



EDIÇÃO ESPECIAL SAÚDE

**ALTO-TAQUARAL**

JORNALISMO CIDADÃO

Campinas, 10 de abril de 2020

# A QUESTÃO DOS IDOSOS

## Fiquem em casa e se cuidem!

### MORTOS EM CAMPINAS ESTAVAM ACIMA DOS 60

Os estudos publicados em revistas científicas a partir dos casos da China e da Europa mostram que a mortalidade da Covid-19 é muito maior nos pacientes idosos, em torno de 14%.

Os cinco mortos em Campinas tinham mais de 60 anos;  
28/03: Mulher, 71 anos;  
31/03: Mulher, 91 anos;  
30/03: Homem, 62 anos;  
30/03: Homem, 86 anos;  
06/04: Mulher, 73 anos;

Na região já são 12 mortes todas de idosos acima de 60 anos

UNHAS

# Idosos exigem cuidados especiais



Foto: Eggdogblog

Mãos e pés dos idosos merecem cuidados especiais para evitar problemas maiores

Orientações para a completa higienização das unhas dos idosos:

1. Realize o cuidado com as unhas dos idosos, preferencialmente, após o banho, pois a água faz com que elas fiquem mais hidratadas e amolecidas, facilitando o procedimento.
2. Em caso de unhas muito grossas, duras e quebradiças, o cuidador deverá colocá-las de molho por 10 minutos, imersas em uma solução de água bicarbonatada ou água morna com sabão neutro. Este procedimento facilitará o corte.
3. Ao cortar as unhas dos idosos, fazê-lo em linha reta de forma que não encravem. Tenha o cuidado de manter certa distância da pele. Cortes muito rentes provocam lesões, que podem originar processos inflamatórios ou infecções.

Não retirar as cutículas também é muito importante, pois elas evitam ferimentos e infecções.

4. Após o corte, lixe as unhas e enxágue-as.
  5. Por fim, seque cuidadosamente a região entre os dedos.
- Por serem responsáveis pela sustentação do corpo, postura e marcha, os pés merecem atenção especial, principalmente para a independência da pessoa idosa. Neste sentido, o orientador deverá:
1. Inspeccionar a temperatura, o estado da pele, a sensibilidade, a circulação, a presença de deformidades – joanetes, calosidades e a presença de micoses.
  2. Secar os pés dos idosos delicadamente, sem esfregar, sobretudo a região entre os dedos, para evitar a contaminação por fungos.

3. Tomar como regra que

os pés dos idosos deverão ser exercitados para que se previna atrofias musculares, assim como para estimular a circulação.

4. Certificar-se que as meias usadas pelos idosos estejam limpas e folgadas, sem furos ou remendas com costuras duras. O uso de meias mantém os pés dos idosos aquecidos, proporcionando-lhes sensação de conforto.

5. Ajudar os idosos a se calçar, observando sua adaptação aos pés, a fim de evitar lesões.

É importante que o cuidador saiba que pessoas idosas com diabetes requerem cuidado mais que especial com os pés, sendo necessário, até mesmo, o encaminhamento para um podólogo pode ser necessário.

Por Silvana Teixeira - Manual dos Cuidadores de Pessoas Idosas do Governo do Estado de São Paulo

PAGAIOS

# “#Cada um no seu ninho”



Pintura da americana Kitty Harvill, do Artists and Biologists Unite for Nature (ABUN).

Devido à pandemia da Covid-19, a “Semana de Estudos para a Proteção dos Papagaios e demais Psitacídeos Brasileiros” vai ser celebrada em um formato diferente. A comemoração terá eventos digitais paralelos realizados por parceiros e vai promover uma campanha em apoio ao movimento “Fique em Casa”. Com o nome “#CadaUmNoSeuNinho”, o objetivo é reforçar a necessidade de cumprir as medidas de isolamento social recomendadas por profissionais e instituições de saúde.

Assim o Programa Papagaios do Brasil o evento será digital para comemorar a data nas redes sociais, e para que as pessoas se mobilizem pela proteção das espécies e do meio ambiente enquanto seguem as medidas de isolamento social recomendadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS).

A data, comemorada na terceira semana de abril, foi criada

pela Secretaria de Biodiversidades do Ministério do Meio Ambiente (MMA) em 2018, com o objetivo de informar e sensibilizar sobre a importância de preservar essas aves na natureza.

As ações digitais vão acontecer por meio das redes sociais Facebook, Instagram, YouTube e blog do Programa Papagaios do Brasil, de 13 a 17 de abril. Será liberado para download um álbum de figurinhas educativo para o público infanto-juvenil e conteúdos especiais com curiosidades sobre as espécies do Plano de Ação Nacional para Conservação dos Papagaios (PAN Papagaios): papagaio-verdadeiro (Amazona aestiva); papagaio-charão (Amazona pretrei); papagaio-de-peito-roxo (Amazona vinacea); papagaio-de-cara-roxa (Amazona brasiliensis); papagaio-chauá (Amazona rhodocorytha) e papagaio-moleiro (Amazona fari-nosa).

FORA DE FOCO

## Prefeito investe em publicidade

Prefeito de Campinas, Jonas Donizete contrata a empresa de E3 Comunicação Integrada quem tem o publicitário Fernando Garpini como sócio- diretor geral, no valor de 16 MILHÕES em plena crise na saúde pública, agravada pelo Covid-19. A contratação SOB DEMANDA foi publicada no Diário Oficial do Município da semana de 06 de abril de 2020 e teve a anuência da Câmara Municipal. Segundo o secretário muni-

pal de Comunicação, Wilson José, “o novo contrato permitirá a modernização da comunicação institucional da Prefeitura, necessária à nova política de transparência exigida dos entes públicos”.

**EXPEDIENTE DESPACHADO PELO SR. SECRETÁRIO MUNICIPAL DE ADMINISTRAÇÃO**

*Homologação e Adjucação*  
 Processo Administrativo nº 7740.2018.00029322-22  
 Trensado: Secretaria Municipal de Comunicação  
 Data: 13/04/2018  
 Justificativa: Contratação, sob demanda, de serviços de publicidade e atividades com caráter, a serem prestados por intermédio de uma agência de propaganda, para a realização das atividades de comunicação do Município de Campinas, face dos elementos constantes no presente processo administrativo, acatada a decisão do Conselho Permanente de Licitação e do Diretor do Departamento de Compras - documentos SRI nº 2373353e 2373354 do disposto no inciso VI, da Lei Federal nº 8.666/93, combinado com o art. 7º, inciso II e art. 11, do Decreto Municipal nº 18.099/13 e suas alterações, resolve:  
**OMODORGAR** a Concorrência nº 11/2018, referente ao objeto em epígrafe.  
**OBJETO:** Contratação de empresa para prestação de serviços de publicidade e comunicação, com desconto de 73% (setenta e três por cento) sobre os valores tabelados na tabela referencial de preços do SINAPRO - Sindicato das Agências

CAMPANHA

ALTO TAQUARAL

JORNALISMO CIDADÃO

Campinas, 27 de janeiro de 2018

Delivery **SEM TAXA** na pandemia a favor dos confinados

IDOSOS



Dado que os idosos são o principal grupo de risco do COVID-19, um grupo de médicos voluntários desenvolveu uma plataforma com uma série de protocolos e orientações práticas de prevenção e cuidados para Instituições de Longa permanência de Idosos ou ILPI's do Brasil.

Ajude a divulgar esta iniciativa para as ILPI's da sua cidade ou estado. ISSO PODE SALVAR VIDAS!

**ACESSE**



# “Precisamos retribuir a atenção e carinho aos nossos pais e avós.”

As medidas preventivas para diminuir a transmissão do coronavírus certamente teriam engajamento muito maior da sociedade se a Covid-19 fosse mais letal em crianças e adultos jovens. Acontece que a nova doença provoca morte e sequelas graves sim, principalmente em idosos, pacientes crônicos e pessoas com imunidade comprometida de forma geral. A marginalização desses grupos e o cruel preconceito de que as pessoas mais velhas são reais e podem enviesar as atitudes ou omissões individuais.

## AGIR COLETIVAMENTE

É fundamental exercitarmos, neste momento de crise, a consciência do outro. Em cenário de tanta polarização e extremismo, a pandemia nos desafia a pensar e agir de forma coletiva, ainda que afastados fisicamente. Os estudos publicados em revistas científicas a

partir dos casos da China e da Europa mostram que a mortalidade da Covid-19 é muito maior nos pacientes idosos, em torno de 14%. Por si só, o idoso tem diminuição de reserva funcional e consequente queda da imunidade, que é essencial para combater esse e todos os outros vírus. Soma-se a isso o fato de que, pelo desgaste dos longos anos de vida, o idoso é o paciente que mais sofre de doenças crônicas.

## MAIS PERIGO

Diabetes, disfunção renal, doenças pulmonares e cardiopatias estão entre as mais perigosas para o desenvolvimento de casos graves de Covid-19. Todas as fragilidades, porém, merecem a atenção adequada e o quadro de cada um deve ser considerado, sempre, em sua integralidade.

Idosos não devem ir a prontos-socorros a menos que estejam realmente em

situação de emergência. A zona cinzenta sobre a regulamentação da telemedicina em nosso país precisa ser rompida para que instituições privadas e públicas consigam fazer a triagem a distância e orientar as famílias dos grupos de risco caso a caso. Evitar deslocamentos desnecessários ao comércio e a atividades sociais é medida para ontem, assim como o contato com qualquer pessoa que não more na mesma casa.

## VETORES POTENCIAIS

As crianças são vetores de alto potencial para a transmissão do vírus, pois não têm a maturidade suficiente para reforçar os hábitos de higiene e estão muito habituadas a dinâmicas naturais para elas de compartilhar objetos e alimentos. Com o fechamento das escolas, os responsáveis não podem negligenciar essa realidade e deixá-las sob os cuidados de idosos ou em

contato frequente com eles.

Os avós desempenham papel fundamental na rede de apoio a quem tem filhos pequenos, mas, neste momento, os idosos é que precisam da ajuda de todos para não serem expostos a uma doença que pode ser letal. A sociedade precisa compreender isso e cada um de nós, em suas esferas de relações profissionais e pessoais, deve se atentar para os desdobramentos que permeiam uma situação tão inusitada quanto dramática. Vamos reprogramar nossas rotinas e cada decisão do nosso dia a dia para nova configuração adequada a quem depende do nosso olhar neste momento.

## RESTRINGIR CONTATOS

Em cada lar onde há alguém do grupo de risco, a higiene e a restrição de contatos com pessoas que usam transporte público ou atuam em ambientes hospitalares,

além das crianças, precisarão ser rigorosas. Isso vale para as instituições de longa permanência de idosos, que são mais de 1,5 mil somente em São Paulo e muitas das quais contam com pouca estrutura e nem sequer têm acompanhamento médico diário. Os órgãos de saúde responsáveis precisam, de forma muito ágil, orientá-las e regulamentar medidas preventivas emergenciais. A demora que se vê é mais um indício de marginalização das pessoas que vivem ali.

Quem está lendo este texto agora certamente recebeu o cuidado e o zelo para chegar até aqui. Precisamos retribuir a atenção e carinho aos nossos pais e avós. Legados se constroem com exemplos bons e consistentes. Já pensou quem poderia cuidar de nós se o amanhã fosse hoje?

\* Médico, é fundador do Instituto Horas da Vida Pela Web

## CONDOMÍNIOS

# As contas na pandemia do Covid 19

A pandemia da Covid-19 impactou diversos ambientes, inclusive o doméstico. Moradores e síndicos têm conversado para o entendimento das contas dos condomínios, uma vez que o cenário socioeconômico mudou radicalmente para a maioria das pessoas, desequilibrando orçamentos familiares.

E a primeira dúvida é: Como cada síndico deve agir em relação ao pagamento das contas de condomínio? E surgem outras dúvidas: Vai haver uma tolerância maior? Existe a possibilidade de o próprio condomínio pleitear isenção temporária do pagamento de alguma taxa ou mesmo de contas (luz, água, gás...)?

O diretor executivo da BAP Administração de Bens Rogério Quintanilha, responde a cinco perguntas que ajudam síndicos e moradores no equilíbrio das contas de condomínios.

*1 – Na crise anterior, os condomínios já sofreram muito, já que, por conta dos juros mais baixos de multa, os condôminos preferem pagar contas como cartão de crédito, e deixar a taxa condominial para depois. O que os síndicos podem fazer nesta situação?*

Até o momento, não identificamos um número significativo de atitudes como essa. Mas os síndicos devem seguir os procedimentos anteriores, ou seja, fazer a cobrança dos devedores. Mandar carta para quem está devendo, fazer todo o procedimento administrativo necessário. Cada condomínio deve avaliar sua particularidade e, se for o caso, em assembleia tomar decisões sobre qual procedimento será adotado em relação aos inadimplentes. E, para isso, será importante escutar o jurídico de cada administradora.

2- Existe a possibilidade de o próprio condomínio pleitear isenção temporária do pagamen-

to de alguma taxa ou mesmo de contas (luz, água, gás...)?

O condomínio deve utilizar as instituições disponíveis, seja o Secovi, Abadi, ou os poderes Legislativo e Executivo. Já existe uma determinação do governo do Estado do Rio de Janeiro proibindo que empresas de água, luz e gás interrompam o fornecimento de seus serviços por falta de pagamento. Essas taxas poderão ser pagas posteriormente sem multa e juros, mas esse decreto pode cair, já que, exceto a Cedae, as outras são empresas privadas. Outra medida tomada pelo governo federal é a postergação do recolhimento do Fundo de Garantia. Recomendamos que os condomínios adotem essa medida. Não há multa e nem juros. O condomínio jogando para frente essa despesa consegue ter uma melhor gestão do fluxo de caixa e observar como vai ser o comportamento dentro do condomínio, se vai aumentar ou não a inadimplência. Cada condomínio tem a sua característica, por exemplo, um condomínio de salas comerciais ou de lojas, possivelmente, vai ter um impacto muito grande. Já os residenciais dependem das características deles. Se for composto, em sua maioria, por aposentados e funcionários públicos que continuam recebendo, o impacto será menor. O momento é de analisar como será o comportamento da inadimplência no seu condomínio.

*3- De que forma o coronavírus impacta na programação financeira do condomínio? E no pagamento dos empregados?*

No momento ainda não há impacto. O primeiro a ser observado é o provável crescimento da inadimplência. O condomínio que vem bem administrado está mais confortável. Aqueles que estão com contas a regularizar ou saldo negativo precisarão ter uma atenção triplicada. Vai ser

necessário postergar o pagamento de Fundo de Garantia. Isso não vai isentá-lo de pagar, mas sim de manejar melhor o fluxo de caixa. E em relação ao pagamento dos empregados, é obrigatório, assim como a cota condominial. Ou seja, quando um não paga, há um rateio entre os demais condôminos.

*4 – Serviços internos (jardineiro, manutenção de elevadores, limpeza de piscina, entre outros) devem ser suspensos (ou adiados)? A piscina deve ser esvaziada, já que está sem uso?*

A piscina não deve ser esvaziada mesmo que esteja sem uso. Não é necessário ter esse desperdício. Além disso, também não é recomendado suspender o serviço de manutenção dos elevadores. Apesar de as pessoas estarem em isolamento social, o movimento do prédio aumentou com os serviços de entrega. Se o condomínio não tiver recursos, deve ser suspenso o serviço de jardinagem e, se a piscina está sem uso, pelo menos no mês de abril deve ser suspensa a sua limpeza. E, principalmente, adiar serviços que seriam feitos, como pinturas ou reformas. Manter só as obras vinculadas à segurança do condomínio.

*5 – Se o condômino sentir que não vai conseguir pagar sua taxa, como ele deve fazer? Deve procurar a administradora? Ou o síndico?*

Tanto a administradora quanto o síndico não poderão fazer nada neste momento. O ideal é cada um analisar a sua vida pessoal para avaliar quais despesas podem ser suspensas. É preciso administrar as finanças para que a cota condominial seja paga, porque, assim como o IPTU, é uma obrigação propter rem. Em outras palavras, o condômino devedor pode perder o imóvel ao atrasar o condomínio.



Unidade vertical do Condomínio My Forest na região do Taquaral