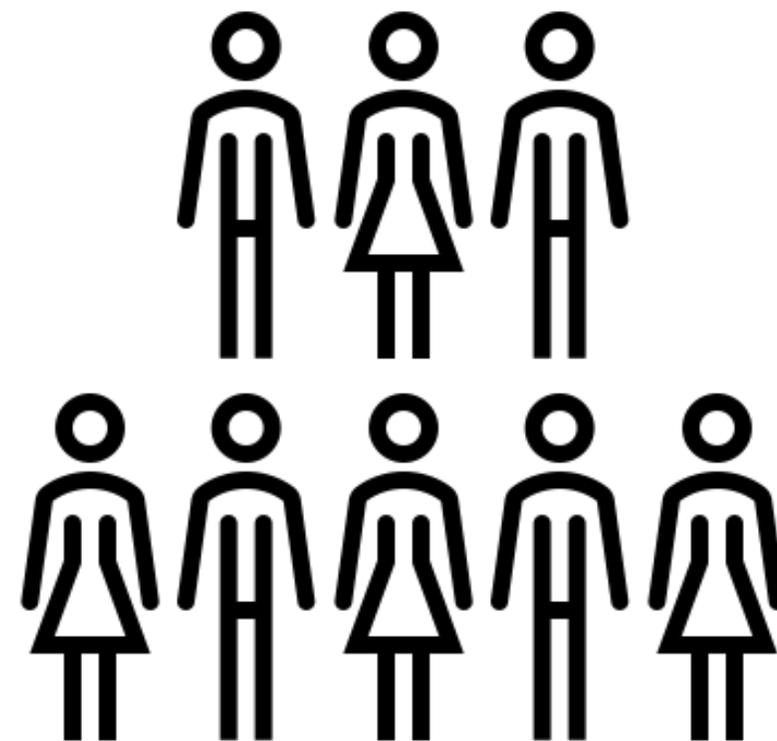


PROMOVENDO A SAÚDE NOS DIAS ATUAIS

RECORTE: JULHO -2021

GVDANTPS/DIVEP/SVS/SES-DF



Prezado leitor,

Este informativo apresenta eventos do mês **Julho**, ocorridos **em âmbito nacional** e no Distrito Federal, relacionadas à Promoção da Saúde. Profissionais e gestores de diversos setores, bem como a comunidade, têm demonstrado muitas formas de promover a saúde nestes tempos de desafios.

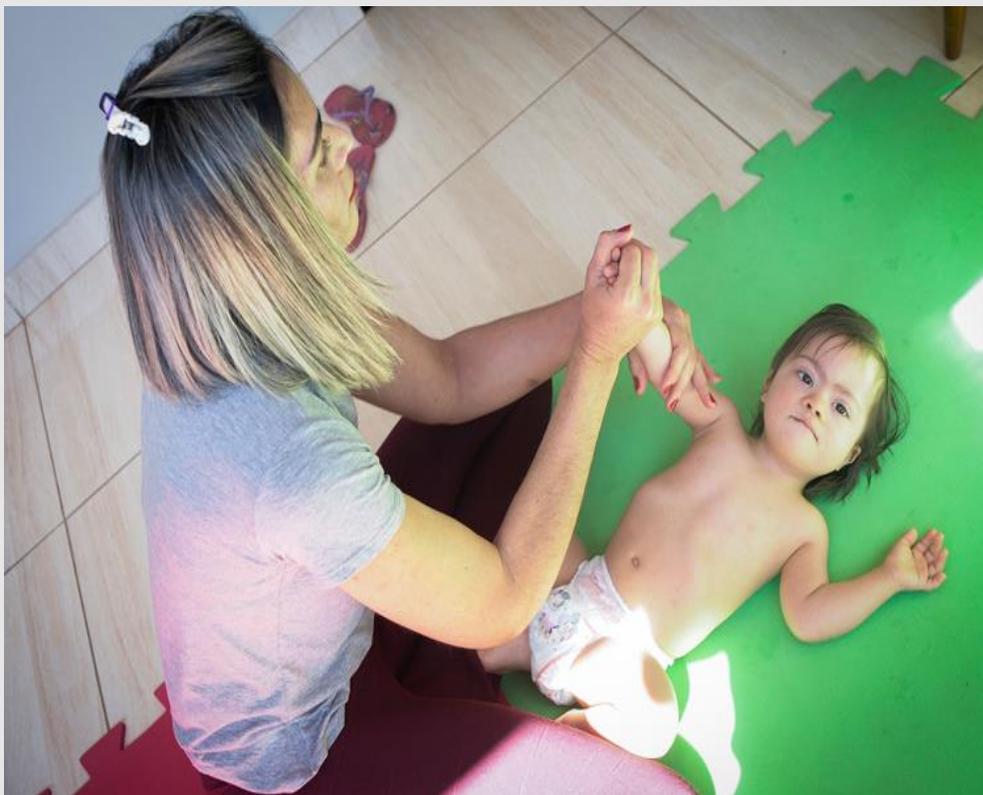
Que eles possam inspirar você a propor melhorias no estilo de vida para uma melhor qualidade de vida individual e comunitária.

Boa leitura!



**ACONTECEU NAS
INSTITUIÇÕES**

CRISDOWN PASSA A OFERECER SHANTALA EM CASA VIA CHAMADA DE VÍDEO



O Centro de Referência Interdisciplinar em Síndrome de Down (CrisDown) do Hospital Regional da Asa Norte (Hran) passou a oferecer a Shantala em casa, por meio de chamada de vídeo. A técnica combina o toque, a aplicação de óleo, a massagem e o alongamento suave do corpo do bebê, e é uma das Práticas Integrativas em Saúde (PIS) ofertadas na rede pública.

Roberta aponta que a Shantala traz inúmeros benefícios para o bebê, tais como melhora da coordenação e do tônus muscular, consciência corporal, alívio de cólicas, reduz o estresse e traz tranquilidade ao bebê, melhorando a qualidade do sono. Além disso, fortalece o vínculo entre a mãe e o bebê.

Quem tiver interesse em participar, pode enviar uma mensagem para o telefone temporário do CrisDown (61) 9 9448-0691 e aguardar o contato da equipe. O telefone não recebe chamada, apenas mensagens.

LÍVIA DAVANZO/Agência Saúde-DF, FOTO: Geovana Albuquerque/Agência Saúde-DF

Retirado parcialmente da Secretaria de Estado de Saúde em 01/07/2021

Leia na íntegra: <http://www.saude.df.gov.br/crisdown-passa-a-oferecer-shantala-em-casa-via-chamada-de-video/>

CRÉDITO PARA QUASE 35 MIL BENEFICIÁRIOS DO CARTÃO PRATO CHEIO



O Prato Cheio é um benefício temporário criado para atender famílias em situação de vulnerabilidade social ou que tiveram a renda prejudicada em razão da pandemia da covid-19

Têm direito ao Cartão Prato Cheio pessoas com renda familiar igual ou inferior a meio salário mínimo por pessoa da família, que se encontrem em situação de insegurança alimentar e sejam moradoras do Distrito Federal, inscritas no Cadastro Único ou no Sistema Integrado de Desenvolvimento da Sedes.

Têm prioridade as famílias monoparentais chefiadas por mulheres com crianças de até 6 anos, com pessoas com deficiência ou idosas e pessoas em situação de rua, acompanhadas por equipes da assistência social e em processo de saída de rua.

CYNTHIA RIBEIRO, FOTO: Divulgação, Agência Brasília

Retirado parcialmente da Secretaria de Desenvolvimento Social em 01/07/2021

Leia na íntegra: <http://www.sedes.df.gov.br/credito-para-quase-35-mil-beneficiarios-do-cartao-prato-cheio/>

DESAFIO ESCOLAR DE BASQUETEBOL ON-LINE



Participantes de escolas públicas e privadas vão gravar vídeos de suas performances solo

Os desafios que promovemos são uma forma de incentivar os estudantes a participarem de práticas esportivas de forma lúdica e saudável. Colocar o corpo em movimento é um santo remédio para manter o bom humor e combater emoções negativas, como as causadas por força da pandemia”, destaca o gerente de desporto escolar, Wanderson Cavalcante.

Os interessados em participar devem gravar um vídeo na posição horizontal, aparecendo de corpo inteiro – da cabeça aos pés –, com uma apresentação solo.

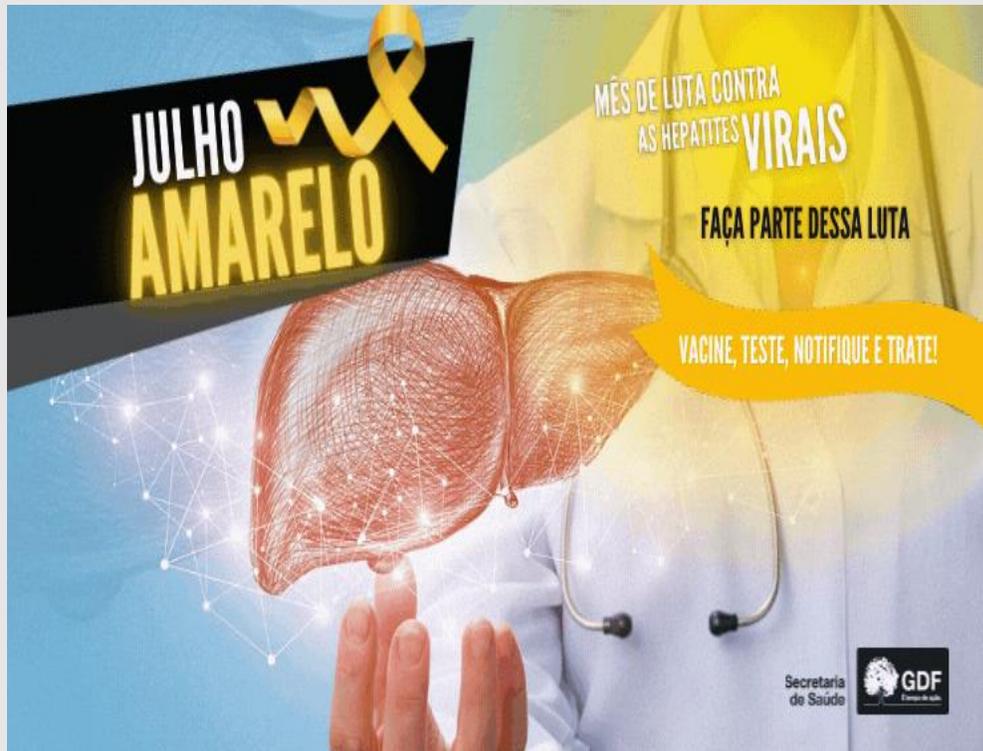
(possibilidade de substituir esse conteúdo pela matéria a respeito do evento, que deve sair no final do mês).

Por Íris Cruz | Ascom/SEEDF

Retirado parcialmente da Secretaria de Estado de Educação em 02/07/2021

Leia na íntegra: <http://www.educacao.df.gov.br/desafio-escolar-de-basquetebol-on-line/>

JULHO AMARELO: MÊS DE LUTA CONTRA AS HEPATITES VIRAIS



As hepatites virais B, C e D são doenças infecciosas que atacam principalmente o fígado e, embora nem sempre apresentem sinais e sintomas, quando não diagnosticadas, podem acarretar complicações das formas agudas e crônicas, muitas vezes levando à cirrose ou ao câncer de fígado.

A rede pública de saúde do DF disponibiliza os meios para se diagnosticar as hepatites virais, em qualquer unidade básica de saúde (UBS) e no Centro de Testagem e Aconselhamento (CTA), localizado no mezanino da Rodoviária do Plano Piloto.

Todas as pessoas com infecção pelo vírus da hepatite B ou C podem receber o tratamento gratuito pelo SUS.

CRISTINA SOARES/Agência Saúde-DF

Retirado parcialmente da: Secretaria de Estado de Saúde em 02/07/2021

Leia na íntegra: <http://www.saude.df.gov.br/julho-amarelo-mes-de-luta-contras-hepatites-virais/>

SAÚDE PARTICIPA DE FÓRUM SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NAS ESCOLAS E CONTRIBUI NA CRIAÇÃO DE E-BOOK SOBRE ANO INTERNACIONAL DAS FRUTAS E VEGETAIS



A Organização das Nações Unidas (ONU) considerou 2021 como o Ano Internacional das Frutas e Vegetais com o objetivo de aumentar a conscientização sobre a importância de incluir esses itens na alimentação para melhorar a saúde da população. Além disso, visa fortalecer o debate sobre a relevância da produção sustentável e da redução do desperdício de alimentos.

Com o intuito de compartilhar benefícios do consumo de frutas e hortaliças, bem como apresentar estratégias para a inclusão desses itens na alimentação e redução do seu desperdício, o Fórum Distrital de Promoção da Alimentação Adequada e Saudável nas escolas elaborou o e-book Ano Internacional das Frutas e Vegetais, voltado para a população em geral.

JURANA LOPES/Agência Saúde-DF

Retirado parcialmente da Secretaria de Estado de Saúde em 03/07/2021

Leia na íntegra: <http://www.saude.df.gov.br/saude-participa-de-forum-sobre-alimentacao-saudavel-nas-escolas-e-contribui-na-criacao-de-e-book-sobre-ano-internacional-das-frutas-e-vegetais/>

IFF/FIOCRUZ LANÇA CARTILHAS SOBRE DESENVOLVIMENTO INFANTIL



Os informativos apresentam orientações de profissionais do Ambulatório de Follow-Up, Terapia Ocupacional e Fonoaudiologia do Instituto com dicas de interações e brincadeiras indicadas para cada faixa etária.

As profissionais que elaboraram as cartilhas informam que é brincando que o bebê e a criança adquirem habilidades motoras, cognitivas, sociais e emocionais, e que os estímulos oferecidos, ou até mesmo a falta deles, influenciam diretamente na aquisição dessas habilidades.

Everton Lima (IFF/Fiocruz)

Retirado parcialmente do IFF/Fiocruz em 05/07/2021

Leia na íntegra: <https://portal.fiocruz.br/noticia/iff/fiocruz-lanca-cartilhas-sobre-desenvolvimento-infantil>

ESCOLA VIRTUAL DA SEDES É ABERTA A SERVIDORES E À POPULAÇÃO



A Escola Virtual da Secretaria de Desenvolvimento Social (Sedes) está com novos cursos abertos a servidores e à população. São oficinas gratuitas, que tem o objetivo de proporcionar o aprendizado de maneira on-line.

“São temáticas específicas da área socioassistencial, mas, também, de diversas outras áreas do conhecimento, alguns com aplicabilidade imediata, principalmente para o mercado de trabalho”, explica a coordenadora de Formação, Parceria e Redes da Sedes, Amanda Amano.

ÁDAMO DAN

Retirado parcialmente da Secretaria de Desenvolvimento Social em 05/07/2021

Leia na íntegra: <http://www.sedes.df.gov.br/escola-virtual-da-sedes-e-aberta-a-servidores-e-a-populacao/>

UBS 1 DE TAGUATINGA OFERECE ATENDIMENTO MULTIDISCIPLINAR PARA PACIENTES COM SÍNDROME PÓS-COVID



Pacientes acometidos pela Covid-19 podem apresentar sequelas como fadiga, fraqueza muscular, alterações cognitivas, problemas de memória, alterações de olfato e paladar e outras manifestações, que atingem de forma persistente pessoas curadas, mas que continuam a apresentar sintomas, o que ficou conhecido como COVID LONGA ou SÍNDROME PÓS-COVID.

Com o intuito de oferecer um acompanhamento direcionado, a equipe do Núcleo Ampliado de Saúde da Família (NASF) da Unidade Básica de Saúde 1 (UBS-1) de Taguatinga montou um grupo de auxílio para ajudar na recuperação desses pacientes.

A gerente da UBS 1 de Taguatinga, Iraquitania Barbosa, ressalta que o serviço amplia a oferta no cuidado dos pacientes com uma equipe multidisciplinar. “É um atendimento de ponta e auxilia na promoção da saúde, no fortalecimento da clínica ampliada e no apoio às Estratégias Saúde da Família (ESFs)”, aponta.

LÍVIA DAVANZO, da Agência Saúde-DF, FOTO: Divulgação/SES-DF

Retirado parcialmente da Secretaria de Estado de Saúde em 06/07/2021

Leia na íntegra: <https://www.saude.df.gov.br/ubs-1-de-taguatinga-oferece-atendimento-multidisciplinar-para-pacientes-com-sindrome-pos-covid/>

SAÚDE PARTICIPA DE AÇÃO VOLTADA PARA MULHERES DO ASSENTAMENTO CHAPADINHA, NO LAGO OESTE



Nesta quinta-feira (8), a Gerência de Atenção Primária da Região Norte promoveu um dia voltado especialmente às mulheres que vivem na área rural. A ação ocorreu no assentamento Chapadinha Lago Oeste, em Sobradinho, e contou com a participação de vários órgãos, como as secretarias da Mulher, de Turismo, de Agricultura, Emater e Administração Regional de Sobradinho II.

“Essa ação é importante para a comunidade porque tem o objetivo de incentivar a busca pelo autocuidado, estimular a prática de atividade física, promover o contato da equipe Estratégia Saúde da Família com outras secretarias e líderes comunitários moradores da Chapadinha”, avalia a gerente da UBS 6 – Flor de Cerrado – Lago Oeste, Waldeglacia Lima de Faria.

JURANA LOPES, da Agência Saúde-DF

Retirado parcialmente da Secretaria de Estado de Saúde em 09/07/2021

Leia na íntegra: <https://www.saude.df.gov.br/saude-participa-de-acao-voltada-para-mulheres-do-assentamento-chapadinha-no-lago-oeste/>

A SAÚDE DOS OLHOS PEDE ATENÇÃO: CONHEÇA ALGUNS CUIDADOS NO DIA A DIA



Dores de cabeça, visão embaçada, vista cansada são apenas alguns dos sinais que despertam a atenção à saúde ocular, muitas vezes negligenciada. Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) apontam que cerca de 285 milhões de pessoas têm problemas visuais no mundo. Desse total, entre 60% a 80% podem ser evitados e tratados. Por isso, o Ministério da Saúde chama a atenção para alguns cuidados no dia a dia para evitar problemas mais sérios no futuro.

Uma das medidas de prevenção é o cuidado com a exposição excessiva às telas de TV, computador e celular. Ficar muito tempo em frente à luz desses equipamentos tão presentes na vida pós moderna pode causar ressecamento nos olhos. Outra dica é tomar cuidado com o uso excessivo de químicos e tinturas, além de evitar dormir de maquiagem.

NATHAN VICTOR, FOTO: RHMED/RHVIDA

Retirado parcialmente do Ministério da Saúde em 10/07/2021

Leia na íntegra: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/a-saude-dos-olhos-pede-atencao-conheca-alguns-cuidados-no-dia-a-dia>

A UNB E OS GUARDIÕES DA SAÚDE NO CONTROLE DA PANDEMIA



O aplicativo Guardiões da Saúde foi adaptado para auxiliar no controle da emergência sanitária por covid-19 e está disponível para qualquer pessoa nas plataformas Android e iOS. Os usuários registram diariamente seu estado de saúde e, caso tenham certas combinações de sintomas, podem ser considerados, mediante um algoritmo diagnóstico, como sintomáticos.

Os usuários recebem notícias de fontes confiáveis e orientações gerais sobre a pandemia, por exemplo, medidas de biossegurança para evitar a transmissão do vírus e desmentidos sobre notícias falsas.

José Iturri; Lígia Cantarino; Jonas Brant

Retirado parcialmente da Universidade de Brasília em 12/07/2021

Leia na íntegra: <https://noticias.unb.br/artigos-main/5091-a-unb-e-os-guardioes-da-saude-no-controle-da-pandemia>

SAÚDE OFERECE CAPACITAÇÃO PARA PREVENIR COMPORTAMENTOS DE AUTOMUTILAÇÃO EM ADOLESCENTES



O Ministério da Saúde, por meio da plataforma UniverSUS Brasil, disponibiliza o curso “Prevenção da Automutilação”, voltado a profissionais de saúde, educadores da rede pública e privada de ensino, servidores dos conselhos tutelares e líderes de associações religiosas, corporações militares, entidades beneficentes e movimentos sociais.

O curso é gratuito, tem duração de 20 horas e o objetivo promover, de forma didática e acessível, o acesso à informação para prevenção de comportamentos automutilatórios.

Para se inscrever, basta acessar: <https://universusbrasil.saude.gov.br/>.

FOTO: UniverSUS Brasil

Retirado parcialmente do Ministério da Saúde em 12/07/2021

Leia na íntegra: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/saude-oferece-capacitacao-para-prevenir-comportamentos-de-automutilacao-em-adolescentes>



ACONTECEU NA MÍDIA

POR QUE DEVEMOS BEBER ÁGUA MESMO SEM SEDE



Estudos apontam para associação direta entre grau de hidratação e certas doenças. A desidratação pode causar distúrbios urológicos, gastrointestinais, circulatórios e neurológicos

Estudos na Espanha e em vários países da América Latina mostram que, em geral, a população não atinge o consumo de água recomendado. Portanto, há necessidade de uma maior conscientização da necessidade de beber mais água. Algumas pessoas devem beber água mesmo sem sede, pois não sentem vontade, não prestam atenção nos sinais de sede ou não conseguem reconhecê-los.

Diversas instituições recomendam a ingestão de 2 a 3 litros de água por dia. Essa quantidade deve aumentar no verão ou se fizermos exercícios físicos. **(Manter? REVER MATÉRIA COMPLETA)**

NADA CRINGE: CONFIRA CINCO RAZÕES PARA NÃO PULAR O CAFÉ DA MANHÃ



O café da manhã é uma das principais refeições do dia, e garante a energia necessária para as atividades do dia. Caso ele seja pulado frequentemente ou não seja composto por alimentos saudáveis, é possível notar algumas consequências para a saúde, como falta de disposição, mal estar, fome na hora do almoço e aumento da gordura corporal, por exemplo.

(Manter?)

PROGRAMA QUER MOBILIZAR POPULAÇÃO NA LUTA CONTRA A VIOLÊNCIA DE GÊNERO



Nesta segunda (12/7), a Secretaria da Mulher, em parceria com a Secretaria de Segurança Pública e com a Administração Regional de Samambaia, lançou o Programa Jornada Zero Violência contra Mulheres e Meninas”. A iniciativa uniu esforços do governo e da sociedade civil para que lideranças comunitárias e moradores da Samambaia fiquem alertas para o combate à violência de gênero.

O programa tem como proposta mobilizar toda a população do DF e fortalecer a rede de enfrentamento à violência contra mulheres e meninas. A equipe quer reforçar também os canais disponíveis de denúncia e apresentar possibilidades de acompanhamento psicossocial, apoio e acolhimento às vítimas de cada região.

Retirado parcialmente do Correio Braziliense em 12/07/2021

Leia na íntegra: <https://www.correiobraziliense.com.br/cidades-df/2021/07/4937028-programa-quer-mobilizar-populacao-na-luta-contra-a-violencia-de-genero.html>

COMPARTILHE: PARTICIPE DA REDE DE PROMOÇÃO DA SAÚDE

- A Gerência de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde (GvdantPS/ Divep/SVS/SES) atua no levantamento de notícias (clipping) através de matérias, artigos, publicações veiculadas nas mídias eletrônicas.
- As informações aqui divulgadas originaram das fontes registradas!



Envie os seus comentários, sugestões ou reclamações para o e-mail:

PROMOCAODASAUDE.VEDF@GMAIL.COM