

## Gripe A ou Suína

O vírus influenza A da gripe suína já se espalhou por todas as regiões do mundo, atingindo principalmente a América do Norte. Os Estados Unidos concentram o maior número de casos e de mortes, seguido pelo México, considerado o epicentro da doença.

No Brasil, o Ministério da Saúde afirma que a situação está controlada, as medidas preventivas e o tratamento têm resultado em um controle da proliferação da doença, mas mesmo assim, já foram confirmadas 342 mortes no país, dados fornecidos pelas secretarias estaduais.

No Acre, os casos confirmados são poucos, mas é necessário que fiquemos atentos e que tomemos medidas simples para prevenir o contágio.

Para que os servidores da Seção Judiciária obtenham informações precisas a respeito da gripe, publicamos um material elaborado pelo Governo Federal através da Agência Nacional de Vigilância Sanitária nas páginas seguintes.



No dia 4 de agosto, aconteceu o vernissage da exposição "Mandalas da Floresta", da artista plástica Simone Bichara. O evento foi prestigiado por servidores, magistrados e imprensa local. Simone Bichara é natural de Rio Branco, onde reside e desenvolve sua arte de pintura e mosaico. A artista, que conviveu com índios, seringueiros e ribeirinhos, descobriu dentro da floresta as cores e as

formas mágicas e curadoras que emanam das matas. Assim, conectada com suas raízes, traz consigo a energia dos povos da floresta.

A artista tem o dom natural para transformar e reciclar; criou com a arte de desenhar e pintar círculos, a técnica Mandaloterapia - uma terapia para indivíduo ou grupo através da arte de criar mandalas. Atua, ainda, como terapeuta renascedora, reikiana e corporal.

"Na obra de Simone Bichara é visível a influência da força desta mágica floresta. Estas circunferências contêm os quatro elementos da natureza para elaboração da quinta-essência; isto faz parte da trama energética desta nave terra; onde seus canais sutis de energia e cores incandescentes organizam os minerais, os vegetais e os animais. E tudo é exato, assim como na matemática; tudo está em equilíbrio", comenta o artista plástico Bab Franca.

A coleção "Mandalas da Floresta" permanece no Espaço Cultural até o dia 30 de agosto. Acesse a galeria virtual aqui.

## Dia dos Pais

Na última sexta-feira, 7 de agosto, a Seção Judiciária teve uma movimentação diferente. Os servidores, prestadores de serviços e magistrados confraternizaram-se em comemoração ao Dia dos Pais.

O evento aconteceu nas dependências do restaurante, onde foi servido um lanche patrocinado pelos próprios participantes. Na oportunidade, foram sorteados vários brindes oferecidos pelo Banco Cruzeiro do Sul. Para acessar a galeria de fotos do evento clique aqui.

## Nota de repúdio

*Redigida pelo Desembargador Federal Tourinho Neto.*

"Integrante deste Tribunal desde sua instalação, em 1989, não posso deixar de repudiar os termos deselegantes, grosseiros da Portaria Conjunta n. 01, de 14 de julho de 2009, assinada pelos Corregedores do CNJ e do CJF. É de reconhecer-se que os Juízes desta Casa trabalham, e muito, são operosos. A grande quantidade de processos que têm nos seus Gabinetes é devido ao número excessivo de recursos que chegam dos Juízes de Primeiro Grau, grandes trabalhadores.

Se tenho poucos processos no Gabinete: 3 (três) processos como relator e 2 (dois) para revisão, é porque sacrificamos, eu e o pessoal do meu Gabinete, horas de nosso lazer e de nossa família, não sendo justo exigir dos demais Gabinetes tamanho sacrifício."

## Reforma Ortográfica

- É facultativo o uso do acento circunflexo para diferenciar as palavras forma/fôrma. Em alguns casos, o uso do acento deixa a frase mais clara.

Veja este exemplo: *Qual é a forma da fôrma do bolo?*

- Não se usa mais o acento agudo no u tônico das formas (tu) arguís, (ele) argui, (eles) arguem, do presente do indicativo dos verbos arguir e redarguir.

## Novas regras para remoção

A Presidência do Conselho da Justiça Federal publicou resolução que traz novas regras para a remoção de servidores por meio do concurso nacional de remoção. Segundo o ato, a remoção a pedido será anual e ocorrerá, preferencialmente, no mês de dezembro; a habilitação para a remoção ocorrerá, preferencialmente, no mês de agosto, sendo que o servidor deverá indicar duas opções de órgãos para remoção, pela ordem de preferência; publicado o resultado definitivo do certame, não será mais possível a desistência do candidato e este será removido, compulsoriamente, mediante ato do Presidente do TRF respectivo e o não comparecimento do servidor no local para onde for contemplado caracterizará falta injustificada.

Para acessar o inteiro teor da resolução acesse aqui.

# INFLUENZA A(H1N1)

## MEDIDAS SIMPLES PARA SE PREVENIR:



Lavar as mãos frequentemente com água e sabão, especialmente depois de tossir ou espirrar.



Ao tossir ou espirrar, cobrir o nariz e a boca com um lenço descartável.



Não compartilhar alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal.



Pessoas com qualquer gripe devem evitar ambientes fechados e com aglomeração de pessoas.



Não usar medicamentos sem orientação médica. A automedicação pode ser prejudicial à saúde.



Procure o seu médico ou a unidade de saúde mais próxima em caso de gripe para diagnóstico e tratamento adequados.

Para informações adicionais, acesse:

Organização Mundial da Saúde (em inglês)  
<http://www.who.int/csr/disease/swineflu/en/index.html>

Organização Pan-americana de Saúde (em espanhol)  
<http://new.paho.org/hq/index.php?lang=es>

[www.saude.gov.br](http://www.saude.gov.br)

DISQUE SAÚDE 0800 61 1997



Secretaria de Vigilância em Saúde

Ministério da Saúde



# TIRE SUAS DÚVIDAS SOBRE A NOVA GRIPE:

## Como é transmitida a Influenza A(H1N1)?

A Influenza A(H1N1) é uma doença respiratória aguda causada por um novo vírus da gripe. Assim como a gripe comum, a Influenza A(H1N1) é transmitida de pessoa a pessoa, principalmente por meio de tosse, espirro ou contato com secreções respiratórias de pessoas infectadas.

## Quando procurar atendimento médico?

Se você estiver com febre acima de 38°C, tosse, acompanhada ou não de dor de garganta, procure o seu médico ou a unidade de saúde mais próxima.

## Há tratamento para Influenza A(H1N1) no Brasil?

Sim. A rede do Sistema Único de Saúde (SUS) está preparada para atender os casos e tratar, quando indicado.

## Há uma vacina que possa proteger a população humana contra essa doença?

Não. Ainda não existe vacina contra esse novo vírus da influenza.

## A vacina contra gripe comum protege contra a Influenza A(H1N1)?

Não há evidência de que a vacina contra a gripe comum proteja contra a Influenza A(H1N1).

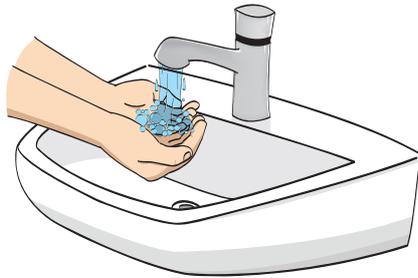
**ALERTA:** Ninguém deve tomar medicamento sem indicação médica. A automedicação pode mascarar sintomas, retardar o diagnóstico e até causar resistência do vírus.

**RECOMENDAÇÃO:** Os viajantes que se destinam a outros países devem seguir rigorosamente as recomendações das autoridades sanitárias locais durante a permanência nessas localidades.

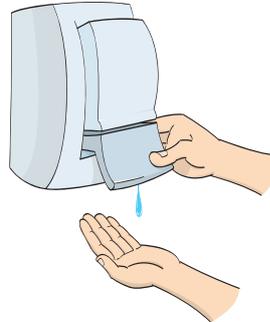
**O governo brasileiro está tomando todas as medidas necessárias para reduzir a ocorrência de casos graves e mortes pela doença.**

# HIGIENIZE AS MÃOS: SALVE VIDAS

## Higienização Simples das Mãos



**1.** Abra a torneira e molhe as mãos, evitando encostar na pia.



**2.** Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos (seguir a quantidade recomendada pelo fabricante).



**3.** Ensaboe as palmas das mãos, friccionando-as entre si.



**4.** Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda (e vice-versa) entrelaçando os dedos.



**5.** Entrelace os dedos e fricione os espaços interdigitais.



**6.** Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta (e vice-versa), segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem.



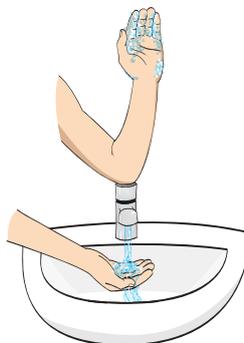
**7.** Esfregue o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda (e vice-versa), utilizando movimento circular.



**8.** Friccione as polpas digitais e unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita, fechada em concha (e vice-versa), fazendo movimento circular.



**9.** Esfregue o punho esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita (e vice-versa), utilizando movimento circular.



**10.** Enxágüe as mãos, retirando os resíduos de sabonete. Evite contato direto das mãos ensaboadas com a torneira.



**11.** Seque as mãos com papel-toalha descartável, iniciando pelas mãos e seguindo pelos punhos.

Para a técnica de Higienização Anti-séptica das mãos, seguir os mesmos passos e substituir o sabonete líquido comum por um associado a anti-séptico.