

MAIS FÔLEGO

Um caminho para combater a asma

Estudo mostra que dar 7.500 passos por dia pode ajudar a reduzir sintomas da doença

► Dar pelo menos 7.500 pas-sos por dia — o que equivale a caminhar cerca de 5 quilôme-tros — pode ajudar a contro-lar a asma moderada ou seve-ra em adultos, mostra um no-vo estudo de pesquisadores da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FM-USP), publicado recen-temente no Journal of Al-lergy and Clinical Immuno-logy: In Practice. O trabalho mostrou que a atividade era o suficiente para ter resultados

positivos no combate aos sin-tomas da doença mesmo nas pessoas que não praticavam outros exercícios físicos. Apesar de serem conside-rados hábitos excludentes, a prática de atividade física e o comportamento sedentário podem, sim, estar na rotina de uma mesma pessoa. Isso porque tendemos a trabalhar cerca de oito horas sentados e também fazer atividades físic-a moderadas por, ao me-nos, 150 minutos semanais.

— Na maioria das vezes, as pessoas mesclam as duas situ-ações: realizam atividade físic-a três vezes por semana mas trabalham o dia inteiro senta-das em um escritório — expli-ca Celso Ricardo Fernandes de Carvalho, professor de Fi-sioterapia Respiratória e Fisi-ologia do Exercício da USP e orientador do estudo: — Isso significa que elas são ativas, mas também sedentárias, ou seja, exibem os dois compor-tamentos ao mesmo tempo.

Foram incluídas no estudo avaliações de atividade física e tempo de sedentarismo, de controle clínico da asma e de qualidade de vida. E foram in-vestigados sintomas de ansie-dade e depressão, dados an-tropométricos e função pul-monar. Os participantes fo-ram divididos em grupos: ativo/sedentário, ativo/não sedentário, inativo/sedentá-rio e inativo/não sedentário. O estudo concluiu que as pessoas que davam ao menos

7.500 passos ao longo do dia apresentaram melhores pon-tuações na avaliação de con-trole clínico da doença, inde-pendentemente do comporta-mento sedentário. Estima-se que a asma afete cerca de 6,4 milhões de brasileiros. Entre os principais sintomas estão respiração rápida e curta e tos-se seca. O trabalho, que teve o apoio da Fapesp, analisou da-dos de 426 pessoas das cida-des de São Paulo e Londrina com asma moderada a grave.

Fatores emocionais influenciam

► Embora a prática de ativi-dade física por pessoas com asma já seja recomendada por profissionais de saúde, o tema ainda é visto com re-ceio por parte da popula-ção. Isso porque as pessoas com a doença sofrem a con-tração dos músculos das vi-as aéreas durante as crises. — O costume de evitar que crianças e adultos prati-quem exercícios por conta da doença precisa começar a ser quebrado. Esse estudo contribui para isso ao sugeri-r a caminhada, atividade simples e sem custo agrega-do, e vai além, ao oferecer uma espécie de “nota de corte”, uma indicação da quan-tidade real de atividade físic-a que o paciente deveria fa-zer: 7.500 passos por dia — afirma o pesquisador Fabia-no Francisco de Lima, autor principal do estudo. Os resultados do estudo sugerem ainda que fatores emocionais, como ansieda-de e depressão, também di-ficultam o controle da asma. De acordo com Lima, outra recomendação im-portante é que profissionais de saúde devem passar a adotar um olhar mais dire-cionado para sintomas de ansiedade como uma estra-tégia de controlar a asma. ✕



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PREFEITURA MUNICIPAL DE MACAÉ
SECRETARIA MUNICIPAL DE INFRAESTRUTURA
COORDENADORIA ESPECIAL DE LICITAÇÕES
RESULTADO DA ANÁLISE DA PROPOSTA TÉCNICA E
PROSSEGUIMENTO CONCORRÊNCIA PÚBLICA - SEMINF Nº 045/2023

O Município de Macaé, através da Comissão Especial de Licitação, torna público, o resultado da análise da proposta técnica:
Proposta classificada: **QUANTA CONSULTORIA LTDA.**
O relatório de análise de proposta técnica encontra-se disponível para os licitantes no Portal da Transparência do Município de Macaé (www.macaé.rj.gov.br) assim como na sala da Coordenadoria Especial de Licitações. Fica remarcado para o dia 28/06/2024 às 10:00 horas, na Sala de Licitações, situada a Av. Camilo Nogueira da Gama, nº 250, Novo Botafogo, Macaé/RJ a sessão de abertura da proposta comercial.

Macaé-RJ, 25 de junho de 2024.
Augusto Damaceno Alonso Ferrom - Coordenador Especial de Licitações

PREFEITURA MUNICIPAL DE DUQUE DE CAXIAS

AVISO DE SUSPENSÃO
CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA Nº: 002/2024
PROCESSO ADMINISTRATIVO Nº: 013/000168/2024

OBJETO: PROJETO DE IMPLANTAÇÃO DE CRECHE PADRÃO FNDE ADAPTADO NO BAIRRO SÃO BENTO, conforme especificações e quantidades estabelecidas no Memorial Descritivo, no Projeto Básico e seus Anexos, parte integrante do Edital.
MOTIVO: MEDIANTE SOLICITAÇÃO DA SECRETARIA MUNICIPAL DE OBRAS.
INFORMAÇÕES: cpl.segov@duquedecaxias.rj.gov.br

DOUGLAS RHANIERI M. DOS SANTOS
Agente de Contratação
Secretaria Municipal de Governo

PREFEITURA MUNICIPAL DE RESENDE
Secretaria Municipal de Governo
SUPERINTENDÊNCIA MUNICIPAL DE LICITAÇÕES E CONTRATOS SUMLIC - COMISSÃO SAÚDE
AVISO DE LICITAÇÃO

Pregão Eletrônico nº 81/2024 - Objeto: Registro de Preços de contratação de empresa de alinhamento, balanceamento e cambagem, conforme edital. P.A nº: 15.062/2024. **Data/Hora: 16/07/2024, às 15h. Pregão Eletrônico nº 82/2024 - Objeto:** Registro de Preços para aquisição de material de limpeza, conforme edital. P.A nº: 7.706/2024. **Data/Hora: 17/07/2024, às 14h.** Edital disponível no site: <http://www.resende.rj.gov.br> licitações » licitações agendadas e <https://bnc.org.br/> - E-mail: licitacaosaude.resende@gmail.com tel: (0XX24) 3354-7368. Julio Cezar de Carvalho – Superintendente Municipal de Licitações e Contratos.

LEILÃO SOMENTE ONLINE 05 IMÓVEIS
FECHAMENTO: 04/07/2024 a partir das 10h00

LOCALIDADES: RJ SC SP

▼ A VISTA COM 10% DE DESCONTO ▼ PARCELAMENTO EM 12 MENSAIS IGUAIS OU EM ATÉ 24 PARCELAS*

LOTE 01 - RIO DE JANEIRO/RJ SALAS nºs 1201, 1202 E 1203 Rua Conselheiro Saraiva, 28 Ed. São Bento - CENTRO Áreas Privativas total lançada no IPTU: 1081,00m² Lance Mínimo: R\$ 1.480.000,00	LOTE 02 - RIO DE JANEIRO/RJ LOJA B Rua Mariz e Barros, 1.107 BAIRRO TIJUCA Áreas Privativas lançada no IPTU: 172,00m² Lance Mínimo: R\$ 400.000,00
--	--

Lances "on-line", condições de venda e pagamento de cada lote e fotos consulte site do leiloeiro. Mais informações: <https://VITRINEBRADESCO.com.br/>

(11) 3117.1001 | sac@freitasleiloeiro.com.br
Sergio Villa Nova de Freitas - Leiloeiro Oficial - JUCESP 316
www.freitasleiloeiro.com.br

PREFEITURA MUNICIPAL DE RESENDE
Secretaria Municipal de Governo
SUPERINTENDÊNCIA MUNICIPAL DE LICITAÇÕES E CONTRATOS SUMLIC - COMISSÃO SAÚDE
AVISO DE LICITAÇÃO

Pregão Eletrônico nº 80/2024 - Objeto: Registro de Preços de aquisição de lentes, armações, lanteiras, estojos, fornitureiras e peças para montagem dos óculos, conforme edital nº: 14.886/2024. **Data/Hora: 10/07/2024, às 15h.** Edital disponível no site: <http://www.resende.rj.gov.br> licitações » licitações agendadas e <https://bnc.org.br/> - E-mail: licitacaosaude.resende@gmail.com tel: (0XX24) 3354-7368. Julio Cezar de Carvalho – Superintendente Municipal de Licitações e Contratos.

ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PREFEITURA DE CASIMIRO DE ABREU
SERVIÇO AUTÔNOMO DE ÁGUA E ESGOTO
AVISO DE LICITAÇÃO

PREGÃO ELETRÔNICO Nº 01/2024 - PROCESSO ADMINISTRATIVO 0756/2024
O Águas de Casimiro, com sede a Rua Pastor Luiz Laurentino da Silva, 109 - CENTRO - Casimiro de Abreu/RJ torna público aos interessados, por intermédio da Comissão de Pregão, que realizará Pregão Eletrônico 001-2024 – SAAE, **objetivando a** Aquisição de produtos químicos para tratamento de água nas localidades de Casimiro de Abreu, Professor Souza e Rio Dourado, com o objetivo de atender as necessidades da Autarquia Águas de Casimiro, no dia 11/07/2024, às 09h30, pelo SISTEMA ELETRÔNICO NO ENDEREÇO ELETRÔNICO: <http://186.194.47.1:8079/comprasedita/>. O Edital e seus anexos poderão ser obtidos nos sites: <https://www.gov.br/pncp/pt-br/>, <http://186.194.47.1:8079/comprasedita/> e no portal do Serviço Autônomo de Água e Esgoto: <https://aguasdecasimiro.rj.gov.br/licitacao/#0-221-wpfd-2024-1718626728>.
Casimiro de Abreu, 25 de junho de 2024.
Rieleis Nei Pires de Souza - Pregoeiro - Portaria SAAE nº 035/2024.

3ª ALTERAÇÃO DO CONTRATO SOCIAL E TRANSFORMAÇÃO EM SOCIEDADE POR AÇÕES DA NEIDER PARTICIPAÇÕES SOCIETÁRIAS LTDA.
CNPJ: 22.629.715/0001-40 NIRE: 33.209.982.281

Pelo presente instrumento particular e na melhor forma de direito, as PARTES a seguir qualificadas: **HESCH PARTICIPAÇÕES LTDA.**, sociedade empresária limitada, inscrita no CNPJ sob nº 10.956.010/0001-59; **HESTIA PARTICIPAÇÕES LTDA.**, sociedade empresária limitada, inscrita no CNPJ sob nº 10.949.843/0001-92; **KOPKE PARTICIPAÇÕES LTDA.**, sociedade empresária limitada, inscrita no CNPJ sob nº 10.956.038/0001-96; **VATII PARTICIPAÇÕES LTDA.**, sociedade empresária limitada, inscrita no CNPJ sob nº 10.972.563/0001-03; e **VIVIAN PARTICIPAÇÕES LTDA.**, sociedade empresária limitada, inscrita no CNPJ sob nº 10.949.658/0001-06. Sócios representantes da totalidade do capital social da **NEIDER PARTICIPAÇÕES SOCIETÁRIAS LTDA.**, resolvem, na melhor forma de direito, promover a presente alteração contratual e transformação societária da Sociedade. Neste ato, as sócias decidem transformar o tipo societário da Sociedade, para uma sociedade por ações de capital fechado, aprovando a alteração da denominação social para "**NEIDER PARTICIPAÇÕES SOCIETÁRIAS S.A.**" ("Companhia"), a qual se regerá pela Lei nº 6.404, de 15 de dezembro de 1976, conforme alterada ("Lei das S.A."), com sub-rogação de todos os direitos e obrigações aplicáveis.

2ª ALTERAÇÃO DO CONTRATO SOCIAL E TRANSFORMAÇÃO EM SOCIEDADE POR AÇÕES DA NEIDER PARTICIPAÇÕES SOCIETÁRIAS III LTDA.
CNPJ: 48.828.918/0001-50 NIRE: 33.2.1235552-7

Pelo presente instrumento particular e na melhor forma de direito, as PARTES a seguir qualificadas: **HESCH III PARTICIPAÇÕES LTDA.**, sociedade empresária limitada, inscrita no CNPJ sob nº 48.459.826/0001-40; **HESTIA III PARTICIPAÇÕES LTDA.**, sociedade empresária limitada, inscrita no CNPJ sob nº 48.209.094/0001-30; **KOPKE III PARTICIPAÇÕES LTDA.**, sociedade empresária limitada, inscrita no CNPJ sob nº 48.208.888/0001-14; **VATII III PARTICIPAÇÕES LTDA.**, sociedade empresária limitada, inscrita no CNPJ sob nº 48.208.788/0001-52; **VIVIAN III PARTICIPAÇÕES LTDA.**, sociedade empresária limitada, inscrita no CNPJ sob nº 48.208.819/0001-75. Sócios representantes da totalidade do capital social da **NEIDER PARTICIPAÇÕES III LTDA.**, resolvem, na melhor forma de direito, promover a presente alteração contratual e transformação societária da Sociedade. Neste ato, as sócias decidem transformar o tipo societário da Sociedade, para uma sociedade por ações de capital fechado, aprovando a alteração da denominação social para "**NEIDER PARTICIPAÇÕES III S.A.**" ("Companhia"), a qual se regerá pela Lei nº 6.404, de 15 de dezembro de 1976, conforme alterada ("Lei das S.A."), com sub-rogação de todos os direitos e obrigações aplicáveis.

COMPANHIA DE DESENVOLVIMENTO DE MARICÁ (UASG 926.723)
AVISO DE SUSPENSÃO COM REABERTURA
PROCEDIMENTO LICITATÓRIO ABERTO ELETRÔNICO Nº 15/2024
(compras.gov 90015/2024)
Processo Administrativo: Nº 13571/2023

O(a) Agente de Licitação, no uso de suas atribuições, informa que o Procedimento Licitatório Aberto Eletrônico nº15/2024, objeto Registro de Preços para contratação de empresa especializada para prestação de serviços com fornecimento por meio de locação de câmeras de videomonitoramento, infraestrutura e materiais para adequação do Circuito Fechado de TV (CFTV), servidor, software, equipamentos e cabeamentos, além de fornecer serviços técnicos continuados envolvendo execução de infraestrutura básica necessária, instalação de câmeras, manutenção da rede, cabeamento, instalação das centrais, configurações das catracas, estabelecimento de controle de acesso e analíticos, contemplando a elaboração de projeto Executivo de eventuais novos empreendimentos, fica suspenso para alterações necessárias no Termo de Referência, tendo seu prazo reaberto com nova sessão marcada para o dia 18/07/2024 às 10h. Informações pelo site <https://codemar-sa.com.br/?situacao=novas> ou www.comprasgovernamentais.gov.br ou solicitar pelo e-mail licitacoes@codemar-sa.com.br

LEILÃO DE ALIENAÇÃO FIDUCIÁRIA

FABIANO AYUPP MAGALHÃES, leiloeiro público, inscrito na JUCERJA nº 182, com escritório na Av. Rio Branco nº 156, sala 2037, Centro, Rio de Janeiro – RJ, devidamente autorizado pelo Credor Fiduciário **ITFEN EMPREENDIMENTOS E PARTICIPAÇÕES LTDA.**, inscrita no CNPJ sob nº 32.100.273/0001-02, com sede na Cidade de Areado, Estado de Minas Gerais, na Rua Monsenhor Matias, 56-A, Centro, CEP 37140-000, credora fiduciária de origem nos termos da Alienação Fiduciária, conforme Instrumento Particular de Compra e Venda de Imóvel, com Força de Escritura Pública, com Financiamento Imobiliário e Pacto Adjetivo de Alienação Fiduciária e Outras Protocolos nº 84685 L. 1-F, fl. 004, em 04/07/2022 (R.2 – RGI de 29/08/2022), no qual figuram como fiduciários MARCIO MICHEL CHRISTOU, levará a PÚBLICO LEILÃO de modo On-line, nos termos da Lei nº 9.514/97, artigo 27 e parágrafos, no dia 08/07/2024, às 11:50 horas, em PRIMEIRO PÚBLICO LEILÃO, com lance mínimo igual ou superior a R\$ 315.000,00, o imóvel abaixo descrito, com a propriedade consolidada (AV.5 – RGI de 04/06/2024) em nome do Credor Fiduciário, constituído pelo Imóvel "Lote nº 19 (dezenove) da quadra 17 (dezesete) do "Condomínio Viverde São Pedro da Aldeia 2", implantado na Gleba 02 (dois), desmembrada da Gleba "E", que por sua vez é desmembrada do remanescente de uma área de terras situada em Mossoró, zona urbana deste município de São Pedro da Aldeia - RJ., com as seguintes dimensões e confrontações: medindo 300,00m2 (trezentos metros quadrados), com 12,00m (doze metros) de frente que faz para a Rua 10; nos fundos com 12,00m (doze metros), confrontando com o lote nº 09; pelo lado esquerdo com 25,00m (vinte e cinco metros), confrontando com o lote nº 18, e respectiva fração ideal de 0,00249610", objeto da matrícula nº 29.190 do 1º Ofício - Registro de Imóveis de São Pedro da Aldeia/RJ (1º Distrito). Os débitos de IPTU e Condomínio, apurados até 04 de junho de 2024 (data da consolidação) estão incluídos no valor da dívida, podendo haver alteração a ser apurada pelo arrematante. (Valores aproximados em junho de 2024: IPTU: R\$ 71,52. Condomínio: R\$ 2.594,90). Caso não haja licitante em primeiro leilão, fica desde já designado o dia 09/07/2024, no mesmo horário, para realização do SEGUNDO PÚBLICO LEILÃO, com lance mínimo igual ou superior a R\$ 303.636,26, referente ao valor da dívida. Todas as condições do leilão podem ser verificadas no edital completo constante no site o www.fabianoayuppleiloeiro.com.br. Após a confirmação da arrematação pelo VEDEDO, o COMPRADOR pagará ao VENDEDOR, à vista, a importância equivalente a 30% do valor da venda e compra, mais 5% (cinco por cento) de comissão ao leiloeiro, no prazo de 48 horas, através de transferência bancária ou PIX, em conta a ser indicada, sendo a diferença ser pago no ato da assinatura da escritura, ocorrendo a desistência o comprador ficará sujeito a perda do sinal de 30% e da comissão. A escritura pública de compra e venda realizar-se-á no prazo máximo de 10 dias, salvo motivo justificado pelo Vendedor.

DESLIGAMENTO PROGRAMADO

A ENEL avisa aos seus clientes a interrupção temporária do fornecimento de energia ocasionada pela necessidade de execução de serviços de manutenção/obras nos seguintes horários e locais:

Dia: 29/06/2024

Horário	Endereço	GUAPIMIRIM	Nº Deslig.
12:00 às 16:00	Estrada de Friburgo - Soturno - Itaperuna	23201109	
12:00 às 16:00	Chácara Bom Jesus Maliaia - Zona Rural - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Chácara Córrego Seco - Vale do Bambul - Córrego da Chica - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Córrego do Ouro - Zona Rural - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Estrada Bom Jesus - Zona Rural - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Estrada Itaperuna Bom Jesus - Sítio Dias - Córrego Seco - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Rodovia RJ 186 - Radar - Zona Rural - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Fazenda Batalha - Cruzamento - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Fazenda Bom Jardim - Córrego da Chica - Alto Limoeiro - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Fazenda dos Milagres Cor Seco - Vale do Bambul - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Fazenda Figueira Bambul - Córrego do Ouro - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Fazenda Liberdade - Córrego do Ouro - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Fazenda Macuco - Valão - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Fazenda Macuco Córrego do Ouro - Córrego do Ouro - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Fazenda Monte Maliaia - Zona Rural - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Fazenda Novo Horizonte - Córrego do Ouro - Valão - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Fazenda Santa Sebastião - Córrego do Ouro - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Fazenda Santa Cruz - Retiro do Muriaé - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Fazenda Santo Antônio - Bambul - Zona Rural - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Fazenda Córrego Seco - Zona Rural - Córrego do Ouro - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Rua do Córrego - Zona Rural - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Rodovia Bom Jesus Itaperuna Córrego Seco - Centro - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Rua do Córrego - Zona Rural - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Rua Seco - Vale do Bambul - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Sítio Boa Esperança - Córrego do Ouro - Zona Rural - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Sítio Bom Jardim - Itajara - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Sítio Córrego Seco Capela - Santo Antônio - Córrego do Ouro - Vale do Bambul - Capelinha - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Sítio Himalaia - Córrego da Chica - Itaperuna	23146689	
12:00 às 16:00	Sítio São José Bambul - Bambul - Itaperuna	23146689	

Estamos com você, mesmo à distância.

PREFEITURA MUNICIPAL DE VALENÇA
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAUDE
COMISSÃO PERMANENTE DE PREGÃO

AVISO DE LICITAÇÃO
PREGÃO ELETRÔNICO PARA REGISTRO DE PREÇOS Nº 900013/2024
Processo Administrativo nº: 1630/2024

Objeto: Contratação de empresa especializada para transferência de pacientes mediante ambulâncias UTI móvel tipo D, dotada de equipamentos, materiais e integrada com profissionais
Tipo de licitação: MENOR PREÇO POR LOTE
Informações: (24) 2453-2696 – e-mail: smscompras@yahoo.com.br
Horário: 9:00 às 17:00 horas.
Data e hora da abertura da licitação: Dia 11 de julho de 2024 às 09:00 horas.
Retirada do Edital:
- O Edital encontra-se disponível no site da Prefeitura Municipal de Valença-RJ (www.valenca.rj.gov.br).
- O Edital poderá, também, ser solicitado pelo e-mail: smscompras@yahoo.com.br
- O Edital poderá, ainda, ser retirado na Sala da Comissão Permanente de Licitação no Centro Administrativo Municipal (Rua Dr. Figueiredo, nº 320 – Centro – Valença-RJ), mediante a entrega de 01 (um) pacote de papel A4 com 500 folhas e apresentação de carimbo da empresa com CNPJ.

Aline de Oliveira
Pregoeira