CISRU
CENTRO SUL

CISRU COM

UMA REVISTA FEITA PRA VOCÊ, COM VOCÊ!

07 DE ABRIL - DIA MUNDIAL DA SAÚDE

MAIS INTERATIVA, MAIS DIGITAL
PARA NOS LEVAR A MUITOS CONTEÚDOS

ABRIL -2021 | VOLUME 25

CISRU
CENTRO SUL

NESTA EDIÇÃO

NOTA DO EDITOR

A saúde é uma das riquezas do ser humano, em tempos difíceis marcados pela pandemia do novo coronavírus, ela tem sido ainda mais valorizada. Para isso, celebramos no dia 07 de abril o Dia Mundial da Saúde, e nesta edição do CISRU.COM desejamos homenagear também os nossos profissionais que se dedicam a cuidar da saúde da população da nossa macrorregião.

Confira também nesta edição séries especiais sobre as nossas bases e os nossos municípios consorciados.

Seja bem vindo ao CISRU.COM – uma revista interativa, feita pra você, com você!

NESTA EDIÇÃO

Nota do editor 1
Dia Mundial da Saúde 2

ACONTECEU NO CISRU

Presidente do CISRU em ação 3
Equipe de Tiradentes realiza parto em residência 4
Premiação da Base Ouro 5

VOCÊ SABE QUEM FOI TIRADENTES? 6

NOSSAS BASES DESCENTRALIZADAS 7

DICA DA APONTADORA 12

CONHEÇA NOSSA EQUIPE 14

NOSSOS MUNICÍPIOS CONSORCIADOS 15

SAÚDE E BEM ESTAR 18
Chocolate alivia mesmo a tensão na pandemia?

ABRIL AZUL 20
Mês de conscientização sobre o autismo

FILOSOFIA E ATUALIDADE 21
o Método Socrático

ANIVERSARIANTES 22
Aniversariantes de Abril

NOSSOS NÚMEROS 23
Abril 2021

POEMA E POESIA 24

DIA 07 DE ABRIL

Dia Mundial da Saúde

Para o Dia Mundial da Saúde de 2021, celebrado em 7 de abril, a OMS convida todos a se unirem à campanha para construir um mundo mais justo e saudável. Esse ano a data ganha ainda mais importância em meio à pandemia de Covid-19.

Por isso nesse dia dedicado à saúde não podemos deixar de agradecer a cada colaborador do CISRU que incansavelmente se dedica a salvar vidas em nossa macrorregião, através de muita dedicação e trabalho em equipe.

Acesse o vídeo para conferir essa linda homenagem aos profissionais da saúde!

PRESIDENTE DO CISRU EM AÇÃO

Fortalecendo vínculos e a representatividade regional, o presidente do CISRU, prefeito de Ouro Branco, Hélio Campos, participou de duas importantes reuniões online no dia 17 de março.

Foi realizada uma reunião com o representante do Ministério da Saúde, Leonardo Soares, por intermédio do deputado federal Dr. Frederico. Em pauta, houve a revisão dos valores da portaria que estabelece o financiamento do SAMU.

Em seguida, às 19h, o presidente Hélio foi um dos palestrantes na live realizada pelo Partido PSDB que teve como tema: “Os Consórcios intermunicipais de urgência e emergência em Minas: a política pública que salva vidas."

Foi discutido o papel e os planos dos consórcios intermunicipais de urgência e emergência do Leste, Sul, Centro Sul e Macro Norte mineiros. O encontro virtual contou com a participação de prefeitos que presidem o trabalho do SAMU em 375 municípios.

EQUIPE DE TIRADENTES REALIZA PARTO EM RESIDÊNCIA

A equipe da Base de Tiradentes realizou um parto na terça-feira dia 23 de março em um apartamento no bairro Tijuco em Tiradentes.

Mãe e filha, após o nascimento, foram encaminhadas para a Santa Casa passando bem. Helena veio ao mundo pelas mãos **do Técnico em Enfermagem Antônio Raimundo auxiliado pelo Condutor Socorrista Rogério Passos.**

A família da Helena agradece aos profissionais pelo carinho, responsabilidade e amor com que realizaram o parto. Nós do CISRU parabenizamos a equipe pelo comprometimento e belo trabalho realizado!

Fonte: Pop News

PREMIAÇÃO DA Base Ouro

No dia 03 de março, no Complexo Regulador, aconteceu a premiação da Base Ouro. Dessa vez quem levou o troféu foi a equipe de **Alto Rio Doce** pelo período de janeiro e fevereiro de 2021 e a equipe de **Lagoa Dourada** pelo período de abril e maio de 2020, cuja premiação não havia sido entregue por dificuldade de ir até a base na época. Nós do CISRU agradecemos a vocês profissionais pela dedicação e comprometimento para levar à população um serviço de qualidade. Parabéns pelo belo trabalho realizado!

- **Alto Rio Doce:**

Técnicos em Enfermagem: Daniel, Kátia, Luzia, Rosilene

Condutores Socorristas: Alan, Ildeu, José Carlos, Márcio

- **Lagoa Dourada:**

Técnicos em Enfermagem: Dalila, Isadora, Stephanie

Condutores Socorristas: Bruno, Johnny, Paulo, Thiago

21 de Abril Dia de Tiradentes

VOCÊ SABE QUEM FOI TIRADENTES?

No dia 21 de abril é feriado no Brasil porque se comemora o Dia de Tiradentes. A data remete ao dia da morte do mineiro Joaquim José da Silva Xavier, o que ocorreu em 21 de abril de 1792.

Joaquim José foi um dos líderes da Inconfidência Mineira. Era conhecido pelo apelido “Tiradentes” e foi tido por muitos como um “herói nacional”.

A Inconfidência Mineira foi um movimento de cunho separatista e libertário, também chamado de "Conjuração Mineira", e buscava a emancipação da capitania de Minas Gerais em relação a Portugal.

Durante o século XVIII, os portugueses voltaram sua atenção para a região das Minas Gerais, na medida em que foram encontradas diversas minas de ouro e diamantes no local. Vem daí o nome do estado. Minas Gerais tornou-se grande atrativo para exploradores e conquistadores que se estabeleciam no local para tentar fortuna.

Tiradentes foi preso em 10 de maio de 1789, no Rio de Janeiro, quando tentava captar apoio para sua causa. Ficou preso durante três anos e foi o único do grupo dos Inconfidentes a ser condenado à forca. Foi enforcado e depois esquartejado, na praça da Lampadosa, no Rio de Janeiro, dia 21 de abril de 1792.

Fonte: https://www.todamateria.com.br/dia-de-tiradentes/

CISRU CENTRO SUL

CONHEÇA NOSSAS BASES DESCENTRALIZADAS

O CISRU conta com

18 bases descentralizadas dividas em 04 microregiões

Nessa nova série do CISRU.COM você vai conhecer nossas bases e os profissionais que atuam em cada uma delas. Para começar, serão apresentadas quatro bases nessa edição.

Micro Barbacena

BASE ALTO RIO DOCE

- **Fundação:** 02/03/2012
- **USB:** 01
- **Profissionais:** 08

- **Técnicos em Enfermagem:**
  Daniel Jorge
  Kátia Maria
  Luzia Aparecida
  Rosilene Aparecida
- **Condutores Socorristas:**
  Alan Alípio
  Ildeu Umbelino
  José Carlos
  Márcio José

Micro Conselheiro Lafaiete

BASE PIRANGA

- **Fundação:** 02/03/2012
- **USB:** 01
- **Profissionais:** 08

- **Técnicos em Enfermagem:**
  Aparecida de Oliveira
  Fernanda Santiago
  Luiz Henrique
  Rafaella de Carvalho
- **Condutores Socorristas:**
  Elison José
  Jônatas Guimarães
  Lucas de Salles
  Mateus Benedito

Micro Congonhas

BASE OURO BRANCO

- **Fundação:** 02/03/2012
- **USB:** 01
- **Profissionais:** 08

- **Técnicos em Enfermagem:**
  Hione de Jesus
  Marcelly Thays
  Scarllet Laurie
  Shirley Leal

- **Condutores Socorristas:**
  Carlos Alex
  Carlos Eduardo
  Janaína Sampaio
  Johnny Cirilo

Micro São João Del Rei

BASE NAZARENO

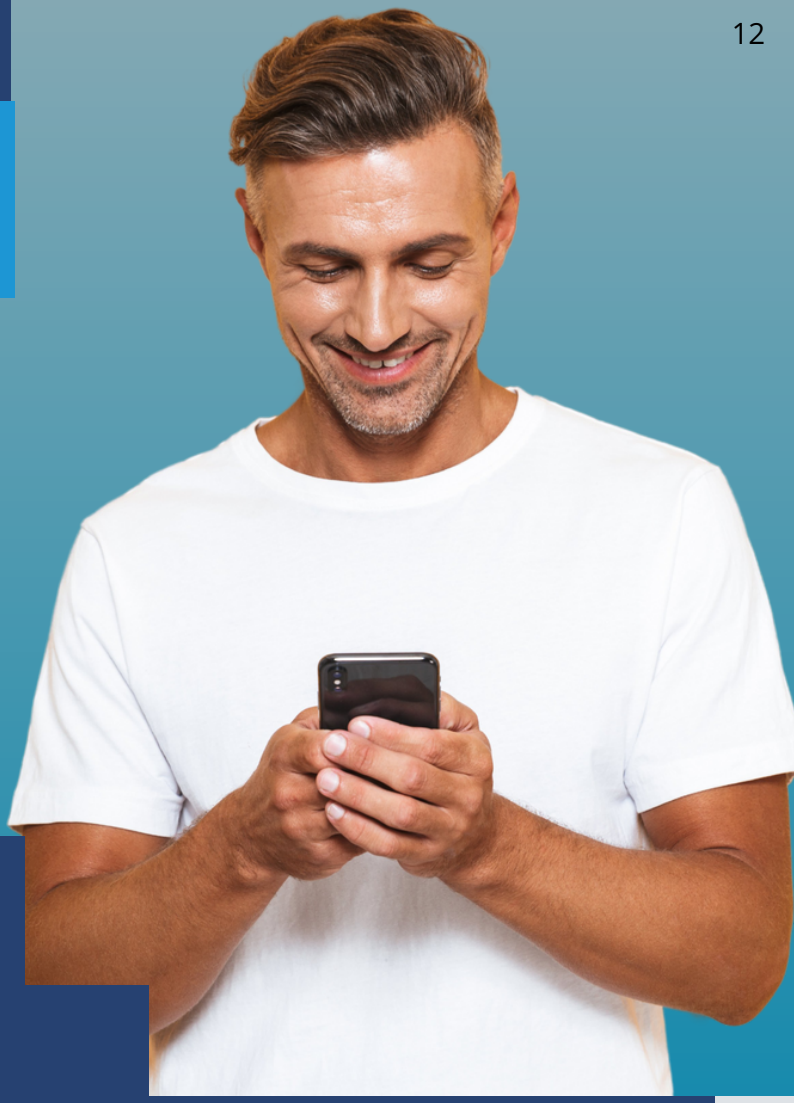
- **Fundação:** 02/03/2012
- **USB:** 01
- **Profissionais:** 09

- **Técnicos em Enfermagem:**
  Elimar Cristina
  Janaína Aparecida
  Lessandra Aparecida
  Luana Carolina
  Patrícia de Abreu

- **Condutores Socorristas:**
  Adilson Heitor
  Eric de Sousa
  Francine Aparecida
  Paulo Roberto

#DicaDaApontadora

My Ahgora



BAIXE O APP MY AHGORA PARA ACESSAR SEU PONTO!

O aplicativo AHGORA MOBILE que era usado no Sistema de Ponto Eletrônico foi descontinuado. Agora, para acessar seu ponto você precisa baixar o novo aplicativo, MY AHGORA, disponível no Play Store e Apple Store.

É fácil e rápido!

1- Baixe o app MyAhgora

2- Digite o código da empresa: a406411

3- Faça login com sua matrícula e senha

TEM DÚVIDA SOBRE O APP MY AHGORA?

A GENTE ESCLARECE!

1- QUAIS OS BENEFÍCIOS DO APP MYAHGORA?

ACOMPANHAR SUA FREQUÊNCIA E PONTUALIDADE DE ONDE VOCÊ ESTIVER, QUANDO VOCÊ QUISER. FAZER A SOLICITAÇÃO ONLINE DE SUAS JUSTIFICATIVAS.

2- É POSSÍVEL BATER O PONTO PELO APP?

NÃO, O REGISTRO DE PONTO CONTINUA SENDO FEITO APENAS NOS APARELHOS INSTALADOS NAS BASES.

3- MEU APP NÃO ESTA LOGANDO COM MINHA SENHA, O QUE EU FAÇO?

A MUDANÇA DE SENHA É OBRIGATÓRIA NO PRIMEIRO LOGIN, VISANDO A PROTEÇÃO DE DADOS SENSÍVEIS, EM ADEQUAÇÃO Á LEI GERAL DE PROTEÇÃO DE DADOS PESSOAIS (LGPD).

4- CONSIGO SOLICITAR TROCAS DE PLANTÃO PELO MYAHGORA?

NÃO, O SISTEMA DE SOLICITAÇÃO E ACEITAÇÃO DE TROCA É O VSKY, COM OS DEFERIMENTOS DE SUA COORDENAÇÃO.

CISRU
CENTRO SUL

ASSESSOR JURÍDICO

#SOU CISRU
SOU SAMU

CISRU CENTRO SUL

“Olá! Meu nome é Francismar e eu sou o assessor jurídico do CISRU Centro Sul. Sou bacharel em direito, advogado e especialista em Direito Administrativo. Atuo no Consórcio desde o ano de 2012 e em 2017 fui designado para assumir a responsabilidade pela assessoria jurídica.

A assessoria jurídica é responsável por acompanhar o desenvolvimento de processos nas esferas judiciais ou extrajudiciais, apresentando defesas, contestações, recursos, juntando documentos comprobatórios, participando de audiências, entre outros atos pertinentes a esses feitos.

Mas atualmente o Consórcio trabalha com a ideia de Compliance, que em suma, é “estar em conformidade com as leis e regulamentos”. Essa moderna prática garante que o CISRU Centro Sul oriente sua atuação no intuito de “evitar os problemas” ocasionados pela inobservância da legislação aplicável, através do desenvolvimento de ferramentas que garantam a observância da conformidade dos atos administrativos com o ordenamento jurídico.

Nesse sentido, atuo junto aos serviços de consultoria do Consórcio para implementar estes instrumentos de Compliance que irão garantir a observância das leis e regulamentos por todos os setores que compõem a estrutura administrativa, bem como operacional do CISRU Centro Sul, configurando-se assim, uma das minhas principais atribuições enquanto responsável por esse setor.

Ademais, com muita satisfação e prazer por exercer tal função, informo que estou sempre à disposição para atender a todos que fazem parte da família CISRU, em especial dúvidas ou questionamentos de nossos colaboradores.”

Francismar Gonçalves
Assessor Jurídico

51 municípios fazem parte do CISRU. Você conhece todos eles?

Nessa série iremos apresentar os nossos municípios consorciados. Confira nessa edição aqueles que fazem aniversário em abril. Acompanhe com a gente!

Alfredo Vasconcelos

População: 6.981 pessoas (2020)
Área: 130.815 km² (2020)
Aniversário: 27/04
Gentílico: Vasconcelense
Prefeito: Mauro César de Oliveira

O morango é uma das principais atividades econômicas de Alfredo Vasconcelos, cidade situada na região do Campo das Vertentes. Com a fruta os agricultores investem em receitas de doces e negócios.

A cidade possui belas praças e muita história enraizada em seus monumentos, como a Matriz de Nossa Senhora do Rosário. O município mantém a tradição das festividades de Minas, com o animado e colorido Festival de Morangos, Rosas e Flores.

O CISRU parabeniza todos os vasconcelences pelo aniversário de seu município!

Fonte:
http://www.institutoestradareal.com.br

Carandaí

População: 25.669 pessoas (2020)
Área: 487.280 km² (2020)
Aniversário: 27/04
Gentílico: Carandaiense
Prefeito: Washington Luis Gravina Teixeira

Carandaí está situada na região do Campo das Vertentes. Conhecido como Celeiro de Minas, o município, é o maior horticultor do estado.

Dentre os atrativos turísticos, estão a Igreja de Nossa Senhora da Glória, o coreto e o Cruzeiro, de onde é possível ter uma vista completa da cidade.

O município conta ainda com diversos hotéis-fazenda, atraindo turistas de várias partes do país em busca de sossego.

O CISRU parabeniza o município de Carandaí pelo seu aniversário!

Fonte:
http://www.institutoestradareal.com.br

Chocolate

alivia mesmo a tensão na pandemia?

A incerteza e o medo causados pelo novo coronavírus têm afetado diretamente os carrinhos de compras e os hábitos das pessoas. Um dos produtos mais consumidos é o chocolate, que, se escolhido da forma correta, com alto teor de cacau, é um poderoso aliado nesse momento de pandemia, por aliviar a ansiedade, prevenir a depressão, promover bom humor e bem-estar e ajudar na concentração e no raciocínio.

“A semente de cacau é o alimento com maior índice de flavonoides, substâncias antioxidantes que atuam na prevenção de câncer e de doenças cardíacas. Quanto mais amargo, maior a concentração de flavonoides e os benefícios associados.”

Aponta Raimundo Mororó, sócio e pesquisador chefe da Mendoá Chocolates.

O chocolate ao leite contém cerca de 25% de cacau; o meio amargo 41% e os de teor elevado têm até 99% do ingrediente, enquanto o branco é feito somente com a manteiga de cacau. O ideal, segundo a nutróloga e endocrinologista Sandra Gordilho, é o a partir de 70% de cacau.

“Quanto mais escuro mais dá a sensação bem-estar, influencia no humor, protege as células nervosas e retarda o envelhecimento”, observa a médica.

O poderoso hormônio da felicidade – a serotonina – é um dos neurotransmissores produzidos, que atenua os sintomas da ansiedade inerente à imprevisão do fim da pandemia.

Não por acaso, o cacau reduz o risco de depressão em 70%, segundo estudos da University College London (UCL). A dopamina liberada, por sua vez, é ligada à sensação de recompensa e prazer, atuando como um conforto em tempos de isolamento social.

Acesse o vídeo para saber mais!

Magnésio, ferro, zinco, vitamina B12 e outros nutrientes essenciais do chocolate fortalecem o sistema imunológico e ajudam a encarar esse período de quarentena. Isso não significa que está liberado o consumo indiscriminado do alimento.

Moderação é a palavra chave. **"Qualquer exagero causa desequilíbrio no organismo, podendo interferir no nível de colesterol e de açúcar e levar à obesidade, diabetes, infarto, doença cardíaca ou AVC"**, ressalta a nutróloga. A recomendação é o consumo de 25 a 50 gramas por dia.

Fonte: https://www.vidaeacao.com.br/chocolate-alivia-mesmo-a-ansiedade-da-pandemia/

ABRIL AZUL

MÊS DE CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE O AUTISMO

A ONU, no fim de 2007, definiu todo 2 de abril como sendo o Dia Mundial de Conscientização do Autismo.

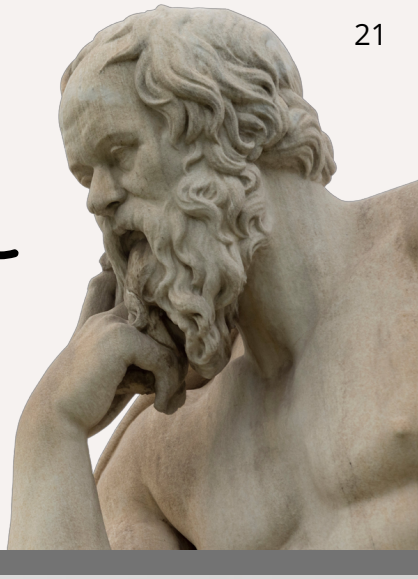
Em 2020 e 2021 a comunidade envolvida com a causa do autismo no Brasil todo segue, unida, em uma campanha nacional com tema único: “Respeito para todo o espectro”, para celebrar a data, usando a hashtag #RESPECTRO nas redes sociais.

O Autismo (Transtorno do Espectro do Autismo: TEA) é uma condição de saúde caracterizada por déficit na comunicação social (socialização e comunicação verbal e não verbal) e comportamento (interesse restrito e movimentos repetitivos).

Não há só um, mas muitos subtipos do transtorno. Tão abrangente que se usa o termo “espectro”, pelos vários níveis de suporte que necessitam — há desde pessoas com outras doenças e condições associadas (coocorrências), como deficiência intelectual e epilepsia, até pessoas independentes, com vida comum, algumas nem sabem que são autistas, pois jamais tiveram diagnóstico.

O símbolo do autismo é o quebra-cabeça, que denota sua diversidade e complexidade — criado em 1963 pela National Autistic Society, no Reino Unido.

Fonte: https://www.revistaautismo.com.br/



O Método Socrático

E COMO ELE PODE TE AJUDAR A OBTER CONHECIMENTO

Sócrates (470-399 a.C.) é marcante por sua busca incansável pelo conhecimento, para isso desenvolveu **o método socrático.**

Esse método tem o objetivo de questionar as crenças habituais de seu interlocutor para ele posteriormente, assumir sua ignorância e buscar um conhecimento verdadeiro. O método socrático busca afastar a opinião e alcançar o conhecimento.

Para Sócrates, somente após a falsidade ser afastada é que a verdade pode emergir. Sendo assim, seu método de investigação é composto por dois momentos: ironia e maiêutica.

A **ironia** é composta de perguntas feitas ao interlocutor com o objetivo de deixar claro que o conhecimento que ele julgava possuir, não passava de mera opinião ou uma interpretação parcial da realidade.

A segunda etapa do método socrático é conhecida como **maiêutica**, o filósofo continua fazendo perguntas, agora com o objetivo de que o interlocutor chegue a uma conclusão segura sobre o assunto e consiga definir um conceito.

Para o filósofo, ninguém é capaz de ensinar alguma coisa a outra pessoa. Somente ela mesma pode tomar consciência, dar luz às ideias. A reflexão é a forma de atingir o conhecimento.

Fonte: https://www.todamateria.com.br/metodo-socratico-ironia-maieutica/

ANIVERSARIANTES
DE ABRIL

06/04 Cyntia Jacqueline Moura - Enfermeiro - Barbacena

08/04 Thays Nilceia Ferreira Campos - Técnico em Enfermagem - Ibertioga

09/04 João Otávio Silva Costa - Condutor Socorrista - Madre de Deus

10/04 Robson Pedro de Oliveira - Técnico em Enfermagem - Carandaí

11/04 Gislaine de Paula Batista - Técnico em Enfermagem - Barbacena

12/04 Isabela Kelly de Oliveira - Assistente Administrativo - Barbacena

13/04 Walisson Torres - Condutor Socorrista - Barbacena

14/04 Marcos Paulo Lopes e Silva - Técnico em Enfermagem - Barroso

14/04 Sâmara Pereira de Miranda - Médico - Barbacena

15/04 Priscila Maria de Souza - Auxiliar de Limpeza - Barbacena

15/04 Rodrigo Patrício de Rezende - Médico - Barbacena

17/04 Jorge Firmino da Silva - Técnico em Enfermagem - Conselheiro Lafaiete

21/04 Adilson Rodrigues - Condutor Socorrista - São Tiago

21/04 Bianca Márcia de Nazareth Ferreira - Condutor Socorrista - Tiradentes

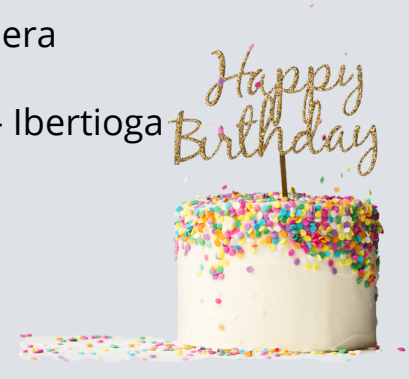
22/04 Rayane Silva Miranda - Auxiliar de Regulação Médica - Barbacena

26/04 Alécia Aparecida Campos Souza - Técnico em Enfermagem - Entre Rios

26/04 Raiany Thaimeny Nery - Farmacêutica - Barbacena

26/04 Rivaldo Miranda Dornelas - Condutor Socorrista - Rio Espera

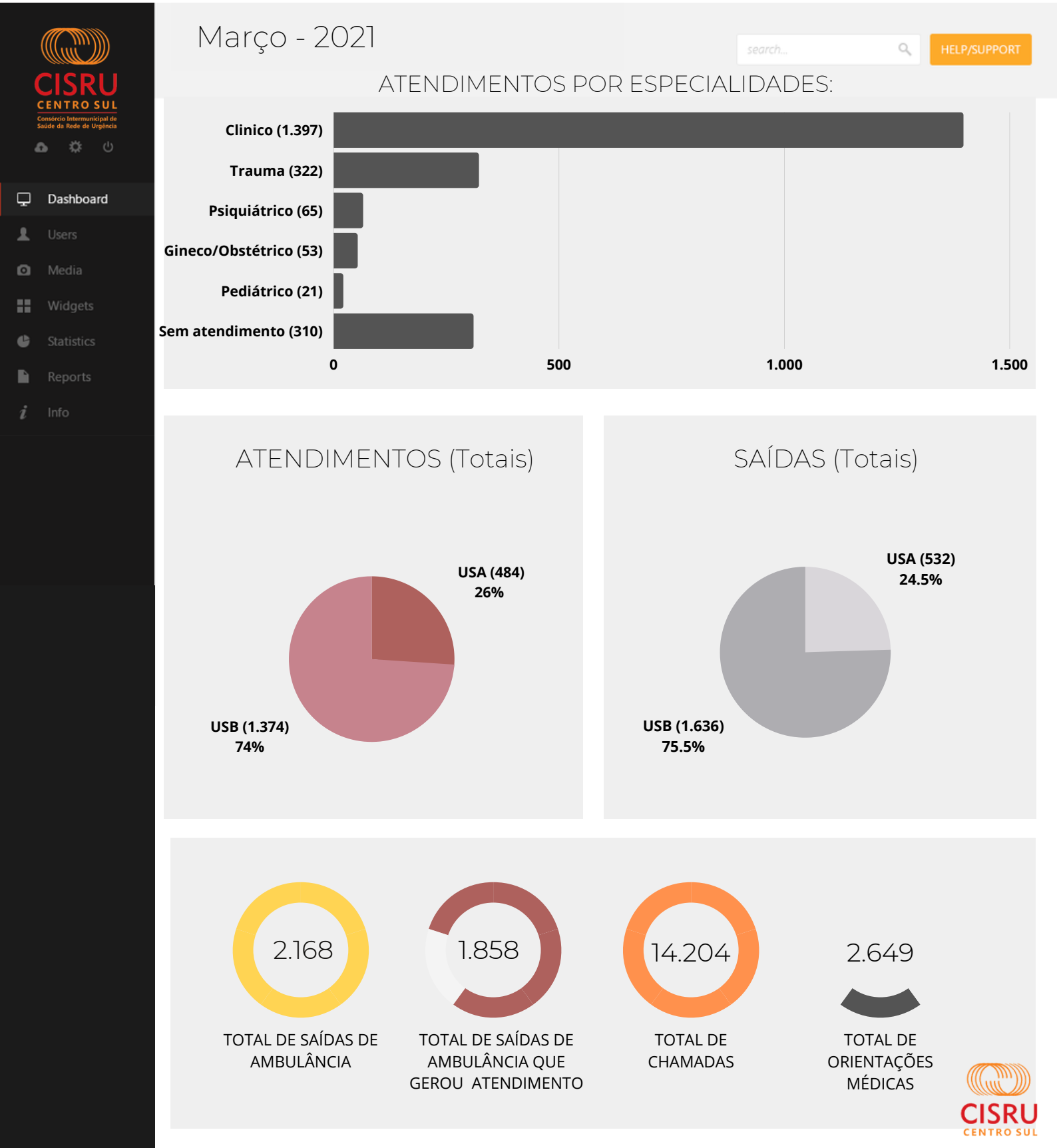
28/04 Vilsângela Aparecida Moreira - Técnico em Enfermagem - Ibertioga

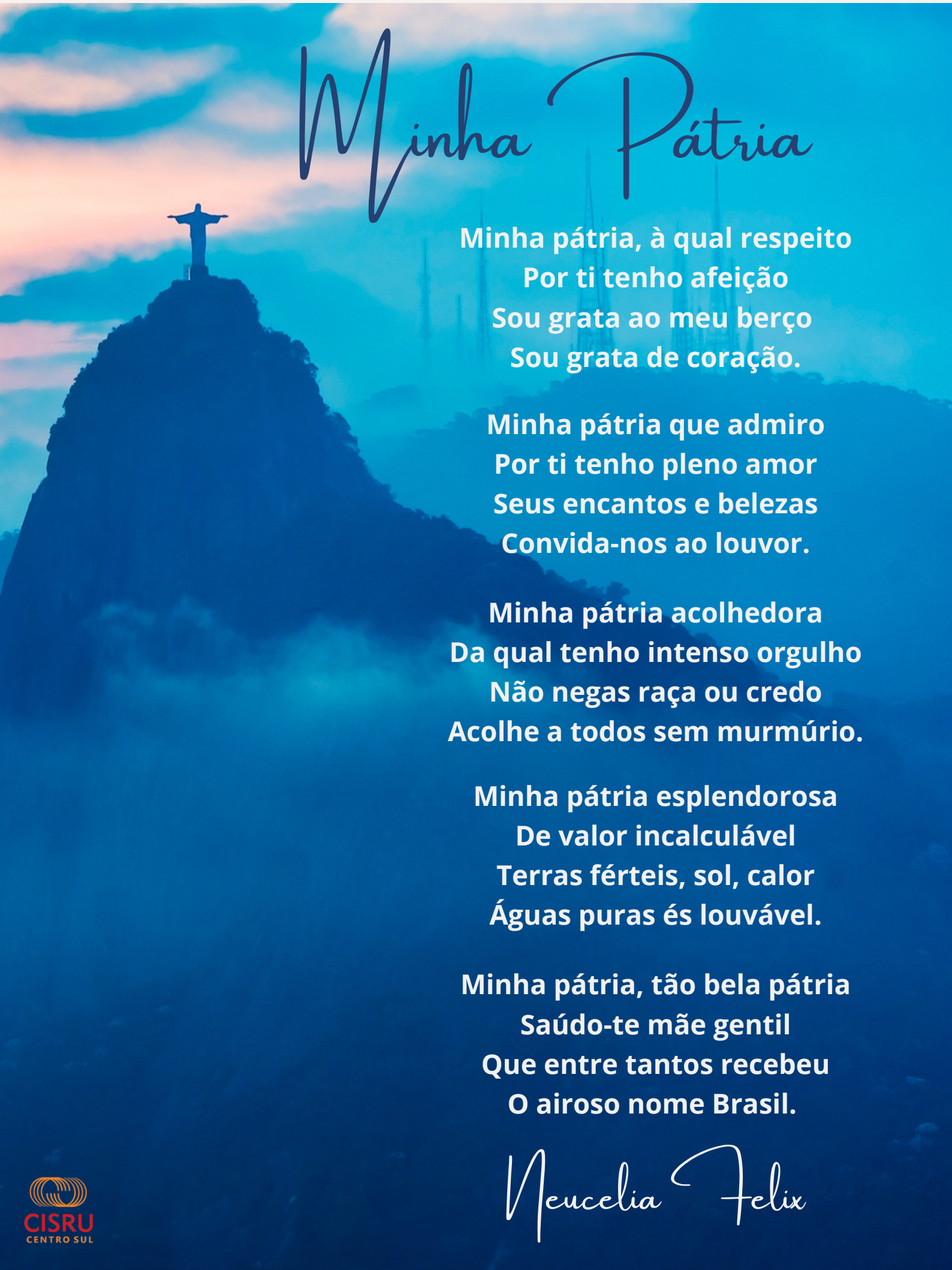


CISRU
CENTRO SUL

NOSSOS NÚMEROS

Março - 2021





Minha Pátria

Minha pátria, à qual respeito
Por ti tenho afeição
Sou grata ao meu berço
Sou grata de coração.

Minha pátria que admiro
Por ti tenho pleno amor
Seus encantos e belezas
Convida-nos ao louvor.

Minha pátria acolhedora
Da qual tenho intenso orgulho
Não negas raça ou credo
Acolhe a todos sem murmúrio.

Minha pátria esplendorosa
De valor incalculável
Terras férteis, sol, calor
Águas puras és louvável.

Minha pátria, tão bela pátria
Saúdo-te mãe gentil
Que entre tantos recebeu
O airoso nome Brasil.

Neucelia Felix

CISRU
CENTRO SUL

Lembre-se! Esta revista digital é feita pra você e com você. Então contribua nos enviando conteúdos para o WhatsApp (32) 98817-1926 ou para o e-mail: rhcisru@gmail.com

CISRU
CENTRO SUL

SAMU 192

MapaRH
CONSULTORIA

Presidente: Hélio Márcio Campos
Secretária Executiva: Ormesinda Barbosa
Produção: Bianca Bergamini, Isabela Oliveira, MapaRH Consultoria
Contribuições: Francismar Sebastião, Vânia Abrantes e colaboradores das bases descentralizas.