Ano 01 Nº 02

ZOOnews

Edição DIGITAL

São Paulo Setembro/Outubro

Boletim Informativo bimensal da Divisão de Vigilância de Zoonoses - DVZ

Controle de Pernilongos No Rio Pinheiros

Conheça alguns programas desenvolvidos pela DVZ.

Por: Carlos Alberto Madeira Marques Filho, ANS – Biólogo, NVSIN (Núcleo de Vigilância, Prevenção e Controle de Fauna Sinantrópica), Especialista em Controle Ambiental FSP/USP

Os Programas de controle de animais sinantrópicos realizadas pela DVZ tem o objetivo de minimizar o risco de ocorrência de agravos à saúde humana e oferecer aos munícipes uma melhor qualidade de vida.

Conheça alguns programas:

PROGRAMA DE CONTROLE DE PERNILONGOS Culex quinquefasciatus no RIO PINHEIROS

A DVZ (Divisão de Vigilância de Zoonoses) através do NVSIN (Núcleo de Vigilância, Prevenção e Controle de Fauna Sinantrópica) desenvolve quinzenalmente ações de monitoramento larvário e captura de mosquitos adultos através de coleta de formas imaturas ("metodologia de conchada") e coleta de mosquitos adultos ("por aspiração") em 67 pontos de monitoramento existentes no Rio Pinheiros composto de Canal Inferior Margem Leste (17 pontos) e Oeste (13 pontos) e Canal Superior Margem Leste (16 pontos) e Oeste (21 pontos) e Canal Guarapiranga.

PONTOS DE MONITORAMENTO DE COLETA DE IMATUROS E MOSQUITOS ADULTOS NO RIO PINHEIROS

Desenvolve também as ações de controle do mosquito (fase imaturas) com aplicação de larvicidas biológicos Bacillus esphaericus em formulação granulada (larvicida de ação específica e seletiva) através do uso de aerobarcos ou pela margem com uso de Caminhonetes. A parceria das ações é realizada com a EMAE (Empresa Metropolitana de Águas e Energia) que executa as ações de remoção de vegetação aquática, roçagem de vegetação marginal e retirada de lixo em toda extensão do Rio Pinheiros.

APLICAÇÃO DE LARVICIDAS BIOLOGICOS POR AERO BARCOS

APLICAÇÃO DE LARVICIDAS BIOLÓGICOS POR AEROBARCOS OU VIA MARGEM

AÇÕES DE MANEJO AMBIENTAL

Para as ações de monitoramento e controle executadas a EMAE disponibilizou local para uma base operacional na Usina Elevatória de Traição para apoio às equipes da PMSP que realizam as atividades de controle e monitoramento diariamente.

BASE OPERACIONAL PMSP RIO PINHEIROS

LOCAL DA BASE OPERACIONAL – USINA DA TRAIÇÃO (EMAE)

Após Ponte Engenheiro Ary Torres
Usina Elevatória de Traição Cidade Jardim
1° entrada a esquerda
Em frente ao Shopping Cidade Jardim
BASE OPERACIONAL PMSP (embaixo da Ponte da Av Bandeirantes)
EXTENÇÃO DO RIO PINHEIROS PARA DESENVOLVIMENTO DAS ATIVIDADES DE MANEJO AMBIENTAL MONITORAMENTO E CONTROLE:

CANAL INFERIOR: 10.083 m
CANAL SUPERIOR: 15.461 m
CANAL GUARAPIRANGA: 1.875 m
ÁREA TOTAL: 27.419 m

PROGRAMA DE CONTROLE DO PERNILONGO Culex quinquefasciatus NO MUNICÍPIO DE SÃO PAULO

A DVZ através do NVSIN (Núcleo de Vigilância, Prevenção e Controle de Fauna Sinantrópica) normatiza as ações de controle de mosquitos Culex quinquefasciatus as 27 Supervisões de Vigilância em Saúde para as ações de identificação de criadouros; monitoramento larvário; controle larvário em potenciais criadouros e controle de mosquitos adultos com uso de equipamentos UBV (Ultra Baixo Volume) em veículos que são realizadas em logradouros públicos (avenidas; ruas; praças; etc) com uso de inseticida domissanitário piretróide Deltametrina 2% amenizando desta forma o incômodo para a população.

CONTROLE DE MOSQUITOS ADULTOS COM USO DE UBV VEICULAR

As solicitações deverão ser realizadas através do tel 156 ou por **este link**

APOIO AS ATIVIDADES DESCENTRALIZADAS

A DVZ através do NVSIN (Núcleo de Vigilância, Prevenção e Controle de Fauna Sinantrópica) fornece apoio técnico e normativo a todas as atividades descentralizadas de controle de animais sinantrópicos, realizadas através das UVIS (Unidades de Vigilância em Saúde). Essas atividades são desenvolvidas através de orientações de manejo ambiental e tratamento químico quando necessário, em áreas e instituições públicas. Nas áreas consideradas de risco como córregos, favelas e locais de enchentes, entre outros, desenvolve programas específicos em decorrência da necessidade.

As solicitações deverão ser realizadas através do tel 156 ou por **este link**

A DVZ através do NVSIN (Núcleo de Vigilância, Prevenção e Controle de Fauna Sinantrópica) desenvolve também as normatizações das ações de controle das arbovíroses que são realizadas pelas UVIS (Unidades de Vigilância em Saúde) em seus territórios, assim como as especificações de insumos; equipamentos e Equipamentos de Proteção Individual (EPIS) que serão utilizados nas atividades de controle.

A DVZ possui o CADRI (Certificado de Aprovação de Resíduos Industriais) emitido pela CETESB e o NVSIN (Núcleo de Vigilância, Prevenção e Controle de Fauna Sinantrópica) normatiza também a segregação e o descarte de embalagens vazias de inseticidas e raticidas domissanitários usados nos serviços públicos de controle de animais sinantrópicos do Município de São Paulo em atendimento ao PGRSS (Programa de Gerenciamento de Resíduos de Serviços de Saúde) PGRSS 2015 elaborado em 11/04/2016 pela Gerência do Centro de Controle de Zoonoses.

Outubro Rosa

A importância da autoestima no tratamento do câncer

Por: Elisangela Nunes de Oliveira, ANS - Enfermeiro, Responsável Técnica de Enfermagem do Ambulatório de Saúde do Trabalhador da DVZ, Especialista em Saúde do Trabalhador.

O Outubro Rosa é um movimento internacional de conscientização para o controle do câncer de mama foi criado no início da década de 1990 pela Fundação Susan G. Komen for the Cure. A data é celebrada anualmente, com o objetivo de compartilhar informações e promover a conscientização sobre a doença.

O câncer de mama é uma doença causada pela multiplicação desordenada de células da mama. Esse processo gera células anormais que se multiplicam, formando um tumor.

É a neoplasia mais frequente em mulheres. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), no mundo, são 2,1 milhões de mulheres diagnosticadas por ano e 627 mil mortes (estimativa para 2018). No Brasil, o Instituto Nacional do Câncer (INCA) estima, para 2020, 66.280 novos casos de câncer de mama e, em 2017, foram 16.927 mortes, incluindo 203 homens que também morreram por causa da doença.

A doença tem 95% de chance de cura se diagnosticada em fase inicial. É o tipo de tumor mais diagnosticado em mulheres, depois apenas do câncer de pele.

Sinais e sintomas

- Nódulo (caroço), fixo e geralmente indolor
- Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja
- Alterações no bico do peito (mamilo)
- Pequenos nódulos nas axilas ou no pescoço
- Saída espontânea de líquido anormal pelos mamilos

Diagnóstico

A mamografia de rastreamento pode ajudar a reduzir a mortalidade por câncer de mama, pois possibilita encontrar o câncer no início e permitir um tratamento menos agressivo, além da menor chance de a paciente morrer por câncer de mama, em função do tratamento precoce.

Outros tipos de cânceres

O assunto câncer de mama é importantíssimo, por ser o primeiro tipo de câncer mais incidente nas mulheres, mas devemos entender que a mulher não é só a mama. Outros tipos de câncer afetam a vida de muitas mulheres e é necessário prestar atenção a todos os sintomas ou alterações que ocorram no organismo para diagnosticar a doença no início.

O Instituto Lado a Lado pela Vida realiza a campanha Mulher Por Inteiro para conscientizar sobre os cânceres de mama, ovário e colo do útero desde 2015, com foco na prevenção, detecção precoce e cuidados com a saúde

A importância da autoestima

Em poucos países do mundo a beleza é parte tão importante em sua cultura quanto no Brasil. O culto a um padrão estético, nem sempre ao alcance da maioria das pessoas, exerce uma verdadeira pressão social e traz impactos a toda a população.

No tratamento para câncer o primeiro aspecto a ser apontado por especialistas é o direito que os pacientes têm de serem informados e o dever que os profissionais de saúde têm de informá-los sobre todos os possíveis efeitos colaterais que poderão enfrentar. Entre os mais comuns estão queda de cabelo e crescimento de pelos em lugares não habituais, ressecamento da pele e aparecimento de manchas pelo corpo, enfraquecimento das unhas, inchaço, emagrecimento ou engorda. Essas manifestações podem mudar muito o aspecto dos pacientes, resultando em problemas de autoestima.

O que é autoestima? É acreditar que temos direito ao amor, a viver bons momentos e valorizar a própria vida. O câncer destrói esse sentimento em muitas pessoas. Por isso, é necessário o trabalho de reconstruí-lo para que a relação com o mundo não fique prejudicada.

Visando recuperar a vaidade e o bem estar, muitas mulheres optam por acessórios como lenços, chapéus e/ou as tão populares perucas.

É preciso entender que as mudanças durante o tratamento são temporárias. Após a recuperação, muitas vezes os traços físicos voltam a ser como eram antes da doença, O apoio da família e dos amigos também é essencial ajudar a cultivar a autoestima do paciente.

Ao ver os dias de tratamento com leveza, seu psicológico fica menos pressionado e a recuperação conta com muitos benefícios. Não deixe de fazer planos, como viagens e cursos de aperfeiçoamento, por causa do câncer, se as suas condições de imunidade estiverem boas. Coloque a doença como uma situação passageira em sua vida, em vez de limitar as suas experiências devido ao câncer.

Prevenção dos cânceres de mama, ovário e útero

- Adoção de hábitos saudáveis como praticar atividade física, alimentar-se de forma saudável, manter o peso corporal adequado, evitar o consumo de bebidas alcoólicas;
- Amamentação;
- Consultar regularmente o seu médico, principalmente a partir dos 50 anos;
- Diminuição do risco de contágio de Papilomavírus Humano (HPV) com o uso de preservativos;
- Engravidar que é considerado fator de proteção para o câncer endometrial.

Participe desta campanha busque informação, previna-se e divulgue.

Referências Bibliográficas

1. ***INCA-Instituto Nacional de Cancêr, Outubro rosa,*** disponível em: https://www.inca.gov.br/assuntos/outubro-rosa acesso em : 25/09/2020.

2. ***Instituto lado a lado pela vida, Mulher por Inteiro,*** disponível em: https://www.ladoaladopelavida.org.br/mulher-por-inteiro acesso em: 25/09/2020.

Setembro Amarelo

Considerações sobre a importância dos cuidados em Saúde Mental.

Por: Priscila Lopes Macedo, ANS-Psicóloga, NVZ (Núcleo de Vistoria Zoosanitária), Especialista em Gestão em Saúde.

A maior parte dos suicídios no Brasil está relacionada a transtornos mentais, tais como Transtorno Bipolar, Depressão e Dependência Química, transtornos estes para os quais existe tratamento.

O adoecimento psíquico é multifatorial, ou seja, ocorre devido a vários fatores. Aspectos culturais (tais como uma sociedade que estimule o individualismo e a pressão social para ser bem sucedido), fatores sociais, como o desemprego e falta de condições adequadas de sobrevivência (moradia, alimentação, dentre outros), familiares (se a família oferece suporte ou não) além de outros fatores, tais como a condição de saúde em que a pessoa se encontra, o clima e a personalidade (a forma da pessoa lidar com as suas experiências na vida) vai influenciar na saúde mental de todos.

O suicídio, quando considerado, é uma tentativa da pessoa de acabar com a dor extrema e angústia que está sentindo. É um ato de desespero, falta de esperança e sensação de desamparo. Por outro lado, muitos sobreviventes relataram que se arrependeram da tentativa e que agiram por impulso.

O suicídio é um tabu em nossa sociedade devido à falta de informação a respeito dos processos de adoecimento e dos transtornos mentais. A questão religiosa também influencia, sendo que muitos consideram um pecado essa possibilidade de acabar com a própria vida. Desta forma, pessoas que já tentaram suicídio e sobreviveram muitas vezes sofrem preconceito e são consideradas fracas e pecadoras.

E de que forma podemos ajudar uma pessoa em sofrimento?

Considerando que fatores culturais, sociais e familiares influenciam no bem estar das pessoas, o apoio familiar e da rede de relacionamento, tais como amigos e colegas de trabalho, é crucial.

Podemos observar os sinais que as pessoas demonstram de que podem estar com um adoecimento psíquico, como por exemplo, a pessoa apresentar mais doenças consideradas "físicas", sentir-se indisposta até mesmo a fazer coisas de que gostava antes, além de tristeza ou mudanças bruscas de humor, ansiedade, irritabilidade, alterações no apetite e sono. No caso dos dependentes químicos, o sinal mais evidente é a necessidade que a pessoa tem de consumir constantemente determinadas substâncias, tais como o álcool.

Algumas pessoas chegam a verbalizar que gostariam de acabar com a própria vida, e essa fala deve ser considerada com seriedade.

Desta forma, todos nós podemos contribuir para a prevenção e/ou redução do sofrimento extremo e suicídio, estando atentos e oferecendo a nossa escuta e ajuda para os que estão próximos de nós.

Precisamos ter mais empatia para com o próximo ao invés de julgamento, nos lembrando de que todos nós temos períodos de alegrias e dores, pois a vida é cíclica.

Em alguns momentos a dor é maior e qualquer pessoa pode ter um sofrimento que a leve a mudar o seu comportamento e a pensar em "acabar com tudo". Ninguém está imune a esse tipo de pensamento, mas podemos evitar que a pessoa cometa o ato de suicidar-se através da nossa acolhida e ajuda na busca de tratamento em Saúde Mental, pois às vezes a pessoa está tão debilitada que não consegue fazer isso sozinha.

Para a pessoa que está passando por um sofrimento extremo, não tenha vergonha de pedir ajuda e buscar um tratamento profissional. Não se cobre de que você precisa resolver tudo sozinho, pois somos seres sociais e muitas vezes precisamos do apoio de outras pessoas quando não nos sentimos bem.

O tratamento mais adequado para cada situação será avaliado por profissionais de Saúde Mental, dentre eles, psicólogos, psiquiatras e terapeutas ocupacionais. Ele permite que a pessoa possa se fortalecer, ver outras perspectivas na vida e provocar mudanças benéficas para ela e para os outros que estão ao redor.

Para evitar o adoecimento e promover a saúde mental, é necessário o estabelecimento de laços afetivos, estar próximo de pessoas que nos fazem bem, realizar atividades que nos motivem, além de exercer práticas de vida saudáveis: alimentar-se bem, fazer atividade física, descansar. Equilibrar trabalho e lazer é fundamental.

A saúde mental, portanto, é promovida por cada um de nós e é tão importante quanto à saúde física, sendo que ambas estão interligadas. Não é frescura e não pode ser negligenciada.

EDITORIAL

A edição setembro/outubro do Zoonews buscou enfatizar duas importantes campanhas de conscientização bem estabelecidas no contexto nacional. Visando a prevenção do suicídio e do câncer de mama, as campanhas "Setembro Amarelo" e "Outubro Rosa" trazem à discussão assuntos delicados e de extrema importância para a população. Além disso, todos os anos o município vivencia, nos meses mais quentes, o aumento da proliferação dos pernilongos do gênero Culex, problema em que a DVZ atua em diversas frentes por meio do Núcleo de Vigilância, Prevenção e Controle da Fauna Sinantrópica (NVSIN) nosso Núcleo em destaque desta edição.

expediente

Daniela Massolin dos Santos
Ivan Leandro Ferreira
Luana Silva Nascimento
Marcos Veltri

Setor de Educação

Sugestões de pautas e temas serão bem-vindos.
E-MAIL : educacaoemzoonoses @PREFEITURA.SP.GOV.BR
Telefone: 3397-8989