

## Juizes aprovados no último concurso fizeram treinamento na JFGO



Juiz federal substituto Leonardo Hernandez

No período de 02 a 27 de março, a Seção Judiciária de Goiás sediou o II Curso de Formação Inicial de Juizes Federais Substitutos aprovados no XV Concurso do TRF-1ª Região.

Orientados pelos juizes federais Maria Maura Martins Moraes Tayer, Leão Aparecido Alves, Abel Cardoso Morais, Roberto Carlos de Oliveira e Eduardo Pereira da Silva, os novos juizes substitutos se familiarizaram com as matérias que tramitam no universo jurídico da Justiça Federal e assumiram a jurisdição plena de determinados processos, assinando sentenças, despachos e decisões, sempre orientados pelos juizes das Varas que deram o treinamento.

Participaram do curso na seccional de Goiás, os juizes federais substitutos Monique Martins Saraiva, Jaime Travassos Sarinho, Igor Itapari Pinheiro, Gabriel Zago Capanema Vianna de Paiva, Leonardo Hernandez Santos Soares, Victor de Carvalho Saboya Albuquerque e Rodrigo Gaziglia de Souza.

### Visita de estudantes

Neste mês, a Justiça Federal de Goiás recebeu, no auditório, mais de 400 estudantes de Direito oriundos da Universidade Federal de Goiás e da faculdade Universo.

Os alunos, acompanhados de seus respectivos professores, foram recepcionados pelo Supervisor da Seção de Comunicação Social, Carlos Eduardo

Rodrigues Alves que passou informações sobre o funcionamento do órgão, sua competência e organização.



Colaboraram com esse projeto, no mês de março, os juizes federais Jesus Crisóstomo, da 2ª vara e Carlos Augusto Tôres Nobre, da 6ª vara. Além dos novos juizes federais substitutos Rodrigo Gaziglia de Souza, Monique Martins Saraiva, Victor de Carvalho Saboya Albuquerque, Igor Itapari Pinheiro, Jaime Travassos Sarinho e Leonardo Hernandez que foram convidados pela Seção de Comunicação Social - SECOS para falarem sobre a sua experiência profissional e como alcançaram êxito no concurso da magistratura federal.

Ao final, os alunos receberam um folheto explicativo sobre a Justiça Federal de Goiás confeccionado pela SECOS.

### **Reitor da UFG visita a JFGO**

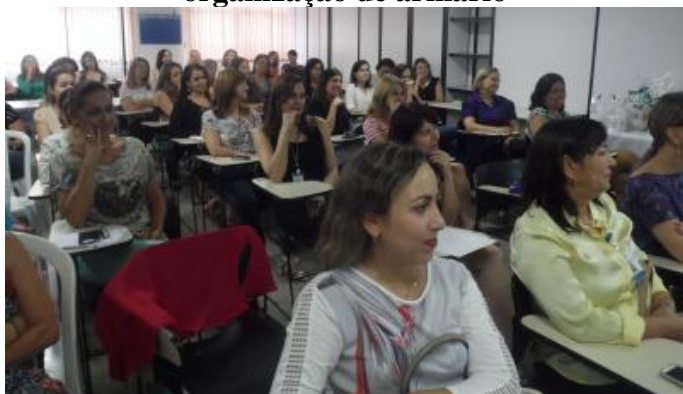


A Justiça Federal recebeu na tarde do dia 30/03, uma visita de cortesia do Reitor da UFG, Orlando Afonso Valle do Amaral e da arquivista

Heloísa Esser dos Reis que vieram cumprimentar o juiz federal Paulo Ernane Moreira pela posse na Diretoria do Foro.

Na oportunidade, o Reitor ressaltou o interesse na parceria entre a Universidade e a JFGO no que diz respeito à conservação do acervo histórico da Justiça exposto na Casa da Memória e também o desejo de continuar utilizando aquele local para exposições da memória institucional da UFG.

## Dia da Mulher é celebrado com palestra sobre organização de armário



Na tarde do dia 09 de março, na sala de cursos da Justiça Federal de Goiás, um número significativo de servidoras participou da palestra intitulada “Como organizar seu armário”, ministrada pela personal organizer Zezé de Souza.

Zezé que é consultora em limpeza do lar sem uso de produtos químicos artificiais é também autora do livro *Dicas da Zezé* com dicas sustentáveis que vão ajudar na limpeza do lar sem agredir o meio ambiente. Regularmente ela coopera com emissoras de rádio e tv locais com sugestões para facilitar o dia a dia da dona de casa.

Durante o evento, Zezé fez demonstração de como se dobrar peças íntimas, camisetas, calças, roupas de cama de forma que sobre mais espaço no armário. E alertou que “não existe falta de espaço e sim falta de organização”.

A palestrante ensinou a usar produtos caseiros que acabam com traças, mofo, baratas sem agredir o meio ambiente.

Segundo ela, a primeira coisa a se fazer é praticar o desapego, ou seja, descartar o que não se usa mais. “Nada de ficar guardando aquela calça achando que vai emagrecer, aquela carta dos tempos de namoro, aquela lembrança de aniversário. É preciso renovar o ambiente. Para cada peça de roupa

ou objeto comprado, descartar na mesma proporção”, afirmou Zezé.

As participantes gostaram muito das dicas e pediram bis à palestrante que se comprometeu de voltar em maio, por ocasião do Dia das Mães, para ministrar a palestra “Consciência Ecológica e Qualidade de Vida no lar”.

Patrocínio: Sinjufego

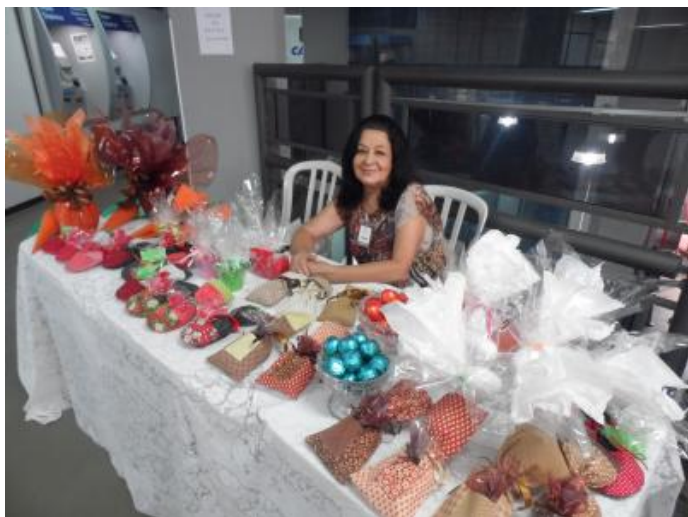


Suely Godoy, da 6ª vara, aprendeu com Zezé a técnica de dobrar lençol de elástico.



A servidora Lenir, da 3ª vara, levou de brinde um livro autografado por Zezé.

## Feirinha de Páscoa



A tradicional Feirinha de Páscoa aconteceu, no mezanino, dias 26 e 27 de março e possibilitou aos amantes do vício se deliciarem com produtos caseiros feitos especialmente para a Páscoa.

## DICAS DE SAÚDE

### Hipersensibilidade Dentinária



A hipersensibilidade dentinária acontece quando a raiz do dente fica exposta ao meio bucal, que ocorre devido à recessão/retração gengival (perda da altura e proteção gengival). A raiz ao ficar exposta, perde facilmente sua camada protetora e os túbulos dentinários dessa região ficam abertos, causando dor a qualquer estímulo seja ele, calor, frio, contato com alimentos e até mesmo escovação.

A dor causada pela hipersensibilidade dentinária além de privar você de alguns tipos de alimentos, pode fazer com que você não escove seus dentes adequadamente, aumentando o risco de cárie dentária e doenças gengivais.

Pode haver períodos de maior sensibilidade principalmente



após ingestão de alimentos ácidos. É importante ressaltar que após a ingestão de alimentos ácidos é necessário aguardar um período de pelo menos 20 minutos para posterior escovação dos dentes. Esse tempo é para que o Ph da boca volte a ser neutro, devido ao efeito tampão da saliva. Evitando maiores perdas estruturais dos dentes caso sejam escovados em meio ácido. Além disso, nesses casos, antes da escovação é recomendável enxaguar a boca com água para ajudar no processo tampão.

Para prevenir a recessão gengival é necessário o uso contínuo de escovas com cerdas macias e a técnica correta de escovação. Durante os períodos de maior sensibilidade é muito importante o uso de cremes dentais específicos para sensibilidade. Esses cremes dentais ajudam no fechamento dos túbulos dentinários, que é o motivo da sensibilidade e possuem menor abrasividade, preservando a estrutura exposta.

Visite seu dentista para o correto diagnóstico.

Pergunte a ele quais os produtos mais adequados para a prevenção e tratamento da

hipersensibilidade dentinária, além de orientação quanto à correta técnica de escovação.



Fonte: Dra Amália Rodrigues - CRO/GO7020

Especialista em Periodontia pela ABO-GO MBA em Auditoria e Sistemas de Saúde pelo IPOG-GO/FIOCRUZ Especialista em Implantodontia pela UFG-GO. Atende no serviço médico da JFGO diariamente, no período matutino.

## Compreenda a atuação da Terapia Comportamental Cognitiva



Tenho sido muito procurada por pessoas que já vêm "diagnosticadas" por amigos, parentes ou por elas mesmas como tendo "depressão", "ansiedade", "TDAH", entre outras patologias e transtornos. Explico a elas que, muitas vezes, os sintomas que elas apresentam são simplesmente reações fisiológicas de natureza eletroquímica decorrentes de interpretações distorcidas de eventos adversos que ocorrem no cotidiano. Na verdade, o que pode sinalizar algum espectro de fato patológico são a intensidade e a incidência das referidas manifestações. E de onde isso vem?

De maneira mais simplificada e enxuta, a explicação começa pela vulnerabilidade herdada pela pessoa em desenvolver determinadas doenças, associada ao resultado das suas interações com o seu ambiente externo. No decorrer da vida, a criança vai configurando maneiras de interpretar o que acontece ao seu redor e de reagir às coisas dentro de um padrão pessoal (idiosincrasia) que vai se organizando, formando os traços de personalidade. Crenças, valores e interpretações passam a determinar a reação da pessoa frente às situações adversas.

A TCC, ou Terapia Comportamental Cognitiva, é um tipo de psicoterapia que utiliza técnicas específicas (modelo socrático de investigação em que o próprio paciente fala e SE escuta), de forma que a pessoa analise suas próprias interpretações e pensamentos automáticos, muitas vezes repetitivos, distorcidos e mal percebidos e que podem estar comprometendo sua saúde e seu equilíbrio emocional.

Focada nas sensações desagradáveis do tipo angústia, tensão, desesperança etc e a comportamentos compensatórios do tipo excesso ou falta de apetite, compras exageradas e desnecessárias, compulsões, fobias, sono alterado, falta de atenção e de memória e mais uma série de outras manifestações.

O terapeuta da TCC tem que estar atento e ajudar a identificar os pensamentos automáticos que estimulam as reações químicas, bem como as interpretações que seu paciente faz sobre os eventos, pessoas, ambiente externo e também interno e também e junto com ele rever as inadequações e ineficácia de tais interpretações. Em outras palavras a TCC busca encontrar e controlar variáveis que no passado dispararam e as que no presente mantém as

estimulações provocando as reações do sistema nervoso que tanto incomodam e que comprometem sua qualidade de vida.

**THAIS GHETTI MACEDO, psicóloga credenciada**

Rua 22, nº 335, Setor Oeste

Goiânia/GO CEP: 74120-130

Telefone(s): 3215-6102 / 9973-5424

E-mail: [thagheti@hotmail.com](mailto:thagheti@hotmail.com)

Obs.: atendimento a criança, adolescente e adulto.

## ARTIGO DE OPINIÃO



### Nas asas da Pan Air

*E lá vai menino xingando padre e pedra*

*E lá vai menino lambendo podre delícia*

*E lá vai menino senhor de todo fruto*

*Sem nenhum pecado, sem pavor, o medo em minha vida nasceu muito depois*

*Descobri que minha arma é o que a memória guarda dos tempos da Pan Air*

(Conversando no Bar – Milton Nascimento)

Noite alta em Goiânia e também em alguma chácara no interior paulista.

A Polícia Militar é acionada pelo Conselho Tutelar. Numerosa quantidade de viaturas chegam ao local: um espaço de festas no qual circulam maiores e menores de idade. Até menina de 12 anos, bêbada, drogada e trôpega foi flagrada. A droga e as bebidas potentes circulavam livres, ofertadas como se fossem salgadinhos numa festa.

Novos escravos ali estão. Escravos da alienação mental que a droga e o sexo "livres" propiciam. Os maiores fogem ou são liberados após os procedimentos de praxe. Os menores são retidos, numa ação correta por parte do poder público. Mas, não é sobre festas e drogas que este artigo trata. Detenhamo-nos noutra leitura.

Houve época em que o inimigo tinha feições precisas: o rei, o senhor feudal, o senhor de engenho, a polícia, os coronéis dos tempos da "Resolução de 64", os elevados portadores das patentes, etc.

Qualquer ato manifesto tinha um destinatário específico e uma contrária ação repressora em resposta objetiva. As pessoas lutavam não contra demônios interiores, mas contra cristalizações sociais do poder visivelmente e concretamente existentes. Em decorrência disso, milhares de cidadãos foram expulsos da terra mater e submetidos a culturas e línguas e sistemas sociais completamente diferentes. As “asas da Pan Air” levaram tantos para tantos lugares, na força, proibidos de retornarem aos seus lugares familiares e de convivência e de estudo e de militância.

Hoje a repressão teima em não ser corporificada. A Constituição republicana instituiu como hediondo qualquer ato contrário à liberdade de expressão e de movimentação física em território brasileiro. O novo Estado que nasceu com a Constituição de 1986 consagrou os direitos da pessoa e os direitos sociais como basilares. Ninguém mais será submetido à tortura ou a tratamento degradante. “Já raiou a liberdade no horizonte do Brasil”. A Segurança Pública emerge solene no estado brasileiro. Com a retirada das forças militares do aparato de Estado, temas com a justiça social, a dignidade humana, a ordem pública entram na pauta. Os movimentos sociais crescem e se fortalecem e alguns se partidariam. As drogas são eleitas por parcela da sociedade como a expressão de uma juventude livre do controle dos pais, do patrão, do padre, do governo. As Universidades, sobretudo públicas, foram sendo tomadas não apenas pela excelência na intelectualidade, mas também na expressão do ser livre. A emancipação do pensamento político foi acompanhada por outra espécie de liberdade: a emancipação frente aos valores. E aí começam os dramas.

O sujeito individual recebe um trono de glória. As filosofias de matriz existencialista crescem. Mais valerá a solidão da liberdade absoluta que o aprisionamento dos vínculos. E o sujeito, na esteira da nascente e controversa pós-modernidade, vai se sentindo senhor absoluto de seu presente e de seu destino. Agora não precisará mais das “asas da Pan Air” para fazer seus vôos de liberdade forçada pela expulsão de seu chão nativo. As drogas vão oferecer a liberdade, vão prometer a realização do paraíso. A repressão militar não será mais necessária. A repressão que as drogas realizam nos usuários possui a mesma força brutal. Substituem-se os choques elétricos e os cacetetes terríveis pelas

alucinações químicas, numa espécie de auto-flagelação, que tornam os drogados retalhos humanos. Agora o aparato militar da repressão não tem mais função explícita. Afinal, parcela significativa dos jovens já se tornaram zumbis na noite, largados nas calçadas, nas portas dos bares, em estado lastimável, perdidos de si mesmos. Momentaneamente perdem o próprio nome, a noção de quem são seus pais e o respeito que lhes devem, quem são seus irmãos e o vínculo que os uniu ou une. Perdem a consciência histórica e são tragados pelo brutal esquema repressor das drogas administradas em seus corpos. Novos escravos se tornam em nome de uma pseudo-liberdade.

O problema, complexo que é, urge solução igualmente complexa. Passa por uma ampla mudança de valores a partir de quem deve dar o exemplo: o Estado e a Família. Vivemos um estado nihilista, vazio, fraco em valores mais profundos e nada exemplar aos jovens. Ao olharem para o cenário da liberdade que já raiou, se os jovens não vislumbram exemplos fortes para seguirem qual luzeiros, a tendência é seguir traficantes. Não há espaços vazios. Alguém ocupa. Ou o bem. Ou o mal.

Num país onde a corrupção é estrutural e as barganhas imperam, por que e para que lutar? Onde se dilacera o patrimônio de uma empresa pública aos bilhões e a proteção institucional parece inviabilizar um impeachment.... Que sentido a vida pode ter? Os caminhos “mais fáceis” são, então, os mais adotados. E fugir pela via química das drogas e criar novos paraísos terrestres termina sendo o atalho mais rápido. E mais patológico. E não me digam que o cenário descrito no início desta análise não tem nada a ver com a impunidade e com a libertinagem na esfera pública que geram vazios e desesperanças.

As novas “asas da Pan air” estão aí para levarem os jovens para lugares onde, com certeza, também eles não querem estar.

Com a palavra, os governantes e os pais.

\*Onofre Guilherme S. Filho, servidor do NUCAD, é mestre em Ciências da Religião pela PUC Goiás.