



BOLETIM INFORMATIVO SAÚDE

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA
MAIO DE 2015 · Nº 01
WWW.ITANHAEM.SP.GOV.BR/SAÚDE



CONHEÇA
ITANHAÉM

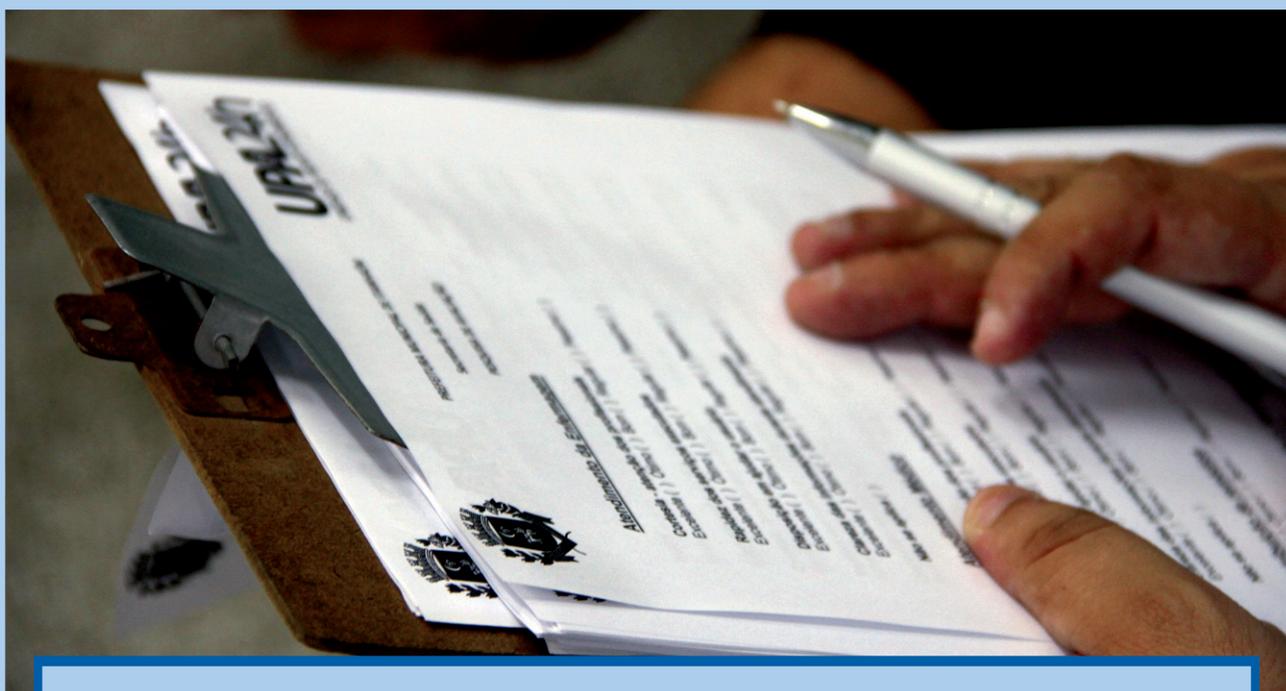
SECRETARIA ITINERANTE AVALIA NECESSIDADES DOS SERVIÇOS DA SAÚDE

A Secretaria de Saúde deu início, no mês de abril, a uma das novas metas propostas pelo Governo Municipal: a Secretaria Itinerante, que funcionará em diversos setores da saúde. O objetivo da ação é avaliar as necessidades do serviço mais de perto.

A Secretaria Itinerante já esteve presente na Unidade de Pronto Atendimento (UPA), onde foram avaliadas, pelos diretores de diversos setores a estrutura do local, atendimento médico e recepção, recursos humanos, entre outros. A Unidade de Saúde da Família (USF) do Gaivota e o Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU) também receberam a visita técnica dos profissionais.

Após esta etapa, são encaminhadas ao gabinete do secretário as sugestões e medidas necessárias para a melhoria do setor nas unidades.

ATENDIMENTO • O objetivo da ação é avaliar as necessidades do serviço mais de perto



PESQUISA DE AVALIAÇÃO

Para saber a opinião da população sobre os serviços oferecidos nos diversos setores da saúde, a Prefeitura de Itanhaém, por meio da Secretaria de Saúde, realiza uma pesquisa de avaliação. O primeiro local a receber o questionário foi a Unidade de Pronto Atendimento (UPA), entre os dias 13 e 17 de abril. Dentre as questões estavam: atendimentos na recepção, enfermagem, médico (atenção dos profissionais e rapidez no serviço), além de limpeza (salas de atendimento, banheiros e recepção), instalações (conforto, ventilação, iluminação) e distribuição de remédios.



ITANHAÉM
PREFEITURA



CIDADE SAUDÁVEL

- Esse espaço é destinado à dicas de saúde para o dia a dia, uma ação vinculada ao Programa "Itanhaém, Cidade Saudável".

ALIMENTAÇÃO E ATIVIDADE FÍSICA

Esta coluna trará sempre dicas de saúde para o dia a dia das pessoas, tendo em vista que a prática de hábitos saudáveis contribui para uma maior qualidade de vida. Algumas dúvidas permeiam nossas mentes quando o assunto é nutrição e atividade física. Para isso, buscamos algumas respostas com profissionais da área:

FAZER ATIVIDADE FÍSICA EM JEJUM, É MELHOR?

Não! Segundo a nutricionista Priscila Fernanda Silva Andreazzi (CRN: 16853), os alimentos (em especial os carboidratos), fornecem a energia necessária para quem vai fazer algum tipo de exercício. O jejum prolongado pode causar hipoglicemia, levando a desmaios e inclusive, ocorrendo perda de massa magra.

O QUE COMER DEPOIS DOS EXERCÍCIOS?

Prefira uma alimentação saudável, com uma porção de proteína animal magra (carne, frango, peixe ou ovos) associada a uma proteína vegetal (feijão, ervilha, grão de bico, soja) ou, uma porção de carboidrato complexo (arroz integral, batata, pão integral), além de frutas e vegetais.

POR QUE FAÇO MUSCULAÇÃO E MEU PESO AUMENTA?

Músculo pesa mais do que gordura! Levando isso em conta, quem pratica musculação deve se preocupar mais em manter uma dieta balanceada (conforme dito nas questões acima) do que preocupar-se com a balança. Com relação aos exercícios, o educador físico Isaias José Gomes Neto (CREF: 19452), deu algumas dicas, principalmente para o pessoal da 3ª idade:

“É muito importante a prática de atividades físicas na 3ª idade, já que, com o fortalecimento muscular e trabalho de coordenação, consegue-se diminuir os riscos de queda, fato comum nesta idade, além de contribuírem no controle de doenças como Colesterol e Pressão Arterial, por exemplo”.

DICAS:

ALONGAMENTO ANTES DA PRÁTICA PRINCIPAL: serve para preparar o corpo antes do início das atividades, evitando lesões.

MUSCULAÇÃO: A musculação é uma das melhores escolhas, desde que sob orientação de um professor e, respeitando os limites do seu corpo.

ALONGAMENTO APÓS A PRÁTICA PRINCIPAL: é muito importante realizá-lo ao final da prática de exercícios, servindo para “relaxar” a musculatura.

PRATIQUE EXERCÍCIOS, VIVA COM SAÚDE!



UPA RECEBE POLTRONAS PARA ACOMPANHANTES DE PACIENTES

Quem já esteve internado ou ficou algumas horas tomando uma medicação sabe o quanto é importante a presença de um amigo ou familiar por perto. Pensando no bem-estar não só do paciente mas também do acompanhante, a Secretaria de Saúde entregou na última sexta-feira (8), 15 poltronas para acompanhantes de pacientes que estão em repouso na Unidade de Pronto Atendimento de Itanhaém (UPA).

Os móveis substituem as cadeiras que ficavam ao lado dos leitos, dando maior conforto e bem estar aos que estão ao lado de seus familiares. Os novos móveis fazem parte de uma das metas da Secretaria de Saúde, que é humanização no atendimento.



HUMANIZAÇÃO • Os móveis substituem as cadeiras e agora dão maior conforto e bem-estar

PREFEITURA ENTREGA KIT DE HIGIENE BUCAL A ALUNOS DE ESCOLAS MUNICIPAIS

PREVENÇÃO • O kit contém revista de atividades, escovas de dentes e creme dental

Profissionais do Programa de Saúde Bucal, da Secretaria de Saúde, em parceria com a Secretaria de Educação, Cultura e Esportes, entregaram kits de higiene bucal aos alunos da Creche Municipal Lilian Aparecida Borges Prado.

O kit contém uma revistinha de atividades, creme dental e escova. Os alunos do Ensino Fundamental recebem, além disso, o fio dental. O dentista Maurício Rangel Torres, coordenador do Programa, afirmou que todas as crianças receberão o kit. São 18 mil alunos beneficiados. “Estas crianças já estão crescendo com uma nova mentalidade, sabendo que é melhor prevenir. E este é o nosso objetivo”, ressaltou.

O aluno Mateus Santos Guimarães, de 4 anos, estava feliz por receber o kit e sabe da



importância da escovação. “A gente tem que escovar os dentes todos os dias porque senão o dente fica doendo depois”, disse.

As escolas também receberam um porta-escovas, objeto como uma maleta onde são guardadas as escovas dos alunos na escola. Ela possui uma nova tecnologia, onde contém nanopartículas que não deixa que bactérias e fungos se proliferem.

HOSPITAL REGIONAL JORGE ROSSMANN, UMA NOVA REALIDADE PARA A SAÚDE PÚBLICA

SAÚDE • Além de construir a estrutura nova, o Estado também irá reformar e modernizar o prédio antigo, ampliando a capacidade do complexo



A obra de ampliação do Hospital Regional Jorge Rossmann é um dos maiores investimentos do setor de saúde pública do Litoral Sul. Além de ampliar a capacidade em 155%, o complexo terá instalações modernas prontas para atender a crescente demanda do setor, servindo como referência para todo o Litoral Sul.

A primeira etapa da parte estrutural da obra de ampliação do Hospital Regional Jorge Rossmann, de Itanhaém, foi concluída. Englobando o térreo, os sete andares de enfermarias, a área técnica e o heliponto (concretado), a estrutura passa agora pela fase de acabamento. Do 1º andar ao 6º andar, a parte de massa corrida já foi finalizada, somada a colocação do reboco na parte externa da estrutura, totalizando assim 60% do cronograma estabelecido.

Com a nova etapa da obra de ampliação, o número de operários e especialistas no local saltou de 110 para 140. A

parte de pintura de toda estrutura, externa e interna, está prevista para o mês de maio e o término da obra segue de acordo com o cronograma. O estágio atual requer maior meticulosidade no trabalho das equipes, devido aos muitos detalhes a serem efetuados.

No primeiro pavimento está previsto a implantação das unidades de terapia intensiva (UTI) adulto e infantil, no segundo pavimento ficará a área de controle de materiais, enquanto que entre o terceiro e sétimo pavimento ficarão as salas de enfermaria e de internação. No telhado está o heliponto concretado no padrão exigido pelo Governo do Estado.

Tão logo a parte nova seja concluída, o Governo do Estado iniciará a reforma do prédio antigo, que abrigará toda a maternidade do complexo. Durante essa fase da obra, toda a maternidade funcionará no prédio novo.

MAIS LEITOS

O novo Hospital Regional aumentará em 155% sua capacidade de atendimento em relação a atual estrutura, chegando a 240 leitos, dos quais 60 estarão sob cuidados intensivos (20 leitos de UTI Neonatal, 10 leitos de UTI Infantil, 20 leitos de UTI Adulto e 10 de Unidade Semi-Intensiva). A estrutura antiga será totalmente reformada e modernizada pelo Governo do Estado. Outra novidade anunciada foi a futura implantação de uma Unidade de Pronto Atendimento referenciado no Hospital Regional.

OBRAS DO NOVO PRÉDIO DO CENTRO DE ESPECIALIDADES MÉDICAS, CMR E FISIOTERAPIA

REESTRUTURAÇÃO • Os órgãos irão ser transferidos para um local mais amplo no Centro da Cidade



A Prefeitura de Itanhaém já deu início às obras do prédio que irá abrigar o Centro de Especialidades Médicas de Itanhaém (CEMI), Fisioterapia Municipal e o Centro Municipal de Reabilitação (CMR). Os órgãos serão transferidos para o Centro da Cidade. O novo local permitirá uma maior estrutura, mais tipos de pequenas cirurgias, uma sala cirúrgica e uma ala de ortopedia que ficará próxima às salas de gesso e raio-x.

O local atual do CEMI tem por mês, entre atendimentos e agendamentos, mais de 8 mil pacientes e, com a mudança, este número aumentará, pois haverá uma sala maior para realização de exames, principalmente de ultrassom, além de médico oftalmologista e um aparelho mamógrafo.



ITANHAÉM
PREFEITURA

PROGRAMA MUNICIPAL É PREMIADO DURANTE CONGRESSO EM CAMPOS DO JORDÃO

SAÚDE EM DESTAQUE • O Município esteve entre os dez projetos premiados de 581 trabalhos apresentados

A Prefeitura de Itanhaém apresentou no 29º Congresso do Conselho de Secretários Municipais de Saúde do Estado de São Paulo (COSEMS/SP) cinco cases de sucesso. Com o projeto 'Pares Positivos', Itanhaém recebeu o Prêmio David Capistrano. A Secretaria de Saúde esteve entre os dez premiados de 581 trabalhos divulgados.

O Congresso reuniu autoridades da área para a discussão sobre políticas do sistema público de saúde com o tema central 'SUS, política de estado: acesso com qualidade'. O projeto foi destacado no Prêmio que tem como objetivo reconhecer e incentivar atividades de humanização dos serviços prestados pelo Sistema Único de Saúde à população.

O projeto 'Pares Positivos', premiado no Congresso, é realizado entre adolescentes voluntários do Programa Cuidar para estimular o protagonismo de jovens e sua reflexão. São 64 jovens voluntários das escolas públicas do município capacitados em habilidades sociais, cultura

da paz, cidadania, protagonismo juvenil, violência, álcool e drogas, ECA, sexualidade e prevenção de DST/AIDS.

Também entre os trabalhos apresentados estiveram as ações promovidas pelo Comitê de Mortalidade Materno Infantil junto ao Programa Municipal de DST/AIDS. A ação avalia casos de transmissão vertical do HIV e Sífilis para embasar o planejamento de ações que visam reduzir índices das doenças.

Outro projeto apresentado no Congresso foi o impacto do trabalho do Comitê de Mortalidade Infantil na organização da rede de serviços da Secretaria Municipal de Saúde e no indicador da mortalidade infantil. Trata-se de uma estratégia elaborada por profissionais da área para monitorar as ações por meio de investigação de óbitos para redução destes índices.

Ainda contemplados os projetos Implanon, como estratégia de prevenção à gestação não planejada e indesejada em populações vulneráveis, e Programa Cuidar, uma estratégia de enfoque da Saúde mental intersectorial (saúde, educação e assistência social) para intervenção na violência e uso abusivo de substâncias em Itanhaém.

“O grande mérito dos nossos projetos e programas é que são ações desencadeadas por diagnósticos sérios onde os resultados foram buscados com criatividade e base científica, e a exaustiva missão de alinhar humanização e interdisciplinaridade”

Iloma Giurrulat, diretora de Atenção Especializada e coordenadora do Programa CUIDAR



combate à dengue

COMO É POSSÍVEL DIFERENCIAR O MOSQUITO DA DENGUE COM O PERNILONGO NORMAL?

O mosquito comum consegue por os ovos direto na água e o Aedes aegypti precisa de um recipiente para colocar os ovos que ficam aderidos por até um ano.

ADIANTA SÓ TIRAR A ÁGUA DOS PRATINHOS QUE FICAM SOB OS VASOS?

Não. Os ovos ficam aderidos às laterais internas dos pratos ou ainda nas laterais externas dos vasos. O ideal é optar por pratos que fiquem bem justos ao vaso e lavá-los com água e sabão, utilizando uma bucha para retirada de possíveis ovos.



A PICADA DO MOSQUITO É A ÚNICA FORMA DE TRANSMISSÃO DA DENGUE?

Sim, a dengue não é transmitida por pessoas, objetos ou outros animais.

É VERDADE QUE SOMENTE A FÊMEA DO MOSQUITO PICA AS PESSOAS?

Sim, pois é a fêmea que necessita do sangue em seu organismo para maturar seus ovos e dar sequência ao seu ciclo de vida.

MINHA CASA TEM PERNILONGOS. QUERO UMA DEDETIZAÇÃO E COMO FAÇO?

A Secretaria de Saúde só realiza a nebulização em casos de dengue confirmados por meio do exame de sorologia para dengue e/ou em situação de epidemia com critério.

ÁGUA DE PISCINA É UMA AMEAÇA?

Não. Se estiver recebendo tratamento adequado com produ-

tos clorados, na quantidade correta, não é ameaça. Caso isto não ocorra, pode se tornar um criadouro.



COMO FAÇO PARA SOLICITAR A VISITA DO AGENTE DE COMBATE À DENGUE?

A visita dos agentes de saúde e agentes de endemias já é uma rotina. Em caso de denúncias, o recomendado é entrar em contato com o setor de Combate à Dengue.

COMO PROCEDER QUANDO O PROBLEMA É CONSTATADO EM CASA NA VIZINHANÇA?

Nestes casos, a pessoa deverá entrar em contato com o número 3422-1944, pois assim será realizada a visita e, se for o caso, notificar o local e até mesmo multar.



ITANHAÉM
PREFEITURA

SECRETARIA DE SAÚDE

ENDEREÇO: Rua Capitão Mendes, 52 • Centro | **TELEFONE:** (13) 3427-2568 / 3427-4095