

Começa processo eleitoral do Comitê Gestor de Investimentos e Previdência da Cesp

O processo eleitoral do Comitê Gestor de Investimentos e Previdência da Cesp, para escolha de representantes dos participantes ativos, autopatrocinados, coligados e dos aposentados e pensionistas, já começou.

Para acessar o regulamento e o requerimento de inscrição, clique nos links abaixo:

- [Regulamento Eleitoral](#)

- [Requerimento de Inscrição](#)

Os interessados em se candidatar devem encaminhar a ficha preenchida para o e-mail elen.filipini@aurenergia.com.br, até 27/09, às 16h.

A divulgação dos candidatos acontecerá no dia 01/10 e a votação ocorrerá nos dias 9 e 10/10. O resultado será divulgado no dia 10/10.

Reforçamos que a Vivest não tem participação neste processo, sendo apenas mais um canal de divulgação. Caso tenha dúvidas, entre em contato pelo e-mail elen.filipini@aurenergia.com.br.

Doenças cardiovasculares: prevenção e cuidados essenciais

As doenças cardiovasculares englobam um grupo de condições que afetam o coração e os vasos sanguíneos, incluindo doença coronariana, doença cerebrovascular, cardiopatia congênita, doença arterial periférica, trombose venosa profunda e embolia pulmonar. Desde dezembro de 2023, setembro também é o mês de conscientização sobre este tema.

Os principais fatores de risco para essas doenças, assim como para os acidentes vasculares cerebrais (AVCs), estão ligados a hábitos comportamentais, como dietas inadequadas, sedentarismo, uso de tabaco e consumo excessivo de álcool. Muitas vezes, essas condições não apresentam sintomas evidentes, e um ataque cardíaco ou AVC pode ser o primeiro sinal de alerta.

A boa notícia é que a maioria das doenças cardiovasculares pode ser prevenida por meio da adoção de um estilo de vida saudável. Além disso, o controle de condições como diabetes, hipertensão e hiperlipidemia, através de tratamento médico, é crucial para reduzir os riscos.

Lembre-se: Apenas médicos podem diagnosticar, tratar e prescrever medicamentos. Se você suspeitar de qualquer problema, consulte seu médico da família para uma avaliação completa e exames complementares.

Fonte: [Vivest](#), em 26.09.2024.