

Questões previdenciárias

Temos recebido sugestões de associados para abordarmos sobre questões previdenciárias (INSS), e aproveitando o espaço queremos informar aos nossos representados os assuntos que, em nossa opinião, achamos relevantes, sendo informações previdenciárias com base nos últimos benefícios por incapacidade apresentados pelo INSS no ano de 2014:

Benefícios por incapacidade concedidos no ano de 2014 pelo INSS de Maringá/PR e Região:

- Auxílio Doença Previdenciário: 10.402
- Aposentadoria por Invalidez Previdenciária: 367
- Auxílio Doença por Acidente de Trabalho: 749
- Aposentadoria por Invalidez provocada por Acidente de Trabalho: 22
- Auxílio Acidente: 27

Comunicação de Acidente do Trabalho (CAT)

OBRIGAÇÕES DA EMPRESA

A empresa é obrigada a informar à Previdência Social todos os acidentes de trabalho ou doença profissional ocorridos com seus empregados, mesmo que não haja afastamento das atividades, até o primeiro dia útil seguinte ao da ocorrência.

Em caso de morte, a comunicação (CAT) deverá ser imediatamente preenchida e entregue principalmente no INSS, Ministério do Trabalho, Polícia Civil, Sindicato, etc.

Se a empresa não fizer o registro da CAT, o próprio trabalhador, o dependente, a entidade sindical se tiver prova do acidente sofrido pelo empregado, o médico que atendeu o empregado acidentado ou a autoridade pública podem fazê-lo.

TRÊS TIPOS DE CATs:

- CAT Inicial;
- CAT de reabertura;
- CAT de comunicação de óbito.

Na CAT de reabertura, deverão constar as mesmas informações da época do acidente, exceto quanto ao afastamento, último dia trabalhado, atestado médico e data da emissão, que serão relativos à data da reabertura. Não será considerada CAT de reabertura a situação de simples assistência médica ou de afastamento com menos de trinta dias consecutivos.



Roberto Pino de Jesus participando do debate 4º Ciclo de Debate em Saúde do Trabalhador O diretor tesoureiro do Stiam, Roberto Pino de Jesus, participou do 4º Ciclo de Debate em Saúde do Trabalhador – 2015, realizado em 7/5 pelo Cerest Macro Noroeste I. O tema, O Sus e a Saúde do Trabalhador no Município – construindo um novo olhar na atenção e na vigilância, foi debatido durante todo o dia, a partir das 9h, na Unicesumar.

REAVLIAÇÃO DA APOSENTADORIA POR INVALIDEZ:

O segurado aposentado por invalidez é obrigado a qualquer tempo ser submetido a reavaliação médica, convocado pelo INSS.

Se o aposentado por invalidez julgar-se apto a retornar ao trabalho deverá solicitar nova avaliação médico-pericial na Previdência Social.

QUEM TEM DIREITO

Tem direito o segurado que tiver no mínimo 12 contribuições, dispensada para incapacidades advindas de acidentes ou doenças que isentam carência. O valor mensal é 100% do salário de benefício.

Para os casos em que o aposentado necessitar de assistência permanente de outra pessoa, esse valor poderá ser acrescido de 25%.

O QUE É:

É o benefício que o segurado que estiver incapaz para o trabalho de forma total e permanente tem direito quando estiver ou não recebendo benefício de auxílio-doença. A incapacidade será avaliada pela Perícia Médica do INSS.

O QUE É:

Para ter direito ao auxílio-acidente não é exigido carência, basta ser segurado da Previdência Social. A sequela é atestada pela Perícia Médica do INSS.

O segurado terá direito a receber 50% do salário de benefício mensalmente, podendo acumular com qualquer outro benefício da previdência, com exceção da aposentadoria, assim como, poderá trabalhar normalmente percebendo tal benefício

PEDIDO DE RECONSIDERAÇÃO - PR:

O segurado que tiver seu pedido negado pelo médico perito e não concordar com a decisão, tem direito de solicitar o pedido de reconsideração. Até 30 dias após a ciência do pedido negado ou até 30 dias após a cessação do benefício anterior. Quem perder o prazo do PP também poderá requerer o PR.



Coluna sob a responsabilidade de Roberto Pino de Jesus

PEDIDO DE PRORROGAÇÃO - PP:

Quando o segurado estiver em benefício e receber alta programada da Perícia Médica e não se sentir em condições de retornar ao trabalho, poderá solicitar prorrogação do benefício, dentro do prazo de 15 dias antes até a data de cessação do benefício.

AUXÍLIO-DOENÇA POR ACIDENTE DE TRABALHO:

O auxílio-doença é proveniente de doença, já o auxílio-doença por acidente de trabalho é consequência de um acidente de trabalho ou de percurso, ou ainda por doenças profissionais ou do trabalho, sendo que, para esse, o segurado não necessita comprovação de tempo mínimo de contribuição, apenas estar assegurado no momento do acidente, ainda garante estabilidade no emprego de até 12 meses após a cessação do benefício e o seu FGTS continua sendo depositado pelo empregador.

QUEM TEM DIREITO:

Para ter direito ao benefício de auxílio-doença, o requerente deve ter no mínimo 12 contribuições, com exceção aos casos de acidente ou doenças que isentam o tempo de contribuição (carência).

O segurado que tiver direito poderá receber mensalmente 91% do salário de benefício.

Os 30 primeiros dias são pagos pela empresa, no caso de empregados.

O auxílio doença garante salário mensal aos segurados que estiverem assegurados pela Previdência Social quando estiverem doentes ou sofrerem algum tipo de acidente. A incapacidade para o trabalho será analisada e concluída pelo Médico Perito do INSS, por meio de perícia médica que poderá ser realizada em uma Agência da Previdência Social, no Hospital ou na residência do segurado, quando necessário. E o empregado ou segurado deverá levar toda a prova da sua incapacidade no dia da perícia médica, isto é, todos os exames realizados e atestados médicos recebidos.

Auxílio-doença é o que chamamos de risco social protegido é o risco da incapacidade laborativa temporária, total ou parcial. É um benefício por incapacidade, ou seja, terão direito os segurados que estão incapazes para o trabalho momentaneamente, seja por doença, ou acidente.

QUAIS SÃO OS BENEFÍCIOS POR INCAPACIDADE DO INSS?

- Auxílio Doença;
- Auxílio Doença por Acidente de Trabalho;
- Auxílio Acidente;
- Aposentadoria por Invalidez.

Roberto Pino de Jesus
Diretor Tesoureiro STIAM



ANO XX
Nº 117
JUNHO DE 2015

O Companheiro

Chegada do Inverno



Caracterizado como a estação com as temperaturas mais baixas, o inverno se estende de 21 de junho a 23 de setembro no Hemisfério Sul. As noites são mais longas que os dias nas regiões onde é inverno, visto que a incidência de raios solares é menor nessa porção da Terra. Durante essa estação do ano, várias espécies de aves migram para outros locais com o intuito de fugir do frio. No Brasil o Inverno é menos severo, pois neste país não há estações muito precisas. As temperaturas mais baixas ocorrem na Região Sul (Paraná, Santa Catarina e Rio Grande do Sul), quando elas atingem alguns graus abaixo de zero, além da ocorrência de neve em determinados pontos. As pessoas ficam mais solidárias neste período, pois raros são os que não se preocupam com a sorte dos que não têm um agasalho, um prato de sopa ou um lugar para se refugiar do frio enérgico.

Nem toda atmosfera romântica e íntima propiciada pelo Inverno diminui a incidência de doenças como a gripe, resfriados, e de problemas respiratórios, mais preocupantes quando atingem pessoas da Terceira Idade.

PÁGINA 5

EDITORIAL: STIAM. UMA TRAJETÓRIA DE MUITAS CONQUISTAS

Queremos deixar nossa gratidão e apreço a todos os nossos representados, principalmente a você trabalhador sindicalizado, que desde o início da nossa história vem participando conosco dessa trajetória de muitas lutas, dando seu apoio moral e financeiro ao nosso trabalho.

Página 2



VOCÊ SABIA?

4º Ciclo de Debate em Saúde do Trabalhador
Roberto Pino de Jesus falando sobre o tema na Unicesumar

Página 8



COLUNA DA ALIMENTAÇÃO

Batata-doce, fonte de energia durante a prática da atividade física.

Página 2

STIAM. UMA TRAJETÓRIA DE MUITAS CONQUISTAS

Rivail A. da Silveira*

Em nossa luta do dia a dia muitas vezes nos esquecemos de retroceder na história, fazendo uma retrospectiva de nosso histórico de existência. Às vezes nos apegamos na conjectura de que pouco fazemos para melhorar a nossa vida e a de quem depende de nosso trabalho.

Isso acontece também com relação ao nosso trabalho no campo das conquistas sindicais, achando que toda a nossa luta em defesa dos direitos dos trabalhadores foi em vão. Mas, quando fazemos uma análise sincera de todo esse trabalho, vimos que valeu a pena.

Então vejamos: Vamos transportar nossos comentários fazendo uma retrospectiva da história dos trabalhadores nas indústrias de alimentação. Primeiro, faremos uma viagem de volta aos anos de 1968, na época da ditadura militar. Pena que poucos são os trabalhadores, que ainda têm a graça de estar vivos lembram-se da situação de desrespeito e precariedade que esses companheiros enfrentavam

Coluna da Alimentação

Batata-doce: uma opção saudável para incluir no cardápio

Luana T. Pereira*

Acredita-se que a batata-doce originou-se nas Américas Central e Sul, estendendo-se desde o México até a Colômbia, há mais de dez mil anos. De acordo com a FAO (Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação), a batata-doce é cultivada hoje em mais de 100 países, sendo que aproximadamente 90% da produção são obtidas na Ásia, a qual a China é o maior produtor mundial.

Por ser uma raiz tuberosa, apresenta característica de armazenar reservas nutritivas em suas raízes, possuindo imenso potencial alimentício

nas poucas empresas que existiam em Maringá naquela época. Muitos desses ainda se recordam da situação do trabalho, principalmente nas indústrias de óleos alimentícios. A Companhia Norpa Industrial de Alimentos, na qual os trabalhadores não tinham turnos de trabalho definido: tinham hora para iniciar o trabalho, mas nem sempre para terminá-lo. Descanso entre jornada e descanso semanal só quando o padrão determinava. Isso sem falar da Mangarin de óleos vegetais, Icomasa, óleos nata e outras indústrias. A Sanbra, uma das melhores da época, mesmo assim sonhejava alguns direitos como insalubridade e periculosidade para quem trabalhava como eletricitista. Os reajustes salariais eram muitas vezes parcelados, desrespeitando a convenção coletiva da categoria.

As poucas padarias que existiam, sorveterias e indústrias de doce nem sabiam ou nem tomavam conhecimento dos benefícios da lei muito menos das convenções coletivas.

Por outro lado, a opressão do regime militar inibia os trabalhadores de reivindicar seus direitos. Cansados de serem escravizados, começaram a buscar ajuda, sem muito sucesso, nas raras instituições que existiam.

e industrial.

No Brasil há quatro variedades, sendo classificadas de acordo com a cor da polpa: a batata-branca; angola ou terra-nova; amarela; roxa e avermelhada.

A batata-doce é um alimento fonte de carboidrato complexo com baixo índice glicêmico, ou seja, sua absorção é mais lenta, medindo a velocidade de entrada de glicose na circulação sanguínea após seu consumo. Pode auxiliar no pré-treino, fornecendo energia durante a prática da atividade física (especialmente o de força), prolongando o treino do indivíduo e evitando a fadiga (sensação de desgaste, cansaço e falta de energia) e na prevenção e tratamento de diabetes tipo 2.

SUBSEDES DO STIAM

PARANAÍ - PARANÁ
RUA SILVIO VIDAL, 2278 - CENTRO - CEP 87702-330 - TEL (44) 3423-2221
PARANAÍ@STIAMMARINGA.COM.BR. - DELEGADO: SHUZO TOMA

CAMPO MOURÃO - PARANÁ
AV. MANUEL MENDES DE CAMARGO, 2634-A - CEP 87303-318 - JD. CURITIBA - TEL (44) 3523-3956
REPRESENTANTE: EDEMIR NICOLAU MEDEIROS



Diretoria

PRESIDENTE:
Rivail Assunção da Silveira

1º SECRETÁRIO:
Santo Batista de Aquino

2º SECRETÁRIO:
Shuzo Toma

1º TESOUREIRO:
Roberto Pino de Jesus

2º TESOUREIRO:
Rubens Leme

1º DIR. SOCIAL E DE COMUNICAÇÃO:
Antônio Lopes de Almeida Filho

2º DIR. SOCIAL E DE COMUNICAÇÃO:
Maria Pacheco do Amaral

SUPLENTE:
Maurílio Conceição Ferreira
Roberto Otaviano da Silva
José Ciska G. de Oliveira
Antônio Carlos Pereira

CONSELHO FISCAL EFETIVOS:
Alípio Elias da Silva
Nelson Cancini
João Luiz de Lima

SUPLENTE:
Ailton José de Andrade
Élson Estevam Luiz
Donizete Vidal

DELEGADOS REP. EFETIVOS:
Rivail Assunção da Silveira
Roberto Pino de Jesus

SUPLENTE:
Shuzo Toma
Antônio Lopes de Almeida Filho

O Companheiro

Expediente

DIRETOR RESPONSÁVEL:
Rivail Assunção da Silveira

JORNALISTA:
Marilya T. Pereira (MTB 22026)

EDITORACÃO ELETRÔNICA:
Leandro B. Barros - 8805-3309

TIRAGEM:
6.000 exemplares

IMPRESSÃO:
Grafimorte - Apucarana

DISTRIBUIÇÃO:
Gratuita

CORRESPONDÊNCIA:
Av. Governador Bento Munhoz da Rocha Neto, 731 - CEP - 87030-010
Tel.: (44) 3222-5281 / Fax: 3026-6281.
atendimento@stiammaringa.com.br
Autorizada a divulgação de matérias, desde que citada fonte.

já conhecem. Durante todo esse tempo e, até agora, nossos trabalhadores vêm acompanhando uma trajetória de sucessivas conquistas como, por exemplo, reajustes salariais sempre acima da inflação; pisos salariais que não tínhamos antes; melhorias nas condições de trabalho; auxílios alimentação e maternidade, dentre outros vários benefícios que todos os anos são negociados com os patrões. Além das conquistas na esfera federal, como férias de 30 dias mais um terço FGTS Esses direitos passaram a existir devido à luta dos sindicatos de trabalhadores. O STIAM através de sua diretoria sempre esteve presente em todos os momentos de luta em prol desse reconhecimento.

Queremos com esses relatos deixar nossa gratidão e apreço a todos os nossos representados, principalmente a você trabalhador sindicalizado, que desde o início vem participando conosco desta trajetória de muitas lutas, dando seu apoio moral e financeiro ao nosso trabalho. Por fim, deixamos aqui o abraço de toda a diretoria e a certeza de que juntos, nossos horizontes serão cada vez mais amplos.

***Rivail A. da Silveira**
Presidente do Stiam



os benefícios da batata-doce é prepará-la cozida e com casca, pois essa possui alta concentração de propriedades antioxidantes (protegem as células do nosso corpo). Pode ser assada ou consumida na forma de purê, na salada ou em sopas. Para variar, experimente-a em pratos doces, com canela, mel, coco ou com noz-moscada. Não é recomendado fritá-la, pois a fritura aumenta a gordura na batata-doce, prejudicando a saúde. As folhas podem ser consumidas refogadas, empanadas ou em sopas.

Para ter acesso aos benefícios é preciso consumi-la regularmente, mas sem excesso.

***Luana T. Pereira**
Nutricionista

Saúde

Centro de Atendimento aos Trabalhadores sindicalizados de Loanda e Região

O Centro de Atendimento aos Trabalhadores sindicalizados de Loanda é uma iniciativa de três sindicatos de Maringá: STIAM, Metalúrgicos e Vestuário. Está situado na Rua Eugênio Mella, 503 e oferece atendimentos nas áreas de Clínica Geral, Estética, Ginecologia, Nutrição, Odontologia, Ortodontia, Ortopedia e Psicopedagogia. Telefone para agendamentos: (44) 3425-1499.

PARCEIROS

Fisioterapia:
Centro Integrado de Fisioterapia - Telefone: (44) 3425-3295
Centro de Saúde Monte Castelo - Telefone: (44) 3452-1165
Studio Pilates - Tel. (44) 9163-5454

Farmácia:
Farmácia Bioessência - Telefone: (44) 3425-4611

Fonoaudiologia:
Drª. Aline Karla Solza - Av. Governador Munhoz da Rocha, 1407

Laboratórios:
Lab. Bioanálise-Tel (44) 3425-1941
Lab. Loanda - Tel (44) 3425-1041
Lab. Labopar - Tel (44) 3453-1312

Psicologia:
Dr. Julimar D. Guedes - Tel (44) 9936-5568

Raio-X:
Casa de Saúde e Maternidade Santa Catarina- Tel (44) 3725-1202 (Raio-X, Densit. óssea, Esc. óssea, Urografia excretora).
Geração Saúde - Telefone: (44) 3425-3347 (raios-X oftalmológicos).

Raio-X Odontológicos:
Oral Doc - Telefone: (44) 3425-2186
Interclínicas- Telefone: (44) 3425-2194

Pediatria:
Drª. Marly Miyoshi
Policlínica Loanda - Tel (44) 3425-2442
Drª. Ana Paula Smaniotto – atendimentos a partir das 8h. às 3ª e 5ª feiras.

Psicopedagogia:



Drª. Fátima Gonçalves de O. Guedes - Telefone: (44) 9936-5568

Ultrassonografia/Endoscopia:
Clínica Dr. Osmar Milani - Telefone: (44) 3432-2114 (Nova Londrina)
Hospital Noroeste (Raio-X, Ultrassonografia, Endoscopia) - Telefone: (44) 3453-1300 (Santa Isabel do Ivaí).
Endodontia: Drª. Ana Paula Olsen - Telefone: (44) 3425-4450
Periodontia: Drª. Ariane Cola de Oliveira - Telefone: (44) 3425-1422

Próteses dentárias:
Dr. Eduardo H. S. Graciani - Telefone: (44) 3425-4450
Drª. Solange Luiza Bezerra - Telefone: (44) 3425-1280

Assistência funeral:
Prever - Telefones: (44) 3425-3875 / 8809-3536 / 8821-9094 / 8818-5371

Centro de Atendimento aos Trabalhadores sindicalizados de Paranavaí e Região

O CAT de Paranavaí dirigido pelos Sindicatos da Alimentação, Metalúrgicos e Vestuário de Maringá atende sindicalizados da cidade e região em diversas áreas da saúde. Está localizado na Rua Getúlio Vargas, 635. Telefone para agendamentos: (44) 3045-5005. Atendimentos das 8h00 às 21h00.

MÉDICOS:
Clínico geral:
Dr. Alexandre Henrique Gardim
Dr. Henrique P. Martins
Drª. Vanessa Rasmussen
Endocrinologia:
Drª. Vanessa Rasmussen
Fisioterapia e Neurologia:
Drª. Daniela C. Tamiozo
Ginecologia:
Dr. Waldomiro A. Pragiante.
Nutricionista:
Drª. Cinthia Nara Martins
Psicologia:
Drª. Lucy L. de Toledo

DENTISTAS:
Drª. Bruna de Lima Piccinin (Prótese, Clínico Geral e Ortodontia).
Dr. Edwagner Guimarães (Cirurgião Dentista e Endodontia).
Drª. Regina P. Rodrigues (Protése).

Médicos e Clínicas conveniados:
Clínica Equilíbrio - Telefone: (44) 3423-1291
Dermatologia:
Dr. Antonio Carlos Vieira Júnior - Telefone: (44) 3045-6421
Farmácia de manipulação:
Artesani - Telefone: (44) 3422-1904
Fonoaudiologia:

Drª. Luciana C. Zepone - Telefone: (44) 3045-1588
Ginecologia:
Dr. Shigueru Sonehara - Telefone: (44) 3423-5522
Hospital São Paulo Center Medic - Telefone: (44) 3423-8384
Laboratório de Análises Clínicas:
Lab. Oswaldo Cruz - Telefone: (44) 3423-5656
Lab. Pasteur - Telefone: (44) 3423-2323
Lab. São José - Telefone: (44) 3423-5256
Neuropediatria:
Dr. Esmeraldo R. Filho - Telefone: (44) 3422-8470
Oftalmologia:
Dr. Yoji Nagaoka - Telefone: (44) 3252-4314 (Nova Esperança)
Ortopedia e Traumatologia:
Dr. Eduardo R. P. Cerveira - Telefone: (44) 3045-1002
Dr. Luiz I. Patroni - Telefone: (44) 3252-4913 (Nova Esperança)

Pediatria:
Dr. Tamio Okimoto - Telefone: (44) 3423-5522
Drª. Carolina M. Fernandes - Telefone: (44) 3423-2829
Psicologia:
Clini Arte - Drª. Thais Silveira Olivério - Telefone: (44) 3423-88-77
Raio-X e Tomografia:

Clínica Rad. de Paranavaí - Telefones: (44) 3424-5700 / 3423-2024
Raio-X Odontológico:
Photograph - Telefone: (44) 3423-6912
RAD Imagem Digital - Telefone: (44) 3045-3069
Ultrassom:
Drª. Caroline Krichenko - Telefone: (44) 3423-0101
Clínica Rad. de Paranavaí - Telefone: (44) 3423-2024
DIGIMEDIC - Telefone: (44) 3423-0101
Urologia:
Dr. Darcy Spegorin Jr. - Telefone: (44) 3252-4913 (Nova Esperança)
Vacinas - GEO Vacinas (Responsável: Izabel). Telefone: (44) 3045-2155

Academias:
Academia Equilíbrio
Telefonia: (44) 3423-1291
Academia MG
Telefones: (44) 3423-5900 / 3045-3900

Óticas:
Ótica Eska - Telefone: (44) 3252-4399 (Nova Esperança)
Ótica Branco Jóias - Telefone: (44) 3045-5044
Salão de Beleza:
Mega Style
Telefone: (44) 3422-8519



Comunidade Apoio à Vida atende sindicalizados de Maringá e região

A Comunidade Apoio à Vida está situada na Rua Néo Alves Martins, 3190 e presta atendimentos gratuitos em Cardiologia, Gastroenterologia, Ginecologia, Ortopedia, Pediatria, Psicologia, Urologia e Clínica Geral. Vale ressaltar que as consultas são realizadas com hora marcada. É indispensável à apresentação do carteirinho do sindicalizado e um documento do paciente. Telefone para agendamentos: (44) 3224-0108.

CONSULTAS GRATUITAS:

Cardiologia:
Dr. André Luiz Borges Trotta
Dr. Roberto Plépis

Clínica geral:
Dr. Darcy Spegorin Júnior
Dr. Elias Mansur Guerios Costa
Drª. Luana das Graças de Oliveira

Gastroenterologia:
Dr. Ricardo Plépis Filho

Ginecologia:
Drª. Francyne M. Silva Vieira
Drª. Jovita Maria Matarezi
Drª. Pamela Cristina A. Odebrecht

Ortopedia:
Dr. Amélio Neto
Dr. Benjamim R. Monteiro

Pediatria:
Dr. Dagmar R. Sotier
Dr. Paulo Soni

Urologia:
Dr. Darcy Spegorin Júnior

CONSULTAS COBRADAS:
Dermatologia:
Drª. Deise Nakazoka
Dr. Felipe Galvão de Abreu Corso
Drª. Patrícia Botini de Oliveira

Endocrinologia:
Dr. Marcio Renato Moraes Caniver

Geriatría:
Dr. Gustavo Afonso Teixeira Santos

Nutricionista:
Drª. Célia Cristina B. Vidotti
Drª. Cinthia de Carlo

Oftalmologia:
Dr. Augusto Tomimatsu Shimauti
Dr. Denílson Mucke
Dr. Marcelo Shindy Iwamoto
Dr. Vagner A. Morimitsu

Otorrino:
Dr. Carlos Eduardo Borghesan

Psicologia:
Drª. Elizandra Mello Zanin

Psiquiatria:
Drª. Soraya Pistori

Prevenção de câncer de útero:
Realizado pelos ginecologistas nos horários das consultas.
Avóris:
O paciente que não comparecer no dia da consulta e deixar de avisar à Comunidade Apoio à Vida com 6 horas de antecedência só poderá fazer um novo agendamento depois de decorridos 30 dias a partir daquela data.

DENTISTAS:

Tratamento odontológico pode ser feito a partir de seis meses de registro na empresa. Os especialistas atendem na Comunidade com hora marcada.
Cirurgião dentista:
Drª. Carolina Gerales Sestito
Dr. Eduardo Macedo de Camargo
Dr. Gustavo Chab Pistelli
Drª. Ana Paula Paganelli
Drª. Bessie do Rocio Santos
Drª. Celina Mizote
Drª. Denise Ropelato Sampaio
Drª. Fernanda Dayane Bariano
Drª. Jucielly Lino Álvares
Drª. Patrícia Saram Progiante
Drª. Riquely de Freitas Contessoto

Endodontia:
Dr. Marcelo Soni
Drª. Fátima Aparecida R. Sotier
Drª. Ricely de Freitas Contessoto

Estética:
Drª. Ana Paula Paganelli
Drª. Fernanda Dayane Bariano
Drª. Flávia Macedo de Camargo
Drª. Riquely de Freitas Contessoto

Implantodontia:
Dr. Eduardo Vidor Vieira

Odontopediatria:
Drª. Daniela Gasparini
Drª. Raquel Forlan Gentini

Ortodontia:
Dr. Alcides Vidor Vieira
Dr. Daniel Sanches Fabri Júnior
Dr. Estevão V. P. Soares
Drª. Daniela Gasparini

Prótese Dentária:
Dr. Paulo Yokoyama
Drª. Ludmila Priscilla Manetti

Periodontia:
Dr. Paulo Yokoyama
Drª. Taiza Zabotto

Márium T. Pereira*

Há mais de dois mil anos, Sócrates (470-399 a.C.) se preocupava com questões éticas em sua terra natal, Atenas, em uma época de grande agitação política. Depois dele vieram inúmeros outros filósofos, professores, religiosos, cientistas, artistas, políticos, entre outros, com as mesmas dúvidas, as mesmas preocupações, as mesmas limitações, as mesmas imperfeições...

A palavra ética deriva da palavra grega 'ethos', que significa caráter ou o modo de ser de uma pessoa. Portanto, a ética é um ramo da filosofia que examina os valores humanos e tenta

responder questões sobre como nós devemos viver e agir em sociedade. Seu foco está nas questões de conduta humana, como dever, responsabilidade, bem e mal, certo e errado. Mas como saber o que é certo ou errado? Como saber se estamos praticando o bem ou o mal? Para tentar responder a essas questões, apoiados nas construções de ética de cada país, os legisladores elaboram leis que nos conduzem, teoricamente, às práticas certas e do bem.

Mas mesmo assim, e infelizmente, depois de tanto tempo, temos muita dificuldade em fazer o que é o certo e o bem. Assistimos, boquiabertos, aos escândalos em várias instituições públicas, onde nossos representantes ignoram a lei

e a ética, promovendo assédio moral, trocas de favores, promessas vazias, propostas ilegais, discursos que não condizem com as práticas e toda espécie de barbaridade na conduta moral. Isso sem falar da disputa do poder pelo poder, ou seja, para satisfação de um ego e um orgulho que são maiores do que todas as leis juntas. Para esses, devemos tentar agir como nos ensinou o filósofo contemporâneo Gilles Deleuze (1925-1975) que dizia: "Não acredito naqueles que dizem 'faça isso'; acredito naqueles que dizem 'faça comigo', enfim".

Se todos apenas obedecêssemos às leis, já teríamos uma convivência mais harmoniosa e pacífica. No trânsito teríamos menos mortes se respeitássemos os sinais do semáforo, os

limites de velocidade e o uso do cinto de segurança, por exemplo. Mas ainda existem pais que desrespeitam a lei e transportam crianças menores de 12 anos no banco da frente do carro ou transportam crianças menores de sete anos em garupas de moto. Também existem cidadãos que tentam burlar as leis civis para pagar menos pensão alimentícia para seus filhos e patrões que não registram seus empregados, não dão condições mínimas de trabalho ou poluem o meio ambiente. Além de ilegal, isso tudo é imoral e antiético.

Existem, entretanto, aqueles que não conseguem fazer o bem e o certo, a psicologia explica esses casos. Algumas pessoas não aprenderam os valores morais com as famílias e

*** Professora Doutora Márium T. Pereira publicado no jornal Tribuna Hoje (Umuarama), em 6/5/2015, pág. 2**

"SOZINHOS SOMOS FRACOS. JUNTOS SEREMOS FORTES NA CAUSA QUE ABRAÇAMOS".

A iniciativa da Diretoria do Stiam de sindicalizar também nas empresas vem obtendo o maior sucesso. O nosso trabalho tem recebido total apoio dos empresários. Isso é gratificante. Em relação aos trabalhadores, a receptividade continua sendo a melhor possível. Existe um clima mútuo de respeito e confiança. Muitas dúvidas são sanadas na hora. Por isso, o trabalhador fica satisfeito. Sem contar com a vantagem de receber a carteira de associado no próprio serviço. Vamos continuar com a campanha por tempo indeterminado. O trabalhador merece esse empenho, respeito e consideração. O Sindicato da Alimentação saúda os novos filiados. Sejam bem-vindos. Com o apoio e força de todos os companheiros conquistaremos nossos objetivos.

ABATEDOURO COROAVES LTDA
Ana Cláudia de Souza
Claudete Cruz Pereira
Daiane Aparecida Santana
Daniel Rodrigues Souza
Edna Aparecida Constantino
Hugo Cesar de Oliveira Preto
João Pereira dos Santos
Johnny Gonçalves
Josefa Dantas de Freitas
Luan Almeida Carvalho
Luciana Gonçalves Teixeira
Márcia F. da Silva de Souza
Margarete Cesar
Maria Aparecida da Costa
Roberto Ferreira
Maria Aparecida G. da Silva
Maria Luiza Jacomini
Michele Ricardo Silva
Natália Castelan J. da Silva
Pedro Henrique Silva Stravati
Rita de Cássia da Silva
Selma Aparecida Ferreira
Selma Nunes Silva
Silvana da Costa Roberto
Silvia Sá de Azevedo
Sirley Marcolino da Silva
Sônia Rita Sales
Tássia Duarte Santos
Valdir Vilas Boas Simões
Wilson Cavemaghi Marcolino

CHEF FOODS IND. E COM. DE PROD. ALIM.
Guilherme Pereira da Silva

DUTRIGO ALIMENTOS LTDA
Maria Fernanda de A. Vendrametto
Rafael Aparecido da Silva

FRANGOS CANÇÃO
Fernanda Ramos Freitas
Olinda Monteiro da Silva
Sandro Arcanjo da Silva

FRIGORÍFICO JR LTDA
Daniel Souza da Silva

GENERAL MILLS RASIL A. LTDA
Lucia Maria Jasper

IND. DE MASSAS SÃO GABRIEL LTDA
Amélie Dorcente
Peterson Louis
Watsony Facile

NIPORICE – COM. E BENEFÍCIO DE ARROZ
Fernando Alves da Silva

PALMALI INDL. DE ALIMENTOS LTDA
Eva Aparecida dos Santos
Magda Cristina Ferreira
Thiago Vinicius F. dos Santos
Valdeci Menezes Soares

PANIFICADORA E CONFEIT. MASSA PURA
Érica da Silva Sales

REGINALDO PÃES
Lúcia Luiza do Nascimento

VILLEMANN IND. DE PROD. ALIM. LTDA
Eduardo Correa de Faria
Gustavo Henrique Ferreira
Nargila Bertolino Medori

TOTAL: 64 NOVOS SÓCIOS

Gonçalves e Nielsen
Advogados Associados
Cível
Militar
Família
Sindical
Trabalhista
Acidentário
Previdenciário
Administrativo

João Galvão Gomes Gonçalves
OAB/PR 9.228

Juliano Nardon Nielsen
OAB/PR 39.750

Edson Nielsen
OAB/PR 8.167

Av. Brasil, nº 3.390, Galeria Mário Reis, 1º Andar
Centro, Cep: 87.013-000, Maringá - PR
Fone/Fax: (44) 3223-0969
E-mail: advocaciagn@hotmail.com

INTEGRAÇÃO
COM OS MAIS DIVERSOS SISTEMAS DE GESTÃO (ERP) DO MERCADO

Software para equipe de vendas

O Vsell trabalha integrado com os principais Softwares de Gestão (ERP), Benner, TOTVS, LINX, Senior, SAP, Microsiga, DataSul dentre outros.

Vsell

Gôndolas Berto
Instalações comerciais

GÔNDOLAS, CHECK-OUT, ESTANTES e ARMÁRIOS DE AÇO

bortorepres@wnet.com.br
www.gondolalberto.com.br

TEL (44) 3226-7108 | CEL 9919-9077

Notas

CURSO OPERADOR CALDEIRA

A Consultoria Industrial Maringá em parceria com a Casa da Caldeira e EIT Caldeiraria realizam o curso de Operador de Caldeira no período de 6 de junho a 11 de julho. As aulas serão somente aos sábados, em Maringá, dias 6, 13, 20, 27/junho e 4 e 11/julho. Início às 8h30min e término às 17h30min com intervalo para o almoço entre o meio-dia e às 13h. A inscrição e o pagamento podem ser feitos na Rua Santos Dumont, 3472 – Sala 403, Edifício Centro Empr. Bandeirantes, Zona 1 Maringá/PR ou por e-mail: cim@wnet.com ou por telefone (44) 3262-8304 Karol ou Cris. Requisitos: ensino fundamental; 1º Grau Completo (8ª Série); apresentar histórico escolar para emissão do certificado. Serão aceitos no curso, alunos sem a escolaridade mínima exigida, porém só receberão declaração de participação como ouvintes, sem reconhecimento perante o Ministério do Trabalho.

ANIVERSARIANTES

Junho e Julho
Diretoria do Stiam:
03/06 – 2º Tesoureiro, Rubens Leme
25/07 – Conselho fiscal-efetivo, João Luiz de Lima
28/07 – Conselho fiscal-efetivo, Alípio Elias da Silva

FUNCIONÁRIA DO STIAM:

Julho
11/07 – secretária da subsele de Paranaíba, Franciele Toma
Que todos os seus sonhos sejam realizados e todos os seus desejos alcançados. Feliz Aniversário!

VACINA CONTRA GRIPE

Para quem é associado do Stiam e quiser ainda tomar a vacina contra a gripe o valor é de R\$ 48,00 (Trivalente) e de R\$ 60,00 (Tetrivalente). Favor procurar o CENTROVAC, situado na Rua Gov. Parigot de Souza, 31. Telefone: 44 3025-6393.

Alma de Borboleta

Railda Masson Cardozo*

Chuva lembra-me o aconchego e remonta as reminiscências, daqueles míseros momentos, vividos em êxtase com você. Num ímpeto fecho a janela, tento não ouvir os blocos de chuva que gritam ao explodir na estrada bifurcada. Em motim, as gotas choram, escorrendo pelas paredes, esvaindo em dor mórbida, tilintando dor de saudades. Dentro de mim, há apenas alma de borboleta batendo, tentando quebrar as amarras, feito o beija-flor na vidraça...



*Railda Masson Cardozo Poetisa, Membro da Academia de Letras de Maringá e diretora da Academia de Línguas Cidade Verde

***Railda Masson Cardozo Academia de Línguas Cidade Verde Academia de Letras de Maringá Unijore- União dos Jornalistas e Escritores de Maringá Telefone: 44 98348933**

É importante ressaltar que os diretores, Rubens Leme, Elson Estevam Luiz, funcionários da empresa Spal; Nelson Cancini, da Padaria Fabiana e José Ciska G. de Oliveira, da Palmali estão à disposição dos trabalhadores nos intervalos do trabalho, prestando informações e sindicalizando, bem como o diretor Secretário Geral, Santo Batista de Aquino licenciado, prestando serviço ao Sindicato Nacional dos Aposentados e Pensionistas de Maringá e Região (Sindnap). Por outro lado, Elizandra Mello Zanin e Mariléa Trierveiler Pereira visitam regularmente as empresas também com essa finalidade.



Sindicalizado em Foco

Há 26 anos trabalhando em uma única empresa

Luiz Aparecido Lirola morou com seu pai e mais seis irmãos num sítio no município de Mandaguá/PR até 1988. Mudou-se com a família para aquela cidade quando contava com 28 anos.

Os membros da família Lirola que tinham idade e podiam trabalhar foram procurar emprego. O Luiz, então, arrumou seu primeiro serviço com carteira assinada no então Curtume Central em Maringá/PR. Trabalhou na empresa durante seis meses como ajudante geral.

Depois surgiu o segundo e atual emprego no Abatedouro Coroaves, instalado em Maringá, em 13 de fevereiro de 1989. Foi contratado também com registro em carteira para trabalhar na produção como ajudante geral.

Durante oito meses exer-



Luiz Aparecido Lirola, esposa e seus filhos

ceu com extrema dedicação e responsabilidade a função que lhe foi confiada. Logo a seguir foi promovido para operador de graxaria. Após três anos naquela função foi promovido a encarregado do mesmo setor. Permanece lá até hoje.

Luiz é casado desde o ano de 2.000 com Alaíde dos Santos Lirola e tem dois filhos. O primeiro é Carlos Eduardo Lirola, 23 anos, técnico em informática. O outro, Guilherme Aparecido Lirola é estudante do 2º Grau.

O sindicalizado ressalta que quando passou a encarregado, a empresa motivou-o a voltar a estudar. "Sentia necessidade de continuar os estudos e o incentivo da Coroaves acelerou minha volta à escola", diz. Portanto, depois dos 30 anos de idade completou o 2º Grau em dois anos, em Mandaguá. "Foi tão fácil concluir aquela etapa que pensei em até cursar a faculdade de Administração". "Não consegui por falta de tempo e por ter uma família para sustentar", diz Lirola. Apesar desse sonho não se concretizar até hoje, garante que os estudos melhoraram a sua vida em geral. O Stiam continua, entre outros notáveis benefícios, a colaborar com os estudos do seu filho Guilherme. "Só tenho a agradecer pela iniciativa".

Dra. Fernanda D. Bariano*

Manter um sorriso saudável e harmonioso é uma boa maneira de você ficar bem consigo mesmo. Uma boca bem cuidada reflete na saúde de todo o corpo. É isso que a odontologia preventiva busca em seus pacientes.

Muitas pessoas evitam ir ao dentista por não darem importância ao tratamento dentário; mero desinteresse, outros, devido ao alto custo envolvido ou até medo. Seja qual for a sua situação vamos entender a importância da odontologia

preventiva e compreender o que os dentistas estão tentando prevenir.

Um fator chave na prevenção da dor de dentes e da perda deles tem sido a odontologia preventiva, que dá ênfase a orientação de pacientes e a realização de check-ups regulares. Com sua cooperação, durante a consulta de controle, além de detectar cáries é possível que o seu dentista avalie a saúde de sua gengiva, realize exame de cabeça e pescoço (para detectar qualquer anomalia) examine sua boca anti qualquer suspeita de câncer oral, diabete ou deficiência de vitaminas. Também é muito comum o profissional

examinar a mordida, saliva, movimento das articulações dos maxilares e solicitar exames complementares como radiografias, biópsia e até mesmo exames médicos.

A fim de obter o máximo benefício de cada consulta dental, assegure-se de manter todas as informações sobre a sua saúde oral e geral. É muito importante que o seu dentista conheça quaisquer sintomas anormais relacionada à boca: sensibilidade, dores faciais, mastigação, deglutição, sangramento, deslocamento mandibular, presença de lesões e cáries caso suspeitar.

A detecção precoce de cada

novo sintoma bucal leva ao tratamento precoce evitando maiores conseqüências, além disso, é extremamente importante informar qualquer condição diferente que tenha ocorrido desde a última consulta como a gravidez, quimioterapia e doenças infecciosas nos últimos três meses.

Os dentistas se dedicam a aliviar a dor e não causá-la. Ir ao dentista hoje não é mais traumático quanto na época de nossos avós. Sabemos que ter dentes saudáveis contribui para a saúde de um modo geral e de uma vida mais feliz. Portanto, faça uma visita ao dentista e você pode ter uma



agradável surpresa. Agende sua consulta!

***Dra. Fernanda D. Bariano
Com. Apoio à Vida**

MANIFESTO DA FEAPAR CONTRA A TERCEIRIZAÇÃO DO TRABALHO

O presidente do Stiam, Rivail Assunção da Silveira, o tesoureiro, Roberto Pino de Jesus, o 2º secretário, Shuzo Toma e o diretor, Alípio Elias da Silva participaram da reunião da diretoria e do conselho de representantes da Feapar entre os dias 11 e 12 de junho em Foz do Iguaçu.

Na ocasião, foi debatido sobre prestação de contas, previsão orçamentária para 2016 e a terceirização do trabalho, culminando com a Carta de Foz.



CARTA DE FOZ DO IGUAÇU

A executiva da FEAPAR – Federação dos Empregados em Indústria de Alimentação do Estado do Paraná e os sindicatos filiados na qualidade de representantes dos trabalhadores nas indústrias de alimentação do Estado do Paraná, participantes do encontro institucional ocorrido em Foz do Iguaçu nos dias 11 e 12 de junho de 2015, debateram e aprovaram a “Carta de Foz do Iguaçu”, a saber:

- 1) Considerando a recente aprovação na Câmara dos Deputados do PL n.º 4.330, que legaliza o trabalho terceirizado.
- 2) Considerando a necessidade de defesa da classe trabalhadora e os prejuízos que a terceirização ocasionará aos trabalhadores.
- 3) Considerando que a terceirização na forma proposta provocará gravíssima lesão aos direitos sociais, trabalhistas e previdenciários, conquistados em décadas de lutas.
- 4) Considerando que o projeto na forma proposta provocará

redução drástica nos salários, em razão de o trabalhador terceirizado já receber salário significativamente menor e sem as demais vantagens convencionais ou legais dos empregados contratados diretamente pelo tomador dos serviços.

5) Considerando que o referido projeto irá contra a luta pela redução na jornada de trabalho para 40 horas semanais.

6) Considerando que a terceirização implicará necessariamente maior rotatividade dos postos de trabalho, com consequente aumento no nú-

mero de acidentes e mortes no trabalho em razão da ausência de segurança e treinamento adequados.

7) Considerando que a terceirização representa a perda de direitos única e exclusivamente aos trabalhadores, pois implica diretamente na redução da remuneração e na abdicção de direitos.

A FEAPAR e os sindicatos filiados, signatários desta Carta, RESOLVEM expor que a terceirização implicará na precarização do trabalho, contrariando os interesses dos trabalhadores,

e, por consequência, os princípios basilares destas entidades de classe; ainda, os signatários desta carta solicitam a todas as entidades, inclusive a classe política e demais formadores de opinião, a tomada de providências para que:

- a) Se posicionem contrariamente ao Projeto de Lei n.º 4330 cujo objetivo é legalizar a terceirização indistinta em todos os postos de trabalho existentes, uma vez que não representa o anseio dos trabalhadores representados por essa categoria.
- b) Proponham ao Congresso Nacional, Senado Federal e à presidente Dilma Rousseff a ação necessária para que os anseios da classe trabalhadora sejam atendidos, prestigiando o Direito Constitucional vigente e afastando do ordenamento jurídico brasileiro a legalização da terceirização como proposta no PL n.º 4330.

Cuidados com a saúde no clima frio



FOTO: DRA. LARISSA T. PEREIRA

Dra. Denise M. de Campos*

Outono e inverno, para muitos é tempo de elegância, onde as pessoas se vestem bem, onde o clima convida ao aconchego de uma boa xícara de bebidas quentes.

Mas para outros, é um período de grande desajuste na saúde. Tempo de alergias, rinites, resfriados. Época de maior número de eventos circulatórios também.

O período mais frio do ano, também é muito seco. Então devemos redobrar os cuidados com nossa hidratação, principalmente com as crianças e idosos.

A ventilação é outro aspecto bastante importante. Nessa estação, temos a tendência em deixar nossas casas e escritórios quase sempre fechados. Temos de arejar os ambientes para purificar o ar. Isso não significa ficar expostos ao vento, garoa ou frio.

Mesmos que nossas roupas mais

quentes estejam limpas e lavadas desde o ano passado, é necessário lavá-las de novo, porque ocorre acúmulo de poeiras, ácaros e outros agentes que não enxergamos a olho nu.

Você sabia que pelo nosso pescoço passam por minuto 25% de todo nosso sangue? E a exposição a um clima muito frio pode baixar muito nossa temperatura corporal interna? Então... cachecol no pescoço. Proteja essa área para manter bem o calor interno. Vale também para as extremidades, mãos e pés que têm de estar bem aquecidos. Devemos evitar que o nosso corpo

***Dra. Denise M. de Campos
Especialista em
Cardiologia. Membro da
Sociedade Brasileira de
Cardiologia
Docente do curso
de Medicina
da Unicesumar
Espec. em Acupuntura**



FOTO: DRA. LARISSA T. PEREIRA

Alimentos saudáveis que vão aquecer o seu inverno

Luana T. Pereira

Você é uma dessas pessoas que quando chega o inverno já começa a se preocupar com os quilos extras que podem aparecer, ou com aquela gripe e resfriado que não a deixarão sair de casa? Saiba que boa parte desses problemas está na sua alimentação.

Com o frio chegando, nosso corpo necessita de mais energia para manter a temperatura corporal normal (por volta dos 37°C). Como gasta muita energia para manter essa temperatura, o corpo vai precisar repor, “pedindo” grande quantidade de energia que vem através dos alimentos. Os alimentos que mais vão contribuir nessa repo-



sição é o grupo dos carboidratos (pães, massas, arroz, bolo, doces, entre outros). Por isso, o desejo incontrolável de ingerir esses alimentos no inverno.

Uma das soluções é abusar dos alimentos menos calóricos e de preferência os mais quentes, como é o caso dos chás. Além de evitar a desidratação, os diferentes tipos de chás, ricos em antioxidantes, são ótimos na prevenção de diabetes, diminuem o risco de doenças cardiovasculares, melhoram o metabolismo lipídico, purificam o organismo (eliminando as toxinas), dão o poder de saciedade e são ótimos estimulantes do bem-estar geral. Previnem também o ressecamento do nariz e garganta, e favorecem o amolecimento do muco. Veja na tabela abaixo as propriedades de alguns chás.

CHÁ PROPRIEDADES

- ALECRIM** - Efeito estimulante. Indicado também para o controle de tosse e febre
- BOLDO** - Indicado para o tratamento de doenças hepáticas e gastrointestinais
- CAMOMILA** - Efeito antiinflamatório e analgésico. É relaxante, calmante e alivia a insônia
- GENGIBRE** - Combate rouquidão e demais inflamações do trato respiratório. É antiinflamatório, antibactericida e alivia dores musculares, de cabeça e cólicas menstruais. Ajuda no controle de náuseas e enjoos de gestantes.
- HORTELÃ** - Reduz gases e cólicas. Propriedades antissépticas e calmante
- SÁLVIA** - Efeito antiinflamatório. Indicado em casos de bronquite, faringite e gripe

SOPAS

As sopas são outras preparações típicas do inverno. Para representar uma refeição balanceada, substituindo um almoço ou jantar, precisam conter legumes (chuchu, cenoura), verduras (couve, almeirão), proteína animal (carne ou frango), leguminosa (feijão ou ervilha), pequena porção de carboidrato (arroz, macarrão ou batata) e temperos naturais. Além do seu alto valor nutritivo, apresentam grande quantidade de água, favorecendo a hidratação do organismo. Para garantir as vitaminas e minerais nesta estação fria do ano, fortalecendo o sistema imunológico do nosso organismo, precisamos ingerir todos os dias muitas frutas, verduras e legumes, os quais também contêm grande quantidade de fibras (melhoram nosso hábito intestinal e previnem a obesidade).

Aproveite, pois, o friozinho para se aquecer e deliciar de forma saudável os alimentos, como o chá no meio da tarde ou uma canja no jantar, beneficiando sua saúde e controlando a ingestão de alimentos muito gordurosos.

CENTROS DE ATENDIMENTOS DE SAÚDE DO STIAM:

COMUNIDADE APOIO À VIDA - MARINGÁ - PR
RUA NEO ALVES MARTINS, 3190 - CEP - 87013-060 - TEL (44) 3224-0108
* COORD. ADMIN. AMBULATORIAL: SEBASTIANA RODRIGUES BENINI

Centro de Atendimento aos Trabalhadores - LOANDA - PR
RUA EUGÊNIO MELLA, 503 - CEP - 87900-000 - TEL (44) 3425-1499
* COORDENADOR: JONATHAN DE FREITAS

Centro de Atendimento aos Trabalhadores - PARANAÍ - PR
RUA GETÚLIO VARGAS, 635 - CEP - 87709-000 - TEL (44) 3045-5005
* COORDENADORA: Terezinha Aparecida Antunes dos Santos