

VAMOS FALAR DE SUICÍDIO

Falar sobre o tema ainda é tabu em nossa sociedade

É importante que se entenda o tamanho desse mal na sociedade. Falar de suicídio, ainda é um tabu. Quem comete suicídio não quer morrer, apenas deseja aliviar o seu sofrimento, morrer é uma forma de finalizar a sua dor. Tirar a própria vida não tem nada de grandioso, é o último passo rumo ao abismo de quem nunca encontrou socorro, tampouco conseguiu se ajudar.

Em vários momentos da vida, algumas pessoas podem pensar em suicídio por não encontrarem saída para certos problemas que surgem. Desesperançosos e com grande angústia, acompanhados de pensamentos que se privam do direito de viver.

O suicídio está relacionado a algum transtorno psicológico que o indivíduo tem ou esteja passando. Solidão, depressão, doenças, problemas conjugais e de relacionamentos, dificuldades financeiras ou profissionais, luto, abuso de drogas e álcool, problemas na adolescência e

bullying são as principais causas deste mal que acometa boa parte da população brasileira.

Conflitos, desastres, violência, abusos físicos e psicológicos e isolamento, estão fortemente associados com o comportamento suicida. As taxas também são elevadas em grupos vulneráveis que sofrem discriminação, como refugiados e migrantes, a população LGBTI, pessoas privadas de liberdade e recente crescimento dos casos entre adolescentes e idosos com mais de setenta anos.

Reconhecido pelo Ministério da Saúde, o suicídio e suas causas são um problema de saúde pública.

O Centro de Valorização da Vida (CVV) oferece aju-

da através do telefone 188, que está disponível 24h por dia em todo território nacional e pelo site <https://www.cvv.org.br/>.

Fonte: Centro de Valorização da Vida e Organização Mundial da Saúde.



DIA DO HOMEM

Em julho as CIPAs das unidades PI de Tremembé e PII de Potim, realizaram eventos em homenagem ao dia do homem, com a participação dos servidores das unidades que organizaram uma partida de futebol.



PREVENÇÃO E COMBATE A INCÊNDIO E SOCORRISMO

A PI de Tremembé realizou o curso de Prevenção e Combate a Incêndio e Socorrismo no mês de julho e contou com a participação de 13 servidores no referido treinamento.



CURSO DE FORMAÇÃO DE CIPEIROS

O curso ministrado para membros das CIPAs com duração de 3 dias tem como disciplinas: Fundamentos e Práticas da CIPA, Prevenção e Combate a Incêndio e Socorrismo e Saúde do Trabalhador.



DIA DOS PAIS

O CQVIDASS VALI, o HCTP de Taubaté, o CDP de Caraguatatuba, o CDP de São José dos Campos, a PI de Tremembé e as respectivas CIPAs, promoveram um dia de diversão ao ar livre e atividades entre pais e filhos no parque de diversões da cidade.



BANCO DE OLHOS DE SOROCABA

Em agosto, a Unidade Móvel do Hospital Oftalmológico de Sorocaba esteve na PI de São Vicente para atendimento aos servidores das unidades prisionais da Baixada Santista.



SAÚDE OCULAR

No mês de julho no CDP de Piracicaba, foram realizados exames óticos preventivos e orientações para prevenção de conjuntivite.



DIA DOS PAIS

As unidades pertencentes à Coordenadoria da Região Central desenvolveram ações para homenagear os servidores pais.



FESTA JUNINA

Em julho, foi realizada festa junina do Complexo Guareí (Penitenciária I e II de Guareí) contou com a presença de servidores e familiares.



SETEMBRO AMARELO

No CPP de Campinas, em alusão ao Setembro Amarelo foi realizada palestra com orientações e prevenções ao suicídio.

A Dra. Cristina Calvi Veloso, psicanalista clínica e hospitalar instruiu os servidores a reconhecer os sintomas de um possível suicida, bem como ajudá-los numa situação que envolva o risco.



DIA NACIONAL DE COMBATE AO COLESTEROL

A Penitenciária Hortolândia III realizou no mês de agosto em comemoração ao Dia Nacional de Combate ao Colesterol uma palestra com informações a respeito da gordura presente no sangue e os males que causam.



PREVENÇÃO E COMBATE A INCÊNDIO E PRONTO SOCORRISMO

No mês de julho o CDP Diadema, por intermédio da CIPA juntamente com o COVIDASS, promoveu o curso de Prevenção e Combate a Incêndio e Pronto Socorrismo para os servidores da unidade.



SIPAT 2018

Com a finalidade de conscientizar os funcionários sobre a prevenção de acidentes e cuidados básicos com a saúde, foram realizadas atividades que envolveram a boa ação dos servidores, como a doação de sangue para uma funcionária que está internada no Hospital Mario Gatti em Campinas. Foram realizados também testes rápidos de diabete, HIV e aferição de pressão arterial. Palestra e dinâmica sobre qualidade de vida, alongamento e caminhada no entorno da unidade da Penitenciária Franco da Rocha II.



DIA NACIONAL DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES

Em alusão ao Dia Nacional de Prevenção de Acidentes, 27 de julho, a CIPA do CDP Osasco II, juntamente com os servidores, fizeram a divulgação por meio de distribuição de panfletos informativos.



DOAÇÃO DE SANGUE E PREVENÇÃO DE ACIDENTES

A CIPA do CDP Osasco II com apoio da diretoria da unidade realizaram a doação de sangue para o Hospital Regional de Osasco.



CAFÉ COM LEI

Organizada pela CIPA do CPP de São Miguel aconteceu em agosto, a 1ª Edição do Projeto "Café com Lei", com a finalidade de abordar temas de interesse dos servidores. Mediada pelo Diretor do Centro de Políticas Específicas, Charles Bordin, foram debatidos os aspectos da diversidade sexual.





8º ENCONTRO DE CIPEIROS

Servidores da SAP participaram no mês de agosto do 8º Encontro de Cipeiros da Região Noroeste em Itirapina. Com o tema "Você é o verdadeiro campeão", o evento contou com diversas atividades de integração, promoção de saúde e bem estar dos servidores. Estiveram presentes no evento a primeira dama e presidente do Fundo Social do Município, Mari Leila Bacciotti Candido, os Coordenadores das Unidades Prisionais de CRN e CRC, respectivamente, Carlos Alberto Ferreira de Souza e Jean Ulisses Campos Carlucci e Iracema Costa Jansson, diretora do GQVIDASS, que integra a Coordenadoria de Saúde do Sistema Penitenciário do Estado.



CAMPANHA DO AGASALHO

Organizada por membros da CIPA, servidores das unidades prisionais da Coordenadoria da Região Noroeste participaram da Campanha do Agasalho no mês de agosto. O evento arrecadou cerca de 10 mil peças entre calças, agasalhos e camisetas, que foram doados ao Lar Dom Bosco, Lar Irmã Dulce na Província de Deus e Paróquia Nossa Senhora de Guadalupe.



COLETA DE EXAMES LABORATORIAIS

Em julho, foi realizada na Coordenadoria da Região Oeste, as avaliações do projeto "Prontuário de Saúde do Servidor", que tem como objetivo acompanhar anualmente as condições de saúde dos servidores e o CDP de São José do Rio Preto e CDP de Icém, realizaram palestras promoção de Saúde e Alimentação Saudável. A Penitenciária "Vereador Frederico Geometti" de Lavínia realizou em agosto a 6ª Edição do "Projeto Saúde do Trabalhador", com a finalidade de oferecer meios facilitadores aos funcionários monitorarem anualmente o estado de saúde através da realização de exames laboratoriais



XI INTERCIPAS



Nos dias 01 e 02 de agosto, no salão de eventos da colônia de férias da APEOESP de Dracena aconteceu o XI Encontro Intercipas com o tema Cuide-se "Viva bem, viva melhor", com objetivo de promover a troca de experiência e o espírito de equipe entre as Comissões Internas

de Prevenção de Acidentes, a promoção da saúde e qualidade de vida dentro do ambiente de trabalho e o fortalecimento das relações interpessoais. Após dois dias de atividades, a equipe vermelha se consagrou campeã do encontro



Acidente de Trabalho



De acordo com dados do Ministério da Previdência Social (MPS), o aumento de acidentes do trabalho no Brasil cresce consideravelmente a cada ano.

Destaca-se como acidentes mais comuns as quedas, choques contra objetos, golpes provocados por ferramentas, cortes e fraturas. Doenças ocupacionais como doenças de pele, irritações, ansiedade, estresse e depressão, podem ser causas de acidente de trabalho. Ainda de acordo com o MPS, há casos, inclusive, em que essas doenças acabam afastando profissionais definitiva ou provisoriamente do trabalho.

Além disso, também são considerados acidentes de trabalho: o acidente ocorrido no trajeto entre a residência e o local de trabalho; a doença profissional, assim entendida a produzida ou desencadeada pelo exercício do trabalho a determinada atividade; a doença do trabalho, adquirida ou desencadeada em função de condições especiais em que o trabalho é realizado e com ele se relacione diretamente.

Acidente de trajeto ou percurso - Ocorre durante o percurso da pessoa entre o trabalho e sua casa e vice-versa, tanto em veículo próprio ou no transporte da empresa quanto no transporte público. Deve ocorrer em trajeto normalmente percorrido pelo empregado, tanto para ir como para voltar do trabalho.

Meios de locomoção - A caracterização do acidente de trajeto independe de qual for:

A pé; Transporte público; Veículo próprio ou veículo da empresa.

Ocorrido o acidente de trabalho, comunique imediatamente a CIPA. É obrigatória a confecção da NAT (Notificação de Acidente de Trabalho), que será realizada pelo Núcleo de Pessoal com a participação da CIPA no prazo de dez dias contados do acidente.

O formulário NAT e os manuais de instruções e procedimentos sobre tratamento de saúde em licença por acidente de trabalho estão disponíveis no site da SAP. www.sap.gov.br/drhu/manuais.html





Quem Ama Cuida
OUTUBRO ROSA NOVEMBRO AZUL



Quem Ama Cuida
OUTUBRO ROSA NOVEMBRO AZUL



Quem Ama Cuida
OUTUBRO ROSA NOVEMBRO AZUL



Quem Ama Cuida
OUTUBRO ROSA NOVEMBRO AZUL



Quem Ama Cuida
OUTUBRO ROSA NOVEMBRO AZUL



Quem Ama Cuida
OUTUBRO ROSA NOVEMBRO AZUL



Quem Ama Cuida
OUTUBRO ROSA NOVEMBRO AZUL



OUTUBRO ROSA

Realizada anualmente no mês de outubro em todo o mundo, a Campanha Outubro Rosa tem como objetivo conscientizar mulheres sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de mama, aumentando as chances de cura, iniciando o tratamento o quanto antes. Sendo o segundo câncer que mais atinge as mulheres, o câncer de mama é uma neoplasia maligna que acomete o tecido mamário.

Durante o mês de outubro, muitas instituições disponibilizam exames gratuitos com a finalidade de encorajar mulheres a realizarem os exames e tratarem-se, visto que inicialmente, o câncer de mama não tem sintomas.

De acordo com o INCA (Instituto Nacional de Câncer) o câncer de mama não tem somente uma causa. A idade é um dos mais importantes fatores de risco. Outras causas também aumentam a ameaça da doença, como: obesidade e sobrepeso após a menopausa, sedentarismo, história familiar de câncer, uso de contraceptivos hormonais, e ainda, fatores ambientais, genéticos e de estilo de vida.

Para que haja maiores chances de cura, são necessários exames como a mamografia, que são imprescindíveis para a descoberta da doença que pode ser tratado rapidamente, bem como o autoexame das mamas, que pode ser feito uma vez por mês, com cerca de 3 a 5 dias após o primeiro dia da menstruação. Já nas mulheres que não menstruam mais, o autoexame deve ser feito em uma data fixa todo mês. A campanha é simbolizada pelo laço cor-de-rosa, reconhecido mundialmente.

Fonte: INCA.



NOVEMBRO AZUL

O mês de novembro é marcado pelo movimento internacional sobre a conscientização a respeito do câncer de próstata e da saúde do homem. A campanha visa alertar os homens sobre a importância do diagnóstico precoce.

Com a ideia de quebrar o preconceito que muitos homens têm em relação ao exame, a campanha Novembro Azul, vem para conscientizar sobre o câncer de próstata e outras doenças que acometem aos homens como doença cardiovascular, obesidade, hipertensão entre outras.

Segundo o Instituto Lado a Lado pela Vida, com o crescimento da campanha, o Novembro Azul torna-se referência na missão de orientar a população masculina a cuidar melhor da saúde. Hoje, é a maior campanha de combate ao câncer de próstata do Brasil.

Fonte: Instituto Lado a Lado Pela Vida



Quem Ama Cuida
OUTUBRO ROSA NOVEMBRO AZUL

BOLETIM GQVIDASS

Idealização: Iracema Costa Jansson - Diretora do GQVIDASS

Editorial/ Revisão: Iracema C. Jansson e Valéria A. Costa

Colaboração: Diretorias Regionais CQVIDASS

Projeto Gráfico: Isabel Ferreira e Teresa Andrade

Editoração, Impressão e Acabamento:

Imprensa Oficial do Estado S/A - IMESP

Sugestões: gqvidass@sp.gov.br

Tiragem: 15.000 cópias

Periodicidade: bimestral



GQVIDASS
Grupo de Planejamento e Gestão de Qualidade de Vida e Saúde do Estado

