

NA WEB  
APONTE A CÂMERA DO  
CELULAR PARA LER MAIS  
NOTÍCIAS SOBRE SAÚDE

FIQUE DE OLHO!

# Tem que lavar a garrafa

## Falta de limpeza do recipiente térmico de água pode causar doenças

► Beber água é fundamental para a saúde, ainda mais nesta época de calorão. Para ter o líquido sempre à mão e geladinho, muita gente recorre a garrafas térmicas. O problema é que nem sempre é feita uma limpeza adequada desses recipientes, o que pode causar doenças.

Garrafas térmicas que não são lavadas ou são mal lavadas podem desenvolver mofo, cheirar mal e fazer com que o conteúdo fique com sabor estranho. O resultado

dessa falta de higienização é a possibilidade de contrair doenças, como aconteceu com a americana Kae Smith, que teve bronquite por não lavar seu recipiente de água, segundo reportagem do jornal colombiano El Tiempo.

Kae sofreu episódios recorrentes da doença por vários meses, culminando em inflamação do revestimento dos brônquios. Ela contou sua história no TikTok e mostrou o que encontrou quando abriu sua garrafa

térmica de água para limpá-la completamente: mofo cobrindo o bocal de silicone.

— Tive resfriado leve, mas não foi embora. Fui ao pronto-socorro por causa da bronquite. Recebi inalador e algumas pílulas. Tive urticária como resultado das pílulas. Não

aguento mais. A bronquite levou mais tempo do que deveria para desaparecer. Isso melhorou depois de três semanas, mas eu tive uma infecção sinusal — relatou a americana.

Além de lavar bem as garrafas, é preciso ter atenção na hora de enxugá-las. Se não forem secas adequadamente, esses recipientes são propensos à formação de mofo. Isso ocorre porque a umidade residual pode se acumular, criando um ambiente ideal para o crescimento desse tipo de fungo.

— Os esporos de mofo, que são onipresentes no meio ambiente, podem se depositar em superfícies úmidas e começar a crescer. Além disso, se a água dentro da garrafa não for substituída regularmente, a matéria orgânica da saliva ou de outros contaminantes pode fornecer nutrientes para o mofo prosperar — explicou o professor Benjamin Turner, do Departamento de Biologia da Universidade do Alabama em Birmingham, nos EUA, à reportagem do El Tiempo. ▶

## Alternativa natural ao Ozempic em estudo

► Cientistas podem ter identificado uma maneira de regular naturalmente os níveis de açúcar no sangue e o desejo por açúcar de maneira semelhante à ação de medicamentos como o Ozempic. Segundo um estudo, em ratos e humanos, a chave para desbloquear esse processo natural é um micróbio intestinal e os seus metabólitos — os compostos produzidos durante a digestão.

Pesquisadores chineses descobriram que aumentar a quantidade deste micróbio intestinal em ratos diabéticos pode “orquestrar a secreção do peptídeo-1 semelhante ao glucagon”, conhecido como GLP-1. Medicamentos como a semaglutida, princípio ativo do Ozempic, imitam a ação do

GLP-1 no organismo.

Este hormônio produzido naturalmente pelo corpo ajuda a regular os níveis de açúcar no sangue e a sensação de saciedade. Sua liberação é estimulada por certos alimentos e micróbios intestinais.

Pessoas com diabetes tipo 2 geralmente apresentam função prejudicada do GLP-1, levando a problemas de controle do açúcar no sangue, razão pela qual o Ozempic funciona como tratamento. ▶

### VEJA COMO FAZER A HIGIENIZAÇÃO CORRETA

- DETERGENTE**  
Use água quente e detergente para limpar completamente os copos e garrafas de água.
- ESFREGANDO TUDO**  
Esfregue todas as superfícies, incluindo o interior, o exterior e as fendas onde o mofo e as bactérias possam se esconder.
- TIRANDO O SABÃO**  
Enxágue bem com água limpa para remover qualquer resíduo de sabão.
- SEM BACTÉRIAS E MOFO**  
Desinfete a garrafa térmica

- com uma solução de alvejante ou desinfetante comercial projetado especificamente para superfícies de contato com alimentos para remover quaisquer bactérias ou esporos de mofo restantes.
- BEM SECA**  
Deixe a garrafa secar completamente ao ar antes do próximo uso.
- FICA A DICA**  
Todas essas orientações em relação à limpeza das garrafas térmicas são indicadas para evitar o crescimento de bactérias e mofo.



**Concessão de licença**

POSTO CALIFORNIA RIO DAS OSTRAS LTDA, inscrito sob o nº CNPJ: 25.022.480/0001-12 torna público que recebeu da Secretaria Municipal de Meio Ambiente, Agricultura e Pesca - SEMAP, através do processo nº 24341/2021, a **AVB 000.078**, emitida em 15/01/2025 válida até 31/01/2029 incluindo atividade de abastecimento de GNV para continuidade da LO nº RO-0283, situado à Estrada Professor Leandro Faria Sarzedas, s/n – Lote 01 – Quadra 01- Loteamento Atlântica – Rio das Ostras – RJ, CEP: 28.895-640.

**COMITÊ DA BACIA HIDROGRÁFICA LAGOS SÃO JOÃO**

**Extrato do Edital do CBH Lagos São João – Regulamento do Processo Eleitoral - Biênio 2025-2027.** O Comitê de Bacia Hidrográfica Lagos São João - CBH Lagos São João, instituído pelo Decreto Estadual nº 36.722/04, de 08 de dezembro de 2004, e conforme deliberação da Reunião Extraordinária de Plenário realizada no dia 21 de janeiro de 2025, torna público o processo eleitoral para a renovação do Plenário e da Diretoria Colegiada para o mandato ordinário a ser exercido no período de 28 de março de 2025 a 28 de março de 2027. O Edital está disponível no site: <https://chhlagossaojoao.org.br>. Maiores informações pelo e-mail: [contato@chhlagossaojoao.org.br](mailto:contato@chhlagossaojoao.org.br)

São Pedro da Aldeia-RJ, 21 de janeiro de 2025.  
EDUARDO GOMES PIMENTA  
Diretor Presidente

**CONDOMÍNIO DO EDIFÍCIO RODOLPHO DE PAOLI**  
CNPJ Nº 28.715.126/0001-61

**EDITAL DE CONVOCAÇÃO - ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA**

O Administrador do Edifício Rodolpho De Paoli, de acordo com o previsto na Convenção do Condomínio, convoca os Senhores Condôminos para a Assembleia Geral Ordinária a ser realizada no dia 31 de janeiro de 2025, no Centro de Reuniões Rodolpho De Paoli no 1º. Entrepiso do prédio às 14:30 horas em 1ª. Convocação, ou às 15:00 horas em 2ª, e última convocação, com qualquer número de Condôminos presentes, com a finalidade de tratar dos seguintes assuntos: 1 - Exame, discussão e votação das contas do exercício anterior com Parecer do Conselho Fiscal; 2 – Eleição do conselho fiscal e do administrador; 3 - Exame, discussão e votação do orçamento para o exercício de 2025, com a proposta do Administrador de redução da cota condominial 4 - Assuntos Gerais. As pessoas que comparecerem na qualidade de representantes de Condôminos, deverão apresentar procurações até três dias antes da realização da Assembleia (cláusula Nona da Convenção) com firma reconhecida, conforme exigência do Código Civil Art. 654 Parágrafo 2º. Orientamos os Senhores Condôminos ou seus representantes, que não poderão tomar parte nas deliberações da Assembleia, aqueles que estiverem em atraso com o pagamento das Cotas Condominiais, ou de multas que lhes tenham sido aplicadas, de acordo com o disposto na Cláusula Décima da Convenção do Condomínio. Rio de Janeiro, 17 de janeiro de 2025. Marcelo Antonio Costa Pinheiro - Administrador.

**ESTADO DO RIO DE JANEIRO**  
**PREFEITURA MUNICIPAL DE MACAÉ**  
**COORDENADORIA GERAL DE LICITAÇÕES**  
**AVISO DE ADIAMENTO SINE DIE**  
**CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA Nº 014/2024 - UASG 985847**

O Agente de Contratação do Município de Macaé-RJ torna público o aviso de adiamento "SINE DIE" da sessão da Concorrência Eletrônica nº 014/2024, conforme solicitado pela Secretaria Municipal de Ambiente e Sustentabilidade, por meio do Ofício Digital nº 50/2025.

Macaé-RJ, 21 de janeiro de 2025.  
**Lucas Mariano Vieira**  
Agente de Contratação

**RECALL:** A VERRI Inspeção Veicular, situada na rua Cardoso de Castro 25, Anchieta – Rio de Janeiro, CNPJ 28.870.109/0001-07, comunica que, por meio de uma análise processual, foram constatadas as seguintes falhas:

**RAZÃO TÉCNICA:** Falhas identificadas na análise de processos nas filmagens e nas fotos.

**FALHAS:** Ocorreram falhas técnicas tais como não realização da inspeção do veículo quando parado no fosso, lâmpada de freio inoperante, certificação de componentes (linha de alta e baixa), fixação de linha de alta e baixa, involucrio rasgado, berço da cinto com fixação irregular, vazamento de óleo, lâmpada de freio, dentre outras irregularidades.

**RISCOS ENVOLVIDOS:** As falhas podem impactar na segurança veicular causando riscos de acidentes graves ao condutor e demais pessoas envolvidas no trânsito, bem como problemas nas fiscalizações de rotina exercidas pelos agentes de trânsito.

Solicitamos aos proprietários e/ou condutores dos veículos abaixo relacionados pela placa, que compareçam ao nosso organismo, a fim de realizar uma nova inspeção de segurança veicular, ou em caso de dúvidas, entre em contato com o Engenheiro Responsável para maiores informações. A sua reinspeção não terá custos, será realizada GRATUITAMENTE. Fernando Nobre Macedo - Responsável Técnico Contato: 21 98273-7450

KWW-7014; KVVJ13; LBO6C59; LKL6776; KOZ3154; LIC1216; PKD9F39; KYJ6E53; KQ07744; KPL6969; LUP4637; RFF4J94; GFS9E98; OQR9233; GDS0A15; KPR5J17; KXB4A63; LP11046; LTM5180; KP4UC53; KYJ8E53; LU04D18; KVR6E06; KPM6J93; LBN6624; QPC4G35; LVB3I46; KYD4241; LSA3473; QV86G03; LMI5B56; LTJ9937; LUZ4648; LOY4963; LTM5180; KQ07744; KYD4241; LTV8A61; HBZ7H36; KQB2604; KYT0859; KQP8074; PXJ0H97; LLU4A17; LSA3473; KKN9H69; LSY9D26; AQ01801; FCT6C63; KXF7129; LUP2893; KYZ7854; KU5479; LMX321; LSG6615; LLX4359; NVI7E15; IWQ5A89; LUV2B30.

**PREFEITURA MUNICIPAL DE GUAPIMIRIM**  
**AVISO DE LICITAÇÃO**  
**Proc. Adm. nº 8225/2024**  
**PREGÃO ELETRÔNICO Nº 04/2025**

**INÍCIO REC. DE PROPOSTAS:** 22/01/2025 - 00h00min.  
**INÍCIO DA DISPUTA:** 04/02/2025 – 15h00min  
**PORTAL:** <http://comprasguapimirim.com.br/>

**OBJETO:** contratação de empresa para manutenção, instalação e fornecimento de mobiliários e peças para revitalização das praças do município de Guapimirim, em atendimento às necessidades da Secretaria Municipal de Conservação e Serviços Públicos. O Edital completo para apreciação e retirada encontra-se disponível no Portal da Transparência no site [www.guapimirim.rj.gov.br](http://www.guapimirim.rj.gov.br), ou no Portal de Compras Governamentais: <https://www.gov.br/compras/pt-br/sistemas/comprasnet-siasg> - **INFORMAÇÕES:** [equipepregao.segov@duquedecaxias.rj.gov.br](mailto:equipepregao.segov@duquedecaxias.rj.gov.br)

LARISSA GARCIA  
Pregoeira Municipal

**PREFEITURA MUNICIPAL DE GUAPIMIRIM**  
**AVISO DE LICITAÇÃO**  
**Proc. Adm. nº 623/2024**  
**PREGÃO ELETRÔNICO Nº 05/2025**

**INÍCIO REC. DE PROPOSTAS:** 22/01/2025 - 00h00min.  
**INÍCIO DA DISPUTA:** 06/02/2025 – 15h00min  
**PORTAL:** <http://comprasguapimirim.com.br/>

**OBJETO:** Contratação de empresa para execução de serviços de manutenção geral preventiva e corretiva de canteiros, praças e quadras esportivas em todo território do município de Guapimirim, em atendimento às necessidades da Secretaria Municipal de Esporte e Lazer. O Edital completo para apreciação e retirada encontra-se disponível no Portal da Transparência no site [www.guapimirim.rj.gov.br](http://www.guapimirim.rj.gov.br), ou no Portal de Compras Governamentais: <https://www.gov.br/compras/pt-br/sistemas/comprasnet-siasg> - **INFORMAÇÕES:** [equipepregao.segov@duquedecaxias.rj.gov.br](mailto:equipepregao.segov@duquedecaxias.rj.gov.br)

Guapimirim/RJ, 20 de janeiro de 2025.  
**Philippe Gomes Pereira - Pregoeiro**

**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: 25/01/2025**

Horário	Endereço	Nº Deslig.
09:00 às 13:30	Avenida Feliciano Sodré - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Avenida Hedevison B Cardozo - Vila Sapê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Avenida Ney - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Avenida Ricardo S Silveira - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Avenida Vitória - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Avenida Coronel Sisson - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Avenida Duque de Caxias - Vila Hema - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Avenida José Lopes Cansado - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Ruas D, E, F, T - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Estrada Ant Rio Magé - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Praça Comandante A Peixoto - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Afrânio Martins - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Botelho de Oliveira - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Dona Vitória - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Dom Pedro II - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Ferreira de Menezes - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Francisco de Sá - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Gonçalves Dias - Parque Santa Lúcia - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Guarunum - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Helianto - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Itaipé - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua José Lopes Cansado - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Luzitania - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Marciza Amália - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Perebetu - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Ricardo Xavier Silveira - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Riviera - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Santa Terezinha - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Vitória - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 13:30	Rua Guaruma - Imbariê - Duque de Caxias	24813071
09:00 às 15:00	Ruas 1, 2, 3, 4, 5 - Nova Campinas - Santa Cruz da Serra - Duque de Caxias	24812403
09:00 às 15:00	Ruas I, J - Nova Campinas - Santa Cruz da Serra - Duque de Caxias	24812403
09:00 às 17:00	Rodovia Washington Lutz - Chácara Rio - Petrópolis - Parque Paulista	24812993
13:00 às 19:00	<b>MAGÉ</b> Avenida Santos Dumont - Piabetá - Magé	24812533
13:00 às 19:00	Estrada Campos São Fidélis - Piabetá - Magé	24812533
13:00 às 19:00	Rua Arthur R. Loivos - Piabetá - Magé	24812533
13:00 às 19:00	Rua Eudárcia Miranda Telles - Piabetá - Magé	24812533
13:00 às 19:00	Rua João Valério - Centro - Magé	24812533
13:00 às 19:00	Rua João Vicêncio - Piabetá - Magé	24812533
13:00 às 19:00	Rua P - Piabetá - Magé	24812533
13:00 às 19:00	Rua Piabetá - Piabetá - Magé	24812533
13:00 às 19:00	Rua Santa Eliza - Piabetá - Magé	24812533
13:00 às 19:00	Rua São Fidélis - Piabetá - Magé	24812533

**Estamos com você, mesmo à distância.**

**ESTADO DO RIO DE JANEIRO**  
**PREFEITURA MUNICIPAL DE NILÓPOLIS**  
**COORDENADORIA DE LICITAÇÕES E CONTRATOS**  
**ADIAMENTO SINE-DIE**

A Coordenadoria de Licitações e Contratos da Prefeitura Municipal de Nilópolis torna público para conhecimento dos interessados, O ADIAMENTO SINE DIE do PREGÃO ELETRÔNICO PARA REGISTRO DE PREÇOS Nº 01/2025; PROCESSO Nº 5.224/2024; OBJETO: Aquisição de material de expediente: higiene, limpeza, papeleria e escritório; ABERTURA: 23 de Jan 2025, às 14h. JUSTIFICATIVA: O adiamento ocorre em virtude da necessidade de alterações do Edital. Oportunamente será dada publicidade a nova data para a realização do certame. O presente aviso está disponível site <https://www.portaldecomprasnilopolis.com.br/>.

Nilópolis, 21 de janeiro de 2025.  
Ricardo da S. Miguel - Gestor de Licitações e Contratos

**ESTADO DO RIO DE JANEIRO**  
**PREFEITURA DE CASIMIRO DE ABREU**  
Secretaria Municipal de Governo

**AVISO DE LICITAÇÃO**

O Município de Casimiro de Abreu torna público aos interessados, por intermédio da Comissão de Pregão, que realizará Pregão Eletrônico nº 01/2025 (90001/2025) - FMAS, objetivando a aquisição de Materiais de Papeleria, para manutenção de serviços administrativos em geral para atender as necessidades dos Equipamentos na execução de suas atividades, projetos e programas enquadrados dentro das políticas do SUAS demandados pelo FMAS - Fundo Municipal de Assistência Social e, subsidiariamente o FMDCA - Fundo Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente, FMCA - Fundação Municipal Casimiro de Abreu e FCCA - Fundação Cultural de Casimiro de Abreu, conforme condições, quantidades e exigências estabelecidas no Edital e seus anexos, no dia 31/01/2025, às 09h30, pelo portal ComprasNet - [www.comprasnet.gov.br](http://www.comprasnet.gov.br). O Edital e seus anexos poderão ser obtidos no site: [www.comprasnet.gov.br](http://www.comprasnet.gov.br) e/ou no Portal da Prefeitura Municipal de Casimiro de Abreu <http://www.casimirodeabreu.rj.gov.br>.

Casimiro de Abreu, 17 de janeiro de 2025.  
Régis Silva Bento  
Agente de Contratação

# AQUI, SEU ANUNCIO ENCONTRA O PUBLICO CERTO. ANUNCIE!

EM DIFERENTES PLATAFORMAS E EM DIVERSOS CONTEXTOS, AS MARCAS DA EDITORA GLOBO SÃO A MELHOR OPÇÃO PARA O SEU ANÚNCIO, PORQUE ENTREGAM O QUE CADA PÚBLICO QUER: CONTEÚDOS DE QUALIDADE COM CREDIBILIDADE.

ACESSE **EDITORAGLOBONEGOCIOS.COM.BR** E SAIBA MAIS.