

JORNAL DA AECO

Nº 10 - SETEMBRO/OUTUBRO DE 2011
INFORMATIVO DA ASSOCIAÇÃO DOS EMPREGADOS DA COPASA,
DE SUAS SUBSIDIÁRIAS E PATROCINADAS

PÁG. 3
Cuide de sua
saúde bucal

PÁG. 6
Casa da AECO com
agenda aberta

PÁG. 8
Interior comemora
Dia das Crianças

FESTA DAS CRIANÇAS 2011



Foto: Marcelo Focardo

SURPRESAS E DIVERSÃO PARA TODA A FAMÍLIA

PÁGS. 4 E 5

Com a alma lavada

Não sou mais criança e nem ganhei nenhum presente surpresa, mas uma das minhas maiores emoções desses últimos tempos aconteceu no dia da Festa das Crianças. Sabe aquela sensação de missão cumprida? Foi esse o sentimento que tive quando, aos poucos, o Clube do Barreiro foi se enchendo de crianças e elas tomaram todos os espaços disponíveis.

A expectativa não era das melhores. A chuva no dia anterior tinha sido tão forte que quebrou um grosso tronco de árvore em frente à associação e mostrou que a previsão meteorológica para o dia não era muito boa. Mas acho que, junto com a licitação da festa, a COPASA também encomendou a São Pedro um bom dia 12.

Dia de sol, porém sem muito calor, e as pessoas foram se instalando confortavelmente na Praça das Águas, nome que demos para a área ao redor das piscinas. Vendo o clube fervilhante, tendo na entrada a baleia azul da piscina infantil e o grande toboágua, meu pensamento foi de que esses

primeiros dois anos e meio na direção da AECO já têm valido a pena.

No clube, as mudanças começaram em 2010 com a definição de um regulamento para seu funcionamento. Depois, instalamos as catracas eletrônicas na portaria e, agora, mais do que novas regras e controles, retornamos aos associados melhorias realmente concretas.

Essas obras, que foram realizadas com recursos próprios dos associados, nos dão a tranquilidade de seguir com a determinação e o planejamento definidos por esta diretoria. Muito mais ainda temos que fazer. O clube, o Centro de Convivência e Lazer, que está sendo estruturado na rua Mar de Espanha, e as representações do interior demandam recursos financeiros que se apoiam em grande parte nas contribuições dos associados. Por isso, essa participação financeira, baseada na contribuição de cada um, é importante para o avanço da AECO.

Veramaria Franco
Presidente da AECO

EXPEDIENTE

CONSELHO DIRETOR:
Presidente: Veramaria Carvalho Franco | Diretora Superintendente: Maria de Lourdes Gomes Cerqueira | Diretores: Jonas Medina Rodrigues Cunha, Jeane Kátia Silva Ferreira, Rogério José de Paiva

CONSELHO FISCAL:
Presidente: Geraldo Magela Moreira Calçado | Membros: Reginaldo Vicente de Resende, Vicente de Paula Luiz de Souza

JORNALISTA RESPONSÁVEL: Ana Carolina Bicalho - 11.867/MG

ESTAGIÁRIA DE COMUNICAÇÃO INTEGRADA: Simone de Lacerda Araújo

ESTAGIÁRIA DE JORNALISMO: Silvia Rocha Borela Espescht
E-mail: silvia.aeco@hotmail.com

TELEFONE DA AECO: (31) 3250-1100

PROJETO GRÁFICO, EDIÇÃO, DIAGRAMAÇÃO E REVISÃO:
Partnersnet Comunicação Empresarial - (31) 3029-6888

IMPRESSÃO: CGB Artes Gráficas Ltda. | TIRAGEM: 7.000 exemplares



Notas

■ REAJUSTE 2011 - BELO DENTE

Informamos aos associados da Belo Dente que, em setembro, os valores dos contratos dos planos odontológicos foram reajustados em 6,3%. O índice é o mesmo utilizado pela Copasa para o reajuste de salários. Lembramos que este aumento anual já estava previsto no contrato. Assim, os valores individuais do plano passaram de R\$10,80 mensais para R\$11,48. Em caso de dúvidas, o associado deve entrar em contato com a AECO pessoalmente ou pelo telefone 3250-2280 (Marinalva).

■ SEM DÚVIDAS NA HORA DA APOSENTADORIA

Todo mês, a AECO participa do Programa de Preparação para a Aposentadoria, promovido pela Copasa a seus funcionários. O objetivo da associação é explicar a situação do associado aposentado e informar sobre benefícios, como seguros, Unimed, Belo Dente, clubes e convênios.

■ EQUIPE DE CICLISMO VISITA AECO

A equipe de ciclismo patrocinada pela AECO visitou a associação no dia 7 de outubro. No encontro, os atletas conversaram com a presidente Veramaria Carvalho Franco sobre patrocínio e próximas competições. Os ciclistas aproveitaram o momento para mostrar as medalhas das conquistas mais recentes de mountain bike.



Atletas do ciclismo apresentam suas medalhas

Foto: Silvia Espescht

■ AECO HOMENAGEIA SECRETÁRIAS

No dia 30 de setembro, a AECO marcou presença no café da manhã em comemoração ao Dia da Secretária, realizado na Copasa. A associação homenageou essas profissionais pela dedicação ao trabalho, presenteando-as com lindas rosas colombianas.



Secretárias festejam seu dia

Foto: Silvia Espescht

Seu sorriso é seu melhor cartão de visitas

Um sorriso bonito é essencial para manter uma imagem agradável, elevar a autoestima e assegurar relacionamentos pessoais. Mas cuidar da boa aparência dos dentes, longe de ser apenas uma questão de beleza, é também um assunto de saúde. Segundo o Ministério da Saúde, mais de 80% dos brasileiros têm problemas na gengiva, um local da boca muitas vezes esquecido pela população.

Por serem alvos de doenças silenciosas, as estruturas de suporte dos dentes – gengiva e osso periodontal – ficam sujeitas a infecções graves.

Grande parte dos pacientes não sabe que está com problemas e deixa para ir ao dentista apenas quando tem dor ou busca tratamento estético.

A falta de cuidados e a dificuldade na identificação dos sintomas podem desenvolver a tradicional gengivite - inflamação na gengiva - ou ainda a periodontite, que afeta o osso de sustentação dos dentes. A diretora técnico-administrativa do odontoplano Belo Dente, Dra. Marta Siqueira, afirma que em um ano de parceria com a AECO os procedimentos periodontais foram alguns dos mais procurados pelos associados e seus dependentes.



Foto: Sílvia Espescht

Dra. Marta, diretora da Belo Dente, aponta os benefícios do odontoplano para associados e suas famílias

Parceria garante atendimento

Para os associados da AECO, cuidar da saúde bucal não é um problema. Uma parceria com o odontoplano Belo Dente, iniciada em 2010, tem facilitado o atendimento odontológico dos conveniados da associação. E o benefício vem crescendo. Já são cerca de dois mil associados conveniados e, segundo a diretora técnica-administrativa da Belo Dente, os usuários têm comparecido ao dentista regularmente: "Os associados têm apro-

veitado muito este benefício".

Os principais atendimentos realizados durante este ano de parceria foram exames clínicos, diagnósticos, radiologia, prevenção (raspagem de tártaro, aplicação de flúor e limpeza), restaurações e tratamentos de gengiva. Já extrações e tratamentos mais complexos estão diminuindo cada vez mais. Dra. Marta comemora os números: "Isso significa que as pessoas estão se prevenindo, procurando ir mais ao dentista".

UM ANO DE ATENDIMENTO BELO DENTE

536 CONSULTAS DE EXAME CLÍNICO;

695 PROCEDIMENTOS RESTAURADORES;

90 EXTRAÇÕES;

45 CANAIS;

868 PROCEDIMENTOS DE PERIODONTIA (GENGIVA E PERIODONTO);

1076 PROCEDIMENTOS PREVENTIVOS.

Cuidar e prevenir

A especialista ressalta que essas doenças se iniciam com a má higiene bucal: "O sangramento é o primeiro sinal de que a pessoa tem uma gengivite. Isso normalmente acontece porque ela não tem boa escovação, então aparece o tártaro, que causa a inflamação". O acúmulo de bactérias na cavidade bucal forma as chamadas placas, que provocam a inflamação da gengiva. Com o passar do tempo, a gengivite não tratada pode evoluir para a periodontite. Por isso, é preciso estar alerta aos cuidados odontológicos para fazer um diagnóstico correto.

A descoberta precoce do tipo de doença facilita o tratamento, que é, geralmente, simples. A remoção das placas e do tártaro e a escovação eficiente, incluindo o uso do fio dental, resolvem a maior parte dos casos. Dra. Marta ressalta que, hoje, há muita informação sobre a importância de se escovar os dentes com disciplina. Mas a maioria das pessoas ainda se esquece do fio dental, um item indispensável para a boa higiene bucal: "O fio dental vai passar entre os dentes, que é onde a doença gengival se instala".

Junto a esses cuidados, a especialista recomenda que as pessoas façam uma visita ao dentista a cada seis meses para que qualquer problema seja tratado ainda na fase inicial.

Saúde bucal

APRENDA A USAR O FIO DENTAL

Corte aproximadamente 45cm de fio dental e enrole as extremidades nos dedos médios.



Use os polegares e os indicadores para conduzi-lo cuidadosamente entre os dentes superiores. Evite o contato brusco com as gengivas para não machucá-las.

Curve o fio suavemente ao redor da superfície lateral de cada dente e movimente-o para cima e para baixo, penetrando na linha da gengiva e removendo a placa bacteriana. Limpe cada dente separadamente.



Repita a operação entre os dentes inferiores usando os dedos indicadores, ou a seu critério.

Fonte: Odontoplano Belo Dente