

R\$  
**0,50**

Ano 7 | Nº 3099  
terça-feira e quarta-feira  
24 e 25 | Dezembro | 2024

# AGORA

SÓ O QUE INTERESSA

Parque  
Gigantes  
da Floresta  
é opção  
natalina  
Cidade Página 4

## Homem é executado com oito tiros dentro de casa

Polícia Página 6

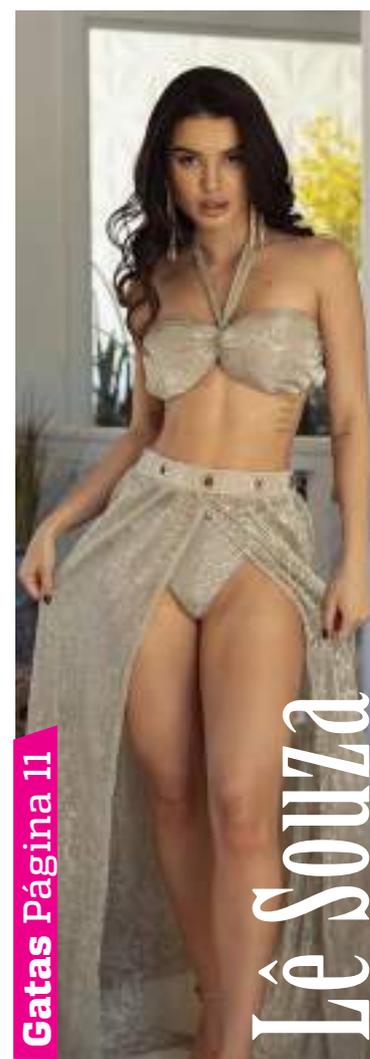


### Magia do Natal chega a todos os cantos do Amazonas

Cidade Página 4

### Vasco negocia retorno a Manaus

Esporte Página 8



Gatas Página 11

Lê Souza



### Frutas regionais ganham espaço nas ceias

Economia  
Página 10

### Famílias terão acesso inédito à energia durante festas

Geral Página 7



# Aleam aprova ajuste no ICMS e criação de cargos

Os deputados estaduais da Assembleia Legislativa do Amazonas (Aleam) se reuniram em Sessão Extraordinária na segunda-feira (23) e votaram quatro matérias legislativas de grande relevância.

Entre os projetos aprovados, destacam-se iniciativas relacionadas à tributação, gestão pública e serviços essenciais.

A criação do FIG-RCPN foi aprovada por meio do Projeto de Lei n.º 1.005/2024, oriundo do Tribunal de Justiça do Amazonas (TJAM). Segundo a justificativa, o fundo segue o modelo de gestão já adotado em estados como São Paulo, Minas Gerais e Pernambuco.

A Associação dos Registradores Cíveis do Estado do Amazonas (Arpen/AM) será a administradora exclusiva do fundo, que contará com um sistema robusto de prestação de contas e fiscalização em três níveis: Controle pelo Poder Judiciário, Controle Externo e Controle Fiscal.

De acordo com a desembargadora Nélia Caminha Jorge, presidente do TJAM, a principal inovação do projeto consiste na definição da Arpen/AM como administradora do fundo, mas não implica em qualquer redução dos mecanismos de controle e administração.

“A principal inovação do projeto consiste na definição da Associação dos Registradores Cíveis do Estado do Amazonas (Arpen/AM) como administradora exclusiva do fundo. Esta mudança administrativa, contudo, não implica em qualquer redução dos mecanismos de controle e fiscalização. Pelo contrário, o projeto estabelece um robusto sistema de prestação de contas e fiscalização em três níveis: Controle pelo

Poder Judiciário, Controle Externo e Controle Fiscal. O projeto também inova ao estabelecer que 25% dos valores arrecadados com os selos eletrônicos passarão a pertencer ao Tribunal de Justiça do Estado do Amazonas. Esta medida visa fortalecer as receitas do Poder Judiciário, permitindo maior investimento na modernização e eficiência dos serviços judiciais, especialmente nas atividades de fiscalização da Corregedoria-Geral de Justiça do Estado do Amazonas.”

## Ajuste do ICMS

Outro projeto aprovado foi o Projeto de Lei Complementar n.º 09/2024, oriundo da Mensagem Governamental n.º 97/2024, que ajusta o valor do ICMS incidente sobre operações com diesel, biodiesel, GLP/GLGN, gasolina e etanol anidro. A medida atende à nova sistemática monofásica de tributação de combustíveis, determinada pela Lei Complementar Federal n.º 192, de 11 de março de 2022.

Além disso, foi incorporado à legislação tributária estadual o Convênio ICMS n.º 178/23, que regula a remessa interestadual de bens e mercadorias entre estabelecimentos de mesma titularidade.

O convênio foi aprovado durante a 385ª Reunião Extraordinária do Conselho Nacional de Política Fazendária (Confaz), realizada em Brasília, no dia 1º de dezembro de 2023.

## Criação de cargos na Sefaz e na Segov

A Assembleia também aprovou dois projetos que tratam da criação de cargos em órgãos estaduais.

O Projeto de Lei n.º 754/2024 cria cargos de provimento em comissão



Deputados votaram quatro matérias legislativas de grande relevância

na Secretaria de Estado da Fazenda (Sefaz), enquanto o Projeto de Lei n.º 883/2024 estabelece cargos de confiança e de provimento em comissão na Secretaria de Estado de Governo (Segov).

O Projeto de Lei n.º 883/2024 institui 63 cargos comissionados e de confiança na Secretaria de Governo (Segov), sendo 49 para assessores, 11 para coordenadores regionais, dois para secretários executivos adjuntos e um para secretário executivo.

O projeto foi aprovado com 16 votos favoráveis dos 24 deputados estaduais. Desses, 14 parlamentares votaram presencialmente e dois remotamente. O presidente da Aleam, Roberto Cidade, não participou da votação, enquanto o deputado Wilker Barreto (Mobiliza) foi o único a se posicionar contra.

O Projeto de Lei n.º 754/2024 cria 40 cargos comissionados na Secretaria de Estado da Fazenda (Sefaz). O Governo do Ama-

zonas, na mensagem ao Legislativo, afirmou que, no entanto, não haverá novas contratações na Sefaz, pois as vagas serão preenchidas por meio do remanejamento de servidores de outras secretarias.

O presidente da Aleam, deputado Roberto Cidade (UB), destacou a importância da Sessão Extraordinária para a aprovação dos projetos em tempo hábil, garantindo benefícios à população.

“Convocamos essa Sessão Extraordinária porque temos Projetos de Lei que serão fundamentais para os trabalhos do ano vindouro. Apesar de ser uma pauta bem curta, são projetos que beneficiarão a população do Amazonas e os trabalhos dos poderes Executivo e do Judiciário, ressaltando que esta Sessão não traz nenhum benefício remuneratório aos deputados, estamos aqui cumprindo o nosso papel, com o nosso mandato e nossa responsabilidade para com o povo do Amazonas.”

## DE OLHO NO PODER

Integrantes de partidos da base do governador Tarcísio de Freitas (Republicanos) dizem já identificar uma disputa nos bastidores pelo posto de vice na eleição de 2026. A aposta é que Tarcísio tentará a reeleição, para, em abril de 2030, deixar o cargo com o objetivo de se candidatar a presidente. O vice, assim, herdaria o Palácio dos Bandeirantes e seria candidato a novo mandato estando no cargo. Segundo informações que circulam nos bastidores, um dos nomes que estariam trabalhando para ficar com a vaga de vice é o do atual secretário de Governo, Gilberto Kassab (PSD). Ele tem alta rejeição entre bolsonaristas, no entanto, que devem buscar emplacar um nome próprio.

## CURTIR

O clima natalino que se espalha pela cidade, anunciando “O Mundo Encantado do Natal”. A temática segue pelo quarto ano consecutivo, proporcionando cultura e artes, inseridas em uma programação totalmente gratuita. Atrações nas mais diversas expressões e linguagens vão ocupar os espaços culturais até o 6 de janeiro, somando mais de 400 apresentações na capital e no interior do Estado.

## NÃO CURTIR

A violência no Amazonas em casos amorosos. Na segunda-feira (23), um homem identificado como Leonardo Mendes foi preso suspeito de ter assassinado o ex-namorado de sua atual companheira no município de Itacoatiara, no interior do Amazonas. Segundo a polícia, a vítima foi identificada como Heldeney Leal, de 32 anos.

# Governo federal investe R\$ 268 mi em 'estrada digital'

Divulgação

O Ministério das Comunicações inicia em janeiro uma obra de R\$ 268 milhões para implantar uma "estrada digital" com 1,1 quilômetro de cabos de fibra ótica para levar internet de banda larga a 13 cidades na floresta amazônica, conectando escolas públicas e hospitais.

A infovia será implantada por uma plataforma fluvial sob as águas do rio Amazonas, desde Tefé até Atalaia do Norte, passando por Tabatinga, no Amazonas, na fronteira com Colômbia e Peru.

"Essa obra é essencial para levar internet para pessoas que vivem em locais de difícil acesso e com pouca cobertura das operadoras", defende o ministro das comunicações, Juscelino Filho. "Vamos levar conectividade para elas, para que possam ser inseridas no mundo digital e usar mais serviços públicos com qualidade, como a internet em sala de aula."

Serão conectadas 85 escolas públicas, 12 hospitais e sete centros de pesquisa. A infovia faz parte de oito "estradas digitais" que estão sendo implantadas na região Norte para conectar áreas remotas com internet de fibra ótica. O investimento é de R\$ 1,3 bilhão.

## Seca

A seca severa que atingiu a Amazônia em 2023 e 2024 impactou diretamente o cronograma de implantação das infovias do programa Norte Conectado, que visa expandir a conectividade na região. A redução drástica do nível dos rios tem dificultado a navegação e o lançamento de cabos de fibra ótica, causando atrasos e danos à infraestrutura já instalada.

Sidney Azeredo Nince, superintendente de outorga e recursos à prestação da Anatel, explicou que a Infovia 02, que ligará Tefé a Atalaia do Norte,

no Amazonas, foi uma das mais afetadas.

"Sofremos em 2023 e 2024 com os problemas da seca recorde, o que dificulta a navegação e consequentemente impede a gente de fazer lançamento dos cabos", afirmou Nince. A previsão inicial de lançamento em 2024 foi adiada para 15 de janeiro de 2025, com os trabalhos devendo durar cerca de 30 dias. A EAF, entidade responsável pela execução dos compromissos do leilão do 5G associados ao Norte Conectado, conduzirá o projeto.

Além dos atrasos nos lançamentos, a seca também causou danos a cabos já instalados. Um cabo lançado originalmente pelo Exército no Rio Negro, e que agora integra o Norte Conectado, foi danificado, provavelmente pela passagem de embarcações em áreas onde o nível da água estava muito baixo. Mesmo com as infovias



Cabos de fibra ótica vão levar internet de banda larga a 13 cidades

evitando áreas de fundeio, algumas embarcações não respeitam a demarcação, colocando as fibras em risco devido às âncoras.

Outro incidente ocorreu em Itacoatiara, na Infovia 01 (Santarém-Manaus), onde a baixa do rio causou o deslizamento

de um barranco, danificando o cabo. Nince classificou esse evento como imprevisto, destacando que medidas preventivas têm sido tomadas para evitar outros danos causados pela seca, como cortes, vandalismo ou contato com embarcações.

## Dino manda suspender pagamento de R\$ 4 bi em emendas

Divulgação



Dino também mandou instaurar um inquérito pela Polícia Federal

O ministro do Supremo Tribunal Federal (STF) Flávio Dino determinou na segunda-feira (23) a suspensão do pagamento de R\$ 4,2 bilhões em emendas parlamentares.

Dino também mandou instaurar um inquérito pela Polícia Federal para apurar a liberação desses valores, "a fim de que os fatos sejam adequadamente esclarecidos".

A decisão é um novo capítulo da disputa sobre essas verbas que levou a uma crise entre STF e Congresso nos últimos meses.

Dino atendeu a uma representação do Psol que apresentou novos fatos a respeito do pagamento das emendas de comissão — alvo de críticas e de decisões anteriores do próprio ministro pela falta de transparência.

A representação cita um ofício encaminhado ao governo federal e assinado por 17 líderes partidários da Câmara dos Deputados. O documento detalhava a indicação de 5.449 emendas de comissão.

Esse conjunto de emendas

totaliza R\$ 4,2 bilhões e se daria, segundo o Psol, "sem aprovação prévia e registro formal pelas comissões, sob o pretexto de 'ratificar' as indicações previamente apresentadas pelos integrantes das comissões".

Na prática, a lista dos 17 líderes de partidos da Câmara mudava a destinação de emendas de comissão, sem aprovação dos colegiados. O ofício com a nova destinação foi encaminhado ao governo Lula (PT) no último dia 12, e a Casa Civil deu aval à manobra.

# Grupos levam magia natalina para vulneráveis

Divulgação

O período natalino expõe ações de solidariedade que vão desde cantata com o povo em situação de rua, passando por um dia inclusivo para crianças com deficiência, até a entrega de cestas básicas e brinquedo para pessoas em situação de vulnerabilidade.

Além de celebrar o nascimento de Jesus, os grupos sociais em Manaus se ajustam para espalhar a esperança, principalmente para aqueles que são invisíveis aos olhos da população.

Cantata de Natal

Em ação de solidariedade, a Arquidiocese de Manaus realizou, no domingo (22), a II Cantata de Natal com a participação do povo em situação de rua que mora nas adjacências da Paróquia Nossa Senhora dos Remédios, no Centro Histórico de Manaus.

A Comunidade Ágape realizou o trabalho de aco-

lhimento, orientação e distribuição de alimentos, kits de higiene e a água, e foi a responsável pela organização do encontro especial.

A cantata de Natal apresentou a chegada de José e Maria, que buscavam um lugar seguro para Jesus nascer.

A encenação chamou atenção de quem passava pela Praça dos Remédios na manhã, pois de modo simples contou como o filho de Deus veio ao mundo como um sinal de salvação para todos. No momento de contemplar a criança que nasceu, a emoção tomou conta dos atores.

Pela segunda vez, Marlon Elvis Costa da Silva interpretou José na encenação. Emocionado, ele relatou a importância de representar o pai de Jesus.

"Para mim é muito importante porque relembra o nascimento de Jesus. Fiquei

refletindo na hora da peça tudo o que aconteceu na minha vida que me fez virar um morador de rua. Toda vez reflito que Deus vai me tirar dessa vida, pois ele colocou seu único filho no mundo para eu ter vida. Essa vida de vício que estou agora não quero mais. Pedi para Ele mais uma vez, meu Pai, me tira dessa vida", pediu o morador de rua.

Os voluntários que atuam na Comunidade Ágape fazem parte de diversas paróquias e Áreas Missionárias da Arquidiocese de Manaus.

## Inclusão

A magia do Natal chegou para 20 crianças com deficiência. No mês de dezembro, a Secretaria de Estado de Justiça, Direitos Humanos e Cidadania (Sejusc) promoveu atividades rurais e de lazer com nova edição do Natal Inclusivo. A ação ocorreu



Em dezembro, a Sejusc promoveu atividades rurais e de lazer com nova edição do Natal Inclusivo

na Fazenda Santa Rosa, localizada no município de Iranduba.

Participaram do Natal Inclusivo dez crianças do projeto Amazonas Eficiente, dos centros de convivência Magdalena Arce Daou e Padre Pedro Vignola, e dez do público geral, que se

inscreveram na iniciativa.

No dia da ação, os pequenos tiveram a oportunidade de andar a cavalo; conhecer os animais da fazenda, como vaca, porco e peixe-boi; aprender um pouco mais sobre o setor primário; e, até mesmo, visitar o Curupira.

## Gigantes da Floresta aberto no dia do Natal

Divulgação

Com um recorde de público de mais de 2,3 milhões de visitantes em menos de seis meses após a inauguração, o parque Gigantes da Floresta, da Prefeitura de Manaus, comemora o alcance das visitas e divulga os horários de funcionamento do espaço durante as festas de fim de ano.

Na terça-feira (24), o parque não irá funcionar em decorrência de manutenção. Já no dia de Natal, 25, o espaço estará aberto para diversão dos visitantes das

16h às 21h. Nos dias 30 e 31, o espaço estará fechado para manutenção, e no dia 1º de janeiro de 2025 (Dia da Confraternização Universal), não terá funcionamento, retornando às atividades no dia 2 de janeiro, das 16h às 21h.

O Gigantes da Floresta hoje é um dos maiores parques cênicos e temáticos da região Norte do Brasil, com foco em experiências imersivas na rica cultura amazônica. Entre as atrações de destaque estão a Árvore

da Vida e o Jardim Mágico (cenário 7), que encantam tanto os moradores quanto os turistas.

O parque foi projetado pelo Instituto Municipal de Planejamento Urbano (Implurb) e recebeu um investimento de aproximadamente R\$ 92 milhões, recursos da Prefeitura de Manaus. O espaço conta com a maior praça molhada da cidade, com 3,6 mil metros quadrados, e esculturas monumentais, como a impressionante cobra esculpida de 30

metros de comprimento e dezenas de outros animais.

O parque, localizado entre os bairros Novo Aleixo e Tancredo Neves, nas Zonas Leste e Norte de Manaus, funciona de quarta a sexta-feira, das 16h às 21h, e nos sábados, domingos e feriados, das 10h às 21h. Às segundas e terças-feiras, o Gigantes da Floresta fica fechado para manutenção de brinquedos, das estruturas gigantes e da praça molhada de 3,6 mil metros quadrados.



Menores de seis anos devem entrar acompanhadas de um responsável

\*imagem meramente ilustrativa

# O Hospital Nilton Lins fará parte do maior plano de saúde e odonto da América Latina

## Será o 5º hospital da Hapvida em Manaus.

Com infraestrutura moderna e equipe de excelência, a nossa rede levará mais saúde de qualidade até você.

 Rua Inglaterra, 14, bairro Flores - Manaus/AM

Acesse:

[hapvida.com.br](http://hapvida.com.br)

Onde há vida,  
 **hapvida**

 NotreDame  
Intermédica

# Executado com oito tiros dentro de casa em Coari

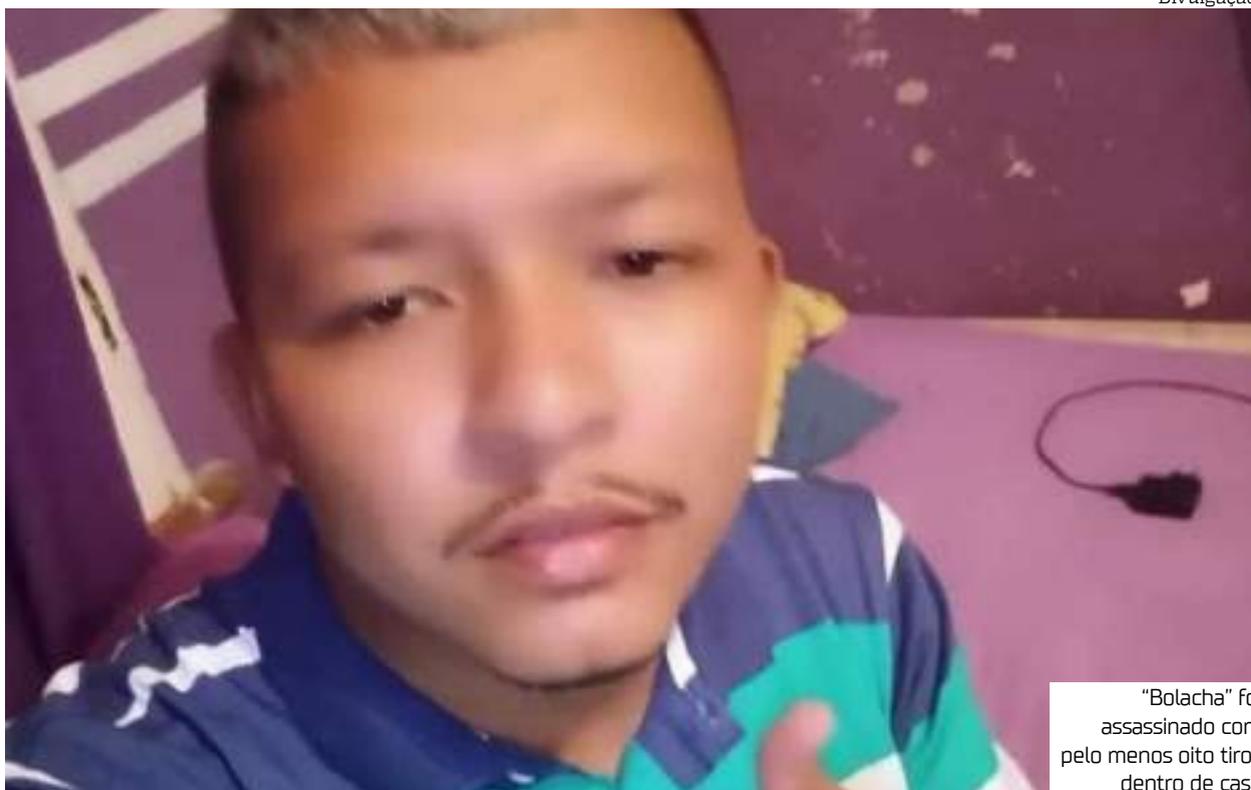
Anderson Gomes da Silva, de 30 anos, conhecido como "Bolacha", foi assassinado, na noite do último domingo (22), com pelo menos oito tiros dentro de sua residência no município de Coari, a 363 quilômetros de Manaus.

De acordo com informações, três homens armados invadiram a casa da vítima, localizada na Rua 2, no bairro Caracol. Ao encontrarem Anderson, os suspeitos atiraram à queima-roupa, matando-

-o no local. Após o crime, os assassinos fugiram sem serem identificados.

Conforme as investigações, Anderson tinha passagens pela polícia, e o homicídio pode estar relacionado ao tráfico de drogas na região.

O caso está sendo investigado pelas autoridades locais, mas até o momento não há informações sobre a identidade dos criminosos ou as motivações exatas para a execução



Divulgação

"Bolacha" foi assassinado com pelo menos oito tiros dentro de casa

## Homem mata ex da namorada a facadas

Divulgação



Leonardo Mendes (esquerda) e Heldeney Leal (direita)

Um homem identificado como Leonardo Mendes foi preso na segunda-feira (23), suspeito de ter assassinado o ex-namorado de sua atual companheira no município de Itacoatiara, no interior do Amazonas.

Segundo a polícia, a vítima foi identificada como Heldeney Leal, de 32 anos. Informações apontam que o homem estava tentando se reconciliar com a ex-mulher.

Na madrugada, o suspeito e a namorada brigaram, e ela chamou a vítima para sua casa. Leonardo havia dito que iria para sua casa, mas ficou no local e aguardou a chegada de Heldeney, o atacando a facadas logo em seguida.

Após o crime, o suspeito fugiu, mas foi localizado e preso. O caso é investigado pela Delegacia Especializada em Homicídios e Sequestros (DEHS).

# Natal pela primeira vez com energia elétrica

Divulgação

Três comunidades turísticas no município de Novo Airão (distante a 115 quilômetros de Manaus) receberam 60 painéis de energia solar, na segunda-feira (23), e vão passar o Natal com energia elétrica pela primeira vez. O governador Wilson Lima entregou os equipamentos como parte do programa Brilha Amazonas, que propõe o desenvolvimento do turismo como fonte de renda utilizando energia limpa.

"Nós estamos trazendo dignidade a essas pessoas, qualidade de vida para esses moradores, principalmente para as crianças, e também

ajudando na atividade econômica, porque no momento que eles têm energia elétrica, vão conseguir prestar um serviço de maior qualidade para quem vem ao município visitar a região", afirmou Wilson Lima.

As placas solares foram entregues para as comunidades Tiririca, Santo Antônio e Marajá, onde residem 53 famílias. As comunidades ficam na Reserva de Desenvolvimento Sustentável (RDS) do Rio Negro, uma das Unidades de Conservação Estaduais geridas pela Secretaria de Estado de Meio Ambiente (Sema), e atendem turistas

em parceria com hotéis da sede do município. Inicialmente, os kits com painéis solares atenderão residências de 30 famílias.

No local, os populares utilizam motores movidos a diesel para ter energia elétrica durante três horas por noite, e além disso, não dispõem de eletrodomésticos básicos como geladeira para armazenar alimentos.

A entrega dos equipamentos de energia solar simboliza um momento histórico para as comunidades, que terão o primeiro Natal com acesso ao serviço básico.

O aposentado Júlio Lourei-

ro, o 'Juquinha', de 67 anos, vive há 50 anos na comunidade de Tiririca e foi um dos primeiros moradores do vilarejo. Ele afirma que ter acesso a energia elétrica pelo programa do Governo do Amazonas é um sonho realizado para todos os moradores.

"É um sonho realizado. É você ter uma luz para você sobreviver. Eu agradeço ao governador do Estado e o povo da comunidade fica muito alegre. É uma festa que nunca aconteceu aqui no Tiririca. A mudança do gerador pequeno para placa solar não tem como comparar", reforçou o aposentado.



Entrega simboliza um momento histórico para as comunidades

QUEM LUTA CONTRA A FOME PRECISA DE VOCÊ!

APOIE ESTA CAUSA

LBV.ORG

# Santos fecha com técnico Pedro Caixinha para 2025

Pedro Caixinha é o novo treinador do Santos para a próxima temporada. Na segunda-feira (23), Marcelo Teixeira, presidente do clube, concedeu entrevista coletiva no CT Rei Pelé, e anunciou a contratação do técnico português.

Na coletiva, Pedro Martins, ex-diretor de futebol do Botafogo, foi anunciado como novo CEO do alvinegro praiano. O dirigente participou das negociações para a chegada do novo treinador. O acordo foi fechado no domingo (22).

“Procurei mostrar que o caminho não seria fácil. Pelo alinhamento de todos nós e buscar um treinador que entendesse momento e valores do Santos, conseguiríamos superar obstáculos. Gostaria de dar boas-vindas ao Pedro Caixinha”, disse Martins.

Caixinha também era

cobiçado por outros dois clubes brasileiros que demitiram seus técnicos no último mês: Atlético-MG e Grêmio.

O técnico fez sucesso no Red Bull Bragantino, clube que treinou nos últimos dois anos. O português deixou o time do interior paulista em outubro, após não repetir os feitos alcançados em seu primeiro ano à frente do Massa Bruta, quando garantiu a classificação para a Libertadores.

Com 54 anos, o treinador português coleciona passagens por outras equipes da América do Sul, como o Talleres, da Argentina. Seus principais trabalhos foram no futebol mexicano, à frente do Santos Laguna, onde venceu o Torneio Clausura em 2015, o Apertura em 2014 e a competição Campeón de Campeones, também em 2015.

Anos depois, Pedro Caixinha foi técnico do Cruz Azul, conquistando o torneio Apertura em 2018 e a Supercopa do México em 2019. No Brasil, venceu os prêmios individuais de melhor treinador nos meses de setembro e outubro de 2023. Naquela temporada, o Red Bull Bragantino terminou na sexta colocação.

O Santos estava sem treinador desde o final da Série B. Fábio Carille comandou o clube no título da competição, mas foi demitido pela diretoria alvinegra após sofrer críticas pelo futebol apresentado.

Antes do início do Campeonato Paulista, o Santos irá disputar um torneio de pré-temporada nos Estados Unidos no início de janeiro, que contará com a participação de Fortaleza e Atlético Nacional, da Colômbia.



Com 54 anos, o treinador português coleciona passagens por outras equipes da América do Sul

## Vasco negocia retorno para jogar em Manaus

Sedel



Estádio será utilizado no Campeonato Amazonense a partir de 23 de janeiro

O Vasco deve mandar o jogo contra o Madureira, no dia 22 de janeiro, pela quarta rodada da Taça Guanabara, em Manaus. De acordo com o “ge”, o Cruz-Maltino tem acordo encaminhado para atuar na Arena da Amazônia.

O local deve ser oficializado pela Federação de Futebol do Estado do Rio de Janeiro (Ferj) nos próximos dias. O Vasco já recebeu a resposta positiva da administração do estádio, que não terá nenhum obstá-

culo para receber a partida na data solicitada.

A Arena da Amazônia será utilizada no Campeonato Amazonense, mas o estadual só inicia no dia 23 de janeiro, dia seguinte ao duelo entre Vasco e Madureira. A abertura do Barezão será entre Manaus e Nacional.

A reapresentação do elenco do Vasco está marcada para o dia 6 de janeiro, mas o clube ainda não decidiu quando começará a utilizar o grupo principal

no Carioca. A estreia no estadual será no dia 12, contra o Nova Iguaçu.

### Conversas por David Luiz

Depois do Flamengo confirmar que não irá renovar com David Luiz, o Vasco sinalizou que pode fazer uma proposta oficial para buscar a contratação do zagueiro para 2025. O jogador também recebeu sondagens de outros clubes e deve definir seu futuro nas próximas semanas.

RÁDIO OFICIAL



STUDIO 5

# 10 anos EXFRENSI O REENCONTRO

25.DEZ  
17H00



## EXFRENSI



## SWING E SIMPATIA

PONTOS DE VENDA:



APOIO:



PATROCÍNIO:



# Famílias enfeitam mesas de Natal com frutas

Divulgação

Rosana Ramos

As frutas, além de trazer inúmeros benefícios para a saúde humana, tradicionalmente são usadas nas ceias natalinas das famílias amazonenses. Nesta época do ano, é comum o aumento de movimentação em hortifruti, que oferecem tanto as frutas tradicionais, como ameixa, cereja, maçã, romã, quanto as frutas regionais, como cupuaçu, tucumã e pupunha.

Segundo o nutricionista Daniel Guedes, a substituição de frutas tradicionais pelas regionais não alteram a magia do Natal, já que ambos os alimentos trazem benefícios à saúde da população.

“As frutas têm um papel especial na ceia de Natal. Elas não são só decoração - são verdadeiros aliados da sua saúde. Entre as mais tradicionais estão uvas, abacaxi, figo, ameixa, cereja, maçã, romã e até nozes, que também são frutos. Essas delícias são ricas em vitaminas, fibras e antioxidantes que ajudam a equilibrar a dieta e fortalecer o sistema imunológico. Frutas regionais, como o açaí e o cupuaçu, também são excelentes substituições. Elas são ricas em nutrientes e carregam o sabor único da Amazônia”, informou o profissional.

Em Manaus, a procura pelos alimentos se torna mais frequente às vésperas do Natal,



Frutas trazem inúmeros benefícios para a saúde humana e são usadas nas ceias natalinas

conforme relatou Maisa Valente, sócia e proprietária da Montreal Hortifruti.

“O pico do movimento de inicia a partir do dia 15 do mês de dezembro. O consumo dos manauaras aumenta em relação ao restante do ano, [eles] gostam de morangos em suas mesas. Nós percebemos que os amazonenses usam nas suas ceias natalinas frutas tradicionais”, contou a empresária.

## Tradição e economia

A estudante de odontologia, Bárbara Barbosa, relatou que já está pesquisando preços de frutas para montar a ceia e economizar, ao mesmo tempo.

“Eu ainda não comprei nada, mas estou vendo algumas ofertas. Eu quero tentar comprar as frutas tradicionais, mas se não der, eu vou comprar as frutas aqui da Amazônia mesmo, é fruta do mesmo jeito, melhor do que não ter nada”, disse.

A farmacêutica Maria Fernanda Azevedo contou que

irá apostar nas frutas regionais, já que o preço é mais convidativo.

“Eu prefiro as frutas regionais, por já estar acostumada, não sinto a obrigação de gastar com as frutas tradicionais, como a romã. Eu vou dar preferência para comprar em feiras, mas ainda não sei”, informou.

Para atender os clientes, as empresas que trabalham na venda de frutas reforçaram o estoque durante os últimos meses do ano.

“Já nos preparamos no mês de novembro para que o time em dezembro já esteja engajado no mês natalino”, pontuou a dona da Montreal Hortifruti.

## Equilíbrio

Além de se adequar ao bolso das famílias, a ceia natalina precisa trazer um equilíbrio de nutrientes, conforme explicou o nutricionista Daniel Guedes.

“O que realmente importa no final do ano é o equilíbrio. Quem já tem hábitos

saudáveis pode aproveitar a ceia sem preocupações. Coma com consciência, saboreie cada prato e, principalmente, curta o momento. Afinal, a vida saudável não é sobre restrição, é sobre consistência. Se você está preocupado com as calorias da ceia, lembre-se: uma refeição não define sua saúde. Mas seus hábitos ao longo do ano, sim. Então, relaxe e celebre com quem você ama. Isso é o que realmente importa”, destacou o profissional.

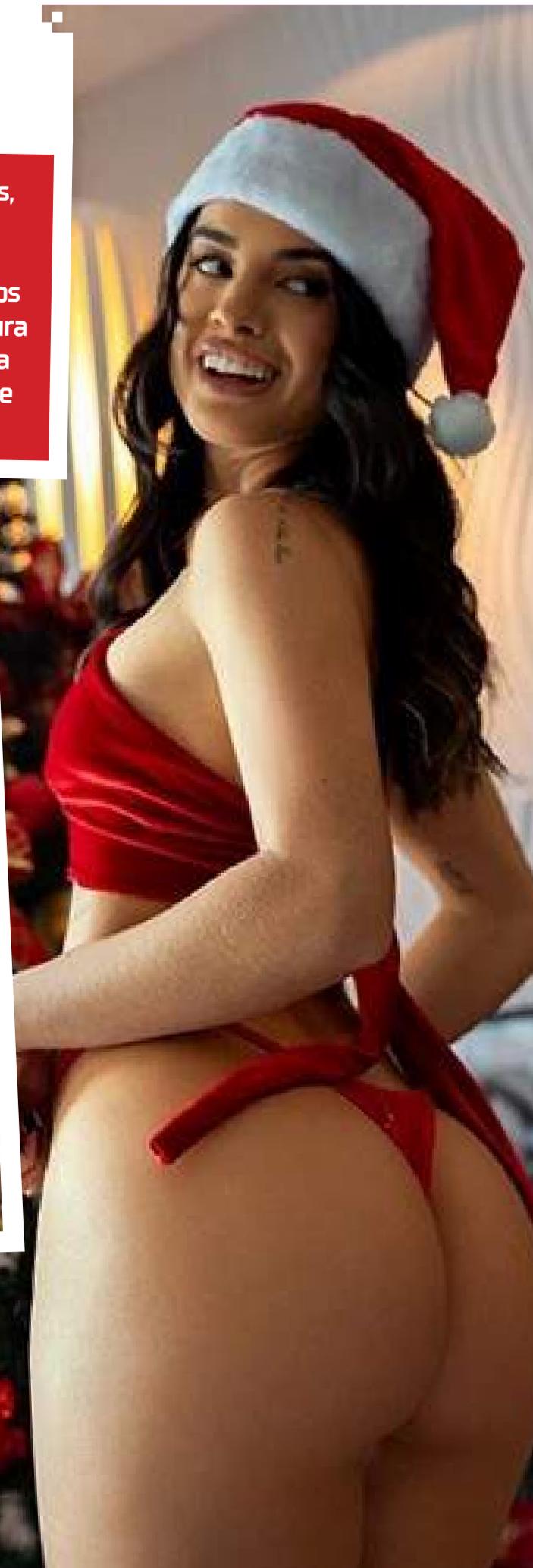
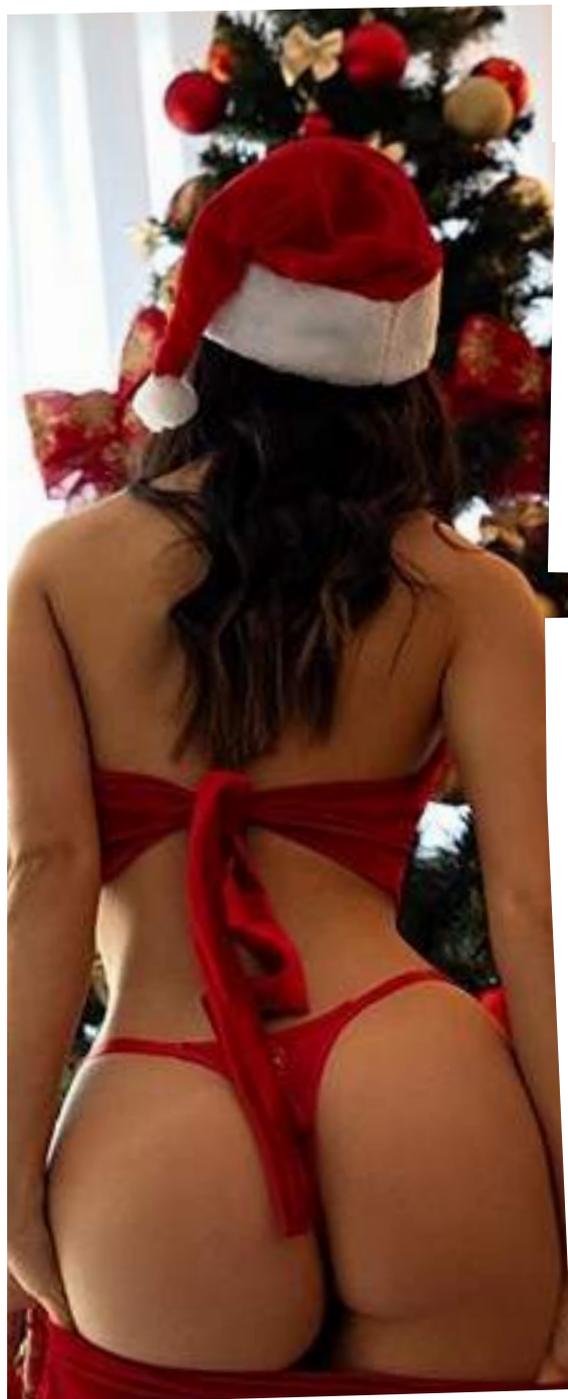
Daniel também alertou para os exageros cometidos durante as comemorações, que afetam diretamente a saúde humana.

“As festas de Natal e Ano Novo não precisam ser um motivo para exageros ou preocupação excessiva. Uma ceia não vai te engordar ou estragar sua saúde. O que realmente faz diferença é o que você faz no resto do ano”, finalizou o nutricionista.



# Lê Souza

A ninfeta mineira de apenas 19 anos, encanta como 'Mamãe Noel'. Com seu estilo, a jovem conquistou a todos com suas curvas naturais: seios perfeitamente empinados, uma cintura delicada, um bumbum que desafia a gravidade e aqueles pezinhos 35 que são puro charme.



# SES planeja unidades de saúde para período de festas

Divulgação



Secretária de Saúde, Nayara Maksoud, assegurou que não haverá interrupção na prestação de serviços à população

A Secretária de Estado de Saúde (SES-AM), Nayara Maksoud, reafirmou que a rede de urgência e emergência da capital está organizada para atender as demandas durante o período de festividades de fim de ano.

A afirmação foi dada durante reunião convocada pelo Ministério

Público do Estado do Amazonas (MPAM) após o órgão confirmar a articulação de médicos do Instituto de Traumatologia e Ortopedia do Amazonas (Itoam), para paralisar os atendimentos nas unidades estaduais onde atuam, com o objetivo de superlotar o Hospital e Pronto-Socorro (HPS) 28 de Agosto, que hoje faz

parte do Complexo Hospitalar Sul (CHS), junto com o Instituto da Mulher Dona Lindu.

Nayara Maksoud informou que o estado adotou as medidas necessárias para garantir que hospitais e prontos-socorros estejam em pleno funcionamento. Ela destacou ainda que, assim que a SES-AM tomou conheci-

mento de possível paralisação, essas medidas foram reforçadas. “Nosso compromisso é com o povo do Amazonas, é manter a assistência ao paciente funcionando da melhor forma possível e para que todos sejam atendidos no Sistema Único de Saúde”, disse.

Nayara Maksoud explicou que o processo

de contratação de Organização Social de Saúde (OSS) para a gestão do CHS aconteceu de forma totalmente transparente, por meio de chamamento público nacional, seguindo a legislação e todos os trâmites legais. A secretária da SES-AM ressaltou os trabalhos que estão sendo desempenhados no CHS, destacando que as duas unidades que compõem o Complexo continuam sendo de portas abertas, atuando sob a coordenação da SES-AM e oferecendo os mesmos serviços de antes, com maior qualidade e com a ampliação de mais 46 leitos. “Nós conseguimos, nesses últimos dias, dobrar o número de cirurgias, tanto ortopédicas, como também das demais especialidades”, declarou.

A reunião de emergência foi solicitada pela 58ª Promotoria de Justiça de Defesa dos Direitos Humanos à Saúde Pública (PRODHSP) do MPAM. A reunião foi conduzida pela promotora Luissandra Chixaro, titular da 58ª PRODHSP, contando com a presença do procurador-Geral do Estado, Giordano Bruno, de representantes da OSS Associação de Gestão, Inovação e Resultados em Saúde (Agir), que assumiu o CHS, e do Itoam.