



# Cuidados com a saúde pós-quarentena

Nos últimos dias, houve um afrouxamento das medidas de restrição domiciliar e os segmentos comerciais estão pouco a pouco retomando suas atividades. Entretanto, a pandemia do novo Coronavírus ainda não acabou e os números ainda demonstram um ritmo acelerado de pessoas infectadas em todo o país.

As medidas de proteção individual devem continuar sendo respeitadas, em especial o uso de máscaras de proteção facial, a higienização constante das mãos, o cuidado com os pacientes pertencentes ao grupo de risco para o novo Coronavírus e o afastamento das aglomerações.

Aproveitando a flexibilização temporária, é importante retomar os cuidados com a nossa saúde. Medicamentos de uso habitual devem ser reavaliados, exames postergados devem ser realizados e aten-

dimentos médicos cancelados devem ser reagendados.

Apesar de a preocupação em relação a Covid-19, os estabelecimentos de saúde estão preparados para paulatinamente receberem seus pacientes, oferecendo agendamento reduzido aos seus clientes, álcool gel para a limpeza das mãos e máscaras de proteção para evitar a disseminação de secreções nasais e orais.

O cuidado com a saúde pós-pandemia deve ser consciente e depende muito da relação entre o médico e o seu paciente. Não ignore sintomas importantes. Procure o atendimento, se necessário, e peça orientação sobre queixas que ocorreram no período do isolamento domiciliar.

Os pacientes do grupo de risco devem aos poucos retomar o acompanhamento médico pelo maior número de problemas de saúde que apresentam. Evite



**NÃO IGNORE SINTOMAS IMPORTANTES. PROCURE O ATENDIMENTO, SE NECESSÁRIO, E PEÇA ORIENTAÇÃO SOBRE QUEIXAS QUE OCORRERAM NO PERÍODO DO ISOLAMENTO**



a automedicação. A melhor proteção contra a Covid-19 ainda é o bom funcionamento do nosso sistema imunológico e o acompanhamento médico frequente.

**Prof. Dr. Sthefano Atique Gabriel - Doutor em Pesquisa em Cirurgia pela Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo, especialista nas áreas de Cirurgia Vascular, Angiorradiologia e Cirurgia Endovascular e coordenador do curso de Medicina da União das Faculdades dos Grandes Lagos (Unilago).**



Divulgação

## TRANSPLANTE

### Menina de 11 anos recebe novo coração no HCM

Vinicius LIMA

O Hospital da Criança e Maternidade (HCM) de São José do Rio Preto realizou nesta terça-feira (2) o segundo transplante de coração infantil em 2020 e o 9º da história da instituição. Desta vez, a paciente contemplada foi uma menina de 11 anos, moradora de Jaci e que estava internada na instituição há cerca de um mês e meio, aguardando o órgão.

“Ela foi diagnosticada com miocardiite, uma doença que causa a disfunção do coração. No caso de crianças é mais difícil encontrar um doador, pois o órgão tem que ter o peso compatível com a idade dela”, explicou Alexandra Siscar Barufi, cardiologista e pediatra



Divulgação

**Equipe médica realizou a cirurgia da menina no HCM**

### Mirassol confirma a 33ª vítima de vírus

A Vigilância Epidemiológica do Departamento de Saúde de Mirassol informou que foram confirmados os 32º e 33º casos positivos de Covid-19 no município nesta quarta-feira (3).

O 32º caso é um homem de 25 anos, que cumpre quarentena em casa.

O 33º caso é um homem de 27 anos, que cumpre quarentena em Uchoa.

Com mais esses dois casos positivos, o município contabiliza 331 notificações, 33 positivos, 268 negativos e 30 aguardando resultado. Do total de positivos, há 18 curados, 12 em quarentena, 2 internados e um óbito.

### Pizzaria entrega vouchers para Fulbeas e Instituto dos Cegos

A pizzaria Bella Capri antecipou o ‘Dia da Pizza’ e entre os dias 18 e 29 de junho realiza campanha promocional para ajudar entidades onde está instalada a rede. Em São José do Rio Preto, o Instituto dos Cegos e a Fulbeas (Fundação Libero Badaró de Ensino e Assistência Social) receberam, cada entidade, 200 vouchers.

Cada voucher está sendo vendido a R\$ 34,90, que dá direito a qualquer pizza até esse valor. Quem quiser adquirir pizza com maior valor, paga a diferença à pizzaria. Devido à pandemia do coronavírus todas as unidades da Bella Capri estão funcionando apenas pelo sistema delivery ou drive-thru.

Esta é a sexta edição que a empresa realiza para ajudar entidades que promovem atendimento às crianças, jovens e adultos, principalmente as com necessidades especiais.

### Sesi estende para o mês de junho produção de refeições gratuitas

Lançado em maio pelo presidente da Fiesp e do Sesi-SP, Paulo Skaf, o programa de produzir refeições gratuitas para comunidades carentes atingiu a meta de 4 milhões de marmitas no mês. Mas, diante da atual situação social, o Sesi-SP redobrou os esforços para estender o programa por mais 30 dias com foco nos mais vulneráveis.

Com isso, em junho, serão produzidas mais 2,5 milhões de refeições, sendo quase 4.000 refeições por dia nas cidades de São José do Rio Preto, Votuporanga, José Bonifácio, Catanduva e Fernandópolis. Ao todo, as escolas do Sesi-SP produzirão 6,5 milhões marmitas destinadas a quem mais necessita por intermédio de entidades filantrópicas, religiosas e ONGs cadastradas pelo Sesi-SP e que já desenvolvem trabalhos com comunidades carentes.

do HCM.

De acordo com a médica, o órgão veio de um doador de Sorocaba e levou cerca de três horas do deslocamento do órgão até a finalização da cirurgia. “A cirurgia correu bem. No momento ela ainda está respirando por aparelhos, mas a situação é estável. Agora, ela precisa de bastante repouso”, comentou Alexandra.

Em fevereiro deste ano, um menino de cinco anos também passou por uma cirurgia de transplante de coração bem sucedida. Ele havia sido diagnosticado taquicardiomiopatia, uma disfunção do coração secundária à arritmia, que faz com que o órgão perca a força de contração e aumento de tamanho. Na ocasião, o coração veio de Itajaí, Santa Catarina.

### Olímpia confirma mais quatro casos do novo coronavírus

A Secretaria de Saúde de Olímpia informou nesta quarta-feira, dia 3, que recebeu mais quatro resultados positivos para a Covid-19, de uma mulher de 38 anos e de três homens, um de 34 e dois de 52 anos. Todos estão bem e em isolamento.

Nas últimas 24 horas, ainda foram registradas mais seis novas notificações suspeitas, entre elas a de um rapaz de 36 anos que está internado na UTI da Santa Casa. Por outro lado, o município recebeu nove exames negativos para o vírus, incluindo três testes rápidos feitos pela Vigilância Epidemiológica.

Com as atualizações, Olímpia contabiliza 61 casos confirmados, dos quais 47 já estão curados e um permanece internado na UTI isolada da Santa Casa, além de três óbitos. O município aguarda resultados de nove suspeitos, incluindo o paciente internado.

## RIO-PRETENSES PANDEMIA

### Uma a cada seis crianças está acima do peso

Vinicius LIMA

Neste dia 3 de junho foi celebrado o Dia da Conscientização Contra a Obesidade Mórbida Infantil. A data foi criada para alertar sobre os riscos da doença e os cuidados necessários para combater esse mal, que afeta diversas crianças no mundo.

De acordo com o relatório do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (Sisvan), ligado ao Ministério da Saúde, 18,8% das crianças de 7 a 10 anos estão acima do peso em Rio Preto em 2020. O número fica acima da média nacional que é de 12,38%. Já nas crianças de 0 a 5 anos, a média cai para 5,7%, ficando abaixo da média no Brasil que é de 7,2%.

Segundo dados divulgados pela Organização Internacional World Obesity, atualmente cerca de 158 milhões de crianças e adolescentes entre 5 e 19 anos convivem com o excesso de peso, e esse número deve aumentar para 254 milhões em 2030 em todo o mundo.

“Os principais hábitos alimentares que podem estar associados à obesidade infantil são os fast foods, os salgadinhos, refrigerantes, Danoninho e açúcar. Muitos acham que não tem problema nesta fase, mas é aí que começa o perigo”, explicou a nutricionista Nathalia Del’Arco.

Ela também afirma que as crianças devem evitar consumir diariamente alimentos como frango empanado, iogurte de morango, salsicha e gelatinas. “Uma alimentação fraca em vitaminas e minerais, como legumes e vegetais, vai despertar um paladar mais para o doce nestas crianças e com isso, o açúcar vai entrando no organismo das crianças, gerando uma ansiedade por doces”, comentou.

No caso das crianças que já estão com obesidade, a recomendação é procurar um nutricionista. “A melhor fase para tratar obesidade é na infância, pois depois que fica adulto fica ainda mais complicado. A saúde está naquilo que a gente come. Se comermos apenas produtos industrializados, nosso corpo vai ficar doente. Vamos ingerir mais alimentos saudáveis”, concluiu Nathalia.



Divulgação

### Em 24h, Rio Preto tem mais 30 casos de Covid e chega a 761

Daniele JAMMAL

A Secretária Municipal de Saúde confirmou, na manhã desta quarta-feira, mais 30 casos do novo coronavírus. A cidade tem, agora, 761 vítimas e 319 pacientes recuperados (42%).

Até o momento, são 23 óbitos e 106 pessoas internadas com Síndrome Respiratória Aguda Grave (SRAG), sendo 33 em UTIs e 73 em enfermarias.

“Peço responsabilidade à população em se manter em casa, nas mesmas regras anteriores. Se as pessoas não entenderem isso iremos para a fase vermelha e vai fechar tudo. Se a população cooperar, passa sem grandes tumultos. Mas o que vimos ontem e anteontem (filas e aglomerações em lojas), com certeza, não vai passar e teremos que tomar providências. Hoje, 80% da população tem um parente, um amigo, um conhecido que tem Covid”, ressaltou o secretário de Saúde, Aldenis Borim.

Borim destacou que em dois dias foram 58 novos casos da doença e 12 mortes em duas semanas. Além disso, em comparação com os últimos 18 dias, foram registradas 16 internações por dia.

“Atualmente, o nosso índice de positividade chegou a 24% das amostras, isto quer dizer que de cada quatro pessoas testadas, uma está com Covid”, finalizou o secretário.