



Informativo da Central Única dos Trabalhadores do Paraná - Ano IV - nº 24 - Maio/Junho de 2008

Manifestação histórica no Dia de Luta pela Redução da Jornada. Págs. 2 e 🤅

| Dia Internacional do Trabalhador |

Cinco mil trabalhadores marcham pela redução da jornada e integração latinoamericana no 1º de Maio Internacional da CUT e attificação da da

Militantes da CUT e de outras centrais da América Latina coloriram as ruas de Foz durante a celebração da luta dos trabalhadores

- - Págs. 4 e 5

Contra o oligopólio no setor de fertilizantes

Forças políticas e populares se únem para acabar com o oligopólio da Bungue e baratear preço dos insumos aos pequenos produtores.

Página 7



12ª Plenária Estatutária da CUT Paraná

Maringá receberá o evento entre os dias 27 e 29 de junho. Confira as últimas orientações para a participação de delegados(as)

Página 6



Mobilização histórica marca o Dia Nacional de Lutas pela Redução da Jornada no Paraná



Manifestações atingiram cerca de 1 milhão de pessoas em todo estado; principal atividade aconteceu em Curitiba

s trabalhadores paranaenses e sindicalistas de diversas categorias atenderam à convocação das centrais sindicais CUT, CTB e FS e realizaram uma mobilização histórica no 28 de Maio — Dia Nacional de Lutas pela Redução da Jornada de Trabalho, Sem Redução de Salários e pela ratificação das Convenções 151 e 158 da Organização Inter-

nacional do
Trabalho
(OIT). A
a valiação
dos coordenadores da
manifestacão aponta

Concentração na madrugada

que cerca de 1 milhão de pessoas foram envolvidas diretamente com as ações promovidas nesse dia em todo estado. Bloqueio do Transporte Público - Muitas atividades foram realizadas em diversas cidades, como passeatas, protestos, atrasos na entrada de turno, entre outras, mas a principal delas ocorreu mesmo na capital. Por volta das três horas da madrugada, os militantes das centrais se concentraram em diversos pontos de Curitiba. O objetivo era conversar com motoristas e co-

bradores para atrasar a circulação dos ônibus do transporte público como forma de apoio à redu-

ção da jornada. A CUT ficou responsável pelo diálogo em uma das empresas. Os cutistas sensibilizaram os motoristas e houve atraso no tráfego dos ônibus por cerca de uma hora. Nem mesmo a tropa de choque da Polícia Militar (Ronda Ostensiva de Natureza Especial - Rone) intimidou os manifestantes. Quando os oficiais chegaram ao local e tentaram retirar os trabalhadores da entrada da empresa, os militantes sentaram no chão e gritavam palavras de ordem como "você aí de farda, também é explorado!", "uh, ah, 40 horas já!" e "empresário, não arrebenta, nós queremos as 40!". No entanto, a Rone atuou com truculência desnecessária. Os policiais empurraram, chutaram e deferiram golpes de cacetete contra os trabalhadores e acabaram conseguindo liberar o trânsito antes do previsto, por volta das 06h da manhã. A intenção era manter o bloqueio até 07h. "Vamos cobrar do governador em exercício, o presidente do Tribunal de Justiça do Paraná, desembargador Vidal Coelho, sobre essa ação violenta contra uma manifestação pacífica. Isso nos remete aos tempos de governos neoliberais", afirmou Roni Anderson Barbosa, presidente da CUT-PR.

Também ocorreram registros de incidentes violentos envolvendo a tropa de choque nas paralisações em outras garagens. O pior deles foi no bloqueio da rodovia do Contorno Sul, onde os policiais avançaram com as viaturas sobre os trabalhadores, bateram com cacetetes e dispararam armas de fogo. Alguns manifestantes saíram do ato com ferimentos e outros 10 foram presos e liberados logo em seguida (continua na próx. pág.).



Truculência desnecessária na ação da Polícia Militar

CUT bloqueia BR 116 e conscientiza população sobre a importância da redução da jornada



· Militantes da CUT paralisam rodovia por 30 minutos; grande congestionamento serviu para orientar os motoristas sobre a campanha

ação truculenta da polícia não conteve as manifestacões, tampouco acuou os trabalhadores ligados à CUT. Eles saíram da garagem de ônibus e definiram uma nova estratégia: bloquear a BR 116 na altura do trevo da PUC - Pontifícia Universidade Católica do Paraná. Dito e feito! Com o auxílio dos carros de som, conseguiram impedir o trânsito nas duas vias da BR por cerca de 30 minutos, o suficiente para gerar um grande congestionamento, que foi aproveitado para conscientizar os motoristas sobre as razões do protesto e distribuir o jornal específico do Dia Nacional de Lutas. Após o bloqueio, os manifestantes sa-

íram em carreata até o local da concentração seguinte para encontrar os trabalhadores das demais centrais.

Marcha Unificada - Cada central sindical e sua militância estava com atividades em locais diferentes, mas, ao final dos protestos madrugueiros, todos se concentraram na Praca Afonso Botelho, mais conhecida como Praça do Atlético Paranaense. Por volta das 10h30, cerca de dois mil trabalhadores saíram em passeata pelas ruas do centro da cidade em direção à Praça Rui Barbosa. Com muitas faixas, bandeiras e cartazes a favor da redução da jornada de trabalho, a marcha ocupou todas as

pistas das avenidas por onde passou, num trajeto de aproximadamente 1km.

O Dia Nacional de Lutas

pela Redução da Jornada em Curitiba terminou 12h30, com discursos inflamados das lideranças de cada Central Sinprincipais

entidades dos movimentos sociais presentes. Os trabalhadores aproveitaram o grande fluxo de pessoas na Praça Rui Barbosa para coletar mais assinaturas no abaixo-assinado que pede a aprovação no Congresso Nacional da Proposta de Emenda à Constituição 393/2001, de autoria dos senadores Paulo Paim (PT-RS) e Inácio Arruda (PCdoB-CE), que prevê redução da carga horária semanal do trabalhador em 4 horas, sem redução de salários.

Aulas reduzidas - Nas es-

colas da rede estadual de ensino, as aulas nesse dia 28 foram reduzidas de 50 para 30 minutos. Além da

> redução da jornada, os 100 mil educadores de todo estado, organizados pela APP-Sindicato. aproveitaram o tempo livre para debater a mobilização

pela equiparação salarial, o Plano de Carreira dos Funcionários, a aposentadoria especial para diretores e pedagogos, e a redução de alunos por turmas, entre ou-

Dados sobre a redução da jornada: Segundo cálculo linear do Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Sócio-Econômicos (Dieese), se a jornada de trabalho for reduzida em 4 horas semanais, seriam gerados cerca de 2,2 milhões de empregos em todo país. No Paraná seriam 130 mil novos postos de trabalho, sendo 40 mil somente em Curitiba e Região Metropolitana. Foi a partir desse estudo que as centrais elaboraram o mote "Reduzir a Jornada é Gerar Empregos!".



dical e das Manifestação terminou com discursos na Praça Rui Barbosa

Marcha unificada tomou as ruas do Centro da Capital

Mais de 1,5 milhão de assinaturas

CUT marcou presença no Congresso Nacional no dia 3 de junho, junto com as outras centrais sindicais, para a entrega do abaixoassinado pela Redução da Jornada de Trabalho, sem redução de salários. A campanha nacional conjunta foi iniciada em janeiro e ultrapassou 1,5 milhão de assinaturas, atingindo assim a quantidade proposta pela campanha.

O presidente da Câmara, deputado Arlindo Chinaglia (PT-SP), abriu a palavra aos presidentes das centrais, que fizeram pronunciamentos ao plenário pedindo que votem com a classe trabalhadora pelas 40 horas.O presidente nacional da CUT, Artur Henrique, reiterou que o crescimento e o desenvolvimento do país estão atrelados às melhores condições de trabalho e de vida, e a Redução da Jornada de Trabalho para 40 horas é fator fundamental para isso.

No plenário, vários deputados pronunciaram-se a favor da Redução da Jornada, reivindicação conjunta das centrais sindicais. Chinaglia declarou às entidades presentes que haverá um esforço da casa para que as negociações se iniciem o mais breve possível.

Dia Internacional do Trabalhador

Marcha na região da Tríplice Fronteira destaca reivindicações históricas dos trabalhadores



Manifestantes ocupam marginal da BR 277 e marcham pela redução da jornada e integração latino-americana

ão Pedro não colaborou como nas edições anteriores, mas nem o dia frio e a chuva que caiu no final da manhã e perdurou por toda tarde apagaram o brilho do 1º de Maio Internacional da Central Única dos Trabalhadores -CUT - em Foz do Iguaçu, região da tríplice fronteira entre Argentina, Brasil e Paraguai. Sob o prisma de reivindicações trabalhistas históricas, como a redução da jornada de trabalho de 44 para 40 horas semanais, sem redução de salários, e a integração latino-americana, a terra das Cataratas do Iguaçu recebeu pela quarta vez o Dia de Luta e Comemoração dos Trabalhadores.

As atividades começaram logo cedo, por volta das 08h30, na concentração marcada na Ponte da Amizade. Pouco a pouco as caravanas e a população de Foz chegavam ao local, cada um com sua faixa, bandeira e camiseta. Eram trabalhadores militantes sociais ligados às principais centrais sindicais das três nações - CUT do Brasil, CTA da Argentina, e CUT Autêntica do Paraguai. Cerca de uma hora mais tarde, a mar-

ginal da BR 277, que dá acesso à Ponte, já estava toda ocupada por aproximadamente cinco mil pessoas. De lá, saíram em passeata até a Avenida Duque de Caxias, onde são realizadas as manifestações políticas e culturais da cidade. O trajeto ficou marcado pelo colorido dos materiais, pelas falas das lideranças sindicais e também pelas palavras de ordem que ecoavam entre as ruas de Foz, capazes de serem ouvidas à distância, o que chamou a atenção da sociedade.

O secretário da CTA Argentina e trabalhador do ramo da pintura Edgardo Landa destacou que a união dos povos é a única forma de promover o desenvolvimento solidário. "Temos que lutar pela integração latino-americana porque somos todos iguais, com realidades muito semelhantes, senão idênticas. Estamos todos estamos em busca de trabalho com dignidade, sem a exploração desenfreada do capital. Por isso, somente como estamos fazendo hoje, ou seja, unindo nossas forças e poder de mobilização, estaremos caminhando rumo à emancipação dos trabalhadores

do Mercosul, com justiça e igualdade social para todos", apontou.

O petroleiro e membro da Direção Nacional da CUT Antônio Carlos Spis elogiou o cunho social e político do Dia Internacional do Trabalhador em Foz do Iguaçu. "É um 1º de Maio de luta, construído com mobilização e integração. Saímos da tríplice fronteira, com uma vigorosa caminhada, finalizando com discursos sobre posições políticas de diversos setores da sociedade e também

com algumas atividades culturais, mas de raiz. É muito ruim quando os 1ºs de Maio se descaracterizam de uma reflexão pro-

funda que os trabalhadores precisam fazer no seu dia. A exclusão social e o desemprego são muito grandes. Existem algumas reformas que ainda nos preocupam ainda, como a tentativa da volta da reforma da previdência social, aponta-se para a reforma trabalhista,

para colocar novamente na pauta do Congresso Nacional a emenda 3, entre outras tentativas neoliberais de retirada de direitos históricos dos trabalhadores. São muitos problemas que ainda necessitam de profunda reflexão nesse dia. Só estamos discutindo algumas pautas mais progressistas, como a possibilidade da redução da jornada e a ratificação das convenções 151 e 158 da OIT, a partir de uma marcha da CUT, realizada em dezembro do ano passado, integrada

> com os movimentos sindical e estudantil, que exigiu essas reivindicações. Por isso, é muito produtivo estar num 1° de Maio que prio-

rize essa pauta política e a integração latino-americana", destacou Spis.

"É um 1º de Maio de

luta, construído com

mobilização e

integração!"

(Antônio Carlos Spis)

Segundo avaliação de Roni Anderson Barbosa, presidente da CUT-PR, "o Dia Internacional do Trabalhador em Foz do Iguaçu é um exemplo de integração nacional e latino-ame-

ricana que certamente repercutirá positivamente acerca das pautas colocadas como prioritárias para os trabalhadores".

Após os discursos das lideranças sindicais de diversas categorias dos países representados, aconteceram as apresentações musicais. O grupo Vientosur interpretou músicas de resistências do povo latino-americano, como Guantanamera e América Latina, entre outras. Em seguida, e para finalizar a programação, subiu ao palco a banda curitibana Relespública. Demonstrando muito vigor, esse grupo que começa a ganhar reconhecimento nacional tocou músicas dos Beatles, Mutantes, Raul Seixas, e algumas composições próprias.

Além das entidades sindicais que representavam as categorias de bancários, petroleiros, professores, servidores municipais e estaduais, vigilantes, comerciários, trabalhadores da construção civil, rurais e da agricultura familiar, também prestigiaram o evento ativistas do MST, da Via Campesina e da Coordenação os Movimentos Sociais (CMS).

O1º de Maio Internacional da CUTem imagens









Bancários de Cur dos (SEEB-CTBA e FETEC-PR)



Petrolairos do Parané e Senta Catarina (Sindipetro PR/SC)



Magistério de Curitide (S'emmec)



Trabalhadone: de Agricultura Familier (STR-T3 e Februl-3ul







Movimento Feminista











= 12^a PlenCUT-PR

12ª PlenCUT-PR: últimas orientações para participação de delegados(as)

udo pronto para a 12ª Plenária Estadual da CUT Paraná (PlenCUT-PR). O evento vai acontecer nos dias 27, 28 e 29 de junho, em Maringá. O auditório do Sindicato dos Trabalhadores em Estabelecimentos de Ensino (Sinteemar) receberá os debates e votações em plenário, já os trabalhos em grupo acontecerão em salas da Universidade Estadual de Maringá (UEM). No dia 27, das 09h às 17h, também acontece a Plenária Estadual das Mulheres da CUT. O evento é aberto à participação de todas as filiadas e vai retirar propostas e eleger delegadas para a Plenária Nacional das Mulheres da CUT, a ser realizada no dia 04 de agosto, em São Paulo.

O objetivo da 12ª Plen-CUT-PR é fazer um balanco das ações promovidas pela Central desde o último Congresso, realizado em 2006, e apontar novas estratégias de luta para o próximo período. Na oportunidade, também será feita a análise dos Textos-Base das CUT's nacional e estadual, bem como um profunda análise conjuntural que vai englobar os âmbitos regional, nacional e internacional. Nessa 12ª edição, a Plenária homenageará o camarada José Donizetti Viana, o Dodô, que estava à frente da Secretaria de Organização da CUT-PR e faleceu em 26 de janeiro deste ano. Cerca de duzentos

Cerca de duzentos delegados(as), de mais de

cem entidades sindicais, participarão das atividades. Porém, para garantir a presença de seus representantes, as entidades deverão seguir algumas orientações. Confira:

<u>Inscrição de delegados(as):</u>

Até o dia 17 de junho, junto à Secretaria Geral da CUT-PR (secgeral @ cutpr.org.br / (41) 3232-4649). Documentos necessários: ficha de inscrição, ata da assembléia de eleição de delegados, edital de convocação da assembléia, lista de presença e informações sobre necessidade de creche – apenas para crianças de até 7 anos.

<u>Pagamento da Taxa de</u> <u>Inscrição:</u>

O custo para cada delegado participar da 12ª PlenCUT-PR é de R\$ 560,00 e dá direito a transporte, hospedagem e alimentação. Esse valor deve ser depositado na conta da CUT-PR (Banco do Brasil | Ag: 3041-4 | C/C: 13.844-4) impreterivelmente até o dia 20 de junho. O recibo do depósito deverá ser enviado à CUT-PR pelo Fax (41) 3324-5106, aos cuidados da Tesouraria. Somente os delegados quites poderão participar da Plenária. Os delegados eleitos para a Plenária Nacional da CUT serão custados pelos respectivos ramos.



Maringá, 27, 28 e 29 de Junho de 2008

José Donizetti Viana - Dodě (in memoriam)



Última
Plenária da
CUT-PR foi
realizada no
Sindicato dos
Metalúrgicos
de Ponta
Grossa, em
2005.

Paralisação na Bungue/Fosfertil e passeata unem trabalhadores rurais e urbanos contra o oligopólio no setor de dos fertilizantes



Trabalhadores do campo e da cidade protagonizam a luta contra a concentração de mercado no setor de fertilizantes

luta contra a formação do oligopólio pela Bungue/ Fosfertil no setor de fertilizantes se renova a cada dia e mostra a disposição dos trabalhadores, tanto do campo quanto da cidade, na defesa da soberania alimentar. Ainda era madrugada do dia 14 de maio quando os ônibus lotados de agricultores familiares ligados à Fetraf-Sul/CUT começavam a chegar aos portões da empresa, no Parque Industrial de Araucária. Eram trabalhadores rurais de diversas cidades do interior paranaense que se deslocaram até a capital para reforçar a manifestação.

Os urbanos também não titubearam. Acordaram cedo e foram, junto com os rurais, realizar um protesto pacífico na entrada e saída de pessoas e veículos nos portões da Bungue/Fosfertil. A manifestação durou quase duas horas e contou com o apoio dos trabalhadores da empresa, pois a troca de turno, prevista para acontecer às 07h00, só ocorreu por volta das

Os manifestantes apontam o oligopólio da Bungue como principal responsável pela alta nos preços dos alimentos e de realizar atos anti-sindicais, como perseguição à organização de classe, precarização das condições de trabalho, horas-extras excessivas, entre outros.

:: Passeata

Após a paralisação na entrada da empresa, o conjunto de trabalhadores se deslocou até a concentração na Praça Santos Andrade, no Centro de Curitiba. De lá, saíram em caminhada pelas principais ruas da capital em direção ao Centro Cívico, onde estão localizadas as sedes dos três poderes do Paraná.

Em Frente ao Palácio Iguaçu, sede do Governo do Estado, as lideranças sindicais se revezavam ao microfone, mas as falas eram unânimes quanto à retomada do controle do setor de fertilizantes pela União, visando a desconcentração de mercado e o barateamento do custo dos insumos para os pequenos produtores.

Na avaliação de Paulo Roberto Fier, coordenador do Sindiquímica-PR, entidade que representa os trabalhadores da Bungue/Fosfertil, o objetivo foi atingido. "Nossa idéia era abrir o diálogo entre os pequenos produtores rurais e os trabalhadores da fábrica, ambos explorados pelo oligopólio. Além disso, estamos dando visibilidade às nossas reivindicações a cada ativi-

dade promovida em conjunto. Estamos no caminho certo, sem sombra de dúvida". afirmou.

Já o coordenador estadual da Fetraf-Sul/CUT, Neveraldo Oliboni, elogiou o empenho de trabalhadores rurais e urbanos nessa luta. "Ouando nos unimos. somos mais fortes. E dessa forma vamos conseguir pautar nossas propostas. Parabenizo a todos que participaram. Esse esforço coletivo trará benefícios para toda sociedade. A vitória será nossa!".

A atividade foi promovida pelo Comitê em Defesa dos Pequenos Agricultores e Trabalhadores, composto por instituições como a CUT-PR, Sindiquímica, Sindipetro PR/SC, Sismuc, APP-Sindicato, Seeb-Curitiba, Cefuria, MST, Via Campesina, entre outras, e pelos mandatos de parlamentares da bancada dos trabalhadores. Para o dia 12 de junho está prevista a realização de uma nova manifestação contra a concentração de mercado da Bungue no setor de insumos.

Expediente



Central Única dos Trabalhadores do Paraná Sede: Rua João Mangel, nº 444, São Francisco - Curitiba-PR CEP 80510-250 - Fone (41)323-2-649 - Fax: (41) 3324-5106 http://www.cutpr.org.br cutpr@cutpr.org.br Jornalista Responsável: Davi Macedo 5462 DRT/PR

Projeto Gráfico e Diagramação: Davi Macedo (41) 9625-1357 Impressão: Gráfica Helvética Tiragem: 5 mil exemplares

Executiva da Direção: Roni Anderson Barbosa, presidente (Sindipetro PR/SC); Miguel Angel Álvarenga Baez, vice (APP); Ademir Pincheski, sec. geral (Vigilantes de Curitiba), Raimundo Ribeiro Santos Filho, sec. de finanças (Vigilantes de Curitioa), Kalmundo Ribeiro Santos Filino, sec. de inanças (Sintrapay), Marilena Silva, 1ª tesoureira (Sismuc); Serginho Athayde Silva, sec. de formação (Bancários de Curitiba); Daniela Cellupi, sec. de comunicação (Rurais de Beltrão); José Donizeti Viana, sec. de organização (Bancários de Curitiba); Eliana M. dos Santos, sec. da mulher trabalhadora (Banc. Lond.); Glacelise Cordeiro Brites, sec. de políticas sociais (Sismmac); Luiz A. R. de Souza, sec. de política sindical (Sintcom-PR): Rose Mari Gomes, 1º suplente (APP-GPVA); José Alexandre dos Santos, 2º suplente (Sintracon Curitiba); Janeslei Albuquerque, 3ª suplente (APP Ctba

www.cutpr.org.br Seu portal de informações sobre o mundo do trabalho!

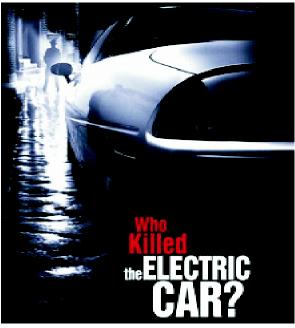
Conselho Fiscal: Titulares.: Juceli Pacífico – Comerciários de Francisco Beltrão, Edilson José Gabriel – Bancários de Umuarama, Otêmio Garcia - Sindiquímica, Suplentes.: Neveraldo Oliboni - Fetraf-Sul/CUT, Marlene Poposk - Sindiseab, José Camilo Ueudes - SISMMAC.

Direção Estadual: Carlos Aparecido da Silva Melo (Servidores municipais de Cambé), Marli de Castro (Fetrasap), Mário Sérgio Ferreira de Souza (APP Curitiba Sul), Jeferson Tramontini (Bancários de Curitiba J., José Ricardo Corrêa (APP Londrina), Lirani M. Franco da Cruz (APP), Mary Daniele Machado da Silva (Sintcom-PR).

uplentes da Direção: Otávio Dias (Bancários de Curitiba), Odete Supieries de Direçaz, Ciatvo Isas (Baricatios de Cunitola), Ocere Thomaz de Aquíno (Bancários de Londrina), Jonas Braz (Steem – Maringá), Mauro César Carvalho Pereira (Metalúrgicos de Ponta Grossa), Márcio Roberto Lell (Vigilantes de Curitiba), Alfeo Luiz Kappelari (APP Curitiba Sul), David Pereira de Vasconcelos (Sintracon Curitiba), Isabel Cristina Gonçalves (Sindesc Curitiba), Alessandra C. de Oliveira Cisimuc), Marcelio de Azambuja Bortoloto (APP-Sindicato), Célio Valter Mendes (APP-Sindicato), Nitton José Costa de Silva (APP-Sindicato), Elide Bueno (APP-Sindicato), Oseni Ferreira da Silva (Sitravest/ Curitiba), Mônica O. Giovanetti (Sismuc).

ultura e Movimento





Quem matou o carro elétrico?

documentário Who killed the electric car? (Quem matou o carro elétrico?), do cineasta Chris Paine, retrata o início, o desenvolvimento e o suposto fim do projeto EV1, um carro elétrico concebido pela General Motors há 25 anos, mas que foi desenvolvido em 1996. Além de contar a história do carro, o objetivo do documentário é mostrar que poderíamos contar com os modelos híbridos elétricos desde a década de 1980, o que diminuiria a dependência dos derivados do petróleo por parte da indústria automobilística. Entretanto, a GM desistiu de levar o projeto adiante na época, segundo a visão de Paine. Especulase, outros afirmam com cer-

teza, que tal abdicação ocorreu em função de pressões da indústria petrolífera e das demais montadoras de veículos.

O documentarista buscou apontar os motivos dessa desistência por meio de depoimentos de personagens envolvidos no projeto. Especialistas, consumidores, ambientalistas, políticos, diretores envolvidos e até estrelas de cinema deram suas versões. Entre eles, alguns proprietários do EV1. Eles afirmam que os modelos foram recolhidos pela GM, e, posteriormente, destruídos no Deserto do Estado Norte Americano de Nevada.

O filme já está disponível em DVD e pode ser encontrado em locadoras especializadas.

:: Ficha Técnica

Gênero: Documentário Duração: 92 min.

Tipo: Longa-metragem /

Colorido

Produtora(s): Plinyminor, Electric Entertainment Diretor: Chris Paine Roteirista: Chris Paine Elenco: Ed Begley Jr., Phyllis Diller, Colette Divine, David Freeman, Reverendo Gadget, Mel Gibson, Tom Hanks, Peter Horton, Huell Howser, Alexandra Paul, Paul Scott, Bob Sexton, Chelsea Sexton, Martin Sheen, J. Karen Thomas



Qual a melhor opção para acabar com o oligopólio da Bungue no setor de fertilizantes:

Reestatizar a Ultrafértii

10%

Petrobrás retomar atividades no setor

75%

Governo criar nova empresa estatal para o setor.

10%

Nenhuma das opções

■ 3%.

Para votar na préxima enquete de CUT-PR acesse:

www.cutpr.org.br

Seu portal de informações sobre





Como reagimos ao parar de fumar?

Um dos grandes males que afeta a humanidade é, sem dúvida, o tabagismo. Porém, sempre é tempo de parar de fumar e começar a levar uma vida normal. Os efeitos para quem larga da bituca podem ser sentidos já nos primeiros momentos. Confira porque você deve parar der fumar imediatamente:

20 minutos - Pressão arterial e frequência cardíaca voltam ao normal.

8 horas - CO e O2 voltam ao normal.

24 horas - Começa a reduzir o risco de infarto agudo do miocárdio.

48 horas - Terminações nervosas começam a se regenerar.

72 horas - Respiração fica mais fácil (brônquio relaxamento), aumenta a capacidade pulmonar.

2 a 3 meses - Aumenta e facilita a circulação sanguínea (caminhar torna-se mais fácil).

1 a 9 meses - Diminuição da tosse, congestão nasal, fadiga e falta de ar, movimento ciliar brônquico volta ao normal, limpando os pulmões e aumentando a capacidade física.

1 ano - O imenso risco de doenças cardíacas coronarianas cai para metade de quando se era um fumante habitual.

5 anos - A possibilidade de desenvolver um câncer de pulmão cai pela metade. O risco de um derrame cerebral após 5/10 anos sem fumar é o mesmo de quem nunca fumou, o risco de câncer de boca, garganta e esôfago também.

10 anos - A morte por câncer de pulmão torna-se similar a dos não fumantes. As células pré-cancerosas são substituídas.

Fonte: Portal Você Sabia?



This document was created with Win2PDF available at http://www.win2pdf.com. The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only. This page will not be added after purchasing Win2PDF.