

Campanha de Doação de Livros Infantis

Pensando na disseminação da cultura, no despertar da leitura de crianças carentes e na ação social, a Advocacia-Geral da União (AGU) lançou nesta quarta-feira (1º/10) um projeto para arrecadação de livros. A atuação faz parte do Programa AGU Mais Vida e tem abrangência nacional.

Os livros podem ser doados até a próxima quarta-feira, dia 8 de outubro, em todas as unidades da Advocacia-Geral do país. Serão aceitos livros infantis novos e usados em bom estado de conservação.

O projeto foi lançado em homenagem ao Dia das Crianças, comemorado em 12 de outubro. Os livros recebidos serão distribuídos em creches escolhidas pelas unidades da Advocacia-Geral em todos os estados do Brasil.

Qualquer pessoa pode participar da campanha, basta procurar no estado onde mora a sala de arrecadação das doações e entregar os livros dentro do prazo estabelecido. Em Brasília, a entrega dos livros será nas salas 202 Sede I e 220 Sede II da AGU.



Ajude a escrever um final feliz!



Novo Layout do Serviço de Atendimento da DGEP



A Diretoria de Gestão de Pessoas apresenta o novo Layout do **Serviço de Atendimento**. Houve a reformulação do espaço destinado ao atendimento dos membros e servidores. As novas instalações proporcionam um ambiente mais adequado e de melhor receptividade. O Serviço de Atendimento da AGU é responsável pela confecção de **certidões, declarações, termo de posse, apresentação/desligamento de servidores, confecção da identidade funcional, crachá e botom**. O atendimento é prestado no Ed. Sede II - Setor de Indústrias Gráficas - Quadra 6 - Lote 800 - Brasília-DF

- CEP 70.610-460 - Fones: (61) 2026-7916/7951 (2º andar, Sala 216-C - E-mail: cogep.atendimento@agu.gov.br).

DGEP recebe o Selo Unidade Parceira do PES

A Diretoria de Gestão de Pessoas recebeu o Selo Unidade Parceira do PES pela ação do 5S – Dia do Descarte.

O evento mobilizou todos os servidores da Diretoria. Em decorrência dessa ação, houve devolução ao Almoxarifado de materiais que não estavam sendo utilizados, desocupação de armários, descarte de papéis, bem como o início do compartilhamento de materiais de expediente entre as áreas.



Dicas do Projeto Esplanada Sustentável—PES



Ao limpar o carro ou a calçada em frente a sua casa, evite o uso da mangueira e procure utilizar um balde com água, esponja e sabão.

Procure reaproveitar a água que sobra da lavagem de roupas para regar as plantas.

Espaço AGU Mais Vida

Ansiolíticos e tranquilizantes aumentam o risco de Alzheimer



“Segundo estudo publicado no “British Medical Journal”, o uso prolongado e indiscriminado de ansiolíticos e tranquilizantes aumenta o risco de desenvolvimento de Alzheimer. Esses remédios são geralmente utilizados para tratar de ansiedade e insônia e a pesquisa os relacionou a um risco de 51% maior de desenvolvimento da demência. Existem médicos que prescrevem indevidamente esses remédios, sem entender que o abuso destas drogas pode

causar consequências gravíssimas. Além disso, existem pessoas que compram sem indicação e acabam usando sem necessidade, pois muitas vezes são casos de estresse e fadiga e não sintomas que realmente pedem remédios como estes. Procurem sempre se consultar com profissionais de excelência, que saibam quando prescrever esses remédios e preconizem sempre bons hábitos para melhorar a sua qualidade de vida! Se não existem outros meios, com certeza o médico irá prescrevê-los, mas procurem sempre entender que o abuso pode acarretar em doenças sérias.”

Fernanda Padovani

Vitamina D e a prevenção do Câncer de Mama

A vitamina D pode ser proveniente de alimentos ou ser sintetizada na pele, quando estimulada por raios solares ultravioleta. Estima-se que 30 minutos de banho de sol no verão sejam suficientes para a produção de cerca de 20.000 UI. Os hábitos do mundo moderno, como passar a maior parte do tempo em locais fechados e usar excessivamente bloqueadores solares podem explicar tal fato. Em meio a uma verdadeira epidemia mundial, a deficiência de vitamina D tem sido alvo de publicações.

As principais funções deste composto são regular a homeostase do cálcio e modular as ações do sistema imunológico.

Menos conhecida pela população, porém, não menos importante, é a ação da vitamina D sobre o sistema imune.

Pesquisas científicas demonstram que a vitamina D pode auxiliar na prevenção ou tratamento de câncer de mama. A vitamina D tem o poder de induzir células malignas à morte, prevenindo o câncer e melhorando o prognóstico dos doentes.

Pesquisadores indicam que há atualmente uma deficiência mundial de vitamina D em diversas populações incluindo crianças, gestantes e lactantes, idosos, indivíduos residentes em áreas distantes do Equador e populações com pigmentação da pele escura. O aumento da ingestão de alimentos ricos em vitamina D como ovos, peixes e mariscos, e a exposição solar sem protetores em horários seguros por alguns minutos diariamente, podem prevenir a deficiência desta vitamina e os sérios danos à saúde causados por esta.

Fernanda Padovani

