

Sem show da virada, PA terá a tradicional queima de fogos do Hotel Marques Plaza



Homem morre ao bater motocicleta em placa de trânsito em Pouso Alegre



Com 3,1 mil vagas criadas em 2023, PA segue como maior empregadora da região

PÁGINA 3

Rodovias do Sul de Minas terão reforço operacional para o Réveillon



Preso o suspeito de ameaçar a ex-noiva no bairro S. Geraldo

PÁGINA 2

Com 62 motos apreendidas, PM segue com a 'Operação contra Randandan'



ATENÇÃO GESTOR LEI Nº 14.230/2021

PUBLICAÇÕES OBRIGATÓRIAS

A negativa de publicidade dos atos oficiais constitui ato de **IMPROBIDADE ADMINISTRATIVA**

É obrigatório a publicação das matérias legais e atos oficiais que envolvem processos licitatórios em Diários Oficiais e em jornais Diários de grande circulação



Dezembro laranja: 5 dicas de dermatologista para prevenir as indesejáveis pintas no verão

Pesquisa aponta que 71% dos brasileiros não utilizam protetor solar, item que é indispensável para prevenir o aparecimento de pintas e manter os cuidados e a saúde da pele como um todo

DA REDAÇÃO
jordiario@gmail.com

Primeiro, o que são pintas? Segundo dermatologistas, as pintas são lesões de pele que representam proliferação de melanócitos (células que produzem o pigmento da pele), que têm o nome de nevos em medicina. Mas para os leigos, as pintas podem ter diferentes diagnósticos: nevos, queratoses seborreicas e até mesmo alguns carcinomas. As pintas verdadeiras ou nevos podem aparecer ao nascimento, na infância ou desencadeadas pela exposição solar repetida em pessoas que já têm uma tendência genética.

As pintas e a exposição solar - As pintas que aparecem induzidas pelo Sol, em geral, têm características distintas das pintas que nascem com a gente. Mas, ambas podem indicar um maior risco de desenvolver melanoma, caso sejam muito numerosas. “As pintas que já temos podem apresentar mudanças após exposição solar intensa e até mesmo desenvolver uma transformação maligna, ou seja, cancerígena”, comentam os dermatologistas.

Segundo eles, é mais comum aparecerem pintas no tronco superior. E após a exposição solar e até mesmo depois do verão, elas não desaparecem. “As pintas não somem, o que pode diminuir são as sardas e as melanoses, que são



aumento de melanina induzido pelo sol, e não pintas”, esclarecem.

Confira 5 dicas para prevenir as pintas induzidas pelo Sol no verão:

1. Uso de Protetor Solar: Aplique protetor solar com um fator de proteção solar (FPS) alto, pelo menos 30 minutos antes da exposição ao sol. Reaplique a cada duas horas, especialmente após nadar ou suar.

2. Vestuário Protetor: Use roupas que cubram a pele exposta, como camisetas de manga longa, calças e chapéus de abas largas. Tecidos com proteção UV são especialmente úteis.

3. Evitar o Sol no Horário de Pico* Evite se expor ao sol entre às 10h e às 16h, quando os raios UV são mais intensos.

4. Óculos de Sol com Proteção UV: Use óculos de sol que bloqueiam 100% dos raios UVA e UVB para proteger os olhos e a pele ao redor deles.

5. Autoexame Regular da Pele: Faça um autoexame regular da pele para monitorar a aparência de novas pintas ou mudanças nas existentes. Procure um dermatologista se notar alterações.

Para avaliar as pintas “herdadas” durante o Verão, o profissional médico que deve ser procurado é o dermatologista,

que é o especialista da pele. “As dicas são preventivas e não garantem a ausência total de pintas, mas podem ajudar a reduzir o risco de desenvolvê-las. É sempre importante consultar um dermatologista para orientações personalizadas”, finalizam.

Uma pesquisa realizada pelo Instituto de Cosmetologia de Campinas (SP) em 2022 indicou que 71% da população brasileira não usa protetor solar diariamente. O estudo realizado com a população de 27 estados brasileiros já teve seis edições desde 2015 e este percentual foi o mais baixo desde 2017

PREFEITURA MUNICIPAL DE IPIUIUNA/MG – Tomada de Preços N.º 04/2023 – Objeto: “CONTRATAÇÃO DE EMPRESA EM REGIME DE EMPREITADA GLOBAL, INCLUINDO MATERIAIS E MÃO DE OBRA, PARA PAVIMENTAÇÃO (RECAPEAMENTO) DE VIAS NO MUNICÍPIO DE IPIUIUNA/MG, CONTRATO DE REPASSE OGU/MDR N.º 940019/2022 – OPERAÇÃO 1086386-65.” A sessão pública será realizada no dia 18 de Janeiro de 2024 às 09h00min, na Sala de Licitações, situada na Rua João Roberto da Silva, nº 40, Centro. O edital poderá ser consultado e obtido, gratuitamente, em dias úteis no período das 08h às 16h, ou pelo site www.ipuiuna.mg.gov.br, para cópia do arquivo. Informações: tel. (35) 3732-2487 ou e-mail: licitaipmg@gmail.com. com Élida Maria Tosta Silva – Presidente da CPL.

ASSOCIAÇÃO DOS MUNICÍPIOS DA MICRORREGIÃO DO MÉDIO SAPUCAÍ - AMESP - PREGÃO ELETRÔNICO, na forma de LICITAÇÃO COMPARTILHADA no tipo MENOR PREÇO UNITÁRIO, objetivando o REGISTRO DE PREÇOS N.º 26/2023 – Objeto: AQUISIÇÃO DE TABLET, CHROMEBOOK, CARRINHO DE RECARGA E SMARTPHONE PARA AS UNIDADES ESCOLARES E ADMINISTRATIVAS DOS MUNICÍPIOS QUE COMPÕEM A ASSOCIAÇÃO DOS MUNICÍPIOS DA MICRORREGIÃO DO MÉDIO SAPUCAÍ – AMESP, conforme especificações e condições descritas no Termo de Referência”. A sessão pública será realizada no dia 11 de janeiro de 2024 às 14h00min, em ambiente eletrônico. O edital poderá ser consultado e obtido, gratuitamente, em dias úteis no período das 08h às 17h, mediante a apresentação de um PEN-DRIVE, pelo site amesp.mg.gov.br ou pelo portal de compras www.licitamesp.com.br para cópia do arquivo. Informações: Telefone (35) 3025-5500 ou e-mail: licitacao@amesp.mg.gov.br – Wagner do Couto – Pregoeiro.

ERRATA - ASSOCIAÇÃO DOS MUNICÍPIOS DA MICRORREGIÃO DO MÉDIO SAPUCAÍ - AMESP - PREGÃO ELETRÔNICO, na forma de LICITAÇÃO COMPARTILHADA no tipo MENOR PREÇO GLOBAL (POR LOTE), objetivando o REGISTRO DE PREÇOS N.º 29/2023 – Objeto: CONTRATAÇÃO DE EMPRESA PARA PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS DE IMPLANTAÇÃO DE PONTOS DE MÍDIA DIGITAL, CONFORME CONDIÇÕES DESCRITAS NO TERMO DE REFERÊNCIA E DEMAIS DISPOSIÇÕES DO EDITAL, conforme especificações e condições descritas no Termo de Referência. Onde se lê: A sessão pública será realizada no dia 07 de janeiro de 2024 às 14h00min, em ambiente eletrônico. Leia-se: A sessão pública será realizada no dia 08 de janeiro de 2024 às 14h00min, em ambiente eletrônico. O edital poderá ser consultado e obtido, gratuitamente, em dias úteis no período das 08h às 17h, mediante a apresentação de um PEN-DRIVE, pelo site amesp.mg.gov.br ou pelo portal de compras www.licitamesp.com.br para cópia do arquivo. Informações: Telefone (35) 3025-5500 ou e-mail: licitacao@amesp.mg.gov.br – Wagner do Couto – Pregoeiro.

CONSÓRCIO INTERMUNICIPAL DE SAÚDE DOS MUNICÍPIOS DA MICRORREGIÃO DO MÉDIO SAPUCAÍ – CISAMESP/ AVISO DE CREDENCIAMENTO.

O Consórcio Intermunicipal de Saúde dos Municípios da Microrregião do Médio Sapucaí – CISAMESP, através de sua Comissão Permanente de Licitação, torna público para conhecimento dos interessados, a abertura do Procedimento de Inexigibilidade de Licitação nº 005/2023, Processo Licitação nº 13/2023, cujo objeto é o Chamamento Público objetivando o credenciamento de pessoas jurídicas para prestação de serviços na realização de procedimentos cirúrgicos eletivos de média complexidade, incluindo consulta para avaliação cirúrgica e pré – anestésica, curativos pós – operatórios e outros procedimentos que se fizerem necessários. Os interessados deverão entregar os documentos para credenciamento na sede do CISAMESP, situado na Avenida Major Armando Rubens Storino, nº 2.200, Jardim Canadá, em Pouso Alegre/MG, a partir do dia 28/12/2023, no horário de 08h00min às 16h00min. O edital na íntegra estará disponível no site www.cisamesp.mg.gov.br, e também poderá ser solicitado pelo e-mail: licitacaocisamesp@gmail.com. Maiores informações pelo telefone (35)3423-3353. Comissão Permanente de Licitação.

RÁDIO CLUBE
POUSO ALEGRE MG

ADEGA JP PEDRO
DISTRIBUIDORA DE BEBIDAS

AS BEBIDAS MAIS GELADAS DA CIDADE!

Delivery
PEDIDOS ACIMA DE R\$30,00
(35) 98846-8158
PEDRO

ACEITAMOS CARTÕES
VISA, MASTERCARD, AMERICAN EXPRESS, LOYALTY

RUA MARIA JOSÉ DE PAULA, 390 - VERGANI - POUSO ALEGRE

Prefeitura Municipal de Ipiuiuna/MG – Pregão Eletrônico n.º 42/2023 – Objeto: “CONTRATAÇÃO DE EMPRESA PARA PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS ESPECIALIZADOS PARA PLANEJAMENTO, ORGANIZAÇÃO, FORMULAÇÃO DE QUESTÕES, OPERACIONALIZAÇÃO, LOGÍSTICA E EXECUÇÃO DE CONCURSO PÚBLICO PARA PROVIMENTO DE CARGOS DA PREFEITURA MUNICIPAL DE IPIUIUNA/MG.” A sessão pública será realizada no dia 15 de janeiro 2024 às 09h00min pelo portal www.bll.org.br. O edital poderá ser consultado e obtido, gratuitamente, pelos sites www.ipuiuna.mg.gov.br e www.bll.org.br. Informações: tel. (35) 3732-2487 ou e-mail: licitaipmg@gmail.com Mainara Franco Melo - Pregoeira.

ESSA CORRENTE PRECISA DE VOCÊ.
DOE SANGUE.

Faça isso um só: seja um doador. Um grama de solidariedade a cada 200. Procure o hemocentro mais próximo.

SUS +

JORNAL DIÁRIO
O ÚNICO DIÁRIO DE POUSO ALEGRE E REGIÃO
(35) 3421 1945
(35) 3025-2136
www.jornaldiarioregional.com.br
acesse nosso site

A MAIS NOVA PLATAFORMA DE CONSUMO INTELIGENTE DA CIDADE!

CLICKPA .COM.BR

Guia Comercial de Empresas, Produtos e Serviços com promoções semanais

ACESSO: www.clickpa.com.br e nossas redes sociais

ANUNCIE: 98878.7874 | clickpa.com.br | [clickpaguia](https://www.facebook.com/clickpaguia) | [click.pa](https://www.instagram.com/click.pa)

PENSANDO EM ALUGAR UM CARRO?
As menores tarifas estão aqui!

0300 210 5151 | aluguebrasil.com.br

POUSO ALEGRE
(35) 3422-9600
AV. VICENTE SIMÕES, 143

ALUGUE BRASIL
ALUGUEL DE CARROS

*IMAGEM ILUSTRATIVA

D4Sign 9ce782c3-00c2-4205-86ff-6ff3f5be70bc - Para confirmar as assinaturas acesse <https://secure.d4sign.com.br/verificar>
Documento assinado eletronicamente, conforme MP 2.200-2/01, Art. 10º, §2.

Jornal Diário 28 Dezembro 2023 pdf

Código do documento 9ce782c3-00c2-4205-86ff-6ff3f5be70bc



Assinaturas



jornaldiarioadm@gmail.com

Assinar

Eventos do documento

09 Jan 2024, 12:58:01

Documento 9ce782c3-00c2-4205-86ff-6ff3f5be70bc **criado** por DONIZETI DE LIMA CAZELATO (e47d7e05-5e69-4941-b1d4-e2ce37ca0fc2). Email:jordiario@gmail.com. - DATE_ATOM: 2024-01-09T12:58:01-03:00

09 Jan 2024, 12:58:35

Assinaturas **iniciadas** por DONIZETI DE LIMA CAZELATO (e47d7e05-5e69-4941-b1d4-e2ce37ca0fc2). Email: jordiario@gmail.com. - DATE_ATOM: 2024-01-09T12:58:35-03:00

Hash do documento original

(SHA256):687dd5c46e15bdad243aab5df3aebaa87e5fc8209c9f6ec9259d09482b77909d

(SHA512):7d6b6e3c6d5ce20a769924bb5a7612ac9b1837e571727e13b62ef4049d80cf51c2f5214e932c214249024862c672d841184c2b248bc6f5461e0c066c1be70ef0

Esse log pertence **única e exclusivamente** aos documentos de HASH acima

Esse documento está assinado e certificado pela D4Sign