

## INAUGURAÇÃO DO TERMINAL RODOVIÁRIO E VISITA AS NOVAS INSTALAÇÕES DO GP DA POLÍCIA

No dia 20 de junho, ocorreu a inauguração da reforma do Terminal Rodoviário de Passageiros de Santana da Ponte Pensa. As novas instalações foram oficialmente abertas ao público, marcando um novo capítulo na infraestrutura local.

O evento contou com a honrosa visita do Deputado Estadual Major Mecca, acompanhado por diversas autoridades, que acompanharam de perto as melhorias realizadas e aproveitaram para visitar as novas instalações do GP da Polícia.

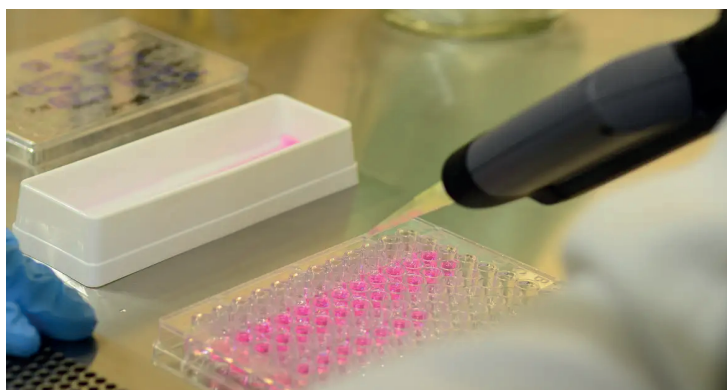
Agradecemos a todos do setor de obras do município pelo trabalho, a todas as autoridades presentes, ao Subtenente Lázaro, Comandante do 3º GP, ao Coronel Siconeli comandante do 16º Batalhão, Capitão Martins Comandante da 4ª Companhia, ao Deputado Estadual Major Mecca, pela parceria, e à administração Vaguinho e Miguel por mais esta realização entregue.



## VÍRUS ZIKA PODE VOLTAR A SE REPLICAR APÓS RECUPERAÇÃO, APONTA ESTUDO

Um grupo de pesquisadores da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) investigou a reação tardia do vírus da zika e como isso pode levar a novos episódios de sintomas neurológicos da doença, como crises convulsivas. Os resultados do estudo inédito estão em um artigo científico publicado nesta semana no periódico iScience, do grupo Cell Press.

O estudo foi realizado durante quatro anos com cerca de 200 camundongos que se recuperaram da infecção pelo vírus zika. A pesquisa foi liderada pelas cientistas Julia Clarke, do Instituto de Ciências Biomédicas, e Claudia Figueiredo, da Faculdade de Farmácia, ambas da UFRJ.



Os resultados apontam que em situações de queda na imunidade, como stress, tratamento com medicamentos imunossupressores ou durante infecções por outros vírus, o zika pode voltar a se replicar no cérebro e em outros locais onde antes não era encontrado, como nos testículos. “Alguns vírus podem “adormecer” em determinados tecidos do corpo e

depois “acordar” para se replicar novamente, produzindo novas partículas infecciosas. Isso pode levar a novos episódios de sintomas, como acontece classicamente com os vírus simples da herpes e da varicela-zoster. Segundo Julia Clarke, essa nova replicação está associada à produção de espécies secundárias de RNA viral, que são resistentes à degradação e se acu-

mulam nos tecidos. “A gente observou que, ao voltar a replicar no cérebro, o vírus gera substâncias intermediárias de RNA e a gente vê um aumento na predisposição desses animais a apresentarem convulsões, que é um dos sintomas da fase aguda”, acrescentou.

Em modelos animais, o grupo da UFRJ e outros aplicaram testes de PCR, microscopia confocal, imunohistoquímica, análises comportamentais e mostraram que o vírus da zika pode permanecer no corpo por longos períodos, após a fase aguda da infecção. Em humanos, o material genético do vírus da zika já foi encontrado em locais como placenta, sêmen, cérebro, mesmo muitos meses após o desaparecimento dos sintomas.

**CASA DO LAVRADOR**  
— Agropecuária —

Rua XV de Novembro N° 46-80  
Centro - Palmeira D'Oeste/SP  
(17) 3651-1547

Vidraçaria & Esquadria  
**ArtLuz**

(17) 3651-3333  
(17) 99788-5322

Av. Miguel Garcia, SN - Distrito Industrial (Trevo) Palmeira D'Oeste/SP

**TIPOESTE**  
OFF-SET TIPOESTE TIPOGRAFIA LTDA-ME

*Você imagina, a gente imprime!*

Cartões de Visita	Envelopes
Panfletos	Adesivos de Vinil e
Cardápios	Troca de Óleo
Pastas	Faixas
Receituários	Banners
Encadernações	Brindes Personalizados
Fichas e Formulários	Imãs de Geladeira
Carimbos	Comanda e Talões

17 99636-2825 17 99602-6490  
Av. Carlos Gomes nº 4960 | Palmeira D'Oeste/SP  
graficatipoeste@gmail.com

**ANUNCIE**  
sua  
**EMPRESA**  
**AQUI!**

17 99752-9367

**Poupe sem parar pra viajar e ganhar até R\$ 2,5 milhões.**

Promoção  
**Poupança Premiada Sicredi**

Números da sorte e regulamento em [poupancapremiadasicredi.com.br](http://poupancapremiadasicredi.com.br)



**Vendas no atacado e varejo. Venha conferir!**

Telefone (17) 3651-3347  
Av. Inocêncio Figueiredo, nº 53-58 -  
Centro - Palmeira d'Oeste



**MultiDrogas**  
Com você, pela saúde da nossa gente

**(17) 3651-1131**

Rua Brasil, nº 46-15 - Centro - Palmeira D'Oeste - SP

**CAMAC**

**CANÁRIO - MATERIAIS PARA CONSTRUÇÕES**

**FONE: (17) 3651-1423**  
**FONE/FAX: 3651-1339**

**RUA BRASIL, Nº 56-100 - CENTRO - PALMEIRA D'OESTE-SP**

**Tribuna da Imprensa**

**EXPEDIENTE**

Jornal Tribuna da Imprensa S/S Ltda  
C.N.P.J. nº 13.787.972/0001-10  
Insc. Municipal nº 0300.1036.1302

Diretor presidente: Luana Penariol Amorim  
Diretor/redator: Luide Amorim Mendes  
Colunista: Tenente Dirceu Cardoso  
Jornalista Responsável: Luide Amorim Mendes  
Tiragem: 500 exemplares

Redação: Rua Otávio Sabion, nº 3862 - Bairro Sabion 2  
Fone: (17) 99752-9367 - Palmeira D'Oeste/SP  
CEP: 15.720-000 - E-mail: tribunadacomarca@yahoo.com.br

Diagramação e impressão: Renato Furlan Neto (17) 99755-6687  
Impressão Editora JG Rio Preto - CNPJ 00.273.211/0001-06 - FONE (17) 3224-9175

Os artigos assinados são de inteira responsabilidade de seus autores, não refletindo necessariamente a opinião deste jornal.

## PREFEITURA MUNICIPAL DE PALMEIRA D'OESTE

EXTRATO DE CONTRATO

PROCESSO Nº 018/2.024  
DISPENSA DE LICITAÇÃO Nº 012/2.024  
CONTRATO Nº 016/2.024

CONTRATANTE: PREFEITURA MUNICIPAL DE PALMEIRA D'OESTE-SP

Avenida Francisco Félix de Mendonça, nº. 4955 - Centro  
CEP: 15.720-000 – Palmeira d' Oeste (SP)

CNPJ: 46.609.731/0001-30

CONTRATADA: DIAS & DONEGÁ S/S LTDA, com sede na Rua 13, n.º 2375, Edifício Cidade Jales, Sala 902 A, na cidade de Jales /SP, inscrita no CNPJ/MF sob o nº 05.280.376/0001-10.

CNPJ nº02.754.482/0001-09

ASSUNTO: CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA PARA EXECUÇÃO DA ELABORAÇÃO DE PROJETOS TÉCNICOS COMPLETOS REFERENTE AO "PROJETO DE MACRO E MICRO DRENAGENS URBANAS-GAP'S AREA URBANA.

VIGÊNCIA: 360 dias.

VALOR GLOBAL: R\$ 48.830,00 (quarenta e oito mil oitocentos e trinta reais)

ASSINATURA: 11 de abril de 2.024.

Palmeira d' Oeste, em 11 de abril de 2.024.

Reinaldo Savazi

Prefeito Municipal

EXTRATO DE CONTRATO

PROCESSO Nº 020/2.024  
DISPENSA DE LICITAÇÃO Nº 014/2.024  
CONTRATO Nº 020/2.024

CONTRATANTE: PREFEITURA MUNICIPAL DE PALMEIRA D'OESTE-SP

Avenida Francisco Félix de Mendonça, nº. 4955 - Centro  
CEP: 15.720-000 – Palmeira d' Oeste (SP)

CNPJ: 46.609.731/0001-30

CONTRATADA: SANTO CHICO CLINICA VETERINARIA E PETSHOP LTDA, inscrita no CNPJ nº 33.256.227/0001-51, com sede na Rua Antonio Bertolo, nº 320, centro na cidade de Três Fronteiras – SP., CEP 15.770-000.

CNPJ nº02.754.482/0001-09

ASSUNTO: Contratação de empresa especializada para prestação de serviços Médico Veterinários de Esterilização (castração) de Cães e Gatos (Machos e Fêmeas) com o fornecimento de mão de Obra para o município de Palmeira d' Oeste – SP.

VIGÊNCIA: 12 meses.

VALOR GLOBAL: R\$ 40.100,00 (quarenta mil e cem reais)

ASSINATURA: 24 de maio de 2.024.

Palmeira d' Oeste, em 24 de maio de 2.024.

Reinaldo Savazi

Prefeito Municipal

## PREFEITURA MUNICIPAL DE PALMEIRA D'OESTE

EXTRATO DE CONTRATO

PROCESSO Nº 013/2.024  
DISPENSA DE LICITAÇÃO Nº 010/2.024  
CONTRATO Nº 014/2.024

CONTRATANTE: PREFEITURA MUNICIPAL DE PALMEIRA D' OESTE, pessoa jurídica de direito público, portadora do CNPJ (MF) nº 46.609.731/0001-30, com sede na Av. Francisco Felix de Mendonça, 4955 – Centro, em Palmeira d' Oeste/SP

CONTRATADA: PAULO GILBERTO BARRO - ME , com sede á Rua Oswaldo Cruz, nº 212, Vila Moreira – Município de São José do Rio Preto - SP, CEP 15.030-400 e inscrita no CNPJ nº 28.302.062/0001-77

ASSUNTO: Contratação de Empresa especializada para Fornecimento de Material Permanente  
VIGÊNCIA: 31 de dezembro de 2.024.

VALOR GLOBAL: R\$ 27.200,00 (vinte e sete mil e duzentos reais).

ASSINATURA: 03 de abril de 2.024.

## PREFEITURA MUNICIPAL DE SANTA SALETE

Comunicado de DEFERIMENTO referente à protocolo: 012/2024 Data de Protocolo: 17/06/2024 CEVS: 354765001-477-000003-1-0 Data de Validade: 18/01/2025 Razão Social: E F HYPOLITO DROGARIA - ME CNPJ/CPF: 30.001.183/0001-20 Endereço: Avenida XV DE NOVEMBRO, 378-A SALÃO - COMÉRCIO CENTRO Município: SANTA SALETE CEP: 15768-000 UF: SP Resp. LEGAL: ELIZANGELA FERRUCIO HYPOLITO CPF: 21401224881 Resp. Técnico: ENZO DA SILVA SALMAZO CPF: 45897535884 CBO: 223405 Conselho Prof.: CRF No. Inscr.:110770 UF:SP Resp. Técnico: ENZO DA SILVA SALMAZO CPF: 45897535884 CBO: 223405 Conselho Prof.: CRF No. Inscr.:110770 UF:SP

O Diretor da EQUIPE DA VISA MUNICIPAL DE SANTA SALETE. Defere o(a) Alteração de Dados Cadastrais do Estabelecimento, Assunção. O(s) responsável(s) assume(m) cumprir a legislação vigente e observar as boas práticas referentes as atividades prestadas, respondendo civil e criminalmente pelo não cumprimento de tais exigências, ficando inclusive sujeito(s) ao cancelamento deste documento SANTA SALETE, Segunda-feira, 17 de Junho de 2024

Comunicado de DEFERIMENTO referente à protocolo: 013/2024 Data de Protocolo: 18/06/2024 CEVS: 354765001-472-000007-1-0 Data de Validade: 19/06/2025 Razão Social: JOSE CARLOS DA SILVA - ME CNPJ/CPF: 56.061.419/0001-08 Endereço: AVENIDA XV DE NOVEMBRO, 483 CENTRO Município: SANTA SALETE CEP: 15768-000 UF: SP Resp. LEGAL: JOSE CARLOS DA SILVA CPF: 73434990844 O Diretor da EQUIPE DA VISA MUNICIPAL DE SANTA SALETE. Defere o(a) Renovação de Licença Sanitária do Estabelecimento. O(s) responsável(s) assume(m) cumprir a legislação vigente e observar as boas práticas referentes as atividades prestadas, respondendo civil e criminalmente pelo não cumprimento de tais exigências, ficando inclusive sujeito(s) ao cancelamento deste documento SANTA SALETE, Quarta-feira, 19 de Junho de 2024



# Anvisa emite informe de segurança sobre reações adversas a cosméticos

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) publicou informe de segurança sobre a importância de reconhecer e relatar reações adversas decorrentes do uso de produtos cosméticos. “Produtos cosméticos são amplamente utilizados e geralmente seguros, mas é essencial estar atento a qualquer reação adversa que possa surgir”, destaca a Anvisa.

A proposta do documento é garantir que os consumidores estejam cientes dos sinais de possíveis reações adversas e da necessidade de registrar essas ocorrências nos canais oficiais da agência. “O registro nos canais da Anvisa é fundamental para que a agência possa tomar as medidas necessárias para garantir a segurança dos produtos disponíveis no mercado brasileiro.”

Os relatos de reações adversas à saúde podem ser registrados por meio dos seguintes canais:

- cidadãos: relato pelo Limesurvey ou e-Notivisa;
- empresas e profissionais de saúde: relato pelo Notivisa (após cadastro);
- outros profissionais: relato pelo Limesurvey.

Sintomas

No informe, a Anvisa destaca que as reações adversas decorrentes do uso de produtos cosméticos podem variar em gravidade, desde irritações leves na pele até reações alérgicas graves que necessitam de atenção



médica imediata.

Alguns sinais de reações adversas incluem:

- irritação cutânea: vermelhidão, coceira, queimação, ardência ou descamação na área de aplicação do produto;

- inchaço ou edema: aumento anormal de volume na pele ou tecidos adjacentes após o uso do produto;

- erupções cutâneas: lesões cutâneas, manchas, bolhas ou erupções que não

estavam presentes anteriormente;

- sensibilidade extrema: aumento da sensibilidade da pele a outros produtos ou substâncias após o uso do produto cosmético.

Outros sinais citados pela

agência são tontura, falta de ar, náuseas ou outros sintomas sistêmicos que possam indicar uma reação alérgica generalizada.

Recomendações

A Anvisa reforça a importância de conferir se os

produtos cosméticos a serem adquiridos estão devidamente regulamentados na agência, além de seguir as instruções de uso.

Para verificar se um produto cosmético está regulamentado é preciso identificar, no rótulo, o número do processo na Anvisa. Esse número começa com 25351 e segue o modelo 25351.XXXXXX/20XX-YY. A consulta pode ser feita no endereço eletrônico.

Caso o consumidor experiente qualquer um dos sinais de reações adversas mencionados anteriormente, as recomendações incluem:

- interromper o uso do produto: pare imediatamente de usar o produto cosmético que causou a reação adversa;

- lavar a área afetada: lave delicadamente a área afetada com água em abundância para remover qualquer resíduo do produto;

- procurar atendimento médico se os sintomas persistirem, piorarem ou se espalharem para outras áreas do corpo.

## Professores de universidades e instituições federais encerram greve

Segundo o Sindicato Nacional dos Docentes das Instituições de Ensino Superior (Andes-SN), o fim da greve se inicia nesta

segunda-feira (24), devendo se consolidar plenamente até 3 de julho.

“Reunido em Brasília neste fim de semana, o Comando Nacional de Greve informa que, finalizada a sistematização dos resultados deliberados nas assembleias da base nos estados entre os dias 17 e 21 de junho, a categoria docente definiu pela assinatura do termo de acordo apresentado pelo governo, a ser realizada em 26 de junho, bem como pela saída unificada da greve a partir de tal



**Câmara Municipal de Marinópolis**  
CNPJ: 51.845.360/0001-25

INDICAÇÃO nº 08, de 17 de junho de 2024.

**José Marcio Bernardes de Oliveira** vereador da Câmara Municipal de Marinópolis, Estado de São Paulo, no exercício de suas atribuições legais.

**INDICADO**, ao Exmo. Senhor Prefeito Municipal, através da douta Mesa Diretora da Câmara Municipal:-

A reiteração da indicação abaixo:

Indicação nº05 de 16 de maio de 2023- Que seja realizada a Festa do Peão de Boiadeiro no nosso município em dezembro deste ano, no mesmo intuito dos anos em que eram realizadas.

### JUSTIFICATIVA

Trata-se de solicitação já realizada anteriormente e não atendida, acreditando ser de suma importância, necessidade, segurança e respeito.

Após anos impossibilitados de realizar festas em nosso Brasil, devido à grande pandemia que assolou nosso povo, gostaria de esse pedido fosse atendido. É grande os pedidos que nosso povo faz para que tenhamos um pouco mais de diversões e descontrações entre nossas famílias.

A festa do peão em nosso município sempre foi uma das festas mais comentadas e organizadas de nossa Comarca, e deixar ela morrer e cair no esquecimento seria uma tremenda falta de consideração com o povo Marinopolense.

Com essas reivindicações populares e que venho perante ao poder executivo apresentar esse meu pedido juntamente com os anseios desse povo trabalhador, que merece nosso respeito e momentos de diversão entre suas famílias, uma festa tradicional em nossa região, que fortalece o comércio local e fomenta empregos temporários.

Que o prefeito faça a destinação de recursos para a realização da festa do peão de Marinópolis, uma festa que todos esperam por vários anos. Festa que proporciona aos munícipes e visitantes os shows, parque

de diversões, rodeos e principalmente os encontros com familiares e amigos.

A Festa do Peão de Boiadeiro abre novas perspectivas sociais como resultado do desenvolvimento econômico e cultural da cidade; integra socialmente e incrementa a consciência econômica e cultural; desenvolve a criatividade em vários campos, promove o desenvolvimento social e econômico, preservando o seu patrimônio cultural e natural, respeitando as especificidades culturais e ambientais do local.

Festa do peão é cultura, festa de peão é paixão. Assim, certo de que, dada à oposidade, proficiência e sensibilidade que norteiam o ilustre chefe do Poder Executivo de Marinópolis, a reivindicação sugerida, em breve lapso de tempo transformar-se-á em efetiva realidade.

“Sala das Sessões Oswaldo Rossetti”, 17 de junho de 2024.

**José Marcio Bernardes de Oliveira**  
Vereador

**Câmara Municipal de Marinópolis**  
Estado de São Paulo

### MOÇÃO DE APLAUSO Nº 04 DE 18 DE JUNHO DE 2024.

Os signatários deste instrumento, Vereadores à Câmara Municipal de Marinópolis, Estado de São Paulo, no exercício de suas atribuições legais, apresentam a douta Mesa, ouvido o soberano Plenário, dispensadas as formalidades de praxe, Moção de Aplausos

**Ao Sr. José Cícero Ilário**

Manifestando-lhe os mais calorosos **APLAUSOS** pelos relevantes serviços prestados ao município de Marinópolis como Servidor Público Municipal, condição na qual alcançou sua aposentadoria.

José Cícero Ilário sempre se destacou por seu comprometimento com o serviço público, pelo bom cumprimento de suas obrigações, funcionário exemplar, dedicado, sempre demonstrou comprometimento e preocupação com o próximo.

São exemplos como o do senhor José Cícero que merecem nosso pleno reconhecimento e **APLAUSOS**.

Que seja feita a menção desta proposição na Ata dos trabalhos camarários deste dia, para que fique registrado nos anais de nossa história que sentimos orgulho do servidor aposentado.

Sala das Sessões Oswaldo Rossetti” 18 de Junho de 2024.

**Maria Rosemeire R. B. de Oliveira**

Email: camara@cmmarinopolis.sp.gov.br – Tel. (17) 3695-1174  
Rua Espírito Santo, 415 – Centro, CEP 15.730-000

data, até 3 de julho”, informou, em nota, o Andes.

Avanços

Em comunicado, a entidade diz que, apesar de as propostas apresentadas pelo governo não atenderem “adequadamente ao conteúdo de nossas justas demandas”, o movimento será encerrado. No entanto, acrescenta, os termos “refletem avanços que só foram possíveis graças à força do movimento paredista. Para além do que já conquistamos, nos últimos retornos que tivemos do governo federal,

a conjuntura aponta para os limites desse processo negociado”. O Andes acrescentou que a greve “alcançou seu limite e que estamos no momento de seguir a luta por outras frentes”, acrescentou.

A proposta apresentada pelo governo - acatada pelo Comando Nacional de Greve - foi a de reajuste zero em 2024, devido às limitações orçamentárias. Para compensar, foi oferecida uma elevação do reajuste linear, até 2026, de 9,2% para 12,8%, sendo 9% em janeiro de 2025 e 3,5% em maio de 2026.



# Portabilidade do saldo devedor do cartão de crédito começa em julho

A partir de 1º de julho, os donos de cartão de crédito poderão transferir o saldo devedor da fatura para uma instituição financeira que oferecer melhores condições de renegociação. É que entrará em vigor uma resolução do Conselho Monetário Nacional (CMN) - aprovada em dezembro do ano passado - que busca diminuir o endividamento e melhorar a capacidade de o consumidor se planejar.

A resolução é a mesma que, desde janeiro, limitou os juros do rotativo do cartão de crédito a 100% da dívida. Não estava prevista na lei do programa Desenrola a portabilidade do saldo devedor da fatura que foi aprovada na última reunião do CMN do ano passado.

Operação de crédito

A medida também vale para os demais instrumentos de pagamento pós-pagos, modalidades nas quais os recursos são depositados para pagamento de débitos já assumidos. A proposta da instituição financeira deve ser realizada por meio de uma operação de crédito consoli-



dados (que reestruture a dívida acumulada). Além disso, a portabilidade terá de ser feita de forma gratuita.

Caso a instituição credora original faça uma contraproposta ao devedor, a operação de crédito consolidada deverá ter o mesmo prazo

do refinanciamento da instituição proponente. Segundo o Banco Central (BC), a igualdade de prazos permitirá a comparação dos custos.

Transparência

O CMN também aumentou a transparência nas faturas do cartão de crédito. Tam-

bém a partir de 1º de julho, as faturas deverão trazer uma área de destaque, com as informações essenciais, como valor total da fatura, data de vencimento da fatura do período vigente e limite total de crédito.

As faturas também deverão

ter uma área em que sejam oferecidas opções de pagamento. Nessa área deverão estar especificadas apenas as seguintes informações: valor do pagamento mínimo obrigatório; valor dos encargos a serem cobrados no período seguinte no caso de

pagamento mínimo; opções de financiamento do saldo devedor da fatura, apresentadas na ordem do menor para o maior valor total a pagar; taxas efetivas de juros mensal e anual; e Custo Efetivo Total (CET) das operações de crédito.

O CMN também obrigou as instituições financeiras a enviar ao titular do cartão a data de vencimento da fatura por e-mail ou mensagem em algum canal de atendimento. O aviso terá de ser remetido com pelo menos dois dias de antecedência.

Por fim, as faturas terão uma área com informações complementares. Nesse campo, devem estar informações como lançamentos na conta de pagamento; identificação das operações de crédito contratadas; juros e encargos cobrados no período vigente; valor total de juros e encargos financeiros cobrados referentes às operações de crédito contratadas; identificação das tarifas cobradas; e limites individuais para cada tipo de operação, entre outros dados.

# Ortopedistas alertam para risco de queda de idosos; saiba como evitar

O dia 24 de junho foi escolhido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como o Dia Mundial de Prevenção de Quedas em Idosos. Na data, também incluída no Calendário da Saúde do Ministério da Saúde para alertar sobre os riscos dos acidentes nessa faixa etária, a Sociedade Brasileira do Trauma Ortopédico alerta para esse perigo comum no ambiente doméstico e ensina como evitar essas ocorrências.

De acordo com informações do Datasus, no primeiro bimestre de 2024, foram registrados 17.136 atendimentos hospitalares e 9.658 atendimentos ambulatoriais, envolvendo idosos, na faixa etária de 60 a 110 anos. Em 2023, por exemplo, houve 106.401 atendimentos



hospitalares e 45.684 ambulatoriais. "Diversos fatores podem causar o aumento de quedas entre os idosos, como a fraqueza e perda muscular do corpo, efeitos colaterais de alguns remédios, perda de sensibilidade por distúr-

bios neurológicos, além de doenças ortopédicas ou prejuízo dos sentidos de visão e audição", explicou o presidente da Sociedade Brasileira do Trauma Ortopédico, Marcelo Tadeu Caiero. Apesar de os acidentes domésticos serem

comuns e podem afetar pessoas de qualquer idade, a Sociedade Brasileira do Trauma Ortopédico ressaltou que, durante o período de envelhecimento, as quedas, principalmente, as que acontecem dentro de casa, são mais reg-

ulares e perigosas e podem causar sequelas dolorosas e permanentes.

"A recuperação de idosos não é simples. Uma fratura geralmente precisa de intervenção cirúrgica ou de períodos prolongados de imobilizações, isso porque, os ossos não são tão saudáveis quanto ossos jovens, além da falta de força muscular nessa idade. Fraturas no fêmur, coluna vertebral e bacia podem diminuir a mobilidade de um idoso, além de necessitar de fisioterapia intensa para a recuperação", disse o ortopedista.

Para prevenir as quedas, o médico recomenda uma abordagem multidisciplinar, partindo da avaliação clínica do idoso e de acompanhamento médico para identificar possíveis condições de saúde que aumentem o risco de queda. Entre essas condições estão problemas cardiovasculares, neurológicos e musculoesqueléticos. É importante ainda que o idoso faça atividade física regular, com exercícios específicos para melhorar a força muscular, fortalecer e trazer mais equilíbrio, reduzindo o risco de quedas. Além disso, recomenda-se uma dieta balanceada para manter a saúde óssea e muscular, prevenindo fraquezas, que podem oca-

sionar as quedas.

A remoção de obstáculos, instalação de barras de apoio em banheiros e melhorias na iluminação também são úteis para evitar acidentes domésticos. "Os idosos têm que se adaptar às limitações da idade. Eles devem, além de modificar suas casas, evitar roupas que podem enroscar em seus pés e aderir ao uso de sapatos bem ajustados, de preferência fechados e com solados antiderrapantes e de borracha. Há diversas recomendações para que familiares auxiliem a pensar uma casa e rotina mais segura para o idoso", aconselhou Caiero. É preciso ainda evitar tapetes soltos pela casa; ter corrimão dos dois lados das escadas e corredores; colocar tapete antiderrapante nos banheiros; evitar andar em áreas com piso molhado; evitar encerrar a casa; evitar móveis e objetos espalhados pela casa ou em corredores de circulação; e deixar uma luz acesa à noite para o caso de precisar levantar da cama. Também é importante o idoso esperar que o ônibus pare completamente antes de subir no veículo ou descer; utilizar sempre a faixa de pedestres ao atravessar as ruas; e, se necessário, usar bengalas, muletas ou instrumentos de apoio.

RESIDENCIAL

## PÔR do SOL

Palmeira D' Oeste/SP

**ESGOTADOS**  
LOTES 200 mts<sup>2</sup>

**CONFIRA NOVAS OPORTUNIDADES!**

Em LOTES à partir de: **240 mts<sup>2</sup>**

Você **financia** direto com o **Empreendimento**  
Infraestrutura toda em andamento

Seu investimento com a segurança do melhor negócio!

Informações / Plantão de Vendas  
17 99668-6735 / 99711-9654