

SOCIAL

Marcelo Militão (Interino)

Santa Casa e Evangélico recebem R\$ 200 mil cada um para atender a população

A Santa Casa e o Hospital Evangélico de Londrina receberam R\$ 200 mil cada um, última segunda-feira, para ações de custeio e compra de equipamentos. Os R\$ 400 mil foram liberados por emendas do deputado federal Rubens Bueno, numa parceria com o deputado estadual Tercilio Turini, que sugeriu o reforço de caixa às instituições. O diretor executivo do Hospital Evangélico, Lincoln Magalhães, declarou que “poder contribuir e pensar no próximo é um dom de Deus. Agradecemos ao deputado Rubens Bueno pela sensibilidade, que além de estrutura de atendimento e equipamentos, traz principalmente a esperança para muitos que estão necessitando dos cuidados do hospital”, afirmou. O superintendente da Santa Casa de Londrina, Fahd Haddad, disse que o recurso é imprescindível para manutenção do hospital, que tem 82% dos atendimentos pelo SUS. Tercilio Turini destacou que “são recursos fundamentais para hospitais que têm papel estratégico na rede de saúde regional. Nossa parceria com o deputado federal apresenta resultados para a população. Fico muito feliz em poder contribuir com a Santa Casa e o Hospital Evangélico”, diz



A londrinense Marize Bongiovanni Petryk (foto) está grávida de uma menina. O bebê deve nascer na última semana de julho. Filha da apresentadora de TV Mafalda Bongiovanni, ela mora em Calgary, no Canadá, com o marido Brad Petryk e o filho Daniel Antonio. Mafalda já tinha planejado a viagem para acompanhar o nascimento de mais uma neta, mas por conta da pandemia do coronavírus vai aguardar mais um pouco para encontrar com os familiares.

O Xerife de Riverside

A liberdade individual é um direito muito caro para os norte-americanos. Na Califórnia, o governador Gavin Newsom endureceu as medidas restritivas para prevenir a propagação do coronavírus, mas ele não imaginava que o xerife do Condado de Riverside, Chad Bianco, fosse detonar e desobedecer as ordens oficiais de multas e prisões dos infratores. “Você não pode simplesmente prender alguém por sair e se exercitar em público ou por não usar uma máscara. Eles querem que eu faça dos cidadãos criminosos porque estão tentando sustentar suas famílias. Isso não faz mais sentido”, disse o xerife. A rebelião do policial contra o decreto do governador teve grande repercussão, inclusive em outros Estados.



PERFORMANCE DO ATLETA DE ALTO RENDIMENTO

O professor Antonio Carlos Gomes, coordenador pedagógico da Academia Brasileira de Treinadores do Comitê Olímpico do Brasil, fez um relato para a Coluna da rotina atual dos atletas de alta performance depois que os esportes praticamente pararam no país e no Mundo. Diz ele: “O isolamento social, ação necessária do governo para evitar a propagação do coronavírus, afetou a rotina diária da população brasileira, provocando a paralisação de inúmeras atividades, entre elas, das competições esportivas, como foi o caso dos Jogos Olímpicos no Japão e diversos outras competições no âmbito nacional e internacional. Com o objetivo de não perder totalmente o nível de performance desportiva e condicionamento físico, atletas que fazem parte das seleções nacionais em diferentes modalidades têm procurado manter seus níveis de performance, treinando em casa ou em bosques distantes das cidades”, observa.

Contato virtual

Doutor em treinamento desportivo pela Universidade Nacional de Cultura Física da Rússia, ele explica que todo o sistema de treinamento dos atletas está direcionado para a melhora ou manutenção da condição física, pois as modalidades que dependem de ginásios fechados como é o caso das lutas, dos esportes coletivos, das modalidades de ginástica artística, rítmica, nado sincronizado, entre outras, estão impossibilitadas de treinarem os componentes técnicos e táticos. “Neste momento, o contato dos atletas com suas comissões técnicas ocorre através da ajuda da tecnologia, onde recebem orientações do treinador, do nutricionista, do preparador físico, do médico, etc., que mesmo a distância não deixam de dar as orientações devidas aos atletas”, detalha

Queda de performance

No entanto, o professor Antonio Carlos Gomes esclarece que apesar de todo o esforço e cuidado tomado pelos atletas e seus treinadores, manter um nível alto de performance é praticamente impossível por vários motivos. Entre eles, estão a indecisão de quando retorna as competições seletivas e classificatórias para os jogos olímpicos, inicialmente marcado para o ano que vem. “Por outro lado, sem a estrutura física necessária é muito difícil manter níveis de performance de alto rendimento. O mais importante neste contexto é que os atletas mesmo durante a pandemia estão procurando treinar dentro das possibilidades e das regras de segurança, para não diminuir de forma drástica as suas performances”, enfatiza.

Sistema imunológico

Perante tal situação, o experiente professor salienta que é importante que as regras sejam seguidas com rigor pelos atletas de alto rendimento, pois eles dependem 100% do seu bom estado de saúde para que possam superar este momento em busca da performance ótima na sua modalidade com o objetivo de representar o Brasil nas futuras competições internacionais. “Os cuidados vão deste a higiene constante das mãos, rosto e nariz, procurando evitar contato físico com parceiros de treino, além de outro aspecto de grande importância que é a intensidade fisiológica em resposta ao treino. A mesma, não deve ser máxima ou submáxima durante muito tempo, pois isso provoca uma baixa no sistema imunológico o que deixa o organismo do desportista sensível a adquirir enfermidades. Neste caso, o treino deve ser organizado com cargas moderadas e baixas e o desportista deve seguir uma dieta alimentar saudável e com nutrientes suficientes para recuperar o gasto de energia além de manter uma excelente hidratação”, orienta.



A bela Renata Mesquita, londrinense radicada em São Paulo, comemora aniversário neste sábado (16 de maio). Em tempo de quarentena na capital paulista, vai comemorar com o marido e a filha