidade: R. Nossa Senhora de Fátima, 305 - CEP: 35085-000 - Luz/MG TELEFAX (37) 3421-1258 Diretora Responsável: Cláudia Cordeiro Carvalho Vice-Diretor: Sílvia Nunes Silva Diretor Financeiro: Guilherme Cozzo Carvalho

Secretaria: Eliane Cezar Cavalcanti de Paula Composição e Arte Gráfica: Diego P. Costa Pereira - (37) 89191.5015 negocia@zaz.com.br Jornalista Responsável: Cláudia Cordeiro Carvalho

Website: www.jornaldez.com.br E-MAIL: jornaldez@zaz.com.br Representação Publicitária: República - 37/MG Telefone: 1.000.8.2.000 ext:3404

Impressão: "MF Gráficas e Equipamentos" - Impressão em Luz, R. Luz, P.O. Box 2699 - Luz - Minas Gerais (37) 9.9830.9999

No Jornal de Luz não existe nenhuma colaboração ou conteúdo patrocinado. Materiais incluídos e excluídos são de responsabilidade do autor.