

Bem-viver

FIQUE DE OLHO!

Falta de sexo pode fazer mal à saúde

Possíveis efeitos colaterais da abstinência vão de crise de ansiedade a infecções

Eduardo F. Filho

eduardo.filho@sp.oglobo.com.br

► Ficar sem fazer sexo pode trazer riscos para a saúde, no caso de quem sente vontade de ter relações sexuais. Segundo a psiquiatra Carmita Abdo, coordenadora do programa de estudos em sexualidade da USP, o sofrimento que pode ser causado pela abstinência se desdobra em angústia, mal-estar e desconforto:

— Aqueles que não querem fazer sexo por um determinado período, se não estiverem em sofrimento, não precisam se preocupar. O problema é quando se quer fazer, não faz e sente a necessidade daquilo. Isso causa um sentimento de vazio, um desejo descontrolado, levando a desfechos negativos.

Esses desfechos negativos podem trazer riscos físi-

cos e psicológicos graves. Começando por uma crise de ansiedade, que pode evoluir para uma depressão do sistema imunológico e posteriormente do sistema nervoso central. O paciente se sente mais vulnerável, a autoestima cai, o corpo sofre alterações e fica fisicamente mais fraco, o que estimula

BEM-ESTAR

Relação sexual satisfatória libera hormônios bons para o corpo e a mente

o aparecimento de doenças bacterianas, viroses e até infecções generalizadas.

— São várias as indagações que se passam na cabeça dessa pessoa. Ela começa a se perguntar se é bonita o suficiente ou o porquê de

ninguém se interessar por ela. Há outros desdobramentos também, como rejeitar contatos sexuais, por não ter tido êxito nas atividades anteriores. É uma bola de neve, que vai ficando cada vez maior até explodir em ansiedade, depressão, vulnerabilidade imunológica e doenças físicas — explica Abdo.

De acordo com a médica, o sexo para ser completo precisa ser satisfatório para todas as partes. É essa experiência plena que libera um maior fluxo de dopamina, endorfina e oxitocina, hormônios que fazem bem à saúde do corpo e da mente.

E qual seria o tempo máximo de intervalo até a falta de sexo prejudicar a saúde física e mental? Cientistas dizem que isso depende dos hábitos sexuais de cada um. Uma pessoa que tem uma vida sexual ativa, de pelo menos três encontros por semana, por exemplo, começa a sentir os primeiros sinais da abstinência depois de cerca de 30 dias sem sexo.



FREPEIX

Frequência cai com os anos

► De acordo com um estudo do Instituto Kinsey para Pesquisas em Sexo, Gênero e Reprodução, nos Estados Unidos, a frequência sexual varia de acordo com a idade, depende de diversos fatores, como estilo de vida, saúde e libido, e tende a cair ao longo dos anos. Os jovens de 18 a 29 anos, por exemplo, têm em média

112 relações sexuais por ano, o que corresponde a três encontros semanais. A média cai para 86 entre adultos de 30 a 39 anos, o que equivale a 1,6 atividade sexual por semana. O grupo da faixa etária dos 40 aos 49 anos tem um total de 69 atividades por ano, ou seja, 1,3 encontro sexual por semana.

— É normal ter essa queda no número de atividades sexuais com o decorrer dos anos em razão do aumento de responsabilidade. Os adultos têm emprego, filhos, orçamento doméstico, entre outras situações, que acabam tirando o sexo do primeiro plano — afirma a psiquiatra Carmita Abdo. ▶

FIRJAN SESI SENAI
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 037/2024
AVISO DE LICITAÇÃO

Objeto: Contratação de empresa para prestação de serviços de sistema de identificação e pagamento eletrônico de pedágios e estacionamentos, por meio de dispositivo de identificação (TAG), de forma pós-paga, para atender a frota de veículos das instituições Firjan, SESI e SENAI.

Disputa de lances: 28/05/2024, às 11h

Retirada do edital: portaldecompras.firjan.com.br

Comissão de Licitação

CEAJD
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 268
AVISO DE LICITAÇÃO

Objeto: Contratação de pessoa jurídica para prestação de serviço de limpeza e conservação nas dependências do Condomínio Empresarial Arthur João Donato.

Abertura das propostas: 28/05/2024, às 10h.

Retirada do edital: portaldecompras.firjan.com.br

Comissão de Licitação

FUNDAÇÃO ESTADAL DE SAÚDE DE MARICÁ – FEMAR
SUPERINTENDÊNCIA DE LICITAÇÕES
AVISO – PREGÃO ELETRÔNICO Nº 90008/2024

UASG 929412
Processo Administrativo nº 10750/2023

A Agente de Contratação da Fundação Estatal de Saúde de Maricá informa: Objeto: Aquisição de máquinas e equipamentos: paleteira com elevação hidráulica e controle manual, carrinho para transporte de medicamento, carro para transporte de carga, carrinho plataforma, seladora manual, termo higrometro digital, balança para paletes (com plataforma de pesagem tipo: U), paleta de plástico, paleta padrão pbr (madeira), estrado de plástico, escada de alumínio, balança eletrônica digital e aspirador de pó portátil. Data da realização do certame 07/06/2024 às 10 horas. Os interessados em retirar o Edital deverão comparecer à: Rua Climaco Pereira s/n, Lote B2-B1 Centro, Maricá/RJ – CEP 24.902-035, Sítio Eletrônico <https://femar.marica.rj.gov.br/licitacoes-e-contratos/licitacoes-previstas-e-em-andamento/> ou solicitar pelo e-mail licitacaoefemar@gmail.com ou através do telefone (21) 97181-6318.

FUNDAÇÃO ESTADAL DE SAÚDE DE MARICÁ – FEMAR
SUPERINTENDÊNCIA DE LICITAÇÕES
AVISO – PREGÃO ELETRÔNICO Nº 90009/2024

UASG 929412
Processo Administrativo nº 13428/2023

A Agente de Contratação da Fundação Estatal de Saúde de Maricá informa: Objeto: Prestação de serviço de locação de aparelhos odontológicos. Data da realização do certame 10/06/2024 às 10 horas. Os interessados em retirar o Edital deverão comparecer à: Rua Climaco Pereira s/n, Lote B2-B1 Centro, Maricá/RJ – CEP 24.902-035, Sítio Eletrônico <https://femar.marica.rj.gov.br/licitacoes-e-contratos/licitacoes-previstas-e-em-andamento/> ou solicitar pelo e-mail licitacaoefemar@gmail.com ou através do telefone (21) 97181-6318.

LEILÃO SOMENTE "ON-LINE"
FECHAMENTO: 06/06/2024, a partir das 11h30

LOTE 01 - RIO DE JANEIRO/RJ - SALA COMERCIAL 925
Avenida Rio Branco, 156 - VILA DA PENHA
Área Privativa estimada no local: 32,00m² | Fração Ideal de 313/1.000.000 do terreno
Lance Inicial: R\$ 80.000,00

CONDIÇÕES DE PAGAMENTO:
• À VISTA, SEM DESCONTO • PARCELADO: SINAL DE 21% DO VALOR TOTAL DA ARREMATACÃO E O SALDO EM ATÉ 03 PARCELAS CORRIGIDAS PELO IGP-M • FINANCIAMENTO, SEM DESCONTO
Lances "on-line", edital completo, condições de venda e pagamento, fotos, consulte: www.freitassleiloeiro.com.br

sac@freitassleiloeiro.com.br (11) 3117.1001

SERGIO VILLA NOVA DE FREITAS - LEILOEIRO OFICIAL - JUCESP 316

FUNDAÇÃO ESTADAL DE SAÚDE DE MARICÁ – FEMAR
SUPERINTENDÊNCIA DE LICITAÇÕES
AVISO – PREGÃO ELETRÔNICO Nº 90012/2024 – SUSPENSÃO

UASG 929412
Processo Administrativo nº 10741/2023

A Agente de Contratação da Fundação Estatal de Saúde de Maricá, informa que o Pregão supracitado, que tem como objeto: Formação de ata de registro de preços para futura e eventual prestação de serviço comum de medicina do trabalho e saúde ocupacional, que aconteceria no dia 17/05/2024 às 10h, encontra-se SUSPENSO SINE DIE, para retificação do Edital. Maiores informações: Rua Climaco Pereira s/n lote B2-B1, Centro, Maricá/RJ, Sítio Eletrônico <https://femar.marica.rj.gov.br/licitacoes-e-contratos/licitacoes-previstas-e-em-andamento/> pelo e-mail licitacaoefemar@gmail.com ou através do telefone (21) 97181-6318.

PREFEITURA MUNICIPAL DE RESENDE
Secretaria Municipal de Governo
SUPERINTENDÊNCIA MUNICIPAL DE LICITAÇÕES E CONTRATOS
AVISO DE LICITAÇÃO

Pregão Eletrônico nº 33/2024 – Objeto: Registro de Preços de aquisição de camisas para atender as competições, conforme edital nº 16.585/2024. Data/Hora: 03/06/2024, às 09h. Edital disponível no site: <http://www.resende.rj.gov.br/licitacoes> » licitações agendadas e <https://bnc.org.br> - E-mail: licitacoesaude.resende@gmail.com tel: (0XX24) 3354-7368. Julio Cezar de Carvalho – Superintendente Municipal de Licitações e Contratos.

PREFEITURA MUNICIPAL DE CANTAGALO
AVISO DE EDITAL LICITAÇÃO 07/2024
CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA - UASG 985821

OBJETO: Construção de calçadas na Avenida Vereador Eguiberto Gil em Boa Sorte – 5º Distrito – Cantagalo, conforme condições, quantidades e exigências estabelecidas neste Edital e seus anexos - VALOR: R\$ 297.390,26 - DATA ABERTURA: 06 de junho de 2024, às 9h, no site www.comprasnet.gov.br - EDITAL LIBERADO: 17/05/2024, de segunda a sexta-feira, das 9h às 17h, no seguinte endereço: Rua Vereador Francisco Eugênio Vieira, nº 300, sala 101, Centro, Cantagalo/RJ e no site www.cantagalo.rj.gov.br/licitacoes/aviso ou Portal de Compras do Governo Federal - www.comprasgovernamentais.gov.br ComprasNet SIASG.

Cantagalo, 14 de maio de 2024.
Janine Huguenin Meireles de Souza
Agente de Contratação

FUNDAÇÃO ESTADAL DE SAÚDE DE MARICÁ – FEMAR
DIRETORIA ADMINISTRATIVA
SUPERINTENDÊNCIA DE COMPRAS

A Superintendência de compras da FEMAR, no uso de suas atribuições, convoca pessoas jurídicas a apresentarem orçamentos para os objetos abaixo relacionados. Os interessados poderão obter cópia do Termo de Referência e mais informações pelo endereço eletrônico femarsuperintendenciadecompras@gmail.com

NÚMERO DO PROCESSO	OBJETO
1162/2023	AVISO DE COTAÇÃO - CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA EM SERVIÇOS DE GERENCIAMENTO DE E-MAILS
2387/2024	AVISO DE COTAÇÃO - AQUISIÇÃO DE INSUMOS ODONTOLÓGICOS
5865/2024	AVISO DE COTAÇÃO. CONTRATAÇÃO DE EQUIPAMENTO DE ULTRASSONOGRÁFIA (USG) PORTÁTIL.
6261/2024	AVISO DE COTAÇÃO - CONTRATAÇÃO DE EQUIPAMENTOS HOSPITALARES.
6721/2024	AVISO DE COTAÇÃO - AQUISIÇÃO DE IMPRESSORA DE CRACHÁS DE IDENTIFICAÇÃO E INSUMOS PARA CONTROLE DE ACESSO.
6251/2024	AVISO DE COTAÇÃO - CONTRATAÇÃO DE MATERIAIS MÉDICO - HOSPITALARES (INSUMOS 2)
6330/2024	AVISO DE COTAÇÃO - CONTRATAÇÃO DE EMPRESA PARA LOCAÇÃO DE CONTAINERS MODULARES HABITACIONAIS PARA INSTALAÇÕES DE UNIDADES DE SAÚDE DA FAMÍLIA.
6424/2023	AVISO DE COTAÇÃO - SERVIÇO DE LOCAÇÃO DE VEÍCULOS, SEM MOTORISTA E SEM COMBUSTÍVEL
7394/2024	AVISO DE COTAÇÃO - AQUISIÇÃO DE GENEROS ALIMENTÍCIOS (CAFÉ E AÇÚCAR).
14203/2023	AVISO DE COTAÇÃO - CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA PARA FORNECIMENTO DO SISTEMA ELETRÔNICO OJS (OPEN JOURNAL SYSTEM), INCLUINDO PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS TÉCNICOS DE CONFIGURAÇÃO, SUPORTE TÉCNICO E REGISTRO CROSSREF/DOI.
24664/2023	AVISO DE COTAÇÃO - PRESTAÇÃO DE SERVIÇO NO CONTROLE SANITÁRIO INTEGRADO DE VETORES E PRAGAS URBANAS.
23778/2023	AVISO DE COTAÇÃO - FORNECIMENTO E MONTAGEM DO MOBILIÁRIO PARA UNIDADES DE SAÚDE.
24522/2023	AVISO DE COTAÇÃO - CONTRATAÇÃO DE SERVIÇO DE EMPRESA ESPECIALIZADA PARA FORNECIMENTO DE LICENCIAMENTO, IMPLANTAÇÃO, MANUTENÇÃO E SUPORTE TÉCNICO DE SOFTWARE DE GESTÃO
25487/2023	AVISO DE COTAÇÃO - CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA EM DLOGÍSTICA INDIVIDUAL (PARA PROFISSIONAIS DAS TÉCNICAS RADIO-LÓGICAS E DEMAIS PROFISSIONAIS DE ÁREAS CONTROLADAS).

Atenciosamente,

Maricá, 16 de maio de 2024

Alan Barradas
Matricula 3.300.018
Superintendente de Compra

AVISO DE LICITAÇÃO
PREFEITURA MUNICIPAL DE SUMIDOURO
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 015/2024
ADMINISTRATIVO Nº 0799/2024
SISTEMA DE REGISTRO DE PREÇOS
REMARCAÇÃO

OBJETO: EVENTUAL LOCAÇÃO DE CAMINHÕES E EQUIPAMENTOS COM FORNECIMENTO DE MOTORISTAS E OPERADORES.
ÓRGÃO GESTOR: Município de Sumidouro
MODALIDADE: Pregão Eletrônico
VALOR ESTIMADO: R\$ 6.474.000,00
TIPO: Menor Preço Por Item

EDITAL DISPONÍVEL: O Edital para a Licitação está disponível no site oficial da Prefeitura Municipal de Sumidouro (<http://sumidouro.rj.gov.br/>), bem como na Plataforma <https://www.licitanet.com.br/>.

LIMITE DE ACOLHIMENTO DAS PROPOSTAS COMERCIAIS:
Dia 29/05/2024, às 09h59 (nove horas e cinquenta e nove minutos).

ABERTURA DA SESSÃO DO PREGÃO ELETRÔNICO:
Dia 29/05/2024, às 10h (dez horas).

SITE PARA REALIZAÇÃO DO PREGÃO: www.licitanet.com.br
Sumidouro, 16 de maio de 2024.
Thiago Bandeira de Gouveia Marques
PREGOIRO
Diretor do Departamento de Licitações.

PREFEITURA MUNICIPAL DE CANTAGALO
AVISO DE EDITAL LICITAÇÃO 06/2024
CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA - UASG 985821

OBJETO: Construção de calçada e muro de arrimo na Alameda esquina com a Rua Joaquim Santos - São José (parte alta) 1º distrito de Cantagalo - VALOR: R\$ 106.490,93 - DATA ABERTURA: 06 de junho de 2024, às 13h, no site www.comprasnet.gov.br - EDITAL LIBERADO: 17/05/2024, de segunda a sexta-feira, das 9h às 17h, no seguinte endereço: Rua Vereador Francisco Eugênio Vieira, nº 300, sala 101, Centro, Cantagalo/RJ e no site www.cantagalo.rj.gov.br/licitacoes/aviso ou Portal de Compras do Governo Federal - www.comprasgovernamentais.gov.br ComprasNet SIASG.

Cantagalo, 14 de maio de 2024.
Janine Huguenin Meireles de Souza
Agente de Contratação

COMPANHIA DE DESENVOLVIMENTO DE MARICÁ
AVISO DE REVOGAÇÃO
PROCEDIMENTO LICITATÓRIO ESPECIAL PARA CONTRATO PÚBLICO DE SOLUÇÃO INOVADORA Nº 01/2024
Processo Administrativo: Nº 13863/2023

O Presidente da Companhia de Desenvolvimento de Maricá S.A. - CODEMAR, no uso de suas prerrogativas, decide REVOGAR o Procedimento Licitatório supracitado, o que o faz nos termos a seguir:

CONSIDERANDO que o ato administrativo revogatório é resultante do poder discricionário, prerrogativa que a Administração Pública detém para rever suas atividades em busca dos melhores meios para o alcance do fim maior, o interesse público;

CONSIDERANDO as razões de interesse público decorrentes de fatos supervenientes em que o instrumento convocatório precisará ser reavaliado.

CONSIDERANDO a continuidade do processo em tela e a opção pela publicação com nova numeração editalícia; REVOGA-SE, pois, o Procedimento Licitatório Especial para Contrato Público de Solução Inovadora Nº 01/2024.

LEILÃO DE ALIENAÇÃO FIDUCIÁRIA
Online

zuk

DORA PLAT, leiloeira oficial, inscrita na JUCESP nº 744, com escritório à Rua Minas Gerais, 316 – CJ 62 - Higienópolis, São Paulo/SP, autorizada pela Atual Credora Fiduciária TRAVESSIA SECURITIZADORA DE CRÉDITOS FINANCEIROS VIII S/A, inscrita no CNPJ sob nº 36.699.663/0001-93, com sede na cidade de São Paulo/SP, detentora dos direitos do crédito objeto do Instrumento Particular com Força de Escritura Pública de Compra e Venda e Financiamento com Constituição de Alienação Fiduciária em Garantia, e da Cédula de Crédito Imobiliário nº 1019000, série 2014, datadas de 17/04/2014, sendo outora credora a BRAZILIAN MORTGAGES COMPANHIA HIPOTECÁRIA, inscrita no CNPJ sob nº 62.237.367/0001-80, com sede na cidade de São Paulo/SP, e Instituição Custodiante OLIVEIRA TRUST DISTRIBUIDORA DE TÍTULOS E VALORES MOBILIÁRIOS S/A, inscrita no CNPJ sob nº 36.113.876/0001-91, com sede na cidade de Rio de Janeiro/RJ, na qual figuram Fidejussantes VANEIA MARIA DE SOUZA FRANCA KLIPPEL, brasileira, professora aposentada, portadora do RG nº 03985490-6-IF/RJ, inscrita no CPF sob nº 462.863.147-68, e seu marido CARLOS EPAMINONDAS SAAR KLIPPEL, brasileiro, militar, portador do CNH nº 00290475500-DETRAN/RJ, inscrito no CPF sob nº 817.081.817-68, casados pelo regime da comunhão parcial de bens, residentes e domiciliados em Petrópolis/RJ, já qualificados no citado instrumento, promoverá a venda em 1ª ou 2ª leilão fiduciário, de modo somente On-line, do imóvel abaixo descrito, nas datas, hora e local infraditados, na forma da lei 9.514/97. 1. Local da realização dos leilões: Os leilões serão realizados exclusivamente pela Internet, através do site www.portalzuk.com.br. 2. Descrição do imóvel: Apto nº 206 e respectiva fração ideal de 23/1300 do terreno sito à Rua Medina nº 226, na freguesia do Engenho Novo, medindo 22,55m de frente e fundos por 58,00m em ambos os lados. Confrontando a direita com a vila nº 98, a esquerda com o nº 86 e nos fundos com o nº 91 da Rua Silva Rabelo. Imóvel objeto da matrícula nº 61.048 do 1º Cartório de Registro de Imóveis de Rio de Janeiro/RJ. Observação: Imóvel ocupado. Desocupação pelo adquirente, nos termos do art. 3º e único da lei 9.514/97. Observação: A avaliação do bem imóvel está de acordo com os termos do Parágrafo Único do artigo 24 da Lei 9.514/97. 3. Datas e valores dos leilões: >1º Leilão: 06/06/2024, às 14:00 h. Lance mínimo: R\$ 639.557,40. >2º Leilão: 07/06/2024, às 14:00 h. Lance mínimo: R\$ 331.406,65. 4. Condição de pagamento: À vista, (mais a comissão de 5% ao leiloeiro). Da participação on-line: O interessado deverá efetuar o cadastramento prévio perante o Leiloeiro, com até 1 hora de antecedência ao evento. O Fidejussante será comunicado das datas, horários e local de realização dos leilões, para no caso de interesse, exercer o direito de preferência na aquisição do imóvel, pelo valor da dívida, acrescida dos encargos e despesas, na forma estabelecida no parágrafo 2º-B do artigo 27 da lei 9.514/97, incluído pela lei 13.465 de 11/07/2017. Os interessados devem consultar as condições de pagamento e venda dos imóveis disponíveis no site: www.portalzuk.com.br

PARA MAIS INFORMAÇÕES: 3003.0677 | PORTALZUK.com.br