

+ Saúde

INFORMATIVO DA SECRETARIA DE SAÚDE DE CATAGUASES - NOVEMBRO/2022



O mês tem nova cor e propósito: a prevenção ao câncer de próstata

O novo mês chegou e trouxe com ele uma nova cor: o azul. Pois é, estamos na campanha “Novembro Azul”, de combate ao câncer de próstata. Várias ações vêm acontecendo em unidades básicas de saúde, ao longo do mês, para conscientizar o público masculino sobre a doença, cuidados, prevenção e tratamento. A iniciativa contou com palestras e rodas de conversas proferidas pelos profissionais de saúde do município.

A próstata é uma glândula do sistema reprodutor masculino que pesa cerca de 20 gramas, e se assemelha a uma castanha. Ela localiza-se abaixo da bexiga e sua principal função, juntamente com as vesículas seminais, é produzir o esperma. Na fase inicial da doença, o câncer de próstata não apresenta sintomas, e quando alguns sinais começam a aparecer, cerca de 95% dos tumores já estão em fase avançada, dificultando a cura. Na fase avançada, os sintomas são: dor óssea; dores ao urinar; vontade de urinar com frequência; presença de sangue na urina e/ou no sêmen.

Os principais fatores de risco são histórico familiar de câncer de próstata: pai, irmão e tio; raça: homens negros sofrem maior incidência deste tipo de câncer; obesidade. A única forma de garantir a cura do câncer de próstata é o diagnóstico precoce. Mesmo na ausência de sintomas, homens a partir



dos 45 anos com fatores de risco, ou 50 anos sem estes fatores, devem ir ao urologista para conversar sobre o exame de toque retal, que permite ao médico avaliar alterações da glândula, como endurecimento e presença de nódulos suspeitos, e sobre o exame de sangue PSA (antígeno prostático específico).

Cerca de 20% dos pacientes com câncer de próstata são diagnosticados somente pela alteração no toque retal. Outros exames poderão ser solicitados se houver suspeita de câncer de próstata, como as biópsias, que retiram

fragmentos da próstata para análise, guiadas pelo ultrassom transretal. A indicação da melhor forma de tratamento vai depender de vários aspectos, como estado de saúde atual, estadiamento da doença e expectativa de vida. Em casos de tumores de baixa agressividade há a opção da vigilância ativa, na qual periodicamente se faz um monitoramento da evolução da doença intervindo se houver progressão da mesma.

(Fonte: Agência Brasil e Sociedade Brasileira de Urologia)

SERVIDOR EM FOCO

“Novembro Azul” é tema de ação da Saúde no Almoxarifado da Prefeitura

No dia 18 de novembro, foi realizada a ação “Um toque pela vida, um drible no preconceito” para os servidores municipais que trabalham no almoxarifado da Prefeitura. O evento foi realizado pelo projeto “Servidor em Foco”, da Secretaria de Administração, em parceria com a Secretaria de Saúde que, na oportunidade, levou sua equipe para falar sobre a Campanha “Novembro Azul”, de prevenção ao

câncer de próstata. O encontro se deu na sede do Almoxarifado e foi aberto por um Café com Prosa, quando foi servido um farto café da manhã aos participantes e realizada uma palestra sobre o tema, proferida pela psicóloga do NASF (Núcleo de Apoio à Saúde da Família), Eliza de Oliveira Teodoro Macedo. Também falaram sobre o assunto o vice-Prefeito e Secretário de Cultura e Turismo, Marcos Andrade, e o Secretário de Saúde, Vinícius

Franzoni. O evento contou ainda com a participação da Secretária de Administração, Emília Menta.

Houve ainda sorteio de brindes e foi oferecido cortes de cabelo gratuitos pelo Instituto Mix. A ação teve o apoio da Casa de Couro Santana, Parati Presentes, Loja Intimidades, Drogaria Silveira, Machadinho’s Cabeleireiro, Fina Flor Presentes, Brazar René, Drogaria Econômica, Flávia Godinho, Silas Natura, Bora Bora Boutique e Sacchetto Couros.





Núcleo de Endemias realiza o quarto LIRAa de 2022

A Secretaria de Saúde, por meio da coordenadoria de Vigilância em Saúde e do Núcleo de Controle de Endemias, divulgou o resultado do 4º LIRAa (Levantamento de Índice Rápido do Aedes aegypti e Aedes albopictus) de 2022, em Cataguases. A pesquisa foi realizada entre os dias 24 e 26 de outubro, tendo vistoriado 1.605 imóveis. O Aedes aegypti foi encontrado em 24 destes imóveis, sendo o índice de infestação predial deste vetor igual a 1,49%. Já o Aedes albopictus foi detectado em 4 imóveis, com o índice de infestação predial de 0,25%. Vale ressaltar que o índice preconizado pelo Ministério



da Saúde é inferior a 1%. Os depósitos predominantes dos vetores foram vasos, frascos, bebedouros em geral, fontes ornamentais, tanques, calhas e lajes, sanitários em desuso, piscina, cacos em muro, caixa de passagem de água, lixo, sucatas em pátios, ferros-velhos e recicladoras e entulhos em geral.

Mais uma vez lembramos da importância de cuidar das áreas externas dos imóveis, como quintais e jardins, de manter as caixas d'água tampadas e as calhas limpas, entre outras ações de prevenção ao mosquito da dengue e de outras doenças.

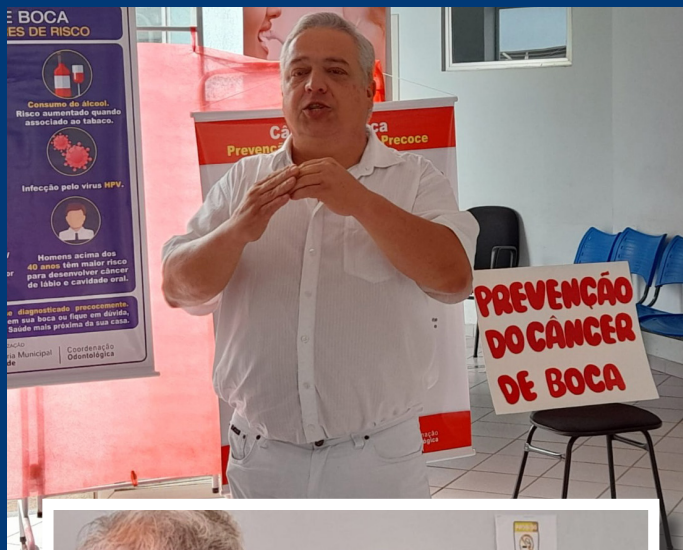
Caminhada do "outubro rosa"



O "Outubro Rosa", campanha de prevenção ao câncer de mama, foi encerrado com uma caminhada promovida pelos Educadores Físicos do NASF, Patrícia Rocha Dutra e Patrick Coutinho, com a presença de alunas e alunos que frequentam as atividades físicas nas unidades de saúde do município. A ação teve por objetivo demonstrar o papel da atividade física na prevenção do câncer de mama e como ela pode ajudar durante e após o tratamento oncológico. O grupo reuniu-se na Policlínica Municipal, no bairro Bela Vista, de onde seguiu por várias ruas do centro da cidade.

25 de outubro

Dia do dentista



Municipal, aconteceram palestras sobre Prevenção de Câncer de Boca ministradas pelo dentista Luiz Fernando Bittencourt e pela técnica em saúde bucal Silaine Matos. Na oportunidade, eles alertaram os pacientes nas salas de espera sobre o assunto, abordando os fatores de risco, a necessidade do autoexame da boca, os cuidados com a saúde bucal e com as próteses mal adaptadas e quebradas. Também foi apontada a necessidade de manter uma alimentação saudável, bem como foram repassados alertas para o surgimento de sangramentos sem causas conhecidas, exposição excessiva ao sol, uso de tabaco e álcool e a rouquidão persistente. A importância da verificação vigilante de gânglios (caroços ou ínguas) no pescoço e feridas na boca que não cicatrizam.

O câncer da boca (também conhecido como câncer de lábio e cavidade oral) é um tumor maligno que afeta lábios, estruturas da boca, como gengivas, bochechas, céu da boca, língua (principalmente as bordas) e a região embaixo da língua. O INCA estima que o Brasil tenha mais de 15 mil casos novos de câncer de boca ao longo de 2022. No entanto, a doença pode ser facilmente prevenida com a adoção de uma boa higiene bucal e, ao mesmo tempo, evitando-se os principais fatores de risco, que são o tabagismo e o consumo em excesso de bebidas alcoólicas. Vale destacar que o câncer de boca tem cura, se diagnosticado e tratado nas fases iniciais.

No dia 25 de outubro comemorou-se o Dia do Dentista, e a Coordenadoria de Odontologia, da Secretaria de Saúde, realizou uma ação na Praça Rui Barbosa, na parte da manhã, com o objetivo de informar a população sobre os cuidados necessários para garantir a saúde e a higiene bucal. Além disso, conforme destacou o coordenador do setor, o dentista Rogério Cruz, um dos temas abordados foi sobre prevenção ao câncer de boca, um tópico que vem sendo alvo de várias ações e campanhas da Coordenadoria.

No dia seguinte, na Policlínica

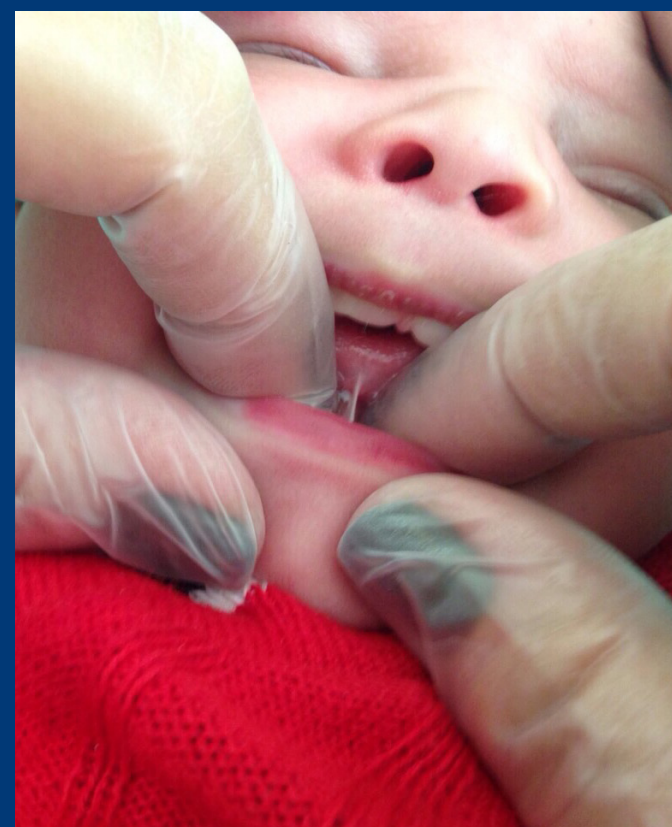


Teste da Linguinha

As comemorações do Dia do Dentista serviram também para lembrar a população da importância do teste da linguinha, um exame simples e rápido que assegura a saúde dos bebês. Nele é verificado se há alterações no frênulo lingual, ou freio lingual, desde o nascimento. O diagnóstico precoce evita possíveis problemas para amamentar, deglutir, mastigar e falar.

O teste deve ser realizado nas primeiras 72 horas de vida ou em até 30 dias no máximo. O exame avalia clinicamente o tamanho do frênulo, a forma como o bebê mama e como é a pega no seio materno. Caso seja diagnosticado como alterado, considera-se o grau apresentado e a necessidade de correção imediata, pois quando realizada em recém-nascidos, é indolor e não sangra.

Em Cataguases, o teste da linguinha é realizado na Policlínica Municipal. Lá, o bebê passa por avaliação com a fonoaudióloga Cristiane Ferreira de Souza e, havendo indicação, a criança é encaminhada para a cirurgiã-dentista Sylvia Maria Fabbis, que é especialista em odontopediatria e é responsável pela realização da frenectomia.



Prevenção das violências e cultura de paz



Uma portaria da Secretaria de Estado da Saúde implantou em Minas Gerais, dentro das diretrizes de Vigilância Epidemiológica, ações para a prevenção das violências e cultura de paz. Segundo a coordenadora de Epidemiologia da Secretaria de Saúde de Cataguases, Thairises Roque, a violência tornou-se um problema de Saúde Pública.

Ela explica que, de acordo com a pesquisadora e socióloga Maria Cecília de Souza Minayo, por ser um fenômeno sócio-histórico, a violência não é, em si, uma questão de Saúde Pública e nem um problema médico típico. Mas ela afeta fortemente a saúde: provoca morte, lesões e traumas físicos e um sem número de agravos mentais, emocionais e espirituais; diminui a qualidade de vida das pessoas e das coletividades; exige uma readequação da organização tradicional dos serviços de saúde; coloca novos problemas para o atendimento médico preventivo ou curativo.

Por isso, conforme Thairises, é necessário a compreensão que, independente de qual seja a violência, respeitar é fundamental e criar uma cultura de paz, primordial. "Podemos começar explicando que uma cultura de paz não presume a ausência dos conflitos e, sim, a prevenção e a resolução não violenta deles", concluiu.

Vem aí o Dia de Luta contra a Aids

O dia 1º de dezembro é considerado o dia Mundial de Luta Contra a Aids. O HIV/Aids é uma doença séria e afeta todo o mundo. Por isso, disseminar informações sobre a doença e sua forma de prevenção é muito importante. Por meio do Sistema Único de Saúde (SUS), o Brasil é referência internacional no tratamento de HIV/Aids, disponibilizando tratamento (antirretroviral), bem como o acesso a testagem, ao preservativo (camisinha) e gel lubrificante.

A transmissão do HIV se dá principalmente por via sexual - seja ela anal, vaginal ou oral. Outras formas de transmissão são por meio da transfusão de sangue contaminado e seus derivados; através do uso de drogas injetáveis e compartilhamento de instrumentos não esterilizados que furam ou cortam, canudos e cachimbos; ou por meio da transmissão vertical de mãe para filho. Vale destacar que, mesmo assintomático, o portador do HIV pode

1º DE DEZEMBRO - DIA MUNDIAL DE LUTA CONTRA A AIDS

HOJE É UM DIA PARA SER LEMBRADO EM TODOS OS OUTROS.

Faça a prevenção combinada.

CombiNado?

Saiba mais em: saude.mg.gov.br/AIDS

SUS + MINAS GERAIS GOVERNO DIFERENTE. EFICIENTE.

Tanto o teste quanto o tratamento são seguros, sigilosos e gratuitos pelo SUS!

continuar a transmitir o vírus.

Já a Aids, ou Síndrome da Imunodeficiência Adquirida, é o estágio mais avançado da doença causada pelo vírus HIV. Mais vulnerável, o organismo fica mais sujeito a diversos agravos - as chamadas infecções oportunistas - que vão de um simples resfriado a infecções mais graves

como tuberculose ou câncer.

Atualmente, é possível conviver com o vírus HIV e viver com qualidade de vida. Basta seguir o tratamento indicado e as recomendações da equipe de saúde. Saber precocemente da infecção pelo HIV é fundamental para aumentar a qualidade e sobrevida da pessoa.

Dia Nacional do Doador de Sangue

Com a campanha “Somos todos do mesmo sangue”, hemocentros de todo o país se uniram com o objetivo de homenagear o Dia Nacional do Doador de Sangue, celebrado no dia 25 de novembro. A ação, que começou no dia 23, é inédita e visa a destacar a importância desse gesto, sobretudo durante a pandemia, período onde houve queda de até 50% no número de doações em algumas regiões do Brasil.

Em Cataguases, a Policlínica Municipal e o Hemominas homenagearam os heróis anônimos que doam seu sangue para salvar vidas, muitas vezes de desconhecidos. A celebração uniu doadores, profissionais do serviço de coleta e empresas parceiras para um saboroso café da manhã. A doação em Cataguases acontece sempre às quartas-feiras, de 8 às 14 horas, na própria Policlínica, sendo que é necessário agendar previamente pelos telefones 2429-2441 e 3429-4400. Sempre é bom destacar que um único doador pode ajudar até quatro pessoas que precisam da doação.



Quem pode doar:

Podem doar sangue as pessoas que tiverem idade entre 16 e 69 anos, sendo que a primeira doação deve ser feita, obrigatoriamente, até os 60 anos. Menores de 18 anos só podem doar com a autorização dos responsáveis legais. Todo doador deve apresentar um documento original com foto. Se for um doador frequente, é preciso obedecer ao intervalo para a doação, que deve ser de dois em dois meses para homens, que podem doar no máximo quatro vezes por ano, e de três em três meses para mulheres, que podem doar no máximo três vezes por ano.



Segundo o Ministério da Saúde, 1,8% da população doa sangue de forma regular. Esse número fica um pouco abaixo dos 2% ideais definidos pela Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS), mas bem atrás dos 5% registrados em países da Europa. As doações constantes são essenciais para os estoques de plaquetas, que ajudam no controle de sangramentos e são usadas em tratamentos contra o câncer, por exemplo.

A quantidade de sangue retirada não afeta a saúde do doador, pois a recuperação ocorre imediatamente após a doação. Uma pessoa adulta tem em média cinco litros de sangue e em uma doação são coletados, no máximo, 450ml de sangue. É pouco para quem doa e muito para quem precisa.

A data comemorativa foi instituída pelo Decreto nº 53.988/1964 considerando que a doação voluntária de sangue é ato em que se manifesta da forma mais significativa o sentimento da solidariedade humana e que os doadores devem ser homenageados com gratidão. A doação contínua é de suma importância e pode sensibilizar novos doadores.



Condições básicas para doar sangue:

- ter entre 16 e 69 anos de idade (Menor de 18 anos deve apresentar o formulário de autorização e cópia do documento de identidade com foto do pai, mãe ou tutor/guardião);
- idosos devem ter realizado pelo menos uma doação de sangue antes dos 61 anos);
- pesar mais de 51 quilos e ter IMC maior ou igual a 18,5;
- há medicamentos que podem impedir a doação. É necessário conferir algumas restrições na lista de impedimentos;
- apresentar documento de identificação oficial com foto (original ou cópia autenticada

- em cartório), em bom estado de conservação e dentro do prazo de validade. Documentos aceitos: carteira de identidade, carteira de trabalho, certificado de reservista, carteira nacional de habilitação, passaporte, carteira profissional emitida por classe ou carteira de doador. Não são aceitos crachás funcionais, carteiras estudantis nem certidão de nascimento;
- dormir pelo menos seis horas, com qualidade, na noite anterior à doação;
- não ingerir bebida alcoólica nas 12 horas anteriores à doação;
- não fumar duas horas antes da doação.

Dia D Contra a Dengue



ação de toda a sociedade, de todos os setores, de cada cidadão e deve ser cumprido conforme a capacidade de cada um. “Por isso, o nosso apelo para que todos façam parte desta campanha e realizem um grande trabalho, uma parceria para podermos repassar informações importantes e levar a mensagem a um número maior de pessoas”, afirmou.



O Dia D Contra a Dengue aconteceu em 25 de novembro e, na oportunidade, a Secretaria de Saúde, por meio do Núcleo de Controle de Endemias, realizou algumas ações, com o objetivo de informar e mobilizar a comunidade local sobre o tema. Palestras em escolas, panfletagem e uma tenda educativa instalada no calçadão da Rua Coronel Vieira, além de um arrastão de limpeza nos pontos críticos do município foram alguns dos eventos realizados.

chikungunya, zika e febre amarela urbana é preciso lembrar que estamos diante de um risco iminente, sobretudo nos meses considerados úmidos, com maior quantidade de chuvas, que vão de novembro a março”, explicou, lembrando que há uma curva ascendente no número de casos destes agravos. “É imprescindível que toda a população remova e elimine qualquer criadouro ou depósito do mosquito vetor, o *Aedes aegypti*, que são os locais com água limpa e parada”, disse.

Conforme o biólogo e Educador em Saúde do setor, Élcio Amaral Ferreira, “tendo em vista o cenário nacional em relação à dengue, febre

Ele explica que a inviabilização ou o êxito no controle das enfermidades depende de um maior envolvimento e

O Biólogo lembra ainda que com apenas 10 minutos por semana, em um dia definido para tal, é possível fazer a checagem rápida nos locais onde o mosquito costuma colocar seus ovos. “Eliminando estes focos, o cidadão protege sua família e seus vizinhos. Vamos fazer nossa parte, pois é um tempo pequeno pra um ganho enorme para toda a comunidade”, concluiu.

COVID-19

Crianças de 6 meses a 3 anos com comorbidade já podem vacinar

Começou no final de novembro em Cataguases a imunização contra a Covid-19 das crianças de 6 meses a 3 anos, com comorbidades. O atendimento está sendo realizado no Semae (antigo pronto Socorro Municipal e, conforme a coordenadora de Imunização, Sirlane Garcia da Costa, é necessário que seja apresentado no ato da imunização o cartão de vacina da criança, que deve estar acompanhada pelos pais ou um responsável legal previamente autorizado, CPF ou cartão do SUS da mesma e atestado médico que comprove a comorbidade.



comorbidades incluídas como prioridade para a vacinação, entre elas a diabetes mellitus, pneumonias crônicas graves, insuficiência cardíaca, cardiopatias, doenças neurológicas, doenças renais, síndrome de down, entre outras.

Para esta campanha, a Secretaria de Estado de Saúde de Minas Gerais (SES-MG) recebeu no dia 11 de novembro um lote de 95 mil doses do imunizante Pfizer-BioNTech, para iniciar o esquema vacinal deste público. A autorização para o uso do imunizante ocorreu em 16 de setembro, após a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) dar um parecer favorável aos estudos e resultados apresentados pelo laboratório. As informações avaliadas indicam que a vacina é segura e eficaz contra a doença, atuando, principalmente, na diminuição dos casos graves e óbitos.

Conforme explicou Sirlane, são várias as



Prevenção do câncer bucal

Odontologia realiza ações no

Pró-Idoso e no Lar São Vicente de Paulo

No dia 24 de novembro aconteceu uma palestra sobre Câncer Bucal para as pessoas que frequentam o Centro de Convivência da Terceira Idade (Pró-Idoso). Promovido pela Coordenadoria de Odontologia, o evento foi ministrado pela odontóloga Alessandra Machado e contou com a presença do coordenador do setor, Rogério Guimarães Costa Cruz.

Na oportunidade, Alessandra Machado falou dos principais fatores de risco para o desenvolvimento da doença e da importância de dar conhecimento desses fatores à população para diminuir a ocorrência de novos casos. Após a palestra, foram disponibilizados exames aos presentes, realizados pelo odontólogo João Francisco Loures Oliveira, do PSF Haidée, com o apoio da auxiliar de saúde bucal, Cynthia Mayra Castro.

Outra ação importante realizada pelo setor aconteceu nos dias 17 e 24 de novembro, através de uma capacitação com os cuidadores de idosos e equipe de enfermagem do Lar São Vicente de Paulo. O tema foi também sobre o câncer de boca,



e a capacitação foi ministrada pela odontóloga Alessandra Machado, com a participação da técnica em Saúde bucal, Silaine Matos.

Capacitação



Aconteceu no Centro Cultural Humberto Mauro, no dia 28 de novembro, uma capacitação para os cirurgiões-dentistas que atuam na Secretaria de Saúde, com o tema "A Propedêutica do Câncer Bucal".

O preletor foi o estomatologista Fernando Castro, que é cirurgião da equipe de Odontologia da Fundação Cristiano Varela, de Muriaé.

A capacitação reuniu dezenas de profissionais com o objetivo principal de aprimorar os conhecimentos sobre a detecção precoce de lesões

da cavidade oral com potencial de diagnóstico de câncer, bem como sobre os principais procedimentos preliminares do tratamento da doença. Estiveram presentes no evento o Secretário de Saúde, Vinícius Franzoni, o coordenador de Odontologia, Rogério Guimarães, e a coordenadora do PSF, Fernanda Rocha Guedes.

