PARA ASSINAR Whats (51) 99202-6770 - 3553-2020 | **ATENDIMENTO AO ASSINANTE** de segunda a sexta, das 8h às 18h, ligação para (51) 3065-4000, Whats (51) 3553-2028 ou através do e-mail centraldoassinante@gruposinos.com.br. Feriados somente via Whats (51) 3553-2028.
PARA ANUNCIAR (51) 3553-2000 - comercialnh@gruposinos.com.br | **REDAÇÃO** (51) 3065-8062 - Whats 99400-6586 - pautanh@gruposinos.com.br

COLUNA DA COLUNA

Sua saúde é o bem mais valioso

Nós, da clínica da Coluna, estamos solidarizados com a população do Estado do Rio Grande do Sul.

Cabe a nós relembrarmos de cuidados importantes durante esse período. Como com os perigos de águas represadas, pois elas podem esconder riscos, como buracos e armadilhas, que podem levar a alguma lesão, entorse e, até mesmo, fraturas.

A chegada do frio também nos preocupa, pois aumenta os casos de contratura muscular.

Não fique com roupa molhada, agasalhe-se.

É importante alertar que muitos serviços de saúde e hospitais estão fechados em nosso estado.

Nossa clínica segue aberta com atendimento aos nossos pacientes.

Até mesmo antes do início dessas tragédias, estávamos voltados ao estudo do tratamento de dor.

O Dr. Fernando Schmidt realizou há poucos dias um curso de Certificação Internacional em Terapias de Ondas de Choque.

Neste momento sabemos o quanto será importante tratar doenças de origem musculoesqueléticas, contraturas, inflamações e pontos gatilhos miofasciais, que devem ser tratados com medicações e fisioterapia, e nos casos persistentes, tratamentos específicos como a terapia de ondas de choque focal.

Sua saúde é o bem mais valioso.

Cuide de você.
Cuide do seu corpo.

DR FERNANDO SCHMIDT
Neurocirurgião
Atua em Cirurgias Minimamente Invasivas

dornacoluna.com.br CRM-RS 14609 RQE 8961

Alerta do Ministério da Saúde

Os riscos e cuidados pós-enchentes

PAULO PIRES/GES

Conselhos sobre as cautelas a tomar ao voltar para as áreas

Mesmo diante do recuo das águas, o cenário ainda exige uma série de cuidados para garantir a segurança e a saúde da população afetada pelas enchentes no RS. O alerta é do Ministério da Saúde, ao citar cuidados classificados pela própria pasta como indispensáveis durante a limpeza de casas e áreas atingidas, além da remoção de entulhos.

"O Ministério da Saúde reforça as medidas de segurança para evitar doenças e acidentes, que podem ser provocados pela contaminação da água e dos alimentos, pela presença de animais peçonhentos e pelos riscos elétricos. Além disso, a higiene pessoal e do ambiente torna-se uma prioridade para prevenir surtos de doenças."

Atenção com a água

A água contaminada, de acordo com o ministério, é um dos principais riscos após enchentes. Algumas doenças podem se propagar facilmente em decorrência da contaminação da água e de alimentos, como diarreia, cólera, febre tifoide, hepatite A, giardíase, amebíase, verminoses e leptospirose.

Para garantir que a água seja segura para consumo, a orientação da pasta inclui as etapas de filtragem e desinfecção.

Alimentos

Após uma situação de emergência, é possível que os alimentos não estejam em condições adequadas para serem consumidos. O cuidado na higienização, na preparação e no armazenamento, segundo a pasta, é um procedimento de extrema importância, já que alimentos manipulados e armazenados de forma inadequada podem transmitir doenças.

"É vital descartar qualquer alimento que tenha tido contato com a água da enchente, incluindo embalagens seladas que possam parecer intactas", alertou o ministério.

Prevenção de doenças

É recomendado evitar qualquer contato da pele com a água, já que transmissão hídrica não precisa de machucado para servir como porta de entrada para a contaminação.

Entre as principais doenças transmitidas por água e alimentos contaminados está a leptospirose, causada por uma bactéria presente na urina de roedores e transmitida pela água contaminada. Se tiver febre, dores no corpo, especialmente na região lombar ou panturrilha, procure atendimento médico imediatamente.

Outra doença é o tétano, que pode ocorrer através de ferimentos causados por objetos contaminados. Mantenha as vacinas em dia e, ao manusear destroços, use luvas e botas para evitar lesões.

Riscos elétricos

"A presença de água condutiva aumenta o risco de choques elétricos. Se houver qualquer sinal de eletricidade em áreas inundadas, mantenha distância e informe as autoridades", destacou o ministério.

Outra orientação é evitar áreas alagadas com eletricidade exposta, incluindo proximidades de painéis solares, além de desligar a energia elétrica de residências caso seja necessário. **(ABr)**

Carro de som avisa sobre animais em Canoas

A Prefeitura de Canoas deu início, na segunda-feira (20), ao trabalho de limpeza e recolhimento de entulhos nos bairros Fátima, São Luís e Mato Grande. No bairro Fátima, enquanto pessoas trabalhavam, um carro de som da Prefeitura passava avisando: "Cuidado com os animais peçonhentos".

A preocupação é porque o risco existe, segundo a Secretaria Estadual de Saúde, que emitiu um alerta informando que o retorno da população a áreas inundadas aumenta o risco de contato com aranhas, escorpiões e serpentes. "As autoridades devem ficar em alerta para o aumento na ocorrência de acidentes com animais peçonhentos, em função de deslocamentos dos habitats naturais desses animais, provocados pelas inundações", informou a nota do Estado.

Segurança

Segundo a Prefeitura, após o período de cheias, é comum os animais peçonhentos invadirem residências em busca de abrigos e lugares secos, caso ainda não tenham conseguido voltar para o próprio habitat.

A orientação é estar atento e vasculhar com cuidados armários, bater colchões, sacudir cuidadosamente as roupas e sapatos. Além disso, usar luvas, botas e calças compridas. É importante nunca colocar as mãos em buracos ou frestas, preferindo usar enxadas ou pedaços compridos de madeira para mexer nos móveis. Caso encontre um animal peçonhento, afaste-se e procure uma autoridade de saúde. **(Leandro Domingos)**