

Bem-viver

INIMIGO ÍNTIMO

Rocky Balboa teve briga feia contra o café

Sylvester Stallone afirma que consumo excessivo da bebida prejudicou a sua memória

► Sylvester Stallone quase foi derrotado pelo café. O ator revelou que, na época em que filmou “Rocky 3”, lançou em 1982, seguiu uma dieta rigorosa na qual a única coisa que consumia em excesso era café, o que acabou lhe causando efeitos colaterais como problemas de memória. Tudo para chegar ao corpo do personagem Rocky Balboa, o famoso campeão dos pesos pesados de boxe. “Sou um bebedor de café, mas me dá refluxo, então, tenho que reduzir. Eu costumava beber cerca de dez xícaras por dia. Na verdade, eu costumava beber cerca de 25 xícaras por dia quando gravava ‘Rocky 3’”, disse Stallone em entrevista ao Wall Street Journal, detalhando a dieta que seguiu na época da filmagem: “Tudo o meu café da manhã po-

deria consistir em dois pequenos biscoitos de aveia feitos com arroz integral e dez xícaras de café, porque eu queria manter minha gordura corporal em 2,8%”. Mas o que Stallone nunca imaginou é que o excesso da sua bebida preferida, aliado à alimentação extrema-

EFEITO COLATERAL
‘Esqueci meu número de telefone. Minha memória foi destruída’, contou o ator

mente restrita durante a dieta, iria lhe trazer problemas de memória. “Esqueci meu número de telefone. Só comia atum. Minha memória foi destruída, desapareceu completamente. Tive todos os tipos de efeitos físicos debilitantes”, contou.

Embora tenha alcançado seu objetivo e perdido os 13 quilos que tanto desejava, esse hábito quase o fez perder completamente a memória, o que o levou a refletir. Existem vários filmes que ele fez depois de “Rocky 3”, inclusive outras sequências da franquia, mas ele não falou sobre as dietas que utilizou no preparo de cada personagem. Stallone ganhou reconhecimento ao interpretar Rocky Balboa pela primeira vez, em 1976, atuação que lhe rendeu uma indicação ao Oscar de melhor ator. O filme conta a história de um ítalo-americano que, além de lutar boxe, se dedica a cobrar empréstimos para um agiota na Filadélfia. Embora tenha talento para o esporte, falta-lhe motivação, que ele encontra ao receber a chance de lutar pelo título dos pesos pesados e pelo amor de uma mulher. Stallone também ficou marcado por atuar como Rambo, mas não citou o que utilizou, ou não, na série de filmes de guerra para atingir o físico do personagem. ►



Stallone bebia dez xícaras de café de manhã e fazia dieta radical

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

Vacina contra bronquiolite vai ser oferecida de graça no SUS

► O Brasil vai incorporar a nova vacina contra a principal causa de bronquiolite infantil, o vírus sincicial respiratório (VSR), no Sistema Único de Saúde. O Ministério da Saúde divulgou, ontem, que decidiu seguir a recomendação da Comissão Nacional de Incorporação de Tecnologias no SUS, favorável à medida, emitida no último dia 13. O imunizante é o Abrysvo, da Pfizer, e será incluído no Calendário Nacional de Vacinação da Gestante do Programa Nacional de Imunizações. A vacina, primeira no mundo que tem como objetivo proteger os bebês do VSR, foi aprovada pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária para uso no Brasil. Em dose única, é destinada às gestantes de até 49 anos e deve ser aplicada durante o segundo ou terceiro trimestre da gravidez. O objetivo é que a mãe desenvolva os anticorpos e os transfira para o bebê ao longo da gestação, protegendo os recém-nascidos. Nos estudos clínicos, a estratégia reduziu em 81,8% os casos de doença do trato respiratório inferior grave nos primeiros três meses de vida do bebê, e em 69,4% seis meses após o nascimento. A Sociedade Brasileira de Imunizações e a Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia já recomendam a vacina. ►

LEILÃO DE 25 IMÓVEIS Online

Data do Leilão: 21/02/2025 a partir das 11h00

AMAZONAS • CEARÁ • GOIÁS • MARANHÃO • MINAS GERAIS • PERNAMBUCO • RIO DE JANEIRO • RONDÔNIA • RIO GRANDE DO SUL • SÃO PAULO • TOCANTINS

À VISTA 10% DE DESCONTO

APARTAMENTOS • ÁREA RÚRAL • CASAS • COMERCIAL • TERRENOS

LOTE 14 - RIO DE JANEIRO/RJ MEIER
Rua Constança Barbosa, nº 65. Apartamento nº 301. Áreas totais: privativa estimada: 54,00m². Matr. 48.814 do 1º RI Local.
Lance Mínimo: R\$ 101.000,00
Mínimo à Vista: R\$ 90.900,00

LOTE 15 - RIO DE JANEIRO/RJ SANTA CRUZ
Estrada de Sepeitba, S/nº. Terreno (Lote 01 do PAL 40909). Áreas totais: terr.: 9.256,00m². Matr. 258.011 do 4º RI Local.
Lance Mínimo: R\$ 1.090.000,00
Mínimo à Vista: R\$ 981.000,00

Comissão do leiloeiro: o arrematante pagará ao leiloeiro 5% sobre o valor da arrematação. O edital completo (descrição dos imóveis, condições de venda e pagamento) encontra-se registrado no 9º Oficial de Registro de Títulos e Documentos e Civil de Pessoa Jurídica da Comarca de São Paulo sob nº 1.451.367 em 13/02/2025 e prenotado no 1º Oficial de Registro de Títulos e Documentos de Osasco sob nº 183.232 em 13/02/2025. Leiloeira Oficial: Dora Plat - Juceesp 744.

MAIS INFORMAÇÕES: Whatsapp: (11) 99514-0467 | <https://VITRINEBRADESCO.com.br/> | PORTALZUK.com.br

PREFEITURA MUNICIPAL DE VOLTA REDONDA

AVISO DE REABERTURA CONTINUIDADE

PREGÃO ELETRÔNICO Nº 171/2023 SRP 109/2023

O MUNICÍPIO DE VOLTA REDONDA torna público a reabertura para continuidade do PREGÃO ELETRÔNICO Nº 171/2023 – SRP 109/2023 conforme decisão do TCE/RJ processo 222270-5/2024 – Reabertura: 24/02/2025 às 9h - UASG: 450068 - Divulgação: www.voltaredonda.rj.gov.br e www.comprasnet.gov.br
Info: (24) 3511-3333
Paloma do Nascimento Amorim Pregoeira.

FURBAN - FUNDO COMUNITÁRIO DE VOLTA REDONDA-RJ

AVISO DE LICITAÇÃO CONCORRÊNCIA PRESENCIAL Nº 90021/2025

Proc. 0034/2025/FURBAN - tipo: Menor Preço global - Objeto: Execução de muro de contenção em solo cimento na Rua Rafael nº20, Núcleo Mirante do Vale, Bairro Retiro, Volta Redonda/RJ. **Realização: 14/03/2025 às 09hs** - UASG: 927285 - Divulgação: www.voltaredonda.rj.gov.br e www.comprasnet.gov.br - Info: (24) 3511-3225.
Marcela Raftopolo Ramos Agente de Contratação.

AQUI, SEU ANÚNCIO ENCONTRA O PÚBLICO CERTO. ANUNCIE!

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

EDITORA GLOBO

FURBAN - FUNDO COMUNITÁRIO DE VOLTA REDONDA-RJ

AVISO DE LICITAÇÃO CONCORRÊNCIA PRESENCIAL Nº 90020/2025

Proc. 0033/2025/FURBAN - tipo: Menor Preço global - Objeto: Revitalização das quadras de esportes, localizadas na Rua Mil e Trinta e Um-A, Volta Grande I, Volta Redonda/RJ. **Realização: 13/03/2025 às 09hs** - UASG: 927285 - Divulgação: www.voltaredonda.rj.gov.br e www.comprasnet.gov.br - Info: (24) 3511-3225.
Marcela Raftopolo Ramos Agente de Contratação.

CONVOCAÇÃO DE ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA

A Diretoria da Seção Sindical SINASEFE CMRJ convoca todos os servidores da base da Seção para Assembleia Geral Extraordinária a se realizar em: 20 de fevereiro de 2025 (quinta-feira) às 18h00. Devido à urgência, a assembleia será realizada remotamente via Google Meet (para credenciamento, enviar nome completo, matrícula SIAPE e número de telefone ao e-mail da seção: diretoria@sinasefcmrj.org) Pauta: 1) Informes sobre pedido de suspensão das aulas ao Presidente da FO, nos dias de “onda de calor”, com reposição das aulas;2) Avaliação e deliberação sobre a resposta ou omissão da FO ao pedido de suspensão das aulas; 3) Avaliação da utilização da paralisação das atividades como meio de pressão; 4) Deliberação dos pleitos e demandas em caso de paralisação; 5) Encaminhamentos.

PREFEITURA MUNICIPAL DE DUQUE DE CAXIAS

CONCESSÃO DE LICENÇA 29.138.328/0001-50

A BRR RECICLAGEM E COLETA LTDA – CNPJ: 17.127.916/0001-00 torna público que recebeu da Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Proteção Animal, SMMAPA-DC, a Licença de Operação nº 009/2025, emitida em 31 de janeiro de 2025. Esta licença é válida até 31 de janeiro de 2030. Autoriza a empresa para armazenamento, beneficiamento e recuperação de materiais plásticos em geral; fabricação de artefatos plásticos em geral, artefatos de metal; fabricação de embalagens de material plástico, embalagens plásticas de vidro; fabricação de pastas celulósicas, papel, cartolina, papelão ondulado e similares; comércio atacadista de tecidos, madeira e derivados, vidros e similares; comércio de sucata de plástico, de resíduos e sucatas metálicas e não metálicas, papel e papelão em bruto ou não; coleta de resíduos não perigosos de origem doméstica, urbana e industrial; locação de mão de obra temporária e serviços de limpeza geral de prédio, localizado Rua São Jorge, nº 451, Quadra 31, Lote 17, Bairro Vila São Luiz, 1º Distrito do Duque de Caxias/RJ, referente ao processo nº 019/000030/2025.

LEILÃO DE ALIENAÇÃO FIDUCIÁRIA Presencial e Online

Credor Fiduciário: ITAÚ UNIBANCO S/A
Fiduciante: TERESINHA DE LIMA CARVALHO

LOTE 01 - Apartamento 103 do prédio de nº 1501 pela Rua Professor Hermes Lima, FREGUESIA DE JACAREPAGUÁ, e a correspondente fração ideal de 11/100 do terreno designado como lote 02 do PAL. 44.045 que mede 18,50m de frente e fundos por 40,00m de ambos os lados, confrontando a direita com o lote 01 do PAL. 44.045, à esquerda com o nº 248 da mesma rua e nos fundos com o nº 407 da Rua Demosthenes Madureira de Pinho. **Av.3** para constar que o imóvel da referida matrícula passa a ter direito a 2 vagas de garagem. **Imóvel objeto da matrícula nº 245.826 do 9º Oficial de Registro de Imóveis do Rio de Janeiro/RJ. Observação:** Imóvel Ocupado. Desocupação por conta do adquirente, nos termos do art. 30 da lei 9.514/97. **1º Leilão no dia 06/03/2025, às 11:00 horas,** à Rua Minas Gerais, 316, Cj. 62, Higienópolis – 01244-010 – São Paulo/SP, com **lance mínimo igual ou superior a R\$ 902.930,38 (novecentos e dois mil, novecentos e trinta reais e oito centavos)**. **2º Leilão dia 20/03/2025, no mesmo horário e local, com lance mínimo igual ou superior a R\$ 451.465,19 (quatrocentos e cinquenta e um mil, quatrocentos e sessenta e cinco reais e dezenove centavos)**.
O arrematante presente pagará no ato o preço total da arrematação e a comissão do leiloeiro, correspondente a 5% sobre o valor de arremate, inclusive o devedor fiduciante, no caso do exercício do direito de preferência, na forma da lei. As demais condições obedecerão ao que regula o Decreto nº 21.981 de 19 de outubro de 1.932, com as alterações introduzidas pelo Decreto nº 22.427 de 1º de fevereiro de 1.933, que regula a profissão de Leiloeiro Oficial. Edital completo no site do leiloeiro. Leiloeira Oficial: Dora Plat - Juceesp 744.
MAIS INFORMAÇÕES: Whatsapp: (11) 99514-0467 contato@portalzuk.com.br | PORTALZUK.com.br

ESTADO DO RIO DE JANEIRO

PREFEITURA MUNICIPAL DE MACAÉ

SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE

COORDENAÇÃO DE LICITAÇÕES - SEMUSA

AVISO DE LICITAÇÃO

EDITAL – PREGÃO ELETRÔNICO FMS - Nº 015/2025 – SRP

EXCLUSIVO DE EMPREENDEDORES INDIVIDUAIS, MICROEMPRESAS E EMPRESAS DE PEQUENO PORTE E PARA REGISTRO DE PREÇOS

O Município de Macaé, através do(a) Pregoeiro(a) e da equipe de apoio ao pregoeiro(a) da SEMUSA 02, torna público, que fará realizar no dia **12 de março de 2025, às 10:00h**, (horário de Brasília), o **PREGÃO ELETRÔNICO FMS Nº 015/2025 - SRP do tipo MENOR PREÇO POR ITEM**, de acordo com as Leis em vigência. O Edital, seus anexos e demais informações estarão disponíveis para download nos seguintes sites www.macaerj.gov.br e www.comprasnet.gov.br. Tel. contato (22) 2763-6330 ramal 2072 e 2078. Objeto: aquisição de materiais hospitalares do tipo fraldas descartáveis específicas, visando atender as necessidades dos pacientes de demandas judiciais.
Macaé-RJ, 17 de fevereiro de 2025.
Gabrielle Vidal Souza
Coordenadora de Licitações - SEMUSA

AQUI, SEU ANÚNCIO ENCONTRA O PÚBLICO CERTO. ANUNCIE!

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

EDITORA GLOBO

AVISO DE REMARCAÇÃO DE LICITAÇÃO

O Município de Casimiro de Abreu torna público aos interessados, por intermédio da Comissão de Pregão, que realizará Pregão Eletrônico nº 02/2025 (90002/2025) – FMAS, objetivando a aquisição de materiais de consumo, materiais de limpeza, para manutenção de serviços em geral para atender as necessidades dos Equipamentos enquadrados nas atividades, projetos e programas do SUAS demandados pelo FMAS | Fundo Municipal de Assistência Social e pelo FMDCA | Fundo Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente, conforme condições, quantidades e exigências estabelecidas no Edital e seus anexos, no dia 10/03/2025, às 10h pelo portal ComprasNet – www.comprasnet.gov.br. O Edital e seus anexos poderão ser obtidos no site: www.comprasnet.gov.br e/ou no Portal da Prefeitura Municipal de Casimiro de Abreu <http://www.casimirodeabreu.rj.gov.br>
Casimiro de Abreu, 18 de fevereiro de 2025.
Débora da Silva Aguiar
Agente de Contratação

LEILÃO DE ALIENAÇÃO FIDUCIÁRIA Presencial e Online

Credor Fiduciário: ITAÚ UNIBANCO S/A
Fiduciante: RODRIGO MITCHELL PEREIRA DA SILVA

LOTE 02 - Sala 635-A do Bloco 1 do prédio situado na Avenida Embaixador Abelardo Bueno nº 1, na freguesia de Jacarepaguá, com direito a 1 vaga de garagem coberta ou descoberta situada indistintamente no 1º ou 2º subsolos ou no pavimento de acesso e correspondente fração ideal de 0,000995 do domínio útil do respectivo terreno designado por lote 1 do PAL 47396, foreiro em parte ao Domínio da União que mede em sua totalidade 105,50m de frente para a Avenida Embaixador Abelardo Bueno, mais 113,03m em curva subordinada a uma rua interno de 50,00m, concordando com o alinhamento da Avenida Ayrton Senna, por onde mede 115,00m; 97,81m de fundos, onde é atingido por uma Faixa Marginal de Proteção com 15,00m de largura, em dois segmentos de: 27,00m, mais 70,81m; 201,97m a esquerda, em três segmentos de: 71,43m, mais 19,03m, mais 111,51m, confrontando nos fundos com a Lagoa de Jacarepaguá, a esquerda, parte com o lote 4 da quadra I do PAL 41784 e parte com o lote 2 do PAL 44819 ambos de propriedade da Empresa Municipal de Urbanização Rio-Urbe ou sucessores. **Imóvel objeto da matrícula nº 366.044 do 9º Oficial de Registro de Imóveis do Rio de Janeiro/RJ. Observação:** (I) Consta na Av.13, ação de execução. (II) Imóvel Ocupado. Desocupação por conta do adquirente, nos termos do art. 30 da lei 9.514/97. **1º Leilão no dia 06/03/2025, às 11:00 horas,** à Rua Minas Gerais, 316, Cj. 62, Higienópolis – 01244-010 – São Paulo/SP, com **lance mínimo igual ou superior a R\$ 779.314,65 (Setecentos e setenta e nove mil, trezentos e quatorze reais e sessenta e cinco centavos)**. **2º Leilão dia 20/03/2025, no mesmo horário e local, com lance mínimo igual ou superior a R\$ 389.657,33 (Trezentos e oitenta e nove mil, seiscentos e cinquenta e sete reais e trinta e três centavos)**.
O arrematante presente pagará no ato o preço total da arrematação e a comissão do leiloeiro, correspondente a 5% sobre o valor de arremate, inclusive o devedor fiduciante, no caso do exercício do direito de preferência, na forma da lei. As demais condições obedecerão ao que regula o Decreto nº 21.981 de 19 de outubro de 1.932, com as alterações introduzidas pelo Decreto nº 22.427 de 1º de fevereiro de 1.933, que regula a profissão de Leiloeiro Oficial. Edital completo no site do leiloeiro. Leiloeira Oficial: Dora Plat - Juceesp 744.
MAIS INFORMAÇÕES: Whatsapp: (11) 99514-0467 contato@portalzuk.com.br | PORTALZUK.com.br

AQUI, SEU ANÚNCIO ENCONTRA O PÚBLICO CERTO. ANUNCIE!

EDITORAGLOBONEGOCIOS.COM.BR

INCA INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER

GOVERNO FEDERAL MINISTÉRIO DA SAÚDE **BRASIL** UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER

SERVIÇO DE APOIO À LICITAÇÃO

AVISO DE LICITAÇÃO

Pregão Eletrônico nº 91.023/2025

Registro de Preços nº 020/2025

Objeto: Aquisição de Materiais para Esterilização.
Abertura: 28/02/2025 às 09hs
Processo n.º 25410.018288/2023-72
O edital pode ser retirado nos sítios:
www.compras.gov.br ou www.inca.gov.br
PAULO AUGUSTO DIAS DE OLIVEIRA
CHEFE DO SERVIÇO DE APOIO À LICITAÇÃO

LEILÃO DE ALIENAÇÃO FIDUCIÁRIA Presencial e Online

Credor Fiduciário: ITAÚ UNIBANCO S/A
Fiduciante: JOAQUIM AUGUSTO OLIVEIRA DE LIMA
seu cônjuge ALEXANDRA SAMPAIO DOS SANTOS DE LIMA

LOTE 11 - Casa 2, situada na Rua João Alberto dos Santos (engenheiro) nº 160, na freguesia de Jacarepaguá, com direito a 1 vaga de garagem, e a correspondente fração de 0,50 do respectivo terreno designado como lote 16 do PAL 42059, que mede em sua totalidade 15,00m de frente; 17,00m de fundos por 54,00m dos lados, confrontando à direita com o lote 15, à esquerda com confrontando a lote 17 e aos fundos com área reservada para arborização. Com as seguintes áreas: Área de Construção: medindo 6,60m de frente; 5,60m de fundos; 13,70m a direita em 3 segmentos de 3,00m, mais 1,00m estreitando a edificação, mais 9,70m aprofundando a edificação; e 12,70m à esquerda; Área de Uso Exclusivo: medindo 0,90m de frente; 8,50m de fundos; 54,00m à direita; e 60,60m à esquerda em 5 segmentos de 3,00m, mais 1,00m alargando o terreno, mais 9,70m aprofundando o terreno, mais 5,60m alargando terreno, mais 41,30m aprofundando terreno. **Imóvel objeto da matrícula nº 451.904 do 9º Oficial de Registro de Imóveis do Rio de Janeiro/RJ. Observação:** (I) Consta gravada na Av. 6 da referida matrícula, existência de ação, processo nº 0100315-51.2023.5.01.0010. (II) Imóvel Ocupado. Desocupação por conta do adquirente, nos termos do art. 30 da lei 9.514/97. **1º Leilão no dia 06/03/2025, às 11:00 horas,** à Rua Minas Gerais, 316, Cj. 62, Higienópolis – 01244-010 – São Paulo/SP, com **lance mínimo igual ou superior a R\$ 809.875,39 (Oitocentos e nove mil, oitocentos e setenta e cinco reais e trinta e nove centavos)**. **2º Leilão dia 20/03/2025, no mesmo horário e local, com lance mínimo igual ou superior a R\$ 695.880,47 (Seiscentos e noventa e cinco mil, oitocentos e oitenta reais e quarenta e sete centavos)**.
O arrematante presente pagará no ato o preço total da arrematação e a comissão do leiloeiro, correspondente a 5% sobre o valor de arremate, inclusive o devedor fiduciante, no caso do exercício do direito de preferência, na forma da lei. As demais condições obedecerão ao que regula o Decreto nº 21.981 de 19 de outubro de 1.932, com as alterações introduzidas pelo Decreto nº 22.427 de 1º de fevereiro de 1.933, que regula a profissão de Leiloeiro Oficial. Edital completo no site do leiloeiro. Leiloeira Oficial: Dora Plat - Juceesp 744.
MAIS INFORMAÇÕES: Whatsapp: (11) 99514-0467 contato@portalzuk.com.br | PORTALZUK.com.br