

SAÚDE

GRUPO
ADOLESCER

EM TEMPOS DE PANDEMIA



CARTILHA DE ESTUDOS

2

É IMPORTANTE SABER...



1. Vacinas contra a Covid-19 causam alergia?

Todo produto químico pode provocar alergia, até mesmo cosméticos amplamente usados. Entretanto, não há registro até o momento de reações alérgicas relevantes relacionadas às vacinas contra o novo coronavírus.

2. Posso tomar duas vacinas diferentes?

Não é recomendável tomar um tipo de vacina contra a Covid-19 na 1ª dose e outro tipo na segunda dose.

3. Após a segunda dose a pessoa já está imunizada?

Não. Os estudos indicam que o tempo médio para a maturação do sistema imunológico é de um mês.

4. Pessoas com câncer, diabetes ou alguma doença cardíaca podem ser imunizadas?

Sim. Inclusive, pessoas com câncer, diabetes e com comorbidades estão incluídos nos grupos prioritários de vacinação contra a Covid-19.

5. CoronaVac é segura?

Sim. A vacina produzida pelo Instituto Butantan, em parceria com a farmacêutica chinesa Sinovac, é segura e produz resposta imune à Covid-19. A China é um dos maiores produtores de vacina do mundo e os processos passam pelos crivos do governo chinês e também dos países que recebem o imunizante, como o Brasil. Ao todo, 12 países usam a CoronaVac, incluindo Chile e Turquia.

6. Quem já foi vacinada ainda pode transmitir o vírus?

Até o momento não há estudos que mostrem a eficácia da vacina para prevenir a transmissão.

7. Posso deixar de usar máscara depois de tomar a vacina?

Não. Medidas como uso de máscara, distanciamento social e higienização das mãos devem continuar sendo adotadas para evitar a transmissão do vírus.

8. Quem já teve a Covid-19 precisa tomar a vacina?

Sim. Estudos indicam que a defesa gerada pela vacina parece ter mais potência e ser de qualidade diferente à da infecção natural. Assim, é importante que mesmo pessoas que já tiveram a Covid-19 tomem o imunizante.

OUVIR E refletir

SOB PRESSÃO

GILBERTO GIL e CHICO BUARQUE

<https://www.youtube.com/watch?v=M3I55HTBVPs>

Falta de ar nos gemidos dos ais
A febre, seus fantasmas, seus terrores
Sem pressa, passo a passo, mais e mais
A besta avança pelos corredores
O médico caminha com cautela
Estuda as artimanhas do inimigo
A enfermeira brava vence o medo
Pouco lhe importa a extensão do perigo
O mundo está azaranza, ao Deus dará
O povo não se entrega é cabra cega
É lá e cá sem lei, sem mais aviso
Só sei que é preciso acreditar
Fazemos todos parte desta história
Mesmo que os tontos blefem com a morte

Num jogo de verdades e mentiras
Um jogo duplo de azar e sorte
A ciência abre as suas asas
A esperança à frente como um guia
Com São João na reza, a pajelança
A intervenção de Xangô na magia
Neste canto aqui da poesia
Casa da fantasia e da razão
Abre-se a porta e entra um novo dia
Pela janela adentro um coração
A voz de um barco à bordo da alvorada
O sol da aurora secando o pulmão
Ano passado se eu morri na estrada
Vai que esse ano não morro mais não
É pra montar no lombo da toada
Desembarcar do trem da pandemia
É pra fazer da rima arredondada
O rompante final de uma alegria
Vamos em frente amigo, vamos embora
Vamos tomar aquela talagada
Vamos cantar que a vida e só agora
E se eu cantar amigo a vida é nada

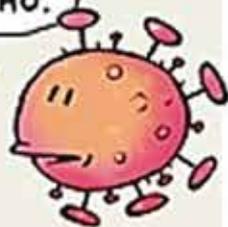


ENTREVISTA COM O VÍRUS

AQUELE QUE ENTRA SEM SER CONVIDADO!

ESTAMOS RECEBENDO HOJE O SENHOR CORONA. NÃO É NADA PESSOAL, MAS NÃO VOU AGRADECÊ-LO POR TER VINDO.

ENTENDO. SÓ ESTOU FAZENDO O MEU TRABALHO.



COMO FOI SEU COMEÇO?

NO PRINCÍPIO, NÃO VIAM MUITO POTENCIAL; AGORA TODOS NOTAM MINHA CAPACIDADE E SOU RECONHECIDO MUNDIALMENTE.



QUER DIZER, LAVARAM AS MÃOS PARA O SEU POSSÍVEL SUCESSO?

AO CONTRÁRIO! ATÉ GOSTARIA DE AGRADECER POR ISSO.



COMO ENCARA CHAMAREM VOCÊ DE UMA "GRIPEZINHA"?

SABÃO E ÁLCOOL PODEM QUEBRAR MINHAS GORDURAS, MAS PALAVRAS NÃO ME ATINGEM.



VOCÊ É BEM AUTOCONFIANTE. O IMPORTANTE É ACREDITAR EM SI MESMO?

NO MEU CASO, O ESSENCIAL FOI NÃO ACREDITAREM EM MIM.



OUTROS VIERAM ANTES DE VOCÊ, A QUE SE DEVE O SEU ENORME ALCANCE?

GRANDE CAPACIDADE NATURAL, MUITA IGNORÂNCIA E PROXIMIDADE COM MEU PÚBLICO.



SEU TRABALHO NÃO FOI IMPULSIONADO PELAS MÍDIAS ELETRÔNICAS. FOI UMA QUEBRA DE PARADIGMA?

SIM! TUDO SE DEU DE FORMA ORGÂNICA.



VAMOS PRO PING-PONG?

OK!
UM ÍDOLO?
A GRIPE ESPANHOLA.
UM SONHO?
UM MUNDO SEM VACINAS.
UMA RELIGIÃO?
NEGACIONISMO.
UM SEGREDO?
NÃO GOSTO DE BANHO!



O QUE MAIS DETESTA?
FICAR EM CASA.
O QUE MAIS GOSTA?
VIAGENS INTERNACIONAIS.
META DE SUCESSO?
MANTER-SE EM PERMANENTE MUDANÇA.
UMA LIÇÃO?
A VIDA PASSA NUM ESPIRRO!



CÉLUS



OS DESAFIOS DA SAÚDE PÚBLICA EM TEMPOS DE PANDEMIA

Iremos agora fazer algumas perguntas para você pesquisar e trazer as respostas:

- 1) Como está a situação do posto de saúde da sua comunidade?
- 2) Alguém da sua família teve covid-19? Como foi a experiência?
- 3) Pessoas que você conhece já se vacinaram? O que relataram?
- 4) Você acredita que possa ter mais pandemias no mundo?
- 5) Na sua opinião de quem é a culpa de todo este problema?



Até o momento em que estava sendo escrita esta cartilha, são 430 mil vidas perdidas devido a pandemia do coronavírus no Brasil. Essas pessoas podem ser um familiar seu, um amigo, alguém conhecido. Dentre elas estava um dos maiores atores do nosso país: Paulo Gustavo. Que nos fazia rir mesmo quando estávamos tristes.

Paulo, assim como tantas outras pessoas, poderia ter se livrado desse fim trágico e o remédio para isso parece ser simples, mas não é; só era ter tomado a VACINA.

Nos Estados Unidos, por exemplo, a vacina já está sendo dada a crianças de 12 anos, no Brasil empancou nos 59 anos de idade. Por que isso está ocorrendo, vocês já pararam para pensar? Se a vacina é tão fundamental, qual o motivo de estar tão atrasada em nosso país?

Infelizmente muitas pessoas ainda irão morrer de coronavírus no Brasil e assim como a vida de Paulo, tudo isso poderia ter sido evitado, mas ainda a situação está muito difícil.



o que você acha disso?

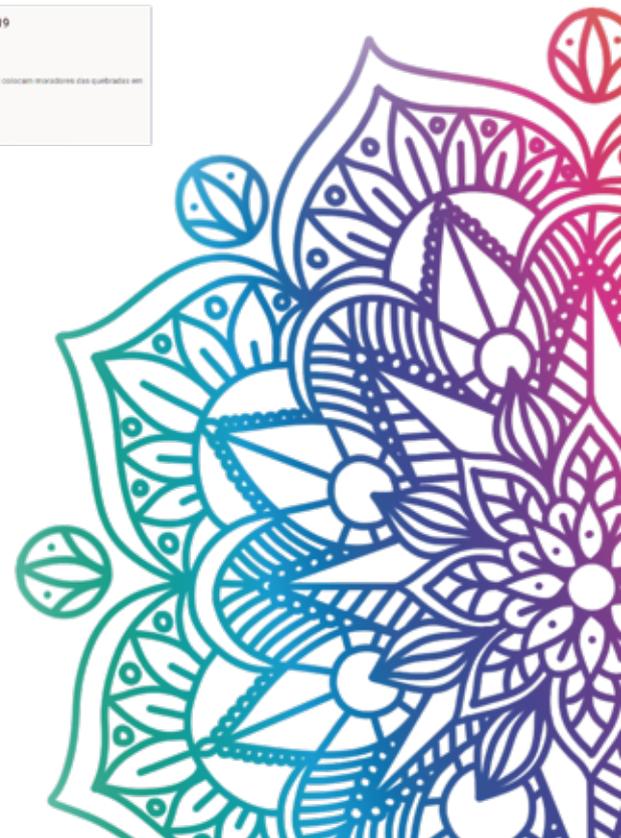
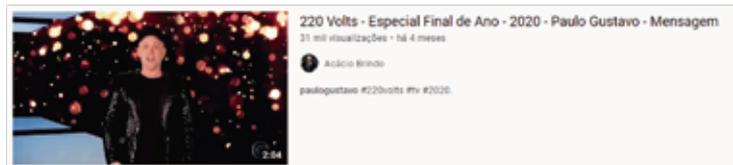
INDICAÇÕES DE VÍDEOS, MÚSICAS, INSTAGRAM E SITE



Deus me proteja de mim (Chico César)
Dias melhores (Jota Quest)
Amor e fé (Hungria)



<https://inumeraveis.com.br/>
<https://www.paho.org/pt/materiais-comunicacao-sobre-covid-19#atividade>
<http://www.cuidadoaoluto.com.br/>



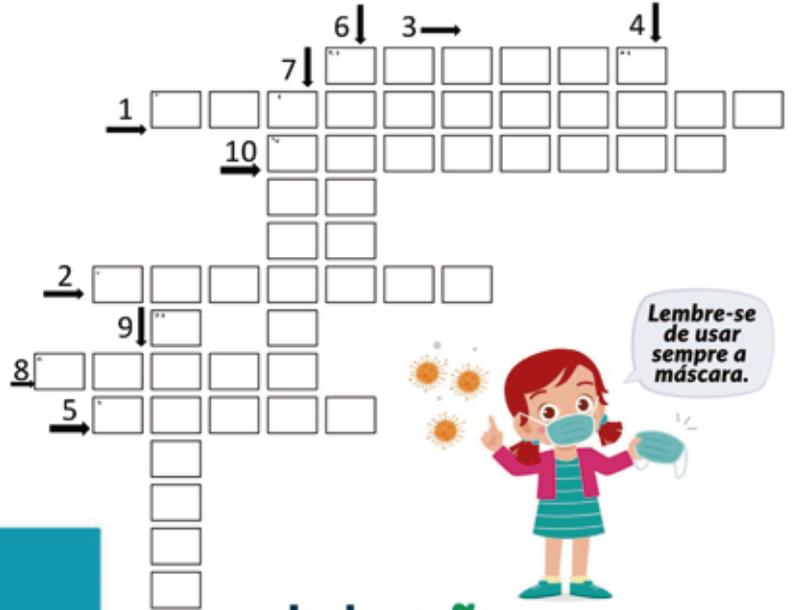
DESAFIOS

Nosso maior desafio hoje é não flexibilizar os cuidados. Por isso te desafiamos com esse caça palavras, vamos lá! sempre é bom lembrar os cuidados que devemos ter para evitar a contaminação do CORONAVÍRUS.



RESPONDA AS PERGUNTAS PARA COMPLETAR A CRUZADINHA:

1. NOME COMUM DA DOENÇA _____
2. NOME OFICIAL DA DOENÇA _____
3. ONDE A DOENÇA SURTIU? _____
4. ESTA DOENÇA É TRANSMISSÍVEL PELO ___
5. SINTOMA EM QUE SE ELEVA A TEMPERATURA DO CORPO _____
6. SINTOMA EM QUE A PESSOA EXPIRA O AR DOS PULMÕES _____
7. OUTRO SINTOMA É A DIFICULDADE PARA _____
8. A MELHOR MANEIRA DE SE COMBATER ESTA DOENÇA É LAVAR AS _____
9. EVITAR CONTATO COM PESSOAS _____
10. COBRIR NARIZ E BOCA COM ANTEBRAÇO AO _____



indagação.com.br

Caça Palavras

- | | | | |
|-------------|---------|-------|-----------|
| Antebraço | Febre | Sabão | Espirrar |
| Contato | Máscara | Tosse | Prevenção |
| Coronavírus | Mãos | Água | Álcool |

E	N	I	L	M	I	E	E	N	N	D	Y	Y	V	F	S	T	L	T	A	N	U
T	H	S	L	A	I	E	N	I	C	H	I	I	A	I	S	A	Y	P	O	O	
O	B	O	T	S	M	P	D	C	S	E	V	O	H	A	G	R	L	R	N	A	Y
M	Ã	O	S	D	A	M	A	H	T	I	Y	T	S	A	B	Ã	O	I	Y	E	O
Ã	T	E	S	O	S	O	P	G	H	L	S	I	I	P	A	T	F	S	M	S	Ã
S	N	R	T	H	H	R	W	C	H	B	K	N	R	E	Y	E	H	I	E	G	E
C	H	D	O	D	I	S	S	N	U	T	E	E	M	C	E	Ã	G	N	U	T	O
A	H	E	S	P	I	R	R	A	R	N	V	E	N	C	I	C	L	A	W	T	E
R	N	S	S	A	H	H	D	N	O	E	U	M	D	N	U	T	E	C	C	C	B
A	M	T	E	T	I	G	K	F	N	T	R	P	S	A	Y	E	L	O	O	D	R
E	Y	E	E	L	A	E	S	Ç	E	O	L	T	F	E	I	L	A	V	N	O	U
I	E	V	R	B	F	E	Ã	P	A	B	S	V	B	T	D	S	I	O	T	S	L
A	T	B	C	O	R	O	N	A	V	Í	R	U	S	R	O	D	I	G	A	O	O
S	B	O	H	T	N	A	T	S	E	T	I	E	A	A	1	M	A	A	T	N	T
D	B	O	N	E	D	S	Ç	F	C	E	H	R	O	9	A	W	O	N	O	E	V
P	E	A	O	L	S	E	E	O	S	P	G	A	R	O	A	O	A	C	I	C	D

Enquanto jovens multiplicadores de informações, nós temos um grande papel nessa sociedade que é ajudar as pessoas a se prevenirem do coronavírus, contribuindo para diminuição da expansão do vírus. Nós temos a força e o poder da informação, da ajuda, vamos então exercê-la.



DESAFIO MUSICAL...

Que tal escolher uma música do teu artista preferido e criar uma *paródia sobre a pandemia? Manda a tua ideia!

*Paródia: consiste na recriação de um texto conservando a ideia central do texto de referência, mas atribuindo a ele efeitos mais sarcásticos, humorísticos e críticos.

FICA A DICA!

Já pensou em assistir um documentário criado por jovens da periferia de São Paulo sobre a pandemia? Acessa copia esse link

<https://www.youtube.com/watch?v=GwCOtCUUN1I> no teu celular para identificar em que ponto a realidade do vídeo se encontra com a tua!

Nosso Sistema de Saúde, SUS, está preparado para a Pandemia?

É importante analisarmos todos os aspectos envolvidos. O Sistema Único de Saúde (SUS) brasileiro é um sistema complexo e que oferece um acesso universal a qualquer cidadão brasileiro. Isso significa, por exemplo, que no Brasil, o teste para a COVID-19 é gratuito.

O grande entrave de uma pandemia, e com o corona não é diferente, é a capacidade do Sistema em atender os pacientes contaminados. Essa é uma questão que envolve os Sistemas de Saúde mundiais. E, foi um grande problema para a Itália e tem sido também para o Brasil, pois a quantidade de contaminados é muito superior à capacidade de leitos oferecido pelo país. Até o dia 24 de maio, o Brasil registrou cerca de 449.185 óbitos causados pelo Coronavírus desde a sua chegada ao país.

Só em Pernambuco foram registrados, até o momento, cerca de 15.400 mortes desde o primeiro, um número significativo ao longo desses 15 meses de pandemia.

Desse modo, é extremamente importante que tanto a população quanto o Estado tomem atitudes que favoreçam o controle da propagação. A exemplo do coronavírus, a necessidade de quarentena, de isolamento social, com o intuito de manter a curva de crescimento da doença abaixo da capacidade de leitos disponíveis.

