



SAÚDE

HSE REALIZA SEMANA DE COMBATE À HIPERTENSÃO

O Hospital dos Servidores do Estado (HSE) promoveu, entre os dias 24 e 27 de abril, a Semana de Combate à Hipertensão. Profissionais das áreas de enfermagem, nutrição, cardiologia, fisioterapia e psicologia estiveram em diferentes áreas do hospital para conversar com pacientes e repassar informações importantes sobre a doença, que é silenciosa e acomete 1/4 da população mundial. A programação incluiu dinâmicas, exibição de vídeos educativos e aferições gratuitas de pressão.

No dia 26, data em que se celebra o Dia Nacional de Prevenção e Combate à Hipertensão, o HSE promoveu a palestra “A importância da higiene oral e a relação com doenças cardíacas”, com dicas e orientações do odontólogo da Central de Saúde Bucal (CSB) Francisco Maia.

Dentista buco maxilo, Maia falou sobre a realização adequada da limpeza dos dentes, gengiva e língua e a evolução de uma simples gengivite para uma doença periodontal ou um cálculo dentário, quando massas de alimentos se calcificam com as bactérias presentes na boca. “As bactérias se proliferam nos espaços entre a gengiva e o dente, elas acabam destruindo o dente e posteriormente o osso. A partir dessa abertura as bactérias caem na corrente sanguínea e provocam uma infecção no revesti-



mento interno do coração (endocárdio)”, explicou.

Dra. Nereide Melo Mendes, cardiologista responsável pelo Programa de Hipertensão do HSE, destacou a relevância da palestra. “A maioria não sabe que tem a doença. Esse evento é promovido para lembrar que ela existe e motivar a adesão ao programa, que tem por objetivo evitar a progressão da enfermidade”. Atualmente o programa possui 412 pacientes e conta com uma equipe multidisciplinar.

O fisioterapeuta do HSE, Marcos André Santos, falou sobre a importância de manter uma alimentação saudável e praticar atividades físicas com frequência. Também alertou para o cuidado com os alimentos que possuem sódio na sua composição, sobretudo os embutidos.

A equipe do HSE realizou também uma dinâmica para ilustrar o dia a dia das pessoas que sofrem da doença e como elas podem encarar o tratamento e levar uma vida mais saudável todos os dias na sua rotina.

10 mandamentos para prevenção e controle da pressão alta

 1. Meça a pressão pelo menos uma vez por ano	 2. Pratique atividades físicas todos os dias	 3. Mantenha o peso ideal, evite a obesidade	 4. Adote uma alimentação saudável	 5. Reduza o consumo de álcool
 6. Abandone o cigarro	 7. Nunca pare o tratamento, é para a vida toda	 8. Siga as orientações do seu médico	 9. Evite o estresse	 10. Ame e seja amado

PALESTRA

EVENTO NO IRH LEMBRA O DIA MUNDIAL DA HEMOFILIA



Em comemoração ao Dia Mundial da Hemofilia, cuja data oficial é celebrada no dia 17 de abril, a Gerência de Gestão de Pessoas do IRH promoveu a palestra “Hemofílico, afinal, o que é?”. A enfermeira da Fundação de Hematologia e Hemoterapia de Pernambuco (Hemope), Iris Maciel Costa, foi convidada a explanar o tema e interagir com o público na área de espera do Laboratório, na sede do IRH, no bairro do Derby.

Iris expôs algumas informações sobre a hemofilia, que faz parte de um grupo de doenças raras, e trouxe para o debate alguns conceitos a respeito da enfermidade. “Muitos nem sabem que têm a doença, descobrem de forma acidental e perdem muito sangue no processo”, destacou. No Brasil existem cerca de 12 mil hemofílicos, 820 só em Pernambuco.

A hemofilia é um distúrbio genético e hereditário que afeta a coagulação do sangue. Os fatores de coagulação são proteínas presentes no sangue que aju-

dam a estancar as hemorragias quando ocorre o rompimento de vasos sanguíneos. Os sintomas mais comuns da hemofilia são os sangramentos prolongados, que podem ser externos (cortes na pele) ou internos (dentro de articulações, músculos, órgãos).

As pessoas com a forma mais severa da doença podem ter sangramentos espontâneos nas articulações ou nos músculos. As articulações mais acometidas são joelhos, cotovelos e tornozelos. Como a coagulação nessas pessoas é muito lenta, ocorre grande derramamento de sangue nessas regiões, provocando inchaço e dor.

Para Viviane Marques, gerente de Gestão de Pessoas do IRH, a importância de realizar um evento como esse é de trazer esclarecimentos para as pessoas, servidores do Estado, colaboradores e estagiários, e uma oportunidade para tirar dúvidas e trocar informações.

INFORMAÇÃO

PALESTRA ALERTA PARA IMPORTÂNCIA DA SAÚDE VOCAL

Para lembrar o Dia Mundial da Voz, celebrado no dia 16 de abril, o HSE promoveu uma palestra com as fonoaudiólogas Patricia Balata e Carolina Paes. Durante o evento, realizado na recepção principal do ambulatório, pacientes e funcionários receberam informações importantes sobre como evitar problemas vocais, normalmente conhecidos como rouquidão.

“Esses problemas podem denunciar uma doença simples ou uma doença importante, como o câncer de laringe. Então uma rouquidão moderada e persistente merece uma atenção especializada com fonoaudiólogo e otorrinolaringologista”, explica Patricia. Durante a palestra, ela explicou como a voz é produzida e quais os cuidados deve-se ter com ela, como evitar o cigarro, a ingestão de bebida alcoólica e o consumo de alimentos que possam provocar refluxo gastroesofágico.

Duas categorias de profissionais, segundo Patricia, merecem mais atenção dos fonoaudiólogos devido ao uso excessivo da voz: os professores e os operadores de telemarketing. “Hoje 2%



da população de professores no Brasil já têm doença vocal, alguma alteração na voz que pode ser um indicativo de uma doença laríngea”, explica. Já os operadores, diz Patricia, têm uma carga horária de seis horas de uso frequente da voz, com um roteiro repetitivo que causa bastante fadiga vocal.

Um folder elaborado pelo Sistema de Conselhos de Fonoaudiologia e pela Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia também foi distribuído durante o evento. Após a palestra, a equipe de fonoaudiólogas do HSE realizou uma roda de conversa no Serviço de Pronto Atendimento (SPA).

O HSE possui hoje um laboratório de voz e uma equipe de nove fonoaudiólogas - divididas nas áreas de linguagem,

motricidade orofacial, disfagia e voz - para atender aos usuários do Sassepe. Para receber atendimento, o usuário deve ligar para o 0800 284 2727 (capital) ou para o 0800 281 7373 (interior).

EXPEDIENTE

Governador:
Paulo Câmara
Vice-Governador:
Raul Henry
Secretário de Administração:
Milton Coelho

Diretor-Presidente do IRH:
André Longo Araújo de Melo
Diretor do HSE: Antonio da Trindade
Jornalistas responsáveis:
Marina Didier e Thiago Lúcio
Redação e Fotos: Marina
Didier e Thiago Lúcio
Diagramação: Thamerson de Andrade
Apoio Logístico: Arnaldo Melo
Divulgação: Eletrônica e Impressa

Dúvidas e sugestões:
imprensa@irh.pe.gov.br



R. Henrique Dias, s/n, Derby, Recife - PE
CEP 52010-100 - Fone (81) 3183.4700