

BOLETIM

Informativo



BOLETIM INFORMATIVO DA BIBLIOTECA DO CEFET-MG – NEPOMUCENO OUTUBRO DE 2014 [Nº 4|ANO 4]
<http://www.nepomuceno.cefetmg.br/site/sobre/aux/setores/biblioteca/>

Outubro Rosa CEFET-MG 2014

"CEFET-MG adere ao Outubro Rosa"



Acontece nesse mês, no CEFET-MG, o Outubro Rosa 2014 com o objetivo de conscientizar toda a comunidade escolar /acadêmica sobre a importância da prevenção do câncer de mama. Confirmam a notícia veiculada dia 1º de outubro no site do CEFET-MG:

"A partir desta quarta-feira, 1º de outubro, começa o Outubro Rosa 2014. O movimento visa alertar as mulheres (sobretudo entre 40 e 69 anos) para a

importância da prevenção, por meio do autoexame das mamas, exames clínicos e mamografia, e para o diagnóstico precoce. Segundo dados do Instituto Nacional do Câncer (INCA), a estimativa de novos casos de câncer de mama no Brasil em 2014 é de 57.120.

De acordo com o presidente da Sociedade Brasileira de Mastologia (SBM), Ruffo de Freitas Júnior, o objetivo do Outubro Rosa é reforçar a importância da prevenção, elevando as chances de cura

Outubro Rosa CEFET-MG 2014Pág. 1

Professor do CEFET-MG Nepomuceno publica artigo em conceituada revista internacionalPág. 3

Alunos do CEFET-MG Varginha fazem jogo treino em Nepomuceno para Intercampi...Pág. 4

Educação para todos: um dever da escola públicasPág. 5

Inteligência EmocionalPág. 6

Reciclagem de lâmpadas fluorescentesPág. 7

para 95%. "Já falamos muito sobre isso, mas iremos repetir até haver mais conscientização das mulheres e da sociedade em todo o Brasil", afirma o mastologista.

Para saber sobre prevenção, exames, tratamentos e dicas, acesse:

www.sbmastologia.com.br.

"CEFET-MG Rosa"

Ao longo do mês de outubro, todas as Unidades do CEFET-

MG vão promover iniciativas a fim conscientizar a comunidade cefetiana para a importância da prevenção.

Com informações da SBM Secretária de Comunicação Social / CEFET-MG.”

Outubro Rosa alerta sobre os riscos do câncer de mama

Outubro está aí e como em todos os anos o rosa irá predominar pelo Brasil. E em Botucatu não será diferente. Tudo por uma causa: fortalecer na sociedade a importância do diagnóstico precoce do câncer de mama.

Imagem: Reprodução Internet



O foco da Campanha do Outubro Rosa são mulheres com mais 40 anos

Por isso o Outubro Rosa, campanha integrante das ações da Secretaria de Saúde desde 2010, estará espalhada por todos os postos do Município. O foco está nas mulheres com mais 40 anos. A orientação é que especialmente este público não deixe de fazer a mamografia, um exame de

raio-X que permite identificar nódulos cancerígenos.

Em Botucatu a Secretaria de Saúde mantém convênio com o Centro de Doenças da Mama. Até 2006 eram cerca 130 mamografias/mês. Hoje já são 250 por mês, chegando no ano a um total de 3 mil procedimentos cobertos com investimento da Prefeitura. Para manter o rastreamento da doença, a própria equipe da unidade de saúde irá ofertar e agendar a mamografia.

Através da campanha Outubro Rosa conseguimos chamar atenção do público feminino sobre o câncer de mama, que não pode ficar restrito apenas a este período. O autoexame e consultas médicas em intervalos mais curtos ampliam o diagnóstico precoce, essencial para o tratamento adequado da doença. Também é aconselhado que as mulheres aproveitem para agendar o exame de Papanicolau, para o diagnóstico de “câncer de colo do útero”, argumenta o secretário municipal da Saúde, Claudio Lucas Miranda.

Sobre o Outubro Rosa

O Outubro Rosa é um movimento mundial que nasceu em 1997, na Califórnia (Estados Unidos), e que tem crescido na busca de conscientizar as mulheres

em torno do diagnóstico precoce do câncer de mama.

Para fortalecer ainda mais esta campanha, servidores públicos municipais receberão um pequeno laço rosa o qual poderá ser preso à roupa. Espaços públicos, como o prédio da Prefeitura, também ganharão o rosa na iluminação como já ocorre no Cristo Redentor, no Rio de Janeiro, e na Pinacoteca, em São Paulo.

Sintomas

Podem surgir alterações na pele que recobre a mama, como abaulamentos ou retrações, inclusive no mamilo, ou aspecto semelhante à casca de laranja. Secreção no mamilo também é um sinal de alerta. O sintoma do câncer palpável é o nódulo (carço) no seio, acompanhado ou não de dor mamária. Podem também surgir nódulos palpáveis na axila.

De acordo com o Instituto Nacional do Câncer (Inca), o câncer de mama é o segundo tipo mais frequente no mundo. Mais comum entre as mulheres, ele responde por 22% dos casos novos a cada ano.

Prevenção

Evitar a obesidade, através de dieta equilibrada e prática regular de exercícios físicos, é uma recomendação básica para prevenir o câncer de mama, uma vez que o excesso de peso aumenta o

risco de desenvolver a doença. A ingestão de álcool, mesmo em quantidade moderada, é contraindicada, pois é fator de risco para esse tipo de tumor.

Embora a hereditariedade seja responsável por apenas 10% do total de casos, mulheres com história familiar de câncer de mama, especialmente se uma ou mais parentes de primeiro grau (mãe ou irmãs) foram acometidas antes dos 50 anos, apresentam maior risco de desenvolver a doença. Esse grupo deve ser acompanhado por médico a partir dos 35 anos.

Primeira menstruação precoce, menopausa tardia (após os 50 anos), primeira gravidez após os 30 anos e não ter tido filhos também constituem fatores de risco para o câncer de mama. Com informações do Instituto Nacional do Câncer – www.inca.gov.br.

Fonte: JCNET.COM.BR:
<http://www.jcnet.com.br/Regional/2014/09/outubro-rosa-alerta-sobre-os-riscos-do-cancer-de-mama.html>

Professor do CEFET-MG Nepomuceno publica artigo em conceituada revista internacional

**Leonardo Luis Ribeiro
Baltazar Jonas Ribeiro M.**

O Professor Dr. Baltazar Jonas Ribeiro Moraes do CEFET-MG Nepomuceno

publicou artigo na revista internacional *Physical Review D*. Considerada uma das mais conceituadas do mundo na área, a revista é certificada pela CAPES como *qualis A*.

Esse trabalho é fruto de uma parceria com o Profº Dr. Bruno Gonçalves e com o aluno de iniciação científica, graduando em física, Mário M. Dias Jr., ambos do Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais (IF Sudeste MG).

O trabalho intitulado *The exact Foldy-Wouthuysen transformation for a Dirac Theory with the complete set of CPT-LORENTZ Violating terms* é um trabalho de Física Teórica cuja ideia básica é buscar uma forma de encontrar um experimento que possa ser realizado para se medir algumas das grandezas físicas que possuem magnitudes tão pequenas que ainda não puderam ser mensuradas com precisão adequada. O ponto principal é estudar se um campo magnético muito forte poderia compensar o fato de essas grandezas serem muito pequenas para ajudar em alguma medição indireta. Os resultados mostram que essa abordagem possui boas perspectivas.

O trabalho gerou diversos frutos. Para o aluno de iniciação científica Mário M. Dias Jr., por exemplo, esse

artigo abre portas para que ele possa pleitear, com sucesso, uma vaga nos cursos de mestrado em qualquer Instituição do país ou no exterior. Os professores acima mencionados foram convidados, em decorrência deste artigo, a fazerem seus pós-doutoramentos nos Estados Unidos e o trabalho foi ainda amplamente bem recebido no cenário internacional, visto que foi aceito em um congresso na França, que foi apresentado pelo Profº Bruno, e outro na Bélgica. Em decorrência de um convite da Universidade de Indiana a ambos os professores, o profº Bruno provavelmente passará uma semana na Universidade de Indiana (Estados Unidos) para ministrar um minicurso a alunos de pós doutorado da Instituição americana.

“Estou muito contente com esta publicação e penso que é de suma importância e altamente relevante a publicação de artigos científicos em revistas bem conceituadas, principalmente para a Instituição. Ter professores publicando artigos eleva o nível de qualificação dos professores, da Instituição e, como consequência, o nível do ensino”, disse o Profº Baltazar.

Parabéns aos autores do artigo e, em especial, ao professor do CEFET-MG Nepomuceno, Dr. Baltazar Jonas Ribeiro Moraes.

Intercampi 2014



O Intercampi 2014 será sediado pela Unidade de Belo Horizonte do CEFET-MG e acontecerá de **27 a 30 de novembro**. Todos os alunos até 18 anos de idade, de qualquer unidade do CEFET-MG, poderão participar, basta procurar o professor de educação física da Unidade. Neste ano haverá duas modalidades de esportes durante o evento, futsal e handebol, nas categorias feminino e masculino.

Esse evento trará aos alunos inúmeras vantagens e valores que contribuirão para seu desenvolvimento e bem estar, tanto os alunos que estão participando diretamente, quanto aos que participarão indiretamente na torcida. Os jogos esportivos levam os alunos a desenvolverem o espírito de

competitividade, companheirismo, confraternização, partilha e altruísmo, dentre outras inúmeras vantagens.

A cada edição dos jogos Intercampi nossos alunos aprendem mais e, em uma Instituição que valoriza o esporte, só podemos concluir que a qualidade do ensino também é valorizada. Espero que a Unidade de Nepomuceno participe, pois já sairemos ganhadores.

Leonardo Luis Ribeiro

Alunos do CEFET-MG Varginha fazem jogo treino em Nepomuceno para Intercampi

No dia 27 de setembro, alunos do CEFET-MG em Varginha estiveram presentes na Unidade

Nepomuceno para participar de um intercâmbio esportivo, como parte da preparação para os jogos intercampi do CEFET-MG.

O Setor de Estágio informa

4º Seminário de Conclusão dos Cursos Técnicos do CEFET-MG

Nahara Maria Assunção de Castro Vieira

O 4º Seminário de Conclusão dos Cursos Técnicos do CEFET-MG Nepomuceno acontecerá nos dias **04 e 05 de dezembro** de 2014. As inscrições devem ser feitas no site: www.nepomuceno.cefetmg.br (setores --> estágio --> SECLEPT).

Estarão aptos a se inscrever para participar do 4º Seminário aqueles alunos que:

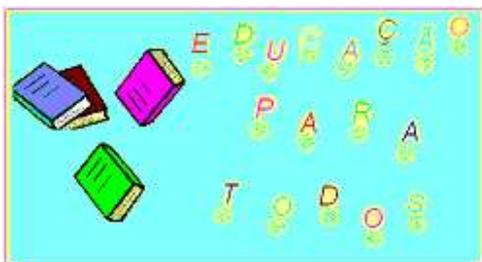
- Concluíram, com êxito, todas as outras disciplinas de seu curso;
- Cumpriram um período mínimo de seis meses de estágio (ou têm condições de cumpri-lo até a data da realização do Seminário);
- Estiveram presente às Reuniões de Avaliação de Estágio (1ª e 2ª RAE) e tiveram seus relatórios técnicos aprovados pelos professores orientadores. Em caso de dúvida, o aluno deve entrar em contato com o setor de estágio pelo e-

mail: estagio@nepomuceno.cfetmg.br ou pelo telefone (35) 3861-3277.

Nahara Maria Assunção de Castro Vieira

Educação para todos: um dever das escolas públicas

José Maria Cândido



“Toda pessoa tem direito à educação. A educação deve ser gratuita, pelo menos no que concerne ao ensino elementar e fundamental.” Artigo 26 – Assembléia Geral das Nações Unidas (ONU).

Uma das denúncias mais graves que se faz atualmente à escola pública diz respeito a sua incapacidade de levar alunos advindos das classes populares – os que mais precisam dela – a um domínio completo do cálculo, da leitura e da escrita.

Muitas são as causas que têm sido consideradas para esse fracasso ou marginalização. As mais freqüentes, nos últimos anos, têm sido atribuídas a problemas de natureza social e econômica, como os que se referem à carência alimentar, à habitação, à saúde e à

tradição cultural dos alunos. As conseqüências finais são deficiências de percepção, entendimento, atenção e capacidade intelectual para que a maioria dos alunos possa aprender o que a escola tem a ensinar, ou seja, ler, escrever e calcular. A escola tem que achar uma solução, ela não deve ser um local de legitimação da marginalidade e sim de superação da mesma.

O principal problema para os educadores resolverem está, justamente, na organização de um trabalho que leve em conta as necessidades do aluno, a instância mais marginalizada da escola.

Programas pedagógicos organizados dentro deste enfoque evitariam que o aluno “carente”, que tem dificuldades para aprender, se tornasse aluno marginalizado no processo. Ora, a realidade da carência é a realidade universal da escola. O aluno carente é o “Aluno Maioria” das nossas escolas; é aquele que permanece na situação de marginalidade, porque não se tem buscado criar uma pedagogia aplicada a essa maioria. Ao contrário, os professores têm desenvolvido uma pedagogia do “Aluno Ideal”, do aluno bem-alimentado, com boa saúde, com uma família que o ajuda em casa, ensinando-o a ler, a escrever e a pesquisar. Em decorrência, a metodologia aplicada é também ideal, sobrecarregando os alunos

com pesquisas escolares, dependentes da existência de condições adequadas em casa, incluindo biblioteca, computador e aulas particulares.

Essa visão pedagógica deformada é que tem impedido a sociedade de articular os interesses dos seus diversos setores, de criar condições de superação da exclusão a que são submetidos grupos sociais e indivíduos. E, de certo modo, decorre da formação deficiente dos educadores que continuam sendo preparados pelas escolas, faculdades e universidades para uma realidade inexistente.

A escola tem de cumprir com competência sua função. E isto não isolamento de suas ações, nem pelo esfacelamento do seu trabalho, mas pela articulação de toda a ação educativa. Logo, há de se buscar para a escola uma organização nova e dinâmica que estimule a prática cooperativa entre os educadores, articulada com a presença permanente dos pais (Associação de Pais e Mestres) e dos alunos na definição do fazer educativo da escola.

Finalizando, para que haja educação para todos, a escola tem que adequar o ensino à realidade, ou seja, deve estar atenta àqueles que têm dificuldade de aprendizagem, deve ser local de superação da marginalidade, deve ser

protegida contra todo esforço de apossamento de sua competência, por parte de qualquer grupo que a queira aliada a seus interesses particulares. Por conseguinte, a escola não pode pertencer a nenhuma camada social privilegiada, mas há de ser pública na sua constituição, organização e na escolha de seus fins.

Não basta que estejam todos na escola, é preciso que todos aprendam.

José Maria Cândido
Prof. de Mecatrônica

INTELIGÊNCIA EMOCIONAL



Fonte da imagem: Mundo das Tribos
(Foto: Divulgação)

Amara Lana de Abreu (3º
Mecatrônica Integrado)

Maisa dos Santos (1º
Eletrotécnica Subsequente)

Projeto Bolsa
Complementação
Educativa: Habilidades
Sociais no Ensino Profissional
Orientadora: Ludmila
Eleonora Ramalho

Nossas inteligências são o que nos definem!

Estamos em uma sociedade mais voltada para alguns tipos de inteligência. Desde cedo aprendemos a reconhecer como melhores as inteligências direcionadas para as exatas e biológicas, muitas vezes em detrimento das inteligências emocionais.

Enxergamos na atualidade profissionais que se destacam radicalmente no seu meio de trabalho por suas habilidades técnicas. São especialistas no que fazem, porém, quando não possuem habilidades de interagir com seus sentimentos pode-se dizer que se tornaram pessoas com déficit em inteligência emocional.

O que é inteligência emocional?

A inteligência emocional está ligada à capacidade do indivíduo de conseguir lidar com seus sentimentos, como medo, raiva, ansiedade, entre outros. O profissional que consegue conciliar o emocional com as suas características como perito é bem aceito no seu local de trabalho, consegue aumentar sua autoestima e a admiração das pessoas ao seu redor consequentemente aumenta.

Habilidades sociais: caminho para ser alguém melhor, para nós e para as pessoas que interagem conosco.

As habilidades sociais devem ser consideradas, pois permitem ao indivíduo um aceitação maior pela sociedade e traz satisfação pessoal também para os que interagem com ele. Caballo (1996) chama de habilidades sociais "um conjunto de comportamentos emitidos por um indivíduo em uma situação interpessoal que expressa seus sentimentos, atitudes, desejos, opiniões ou seus direitos de modo adequado ao contexto em que estiver inserido, respeitando o direito do outro, resolvendo e minimizando problemas ou a probabilidade futura dos mesmos".

Podemos citar entre as habilidades sociais:

- Autocontrole;**
- Empatia e civilidade;**
- Assertividade e enfrentamento;**
- Solução de Problemas;**
- Resiliência;**
- Cooperação e participação.**

Enfim, inteligência emocional pode favorecer vínculos e bem estar pessoal, como por exemplo, a capacidade de ser assertivo, empático e solucionar problemas. Um indivíduo que possui um repertório rico desse tipo de habilidade pode modular sentimentos e atitudes de forma condizente com o contexto, a fim de melhorar seu desempenho e sua auto-imagem. A inteligência emocional pode favorecer inclusive no

desempenho acadêmico e na melhoria das relações interpessoais, contribuindo para a vida social e o desenvolvimento individual.

REFERÊNCIA

CABALLO, Vicente E. **Manual de Técnicas de Terapia e Modificação do Comportamento**. Santos: Livraria Editora, 1996.

Reciclagem de lâmpadas fluorescentes



Imagem Internet:

<http://www.supergoes.com.br/blog/?p=334>

No Brasil são consumidas cerca de 100 milhões de lâmpadas fluorescentes por ano. Desse total, 94% são descartadas em aterros sanitários, sem nenhum tipo de tratamento, contaminando o solo e a água com metais pesados. Desde o apagão de 2001, quando as chamadas

lâmpadas econômicas se incorporaram à vida brasileira, o consumo desse tipo de produto manteve-se em escala ascendente. Só nos últimos quatro anos, a média de crescimento foi da ordem de 20% ao ano. O volume de importações em 2007 ficou em aproximadamente 80 milhões de unidades, vindas quase todas da China, país que lidera a fabricação no continente asiático, onde esse processo está concentrado.

Descarte

Por outro lado, cresce ininterruptamente a preferência por esse tipo de lâmpada, em cujo interior há mercúrio - substância poluente -, é de se esperar que o descarte adequado do produto pós-consumo seja alvo de total atenção por parte dos importadores e do poder público. Como o mercúrio contido nas lâmpadas fluorescentes contamina as águas subterrâneas:

1. Lâmpadas fluorescentes são jogadas no lixo;
2. Lâmpadas fluorescentes se juntam a muitas outras em um aterro sanitário;
3. Mercúrio que estava dentro da lâmpada é liberado no solo quando ela se quebra;
4. Mercúrio atinge o lençol freático.

As lâmpadas fluorescentes contêm pequenas quantidades de mercúrio, substância altamente tóxica. É conveniente orientar os faxineiros a não quebrar as lâmpadas e lidar com elas usando luvas. Se alguma se quebrar, ventilar o ambiente. A quantidade de mercúrio presente em uma lâmpada fluorescente, cerca de 20 mg nas tubulares, não é suficiente para uma intoxicação, mas pelo perigo da substância, vale a pena proteger-se.

A intoxicação grave por mercúrio pode causar problemas respiratórios, neurológicos, gastrointestinais e até matar. No Brasil o crescimento do uso dessas lâmpadas é crescente e como não há praticamente nenhuma legislação a respeito, uma consequência clara é a contaminação do meio ambiente. Cada fluorescente que você joga no lixo junta-se a milhares de outras nos aterros sanitários. Quando quebram, liberam o mercúrio no solo. Ele é levado para os lençóis freáticos com a ajuda do chorume, o líquido liberado pela decomposição do lixo orgânico. Pode contaminar rios, poços, lavouras, animais, e por fim os homens.

A ABilumi (Associação Brasileira de Importadores de Produtos de Iluminação) identificou, no Brasil, apenas dez empresas que oferecem serviço de reciclagem de lâmpadas, a maior parte das

quais em São Paulo (veja a lista no final da página). O número já é pequeno e, para piorar, a logística de transporte de resíduos perigosos - o caso em questão - torna-se especialmente complexa em função da legislação brasileira sobre o tema.

Da carga ao veículo, passando pelo condutor deste, são exigidas documentações, classificações e advertências - uma burocracia pautada pelo rigor. A preocupação é correta, louvável, mas um pouco mais de flexibilidade nessa operação contribuiria para facilitar, em grande parte, qualquer esforço pela reciclagem.

A ABilumi cita o exemplo da norma norte-americana Standards for Universal Waste Management - 40 CFR Part 273 Subpart B, que estabelece regras especiais para o transporte de resíduos perigosos em pequenas quantidades. O limite para encaixar-se nessa legislação é de até 5 toneladas.

Conforme a entidade, a simplificação do transporte de pequenas quantidades de lâmpadas queimadas tem como objetivo facilitar que o consumidor possa destinar corretamente os seus resíduos. Devido à baixa concentração do lixo, a toxicidade também é baixa.

O efeito prático da norma nos EUA é reduzir o custo da logística reversa sem que o risco aumente

significativamente. É permitido que os postos de coleta armazenem por até 10 dias tal quantidade de lâmpadas (até 5 toneladas), sem a necessidade de grandes investimentos e autorizações dos órgãos ambientais.

Em suma, nos EUA, tanto a destinação dos resíduos pelo consumidor como a coleta e armazenamento de pequenas quantidades de lâmpadas têm menos exigências que no Brasil.

Cuidados

O consumidor também precisa ter cuidados no manuseio e uso das lâmpadas fluorescentes, especialmente se houver quebra de uma delas, o que libera o mercúrio no ar. Confira a seguir os procedimentos recomendados pela ABilumi nessa circunstância.

Não usar equipamento de aspiração para a limpeza; Logo após o acidente, abrir todas as portas e janelas do ambiente, aumentando a ventilação;

Ausentar-se do local por, no mínimo, 15 minutos;

Após 15 minutos, colete os cacos de vidro e coloque-os em saco plástico. Procure utilizar luvas e avental para evitar contato do material recolhido com a pele;

Com a ajuda de um papel umedecido, colete os pequenos resíduos que ainda restarem;

Coloque o papel dentro de um saco plástico e feche-o; Coloque todo o material dentro de um segundo saco plástico. Assim que possível, lacre o saco plástico evitando a contínua evaporação do mercúrio liberado; Logo após o procedimento, lave as mãos com água corrente e sabão.

Fonte: Mundo da sustentabilidade:

http://sustentabilidades.com.br/index.php?option=com_content&view=article&id=13:reciclagem-de-lampadas-fluorescentes

Expediente: Edição: Leonardo Luis Ribeiro.

Colaborador: Gilberto Todescato Telini - Jornalista MTB 18.351/MG.

Correção ortográfica: José Maria Cândido, Gilberto Todescato Telini.

Colaboradores: Prof^o José Maria Cândido, Prof^o Baltazar Jonas Ribeiro M., Prof^o Luciano Machado Cavalca, Antônia de Oliveira C. Bento, Nahara Maria Assunção de Castro Vieira, Amara Lana de Abreu, Maisa dos Santos.

**Boletim Informativo da
Biblioteca Unidade
Nepomuceno**

Disponível em:

<http://www.nepomuceno.cefetmg.br/site/sobre/aux/setores/biblioteca/>

Endereço: Av. Monsenhor Luiz de Gonzaga, 103—Centro
Nepomuceno-MG.

