



ACS - 26 de junho



ULBRA SAÚDE

Informe Saúde JE



Informativo do Plano ULBRA Saúde 2009 - Porto Alegre/RS - Nº 562

O JE, nesta sexta-feira, traz dois assuntos importantes: a Gripe Influenza A (H1N1) e o Dia Internacional de Combate a Drogas. O objetivo é esclarecer e orientar para que as pessoas saibam como lidar com a situação e como procurar ajuda.

No Dia Internacional de Combate a Drogas vamos falar, primeiramente, do Crack e durante as próximas edições sobre outras drogas. Sobre a Influenza A, a Dra. Alessandra Simoes orienta sobre sintomas e cuidados que todos devem ter no dia a dia.

Conduta frente a suspeita de gripe Influenza A (H1N1)

SINTOMAS

- febre repentina acima de 38°C, tosse - são os principais sintomas
- viagem recente para o exterior (há três dias ou mais)
- contato com paciente que esteve no exterior e está com suspeita da gripe
- coriza, dor nas juntas, dor de cabeça, espirros

O PROFISSIONAL DEVE:

NOTIFICAR A VIGILÂNCIA EPIDEMIOLÓGICA

- Nome completo
- Nome da mãe
- Data de nascimento
- Endereço
- Grávida (?)
- Telefone para contato (dois no mínimo)
- Local de trabalho
- Possível local de contato
- Número de pessoas que moram junto

LIGAR PARA VIGILÂNCIA 32892472 - 99998152

ORIENTAÇÕES PARA O PACIENTE

- uso de máscara cirúrgica (trocar a cada 3 horas) em locais públicos
- isolamento domiciliar por 10 dias, casos confirmados, após o início dos sintomas
- separar a toalha de rosto dos outros familiares, assim como utensílios domésticos (talheres, copos ...)
- limpar telefone e teclado de computador com álcool a 70%
- lavar as mãos frequentemente
- usar lenços de papel ao espirrar ou tossir

OBS.: O uso do medicamento está restrito, sendo indicado pelo médico.





ACS - 26 de junho



ULBRA SAÚDE

Informe Saúde JE



Informativo do Plano ULBRA Saúde 2009 - Porto Alegre/RS - Nº 562

CRACK

HISTÓRICO

O crack surgiu da cocaína, o nome vem do barulho que ele faz quando está sendo queimado para ser consumido. Consiste em uma mistura de pasta de cocaína não refinada com bicarbonato de sódio. Esta droga se apresenta na forma de pequenas pedras e pode ser até cinco vezes mais potente do que a cocaína. O efeito dura, em média, dez minutos.

EFEITOS

Os efeitos do Crack são idênticos aos da cocaína, contudo como atingem o cérebro em poucos segundos, são mais rápidos e intensos. Apresentam uma duração de cerca de 5 a 10 minutos. O indivíduo pode começar por sentir euforia, sensação de bem-estar intensa e excitação sexual. Contudo, os efeitos positivos poderão ser rapidamente substituídos por ardor nos olhos, secura na boca, palpitações, contrações musculares, dilatação das pupilas, dor de cabeça, depressão forte, irritabilidade, angústia, insônia e diminuição do apetite.

Os usuários apresentam um comportamento violento, são facilmente irritáveis, e apresentam também estes sintomas: tremores, lábios, língua e garganta queimados, devido a forma de uso, a paranóia e a desconfiança também são causados pela droga. problemas no sistema respiratório como congestão nasal, tosse, expectoração de muco preto e sérios danos nos pulmões.

O uso mais contínuo da droga pode causar ataque cardíaco e derrame cerebral graças a um considerável aumento da pressão arterial. Contrações no peito seguidas de convulsões e coma também são causadas pelo consumo excessivo da droga.

Síndrome de Abstinência

Manifesta-se por insônia, fadiga, apatia e depressão grave

O VIVA VOZ - Serviço Nacional de Orientações e Informações sobre a Prevenção do Uso Indevido de Drogas é um serviço telefônico gratuito e anônimo, fruto de uma parceria entre a Secretaria Nacional Antidrogas (SENAD) e a fundação Faculdade Federal de Ciências Médicas de Porto Alegre (FFCMPA). O atendimento é aberto a população de segunda a sexta-feira das 8h à meia noite pelo fone **0800-510 0015**

Comunicados

Medicina Ocupacional - Ulbra Saúde

Conforme a responsável operacional Tatiane Garay, os Setores de NR7-Empresarial e Medicina Ocupacional foram unificados, desde o dia 22 de junho, formando assim o Setor de Medicina Ocupacional Ulbra Saúde.

Para agendamento ocupacionais dos funcionários Ulbra Saúde o fone é 3215-4673 ou 3215-4177 com Cláudio e-mail nr7ulbrasaude@ulbra.br.

Para agendamento ocupacionais de funcionários de empresas associadas o fone é 3215-4434 com Elen e-mail nr7.administrativo@ulbra.br,

O horário de atendimento do setor é de segunda a sexta-feira das 8h às 11h30min e das 13h30min às 17h15min.

Associação

A diretoria da Associação dos Funcionários da ULBRA Canoas comunica que foi cancelado o Almoço/Festa Junina, marcado para o dia 27 de junho, devido ao baixo número de sócios inscritos.