



**Dr<sup>a</sup> Ignez Antônia Pianca**  
Ginecologia e Obstetrícia - CRM: 4490 / RQE: 1029

*"Amamentar também é um ato de fé em si mesma e na capacidade de nutrir o filho"*

A amamentação é o primeiro vínculo entre a mãe e o bebê, ela estreita ainda mais os laços entre ambos.

Entretanto, não é tão simples quanto parece. O ato precisa de treino, e principalmente, bastante paciência. O bebê precisa aprender o exercício de sucção e a mulher precisa entender as melhores

posições para tornar esse momento possível. Não é nada fácil, exige persistência e força de vontade. Hoje em dia, já existem diversos profissionais qualificados a fim de ajudarem as mães a passarem por esse processo.

O aleitamento materno exclusivo é indicado até os 06 meses de idade do bebê, sendo a principal fonte de nutrientes para o mesmo, além de reduzir o risco de doenças e fornecer anticorpos.

É importante lembrar que você, mamãe, nunca deve se comparar! Cada uma terá a sua própria experiência. Esteja preparada para as dores, sangramentos e rejeições, siga firme em seu objetivo, que é a alimentação do seu filho. Vale lembrar

que nem sempre somente o leite materno será necessário para suprir as necessidades do bebê, algumas mulheres têm baixa produção, dificuldade de "pega", mamilo invertido. Por isso, tamanha a importância em consultar seu médico o quanto antes, a fim de que acompanhe suas necessidades de forma individualizada e, posteriormente, o médico pediatra, a fim de que acompanhe o desenvolvimento infantil.

Mães que dão fórmula também podem se informar em como estreitar ainda mais a relação com seus pequenos, afinal, amamentar, acima de tudo, é um ato de amor. E todas as mães têm esse direito. Algumas dicas são:



tomar sol nos seios, fazer bastante ingestão de água, dentre outros.

Mas não se culpe, caso não dê certo, isso não te torna menos mãe. Use ou-

tras formas, como: escolha um local especial para dar a mamadeira, torne esse momento só de vocês, cante para o seu bebê, olhe enquanto ele mama. Viva o

momento de vocês, da forma como vocês puderem. Uma hora os bebês crescem e sentimos saudade deles.

Amamentar é um ato necessário!



**ERRATA REFERENTE DO PREGÃO ELETRÔNICO Nº 34/2021, PUBLICADO NO DIÁRIO OFICIAL DO ESTADO NO DIA 13/08/2021 – PÁGINA 04.**

**ONDE SE LÊ:**

...no valor de R\$ 53.080,00 (cinquenta e três mil e oitenta reais)...

**No valor global**

**LEIA SE:**

...no valor de R\$ 53.090,00 (cinquenta e três mil e noventa reais)...

Cód. CidadES Contratações:  
2021.042E0600008.02.0008

Linhares, 25 de agosto de 2021

**Leonethe Braum Pereira**  
Pregoeira Oficial



**RESULTADO DE LICITAÇÃO**

A pregoeira Oficial do Município de Linhares – ES, torna público para conhecimento dos interessados, que fica SUSPENSO "SINE DIE" o Pregão Eletrônico nº 021/2021, para Registro de Preços, visando à contratação de empresa especializada em Confecção de Uniformes Escolares, que serão utilizados pelos alunos dos Centros de Educação Infantis Creche e Pré- Escola, bem como das Escolas de Ensino Fundamental do Município.

Tendo em vista a Representação TCEES n.º 3419/2021-1, até ulterior decisão da Corte de Contas.

Cód. CidadES Contratações:  
2021.042E0600008.02.0006

Linhares, 25 de agosto de 2021.

**Gesiani Araújo Pereira**  
Pregoeira Oficial



**PREGÃO ELETRÔNICO FMAS Nº 014/2021.**

O Fundo Municipal de Assistência Social do Município de Linhares-ES torna público para conhecimento dos interessados, abertura do PREGÃO ELETRÔNICO FMAS Nº 014/2021, do tipo menor preço por item, com participação exclusiva de Microempresas - ME Empresas de Pequeno Porte - EPP e Micro empreendedor individual, visando aquisição de material de consumo (tenda, cadeira de plástico, varal de chão, limpeza e outros), destinados a atender a realização de ações de prevenção, cuidado e isolamento à População em Situação de Rua no âmbito da pandemia COVID-19, conforme condições, quantidades e exigências estabelecidas neste Edital e seus anexos. Limite de acolhimento e Abertura das propostas: 10/09/2021 às 08h. Início da disputa: 10/09/2021 às 09h. O Edital poderá ser lido e obtido nos sites oficiais do Banco do Brasil - [www.licitacoes-e.com.br](http://www.licitacoes-e.com.br) - e da Prefeitura Municipal de Linhares - [www.linhares.es.gov.br](http://www.linhares.es.gov.br) - licitações. Cód. CidadES Contratações: 2021.042E0500003.01.0009 Linhares, 25 de agosto de 2021

**Leonethe Braum Pereira**  
Pregoeira Oficial

quem  
ouve



curte  
[atitudelinhares.com.br](http://atitudelinhares.com.br)