





PROMOVENDO ASAÚDENOS DIAS ATUAIS



Período: Outubro - 2022

GVDANTPS/DIVEP/SVS/SES -DF



Prezado(a) leitor(a),

O presente informativo trata-se de um compilado das principais notícias acerca dos eventos e ações associados à Promoção de Saúde que ocorreram no mês de Outubro de 2022 em Brasília.

Que todos os temas abordados nesse documento, além de proporcionarem conhecimento acerca da mobilização governamental em prol da saúde, desperte a curiosidade e interesse de seus leitores em adotar hábitos de vida mais saudáveis e, consequentemente, melhor qualidade de vida para seus consumidores e a comunidade em geral.

Boa leitura!

GRUPO DA MELHOR IDADE DA UBS 3 DO GAMA RETOMA ATIVIDADES



Retirado parcialmente de: Secretaria de Saúde do DF, dia 03/11/2022

Jurana Lopes, da Agência Saúde-DF Foto: Sandro Araújo - Agência Saúde-DF Interação, convívio social, terapia comunitária, oficinas de artesanato, fisioterapia, passeios e boas gargalhadas.

Tudo isso é proporcionado aos idosos que participam do grupo da melhor idade Raio de Sol, da Unidade Básica de Saúde 3 do Gama. Após dois anos de pandemia e com as atividades suspensas, o grupo retomou sua programação, no dia 19 de outubro, com um de seus encontros semanais.

"O objetivo deste grupo é melhorar a qualidade de vida dos idosos ajudando com o alívio de dores crônicas e musculares, melhorando índices de glicemia e de hipertensão", explica a agente de saúde e uma das fundadoras do grupo, Edna Maria Vieira.

Saiba mais em: <u>saude.df.gov.br</u>

CRIANÇAS EM ATENDIMENTO DOMICILIAR DE SAÚDE GANHAM DIA ESPECIAL



Retirado parcialmente de: Secretaria de Saúde do DF, dia 03/11/2022 Humberto Leite, da Agência Saúde-DF Foto: Divulgação - Secretaria de Saúde Vinte crianças acompanhadas pelo NRAD tiveram a oportunidade de ter contato próximo com a natureza, com atividades ao ar livre, incluindo até banho em um riacho.

"Percebemos que as crianças com condições crônicas complexas de saúde estavam muito imersas num mundo de cuidados médicos, distantes da infância, do brincar, de uma vida mais leve", explica a chefe do NRAD, Amanda Brito.

O dia recreativo foi oferecido pela Fazendinha Azul e teve apoio do Corpo de Bombeiros, que deu o transporte para as crianças e seus familiares. O foco da equipe foi promover a inclusão em um ambiente diferente das residências ou de hospitais.

Saiba mais em: saude.df.gov.br

GDF E FIOCRUZ LANÇAM LIVRO COM RECEITAS SAUDÁVEIS DE FAMÍLIA

RECEITAS DE FAMÍLIA
INCENTIVANDO UMA
ALIMENTAÇÃO ADEQUADA
E SAUDÁVEL A PARTIR DO
CONSUMO DE FRUTAS,
LEGUMES E VERDURAS:
A EXPERIÊNCIA NO TERRITÓRIO
DO DISTRITO FEDERAL



Lançado nesta semana, o projeto é fruto de parceria entre as Secretarias de Desenvolvimento Social e de Saúde e a Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz).

São 19 receitas salgadas e seis doces, coletadas junto a pacientes da Atenção Básica e, algumas delas, incorporadas ao cardápio dos restaurantes comunitários durante a semana do Dia Mundial da Alimentação do ano passado.

O material foi divulgado pelo Programa de Alimentação, Nutrição e Cultura (Palin), da Fiocruz Brasília, durante o seminário Dia Mundial da Alimentação – O princípio de não deixar ninguém para trás.

Com dicas simples e ingredientes comuns, Receitas de Família foi pensado numa perspectiva acolhedora das identidades tal qual a forma como foram apresentadas, sem julgamento de certo ou errado, nem tampouco modificações nas preparações.

Retirado parcialmente de: Secretaria de Saúde do DF, dia 03/11/2022 Agência Brasília

Foto: Divulgação - Secretaria de Saúde

Saiba mais em: saude.df.gov.br

JORNADA ZERO VIOLÊNCIA TERMINA COM CAMINHADA DE CONSCIENTIZAÇÃO NO GAMA



Retirado parcialmente de: Agência Brasília, dia 03/11/2022 Adriana Izel, da Agência Brasília | Edição: Claudio Fernandes Foto: Divulgação/Secretaria da Mulher A sexta edição do programa Jornada Zero Violência Contra Mulheres e Meninas chegou ao fim, na manhã do dia 27, no Gama, com a caminhada de conscientização e panfletagem no comércio da cidade.

Ao longo de quatro dias, a iniciativa promoveu na região administrativa bate-papos e capacitação de lideranças sobre o tema, além de apresentar, para a população, os equipamentos públicos de enfrentamento à violência.

A região do Gama tem nove equipamentos públicos que dão assistência social e de saúde, acompanham autores e vítimas de violência, preservam os direitos das crianças e dos adolescentes e servem como pontos de denúncia e prevenção.

PREVENÇÃO DE ACIDENTES COM MOTOCICLETAS É ALVO DE CAMPANHA



Retirado parcialmente de: Agência Brasília, dia 03/11/2022 Rafael Secunho, da Agência Brasília | Edição: Carolina Lobo Foto: Divulgação/DER Uma campanha educativa voltada para os motociclistas está nas ruas do DF, tanto em outdoors fixados em pontos de ônibus quanto em inserções na TV e no rádio.

O lema é Sobre duas rodas, a vida é um alvo fácil. O Departamento de Trânsito do Distrito Federal (Detran), ao lado do Departamento de Estradas de Rodagem do Distrito Federal (DER), a ação visa atingir esse público, considerado vulnerável pelos especialistas.

Segundo estatística do Detran, foram 47 motociclistas mortos em vias da capital até o mês de agosto.

SEMANA DO CERRADO TEM AÇÃO DE EDUCAÇÃO AMBIENTAL EM ESCOLAS DO DF



Retirado parcialmente de: Agência Brasília, dia 03/11/2022 Agência Brasília* | Edição: Rosualdo Rodrigues Foto: Divulgação Sema-DF Alunos do primeiro ano do Centro de Ensino Médio 2 de Brazlândia tiveram uma aula de meio ambiente, biomas, ciclo da água e energia fotovoltaica na Semana do Cerrado.

Para conscientizar os estudantes sobre a emergência climática, o risco do fogo e as características próprias da savana brasileira, dois engenheiros florestais do Projeto CITinova/Secretaria do Meio Ambiente (Sema) e um professor da Secretaria de Educação conversaram com os estudantes.

A visita faz parte de uma ação maior de mobilização social para o meio ambiente que inclui dez escolas do Distrito Federal.

RESTAURANTES COMUNITÁRIOS DÃO DICAS DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL



Retirado parcialmente de: Secretaria de Desenvolvimento Social, dia 03/11/2022 Cynthia Ribeiro

Foto: Divulgação/Sedes

Frango assado ao molho de abacaxi, vegetais refogados com cebola, orégano e molho de tomate, arroz, feijão, salada. Esse foi o cardápio especial oferecido no dia 18, nos 14 restaurantes comunitários do Distrito Federal, em alusão ao Dia Mundial da Alimentação.

O Dia Mundial da Alimentação foi criado com o objetivo de estimular uma reflexão sobre segurança alimentar e nutricional. Essa data foi escolhida para lembrar a criação da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura (FAO), em 1945.

Além da refeição nos restaurantes comunitários administrados pela Secretaria de Desenvolvimento Social (Sedes), os frequentadores receberam orientações das nutricionistas das unidades sobre como manter uma alimentação saudável e receitas.

Saiba mais em: sedes.df.gov.br

CENTROS OLÍMPICOS E PARALÍMPICOS DE PORTAS ABERTAS À COMUNIDADE



Retirado parcialmente de: Agência Brasília, dia 03/11/2022 Agência Brasília* I Edição: Débora Cronemberger Foto: Divulgação/SEL Os centros olímpicos e paralímpicos (COPs) de Sobradinho, Parque da Vaquejada e Setor O retornam as atividades com 100% da capacidade.

As 12 unidades no Distrito Federal contabilizaram mais de 55 mil vagas para interessados em praticar diversas modalidades esportivas. A oferta vale para crianças a partir de 4 anos de idade, jovens, adultos e idosos, além de contemplar pessoas com deficiência (PcDs).

Entre as modalidades ofertadas estão futsal, voleibol, karatê, natação, ginástica localizada, hidroginástica e basquete.

CAMINHADA ENCERRA A X SEMANA DA SAÚDE E SEGURANÇA DO TRABALHO



Retirado parcialmente de: Agência Brasília, dia 03/11/2022 Agência Brasília * | Edição: Rosualdo Rodrigues Foto: Ascom/ Instituto Brasília Ambiental Uma manhã de variadas atividades físicas no dia 21, no Parque Ecológico Olhos D'Água (Asa Norte), marcou o encerramento da X Semana da Saúde e Segurança do Trabalho, do Instituto Brasília Ambiental.

"Durante a semana, o enfoque das várias palestras virtuais foi em se cuidar, o que trouxe um toque especial no encerramento do evento com a caminhada: um incentivo à atividade física", destaca Ionise Barreto, da Gerência de Capacitação e Desenvolvimento (Gedes) do Brasília Ambiental.

SEMINÁRIO VAI DISCUTIR ESTRATÉGIAS PARA MOBILIDADE URBANA SUSTENTÁVEL



Retirado parcialmente de: Agência Brasília, dia 03/11/2022 Agência Brasília * | Edição: Débora Cronemberger Foto: Domínio Público

Brasília por uma mobilidade urbana inteligente e sustentável. Esse será o tema do I Seminário de Mobilidade Brasília, que será realizado nos dias 16 e 17 de novembro, no auditório da Escola de Governo do Distrito Federal (Egov).

O encontro será presencial e tem por objetivos integrar a sociedade ao debate sobre o futuro da mobilidade urbana no Distrito Federal e incentivar a construção e o compartilhamento do conhecimento sobre o tema.

A programação do evento contempla temas atuais e importantes para uma cidade sustentável, além de abordagens sobre a melhoria do sistema de transportes e mobilidade em um contexto local a partir de uma abordagem global.

AOS 44 ANOS, BANCO DE LEITE HUMANO DO HRT É REFERÊNCIA MUNDIAL DE QUALIDADE



Retirado parcialmente de: Secretaria de Saúde do DF, dia 03/11/2022

Agência Brasília

Foto: Paulo H Carvalho - Agência Brasília

Aos 44 anos completados em 2022, o Banco de Leite Humano do HRT é referência na coleta, no processamento e na distribuição do leite materno, tanto distrital quanto nacional e mundial.

É frequente profissionais de outros estados e países recorrerem à unidade para treinamentos por indicação da Fundação Osvaldo Cruz (Fiocruz).

De setembro de 2021 a setembro de 2022, o Banco de Leite Humano do HRT realizou 16.917 atendimentos, recebeu 600 doadoras e distribuiu 3.018 litros de leite a 2.621 bebês. O atendimento à amamentação é feito tanto nas dez unidades quanto nos três postos de coleta de Samambaia, Riacho Fundo e São Sebastião.

Saiba mais em: <u>saude.df.gov.br</u>

PROJETO UNE CONSUMIDORES E AGRICULTORES A FAVOR DA PRODUÇÃO SUSTENTÁVEL



Retirado parcialmente de: Agência Brasília, dia 03/11/2022 Agência Brasília* | Edição: Rosualdo Rodrigues

Foto: Ascom/Sema-DF

As Comunidades que Sustentam a Agricultura (CSAs) têm sido um modelo eficiente na garantia do desenvolvimento agrário sustentável e do escoamento de produtos orgânicos diretamente ao consumidor, aproximando quem produz e quem consome.

Por meio delas, um grupo fixo de consumidores se compromete a adquirir itens de produtores de alimentos orgânicos, cobrindo o orçamento anual da produção agrícola.

Voltada a fortalecer a produção e as cadeias locais de comercialização, a ação contribui para os Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS), principalmente os que tratam sobre Fome Zero e Agricultura Sustentável e Água Potável e Saneamento.

NOVOS PECS CRIADOS PARA O LAZER DA POPULAÇÃO



Retirado parcialmente de: Agência Brasília, dia 03/11/2022 Rafael Secunho, da Agência Brasília | Edição: Claudio Fernandes Foto: Joel Rodrigues/Agência Brasília Aquele local de encontro para uma boa prosa ou um lugar de exercícios para quem não curte academia.

Essas são características dos pontos de encontro comunitários (PECs), figurinhas fáceis por todo o Distrito Federal. Cada espaço de convivência é equipado com dez aparelhos de ginástica, pergolado, bancos, duas lixeiras, além de paisagismo no local, como o plantio de grama.

MAIS DUAS CICLOVIAS NO DF: EM SANTA MARIA E NO GAMA



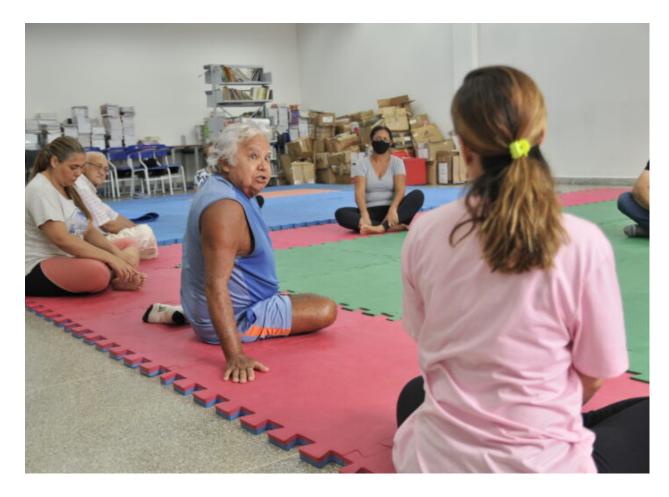
Retirado parcialmente de: Agência Brasília, dia 03/11/2022 Catarina Lima, da Agência Brasília | Edição: Carolina Lobo Foto: Domínio Público

Cada vez é mais constante entre as pessoas usar a bicicleta para fugir de engarrafamentos, emagrecer, melhorar o tônus muscular e a saúde do corpo em geral.

Além de ser um meio de transporte barato e sustentável, a bike também é uma ferramenta para quem quer apenas se exercitar. O Distrito Federal segue essa tendência, com 636,890 quilômetros de ciclovias, número que coloca a cidade como a segunda colocada no país em vias construídas, abaixo apenas de São Paulo.

No momento estão em construção mais duas ciclovias na cidade, sendo uma na vicinal VC-361, em Santa Maria, e outra no Gama, ligando a cidade ao Catetinho.

REIKI, YOGA E TAI CHI CHUAN AJUDAM A ADMINISTRAR O ESTRESSE



Retirado parcialmente de: Agência Brasília, dia 03/11/2022 Hédio Ferreira Júnior, da Agência Brasília | Edição: Saulo Moreno Foto: Lúcio Bernardo Jr/Agência Brasília Rede pública do DF oferece 17 atividades alternativas para a prevenção e tratamento de doenças causadas pelo esgotamento e exaustão.

Essas atividades, que ocorrem presencial ou virtualmente, são abertas a qualquer cidadão e administradas nas UBSs de 26 regiões administrativas. "O tratamento farmacológico é importante, mas tem efeitos colaterais. As práticas os complementam e são transformadoras", garante a enfermeira e facilitadora da TRE da UBS da Vila Planalto, Raquel Barreto.

ESCOLA TRANSFORMA BANHEIRO FEMININO PARA AJUDAR ALUNAS QUE TENHAM SOFRIDO VIOLÊNCIA



Retirado parcialmente de: Secretaria de Educação do DF, dia 03/11/2022 Tainá Morais, Ascom/SEEDF

Foto: Álvaro Henrique, Ascom/SEEDF

Os gestores escolares ressignificaram o espaço do banheiro feminino, que costuma servir de refúgio para as meninas que estão com algum problema.

Além de disponibilizar absorventes no local, prática comum, a escola oferece mensagens de representatividade para reforçar a autoestima das estudantes da instituição e a caixinha SOS Emocional, na qual as meninas podem pedir ajuda diante de alguma situação que estejam vivenciando. Esses pedidos são recolhidos e encaminhados para um atendimento especial.

Responsável pela escola e pelo projeto no período pós-pandemia, o orientador educacional Marcos de Sousa explica que os relatos de traumas aumentaram e o objetivo da gestão escolar é fazer com que todos os alunos se envolvam e auxiliem uns aos outros.

Saiba mais em: <u>educação.df.gov.br</u>

CURSO INCENTIVA CULTIVO DE PLANTAS COMESTÍVEIS NÃO CONVENCIONAIS



Retirado parcialmente de: Agência Brasília, dia 03/11/2022 Agência Brasília* | Edição: Rosualdo Rodrigues

Foto: Divulgação Emater-DF

Com objetivo de apresentar oportunidades de cultivo e comercialização de plantas com alto valor nutritivo, a Emater-DF ofereceu um curso sobre plantas alimentícias não convencionais (PANCs) para cerca de 20 produtores rurais de diferentes regiões do Distrito Federal.

De acordo com a nutricionista Danielle Amaral, da Emater-DF, plantas como ora-pro-nóbis, caruru, serrália e vinagreira, entre outras, nascem quase espontaneamente nos quintais e muitas vezes são tratadas como ervas daninhas. "São produtos altamente nutritivos, ricos em vitaminas, proteínas e minerais", enumera.

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:

promocao.gvdant@saude.df.gov.br