



Funcionários da Fundação do ABC ganham terapia on-line durante pandemia

Todos os 25 mil colaboradores da FUABC passaram a contar, em junho, com assistência psicológica gratuita em meio à pandemia de Covid-19. Desenvolvido em parceria com a plataforma OrientMe, o projeto tem por objetivo trabalhar o bem-estar e a saúde mental dos funcionários, uma vez que boa parte da categoria atua diretamente no combate à Covid-19 e está mais suscetível a desenvolver sintomas como tristeza, angústia e ansiedade. – Pág. 7



Caso grave
de Covid-19
se reabilita no
Hospital
Ipiranga

PÁG. 3



Medicina
ABC inicia
exames de
Covid-19 na
rede particular

PÁG. 13

Rondon da FMABC
faz campanhas
para famílias do
Morro da Kibon

PÁG. 11

QUEM SOMOS



Fundação do ABC
Entidade Filantrópica de Assistência Social,
Saúde e Educação

Presidente: Dra. Adriana Berringer Stephan
Vice-Presidente: Dr. Luiz Mario Pereira de Souza Gomes
Secretário-Geral: José Antônio Acemel Romero



Centro Universitário Saúde ABC
Reitor: Dr. David Everson Uip
Vice-Reitor: Dr. Fernando Luiz Affonso Fonseca

Conselho de Curadores (Titulares): Adriana Berringer Stephan; Antonio Aparecido Tavares; Ari Bolonhezi; Danilo Sigolo; Edgard Brandão Júnior; Felix Saverio Majorana; Fernanda Taveiros Gil; Gabriela Eavazian Monteiro da Silva; Guilherme Andrade Peixoto; Hugo Macedo Junior; Jaqueline Michele Sant'ana do Nascimento; José Antonio Acemel Romero; Luiz Antonio Della Negrá; Luiz Mario Pereira de Souza Gomes; Marcos Sergio Gonçalves Fontes; Nataly Caceres de Sousa; Pedro Luiz Mattos Canhassi Botaro; Rodrigo Grizza Barreto de Chaves; Silvia Casagrande Feijó; Thereza Christina Machado de Godoy; e Wagner Shigenobu Kuroiwa.

Conselho Fiscal: Maristela Baquini (Santo André), Robson Thadeu de Almeida (São Bernardo) e Ana Grazielle Plonkoski (São Caetano).

Instituições Gerenciadas: Faculdade de Medicina do ABC; Hospital Estadual Mário Covas de Santo André; Hospital da Mulher de Santo André; AME (Ambulatório Médico de Especialidades) Santo André; AME Mauá; AME Praia Grande; Hospital Nardini / Complexo de Saúde de Mauá; Complexo Hospitalar Municipal de São Bernardo (Hospital Anchieta, Hospital Municipal Universitário, Hospital de Clínicas Municipal José Alencar e Hospital e Pronto-Socorro Central); Complexo Hospitalar Municipal de São Caetano (Hospital Márcia Braido, Hospital Maria Braido, Hospital de Emergências Albert Sabín, Hospital São Caetano, Hospital Euryclides de Jesus Zerbini e Complexo Municipal de Saúde); Instituto de Infectologia Emílio Ribas II do Guarujá; Centro Hospitalar do Sistema Penitenciário (CHSP); Contrato de Gestão São Mateus/SP; e Central de Convênios.



Jornal Saúde ABC: Produção: Departamento de Comunicação e Marketing da FUABC. Textos: Eduardo Nascimento e Maíra Sanches; Edição Eletrônica: Fernando Valini; Apoio Operacional (Textos e Fotos): Eduardo Nascimento, Fernando Valini, Luciana Ferreira, Maíra Sanches, Fausto Piedade, Renata Amaral e Regiane Meira. Fundadores (1996): Dr. Marco Antonio Espósito, Dr. Milton Borrelli e Dr. João Hallack; Contatos: noticias@fuabc.org.br ou (11) 2666-5431.



FUABC-FMABC: Av. Lauro Gomes, 2000 - Vila Sacadura Cabral, Santo André - SP - CEP: 09060-870. Fones: (11) 2666-5400 (FUABC) / 4993-5400 (FMABC). Endereços eletrônicos: www.fuabc.org.br e www.fmabc.br.

MENSAGEM

Retomada consciente

Divulgação SES/SP



Dr. David Uip
Reitor do Centro Universitário Saúde ABC

Boa notícia para professores e alunos: conforme anúncio feito pelo Governo do Estado neste mês, as instituições de ensino superior, cursos profissionalizantes e de educação complementar poderão retomar gradativamente suas atividades presenciais, com capacidade das turmas reduzida a 35% do total. O reinício das aulas do nosso Centro Universitário, ainda de forma remota, está marcado para o dia 3 de agosto — com exceção da turma do 4º ano de Medicina, que retornou em 20 de julho. Para que possamos migrar da provisória fase de ensino virtual a distância para, enfim, reiniciar gradativamente as atividades práticas presenciais, será preciso cumprir alguns protocolos estipulados pelas autoridades sanitárias do Estado de São Paulo.

Estamos cientes das regras e limitações que devemos obedecer para que esta tão esperada retomada seja consciente, planejada e sanitariamente responsável para todos. Afinal, ainda teremos de conviver por um longo período com as limitações impostas por esta arrasadora pande-

mia, que tantas vidas ceifou de forma repentina em todo o mundo. Torna-se obrigatória a discussão de novos meios de convivência, bem como de ensino, pesquisa e assistência sob diversos aspectos. Será necessário aprendermos, juntos, a como adequar as nossas vidas pós-pandemia a partir de uma parceria que se mostra fundamentalmente coletiva.

Estamos empenhados em preparar todas as adequações físicas e sanitárias que a realidade exige para o retorno das aulas presenciais. Já contamos com novas rotinas para utilização de espaços comuns, ampliação de dispositivos de higienização por todo o campus, além de rígido controle preventivo para preservarmos a segurança e a saúde de colaboradores, alunos e pacientes.

Por fim, mas não menos importante, não posso deixar de agradecer o empenho e a colaboração de nossa comunidade acadêmica pela rápida e eficiente construção de uma rotina universitária voltada ao ensino a distância, que exigiu a adaptação de plataformas on-line dinâmicas, modernas e interativas, que garantiram a manutenção da qualidade de nosso ensino nos últimos meses. Os avanços são incontáveis e a experiência, certamente, deixará um robusto legado para o desenvolvimento de novos projetos acadêmicos nesta perspectiva. Estamos ansiosos para reunirmos, novamente, alunos, professores e funcionários. Parabéns a todos pelo trabalho e até breve, em nosso querido campus.

CELEBRAÇÃO

Oftalmologia da MedABC comemora 30 anos do Setor de Lentes de Contato

Evento virtual reuniu diversos especialistas para discussão da prática clínica no período pós-pandemia

A disciplina de Oftalmologia do Centro Universitário Saúde ABC / Faculdade de Medicina do ABC (FMABC), em Santo André, organizou evento virtual para comemoração dos 30 anos do Departamento de Lentes de Contato com alguns dos principais profissionais da especialidade. O evento teve inscrições gratuitas e foi realizado on-line, dia 27 de junho. A iniciativa é coordenada pelo professor de Oftalmologia e chefe do setor de Lentes de Contato da FMABC, Dr. Renato Leça.

O objetivo da ação foi discutir o aprimoramento da prática clínica para

30 ANOS
SETOR DE LENTES DE CONTATO
30 DICAS
DOS MAIORES MESTRES DA
OFTALMOLOGIA EM SUAS ÁREAS

a retomada dos atendimentos após o período da pandemia de Covid-19, além de dar 30 dicas e informações relevantes sobre o assunto. Os temas Patologia Externa, Cirurgia Refrativa, Oftalmologia Geral e Lentes de Contato foram debatidos por 15 dos mais renomados mestres nas respectivas áreas. São eles: Ana Luisa Höfling-Lima, Denise Freitas, José Álvaro Gomes, Luiz Vieira, Edmundo Martinelli, Marcelo Cunha, Walton Nosé, Wilson de Freitas, Augusto Paranhos, Elcio Sato, Myung Kim, Adamo Lui Netto, Carlos Eduardo Arieta, César Lipener e Ricardo Uras.

SUPERAÇÃO

Caso grave de Covid-19 se recupera após três semanas de internação no Hospital Ipiranga

Família de Tadeu Henrique Dicheman, 35 anos, registrou elogio na Ouvidoria da unidade; desde abril, UTI é gerida pela Fundação do ABC

A surpreendente recuperação de um paciente atendido no Hospital Ipiranga (Av. Nazaré, 22, bairro Ipiranga - São Paulo/SP) provocou reações emocionadas da família após longo período de internação. Tadeu Henrique Dicheman, 35 anos, que não pertencia a grupos de risco e tampouco apresentava comorbidades, passou três semanas internado, boa parte na Unidade de Terapia Intensiva (UTI). Desde abril, a Fundação do ABC, em contrato emergencial firmado com o Governo do Estado, gerencia no local um Centro de Triagem, 10 leitos de UTI e 30 de enfermaria.

O paciente foi internado em 24 de abril, logo que deu entrada no pronto-socorro com falta de ar. O contato com a família, mesmo internado, deu-se logo no dia seguinte. "Recebemos uma chamada de vídeo dele pelo celular de algum funcionário da equipe do hospital. Foi um gesto simples, mas que representou uma empatia e uma humanidade admirável", disse a irmã e enfermeira, Luciana Dicheman. No mesmo dia, porém, o quadro clínico de Tadeu se agravou e as condições respiratórias foram seriamente comprometidas. No dia seguinte, a equipe decidiu entubá-lo e iniciar o suporte ventilatório. De um dia para o outro, a transferência para um leito de UTI tornou-se urgente. "Soubemos que a Fundação do ABC iria assumir os leitos de terapia intensiva do hospital no dia seguinte e torcíamos para que ele fosse transferido para lá", conta a irmã.

Segundo os médicos, em dois dias, numa escala de 0 a 10, a gravidade do quadro de saúde saltou para 10. O paciente estava no limite para iniciar sessões de hemodiálise – processo de limpeza e filtragem do sangue –, pois as funções renais também haviam sido comprometidas. Tadeu foi o primeiro paciente transferido para a UTI gerida pela FUABC. A ampla estrutura para



Tadeu (ao centro, embaixo), com os pais, a irmã (acima, à direita), além de esposa e filho

monitoramento intensivo dos pacientes trouxe certa esperança à família. O envolvimento da equipe assistencial, profissional e psicologicamente, também foi determinante para manter a confiança na recuperação.

As notícias dos primeiros sinais de reação começaram a chegar apenas a partir de 3 de maio. Três dias depois, Tadeu acordou da sedação e logo foi extubado. A febre cessou e as condições renais e respiratórias apresentavam melhora gradativa diariamente. "Neste período pude conversar com pessoas muito preparadas que conseguiam nos acolher mesmo à distância. Registrei o elogio à equipe na Ouvidoria da unidade, pois gostaria que eles soubessem o quanto foram importantes para minha família e para mim. Por ser enfermeira, toda vez que eu conversava com eles queria ter acesso aos detalhes técnicos. E sem-

pre me mantiveram informada. A cada notícia ruim, sentia o peso deles junto comigo. E, nos momentos de alívio e fé, também senti a felicidade da equipe com o sucesso da recuperação. Todos foram guiados por Deus e sempre estarão nas nossas orações para que consigam permanecer nesta luta e fazer a diferença para outros pacientes, como fizeram para o meu irmão", resume Luciana, emocionada.

Vinte quilos mais magro e fora de risco, Tadeu recebeu alta do Hospital Ipiranga dia 15 de maio. Reaprendendo a andar e aos poucos retomando sua rotina de alimentação, o agora ex-paciente do hospital segue sua gradativa recuperação em casa, ao lado da família, no bairro da Penha, em São Paulo.

Gestora da FUABC para o contrato com o Hospital Ipiranga, Vanessa Crispim agradece o empenho das equipes

na assistência médico-hospitalar da unidade. "Parabéns a todo time de profissionais da Fundação do ABC que não tem medido esforços no combate à pandemia. Todos os elos da corrente têm sua importância, desde a seleção e contratação das equipes até o cuidado com as mãos e o coração de cada profissional com cada paciente. Desejamos muita disposição a todos e agradecemos imensamente o carinho desta família. Saibam que este é o nosso combustível, nosso alimento e o que nos fortalece a cada dia", considera.

CONTRATO

O contrato emergencial firmado entre a Fundação do ABC e o Governo do Estado no Hospital Ipiranga teve início em 27 de abril e tem duração de seis meses. Todos os serviços são direcionados ao enfrentamento da pandemia de Covid-19. O orçamento

mensal é de aproximadamente R\$ 1 milhão. A FUABC está à frente de 10 leitos de Terapia Intensiva e 30 leitos de internação em enfermaria, além da gestão do Centro de Triagem, com equipes multidisciplinares de plantonistas e diaristas para o funcionamento ininterrupto e atendimento exclusivo a pacientes diagnosticados com Covid-19.

O objetivo da FUABC é dar continuidade à melhoria da assistência médica-hospitalar prestada à população que depende do Sistema Único de Saúde (SUS), considerando a necessidade de assegurar atendimento adequado aos pacientes com Covid-19 que demandem cuidados de terapia intensiva, retaguarda de enfermaria e triagem médica, assim como a garantia de acolhimento humanizado, proporcionando atenção qualificada e eficiente.

SITE AMERICANO

Docente da MedABC publica artigo sobre a relação entre desmatamento e a transmissão de vírus

Trabalho é assinado com pesquisadoras da USP e da Universidade da Flórida, nos Estados Unidos

Professor de biologia e doenças infecciosas do Centro Universitário Saúde ABC / Faculdade de Medicina do ABC (FMABC), em Santo André, Gabriel Zorello Laporta é um dos autores do artigo “How deforestation helps deadly viruses jump from animals to humans” ou “Como o desmatamento ajuda vírus mortais a saltar de animais para humanos”, publicado no site americano “The Conversation”. Desde 2011 o portal já divulgou cerca de 9 mil artigos e mantém relação acadêmica com pesquisadores de cerca de 625 universidades americanas. O estudo é assinado junto a professora do Departamento de Epidemiologia da Faculdade de Saúde Pública (FSP) da Universidade de São Paulo (USP), Maria Anice Mureb Sallum, além da professora do curso de Medicina da Universidade da Flórida, Amy Y. Vittor.

A pandemia do novo coronavírus, suspeita de se originar em morcegos e pangolins, jogou luz às contaminações por vírus que saltam da vida selvagem para os seres humanos. O assunto que trata da relação entre desmatamento e doenças zoonóticas — transmitidas de animais para seres humanos — não é considerado novo, mas tem se repetido como padrão cada vez mais recorrente ao longo dos anos.

Segundo o estudo, essas transmissões geralmente ocorrem nas margens das florestas tropicais do mundo, onde o desmatamento está cada vez mais colocando as pessoas em contato com os habitats naturais dos animais. Febre amarela, malária, encefalite equina venezuelana e ebola são algumas das doenças que se espalharam de uma espécie para outra nas margens das florestas. “Como a floresta é degradada aos poucos,

os animais que ainda vivem em fragmentos isolados da vegetação natural lutam para existir. Quando os assentamentos humanos invadem essas florestas, o contato do humano com a vida selvagem pode aumentar e novos animais oportunistas também podem migrar”, diz parte do artigo.

Para o docente da FMABC, sob perspectiva global, há a probabilidade de que o surgimento destas doenças tenha aumentado na última década. “São vários os fatores contribuintes para isso. Podemos destacar o crescimento populacional e o consumo de *comodities* provenientes de desmatamento em florestas tropicais como potenciais causas determinantes. De um lado, temos a projeção de estabilização do tamanho da população humana para as próximas décadas. Por outro, estamos vendo o compromisso de alguns países, por exemplo daque-



Professor de biologia e doenças infecciosas da FMABC, Dr. Gabriel Zorello Laporta, durante trabalho de campo na Mata Atlântica

les pertencentes à União Europeia, em deixar de comercializar produtos oriundos de desmatamento. De todo modo, precisaremos de ações concretas e urgentes para a prevenção de novas epidemias e para permitir a persistência humana no planeta”, completa o pesquisador.

EVENTO VIRTUAL

Terapia Ocupacional e Oncopediatria discutem efeitos do tratamento humanizado em crianças com câncer

O curso de graduação em Terapia Ocupacional do Centro Universitário Saúde ABC / Faculdade de Medicina do ABC (FMABC), em parceria com o Ambulatório de Oncologia Pediátrica e o Grupo de Assistência e Tratamento Oncológico Pediátrico (GRATO-ABC), promoveu em 12 de junho o evento “Tratar com alegria: pilar na cura da criança com câncer?”. A ação foi realizada em formato online e transmitida para 109 pessoas pela plataforma Google Meet. Os participantes assistiram a palestras do Instituto Make-a-Wish Brasil, ONG Big Riso e das estagiárias do 4º ano do curso de Terapia Ocupacional. O encontro foi direcionado a estudantes de T.O. e demais interessados.

As integrantes da Make-A-Wish Brasil, Natália Leite, Jaqueline La Laina e Leda Tannus, relataram in-



tima experiência com o tema abordado. “Todos os dias, milhares de crianças são diagnosticadas com uma doença grave no Brasil. Todas merecem voltar a sonhar e a sorrir para resgatar a sua força interior. É sempre uma grande oportunidade poder conversar com

um público tão afim com o propósito da Make-A-Wish Brasil, que é de levar força, esperança e alegria às crianças e adolescentes por meio da realização de seus sonhos. Essa troca é fundamental para o engajamento de mais pessoas pelo bem comum”, disse Natália Leite.

Roberta Bigucci, fundadora da ONG Big Riso, projeto voluntário da construtora MBigucci, apresentou sua experiência e seus principais momentos de troca com os pacientes. “Falar do que a gente ama é como falar com o coração. Faça o que quiser, mas faça sempre com amor. O resultado é surpreendente. Foi uma excelente oportunidade para trocarmos experiências e aprendermos um pouco mais sobre essa questão tão importante que é a humanização no tratamento da criança com câncer”, disse Roberta.

Por fim, as alunas Amanda Rafaela Dias Campos, Cristiane Yukie Tomoiike e Vanessa Procópio apresentaram discussão acerca do artigo “Os efeitos da intervenção Make-A-Wish nos sintomas psiquiátricos e na qualidade de vida relacionadas à saúde da criança com câncer: um estudo controlado randomizado”. A palestra foi finalizada com

ênfase à importância do trabalho em equipe e à prática de Terapia Ocupacional no atendimento da criança com câncer.

Organizador parceiro do evento, o oncologista coordenador do Ambulatório de Oncologia Pediátrica da FMABC, Dr. Jairo Cartum, destacou a importância da continuidade dos projetos em conjunto. “Foi uma manhã muito produtiva e motivadora. Os participantes se envolveram e puderam discutir sobre diferentes possibilidades de atuação com as crianças com câncer”, concluiu.

A iniciativa foi organizada em parceria com as professoras do curso de graduação em Terapia Ocupacional da FMABC, Dra. Andréia Zarour Abou Hala Corrêa (coordenadora do curso) e Marjorie Heloise Masuchi (vice-coordenadora).

TECNOLOGIA

FUABC cria aplicativo sobre saúde e segurança do trabalho para colaboradores

Em meio à pandemia, ferramenta facilita acesso a informações sobre saúde ocupacional para funcionários da Central de Convênios

Não é exagero dizer que os aplicativos de celulares já fazem parte do dia a dia das pessoas de maneira bastante prática e funcional. Pensando nisso, o Serviço Especializado em Engenharia de Segurança e em Medicina do Trabalho (SEESMT) da Central de Convênios (CC), maior unidade mantida da Fundação do ABC, está desenvolvendo um aplicativo que colocará as principais informações sobre saúde e segurança no bolso dos seus colaboradores. Por enquanto, a ferramenta é disponibilizada aos trabalhadores da CC nas cidades de Santo André, São Bernardo, São Caetano, Itatiba e Santos. A ideia é expandir gradativamente para as demais unidades.

O objetivo é fornecer aos funcio-

nários um compêndio sobre o tema saúde ocupacional de rápido acesso e uma ferramenta a mais para auxiliar a equipe do SEESMT nos treinamentos rotineiros. Elaborado de forma fácil e didática, o aplicativo permitirá ao funcionário assistir a videoaulas sobre biossegurança; ergonomia; paramentação e desparamentação de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs); lavagens das mãos; proteção respiratória; acesso aos contatos do SEESMT; além de possibilitar a visualização do fluxo de acidentes de trabalho e fazer download das documentações para preenchimento. Uma biblioteca contendo cartilhas, apostilas, livros e os principais sites relacionados ao tema também está

inserida no software para ampliar o conhecimento dos trabalhadores.

“Uma inquietação nos tomou conta ao pensarmos em como poderíamos levar aos trabalhadores mais informações de saúde e segurança em meio à pandemia. O celular tornou-se um ‘vício’ e avançamos para um mundo cada vez mais tecnológico. Por isso, queremos acompanhar esta tendência, uma vez que os nossos colaboradores estão cada vez menos analógicos e mais digitais”, explica o engenheiro e coordenador do SEESMT, Amaury Machi Junior. O aplicativo está disponível para utilização nos sistemas operacionais Android e iOS e também pode ser baixado pelo computador.



Funcionários podem acessar videoaulas sobre biossegurança, ergonomia, EPIs, proteção respiratória, entre outras

INSTITUCIONAL

Revista em quadrinhos sobre a Covid-19 é disponibilizada para funcionários

Publicação de 12 páginas traz informações sobre prevenção, formas de contágio, isolamento social e uso de EPIs

A Fundação do ABC disponibilizou para seus mais de 25 mil colaboradores uma revista em quadrinhos on-line com informações educativas e relevantes sobre o combate à Covid-19. O material, publicado pela Montandon & Dias Editora, foi preparado nesta pandemia e, para ser utilizado na FUABC e todas as suas unidades mantidas, foi submetido à revisão do

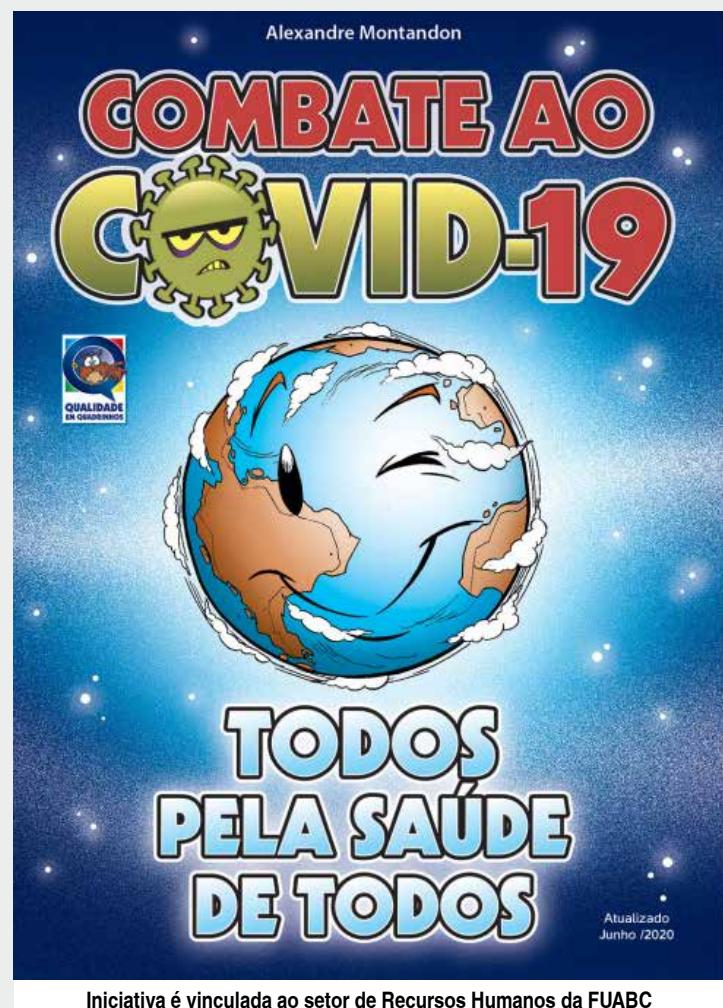
professor de Infectologia do Centro Universitário Saúde ABC / Faculdade de Medicina do ABC (FMABC), Dr. Juvencio Furtado. A iniciativa é vinculada ao setor de Recursos Humanos da FUABC, por meio do Programa Reciclando Atitudes.

O gibi “Todos pela Saúde de Todos” traz 12 páginas de conteúdo informativo e aborda temas como formas de contágio, lavagem correta

das mãos, isolamento social, sintomas de Covid-19, uso correto de máscara e dicas de prevenção. O material foi divulgado aos colaboradores pelos setores de RH da FUABC e das unidades de saúde gerenciadas, além de estar disponível ao público externo no site www.fuabc.org.br.

“Agradecemos ao Dr. Juvencio Furtado e à equipe da Montandon & Dias Editora, responsável por preparar

esse material e que, diante deste momento difícil de pandemia, doou os direitos autorais. A linguagem simples e o formato de revista em quadrinhos certamente ampliarão nosso campo de divulgação, contribuindo para a disseminação de informações corretas e no combate à Covid-19”, considera a gerente de Recursos Humanos da FUABC, Magali Gonçalves.



Iniciativa é vinculada ao setor de Recursos Humanos da FUABC

OPORTUNIDADE

FMABC abre inscrições para vestibular 2020 do 2º semestre

São oito cursos da área da Saúde, exceto Medicina; devido à pandemia de Covid-19, as provas serão on-line

O Centro Universitário Saúde ABC / Faculdade de Medicina do ABC (FMABC), em Santo André (SP), está com inscrições abertas até o dia 15 de agosto para o vestibular do 2º semestre de oito cursos da área de Ciências da Saúde. São eles: Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Gestão Hospitalar, Nutrição, Psicologia, Tecnologia em Radiologia e Terapia Ocupacional. O vestibular para o curso de Medicina é rea-

lizado separadamente, somente no final do ano.

Serão aceitas as notas obtidas no ENEM (Exame Nacional do Ensino Médio) de 2009 até 2019, para cálculo da nota de classificação do processo seletivo. Nessa condição, o candidato será dispensado da realização do vestibular e terá sua classificação de acordo com a nota do ENEM.

Para os oito cursos, devido à

pandemia de Covid-19, as provas serão on-line. Os interessados devem realizar as inscrições pelo site www.vestibular.fmabc.br, onde está disponível o edital do processo seletivo. A taxa é de R\$ 35,00 tanto para quem realizar a prova on-line quanto para o aluno que apresentar a nota do ENEM.

Mais informações pelos telefones: (11) 4993-5483, WhatsApp (11) 97605-2538 ou via e-mail: vestibular@fmabc.br.

SAÚDE MENTAL

Docentes da MedABC participam do 2º Congresso Caipira de Educação Médica

Coordenador do Fórum Nacional de Serviços de Apoio ao Estudante de Medicina (FORSA) e professor de Psiquiatria do Centro Universitário Saúde ABC / Faculdade de Medicina do ABC, Dr. Sergio Baldassin participou entre os dias 25 e 27 de junho do 2º Congresso Caipira de Educação Médica, na área de Saúde Mental. O evento é organizado desde o ano passado pela FACERES (Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto), no interior de São Paulo, e reúne especialistas na área de Educação em Saúde de todo o Brasil. O evento, gratuito, foi organizado no formato on-line devido à pandemia.

O debate também teve participação da coordenadora de ensino do Setor de Reprodução Humana

da FMABC, Dra. Fabia Vilarino, que presidiu a mesa de discussão sobre saúde mental. O professor Baldassin abordou as atividades realizadas pelo FORSA durante a pandemia, do qual é coordenador. Foram promovidas diversas palestras virtuais sobre temas como o futuro da escola médica pós-pandemia, importância do autocuidado emocional e impacto das notícias midiáticas.

O serviço, destinado ao apoio psicológico de estudantes e residentes de Medicina, foi criado em 2015 e nasceu no Congresso Brasileiro de Educação Médica (COBEM), da Associação Brasileira de Educação Médica (ABEM). Atualmente são mais de 300 participantes ativos, com inserção de 100 escolas médicas em 21 estados brasileiros. A maioria são médicos, psicólogos e pesquisadores ligados ao tema.

HISTÓRICO

Graduado pela Faculdade de Medicina do ABC em 1982, Dr. Sergio Baldassin é mestre em Psiquiatria pela Faculdade de Medicina da Universidade

de São Paulo (USP) e doutor em Psiquiatria e Psicologia Médica pela Universidade Federal de São Paulo (Unifesp). Atualmente é professor da disciplina de Psiquiatria e Psicologia Médica do De-

partamento de Neurociências da FMABC e é o atual coordenador da Comissão de Saúde Mental do Médico da Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP).

Reprodução



A coordenadora de ensino do Setor de Reprodução Humana da FMABC, Dra. Fabia Vilarino, e o professor de Psiquiatria, Dr. Sergio Baldassin

NOVA PARCERIA

Funcionários ganham terapia on-line durante pandemia

Consultas psicológicas gratuitas seguirão até outubro e estão disponíveis a todos os 25 mil colaboradores da Fundação do ABC

Em parceria com a plataforma OrienteMe, a Fundação do ABC passou a disponibilizar no final de junho atendimento psicológico gratuito a todos os seus 25 mil colaboradores – boa parte na linha de frente do combate à pandemia do novo coronavírus. Em menos de um mês, o projeto registra 217 funcionários atendidos. Ao todo foram mais de 120 sessões de terapia on-line e cerca de 12,3 mil mensagens trocadas com os psicólogos. O trabalho se estenderá até outubro.

O projeto é desenvolvido pelo Programa Qualidade de Vida do Departamento de Recursos Humanos da FUABC e pelo setor de RH do Centro Universitário Saúde ABC / Faculdade de Medicina do ABC (FMABC). O objetivo é trabalhar o bem-estar e a saúde mental dos funcionários, por meio da assistência psicológica gratuita, uma vez que a categoria atua diretamente no combate à Covid-19 e está mais suscetível a desenvolver sintomas como tristeza, angústia e ansiedade.

Dos mais de 200 profissionais

já atendidos no ‘APP’ da OrienteMe, 27% trabalham na Central de Convênios, a maior unidade da FUABC. Em seguida vem a FMABC e o Hospital Estadual Mário Covas, com 17% cada, e o Complexo Hospitalar Municipal de São Bernardo, com 16%. Os complexos de São Caetano e de Mauá representam 6% cada.

As situações mais comuns identificadas na avaliação inicial dos pacientes são o estresse, a ansiedade e a depressão. Em relação aos temas dos atendimentos, a ansiedade é a queixa mais frequente. Contudo, outras situações também são bastante mencionadas, entre as quais o estresse, a autoestima, o trabalho, o autoconhecimento, as fobias e os medos.

Todas as informações estatísticas não estão ligadas diretamente aos nomes dos pacientes, o que garante o anonimato na análise dos dados. Sobre o perfil dos usuários, 81% são mulheres, 18% homens e 1% outros. Do total, 46% já haviam feito terapia e a maioria, 54%, nunca havia feito, o que

demonstra a importância da abertura desse tipo de oportunidade na FUABC, especialmente nesse período de pandemia.

ATENDIMENTO ON-LINE

O sistema permite o envio de mensagens de texto, áudio, imagem e vídeo e o profissional de Psicologia, devidamente licenciado e treinado, responde as demandas de segunda a sexta-feira. Além da terapia por mensagens, também é possível agendar horários para sessões de videochamadas diretamente na agenda do psicólogo.

Para ter acesso ao serviço basta fazer download do aplicativo OrienteMe, disponível nos sistemas Android e iOS, ou acessar o site da OrienteMe. É preciso preencher um pequeno formulário de perfil com o número de CPF para que o serviço se conecte com o psicólogo mais compatível à necessidade do colaborador. Após este processo, a sala virtual será aberta e o funcionário poderá se comunicar de onde estiver com o terapeuta, sem



precisar se deslocar.

Para proporcionar mais segurança e conforto aos colaboradores, as salas de atendimento possuem criptografia de ponta a ponta. Se o funcionário desejar, é possível usar apenas um apelido para se identificar. Os aplicativos podem ser baixados pelas lojas

virtuais dos sistemas Android e iOS. Mais informações pelo site www.orienteme.com.br.

O trabalho desenvolvido pela plataforma OrienteMe é patrocinado pela Vale, mineradora multinacional brasileira, e integra o programa “Desafio Covid-19”.

TRATAMENTO RESPIRATÓRIO

Máscaras adaptadas são adotadas com sucesso no Hospital Municipal de Mogi das Cruzes

Gerido pela Fundação do ABC, o Hospital Municipal de Mogi das Cruzes, que mantém o Centro de Referência do Coronavírus, recebeu 48 máscaras de mergulho adaptadas para o tratamento respiratório de pacientes com a Covid-19. As peças foram desenvolvidas pela equipe técnica da Secretaria de Saúde do município e servem para melhorar os sintomas dos pacientes e aumentar a proteção dos profissionais. As máscaras foram doadas pela Decathlon e a adaptação contou com apoio da

empresa GMP Marcatto.

O método é inspirado em uma técnica utilizada em recém-nascidos há 50 anos, chamada Continuous Positive Airway Pressure - CPAP, que quer dizer, pressão positiva contínua das vias aéreas. O secretário municipal de Saúde, Henrique Naufel, adaptou esta técnica à que foi utilizada recentemente na Itália, quando utilizaram as máscaras de mergulho, mas acopladas a ventiladores.

O trabalho desenvolvido para o Hospital Municipal dispensa o uso de ventiladores e usa apenas um frasco de drenagem de tórax, de baixíssimo

custo, que oferece resistência ao ar expirado. “É como andar de moto com a boca aberta: quando você inspira, a entrada de ar é facilitada e quando você expira, a saída do ar é dificultada. Assim essa pressão ajuda a manter os alvéolos pulmonares abertos, facilitando a oxigenação”, explica Naufel.

O quanto de oxigênio a ser ofertado também pode ser ajustado à necessidade do paciente, sem uso de aparelhos. “É um método muito simples e tem sido eficaz. Não substitui a ventilação mecânica aos que precisam, mas diminui a chance de o paciente ter que vir a



Peças foram desenvolvidas pela equipe técnica da Secretaria de Saúde

utilizar a ventilação mecânica”, acrescenta o secretário.

Com o envolvimento da equipe multiprofissional composta de médicos, fisioterapeutas, enfermeiros e engenheiro clínico, além do apoio e incentivo dos gestores, a nova forma de assistência já apresenta resultados promissores. “Trata-se de um recurso

utilizado com segurança e técnicas adequadas, que tem evidenciado a melhora do quadro dos pacientes e evitado a evolução para uma piora clínica e a necessidade de respiração através de um ventilador artificial”, completa a diretora-geral do Hospital Municipal, Heloisa Calderon Nascimento.

RETORNO CONSCIENTE

FUABC retoma atividades presenciais na sede administrativa com rodízio de equipes

Colaboradores participam de treinamentos sobre diretrizes de segurança no ambiente de trabalho e recebem Equipamentos de Proteção Individual (EPIs)

O trabalho presencial dos funcionários da sede administrativa da Fundação do ABC, em Santo André, começou a ser retomado, gradativamente, em 13 de julho. Após instauração do regime de home office para todos os colaboradores, em março, em função da pandemia de Covid-19, a Presidência da entidade autorizou no início do mês o retorno gradual das atividades presenciais, mediante cumprimento de diversos protocolos de higiene e prevenção previamente divulgados. A medida leva em consideração a classificação do município sede, Santo André, no Plano São Paulo do Governo do Estado, onde atualmente encontra-se na fase amarela.

Com base no Decreto Estadual nº 64.994, de 28 de maio de 2020, a FUABC adaptou o esquema de trabalho com objetivo de oferecer maior segurança aos colaboradores. Inicialmente, 40% dos funcionários de cada departamento trabalham forma presencial e o restante permanece em atividade remota, até divulgação de nova portaria. A escala de rodízio é definida pelos gestores das áreas.

As estratégias de retomada gradual das atividades presenciais estão sendo planejadas pelo Departamento

de Recursos Humanos, com apoio do Serviço Especializado em Engenharia de Segurança e em Medicina do Trabalho (SESMT). Para orientação geral dos funcionários da Mantenedora, foram organizados treinamentos on-line divididos em três turmas e ministrados pela equipe do SESMT por meio da plataforma Google Meet. O tema dos encontros foi “Diretrizes de segurança frente à Covid-19 no ambiente de trabalho”, com confirmação de presença virtual obrigatória.

Paralelamente, foi providenciada a distribuição de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) aos colaboradores, como frascos de bolso de álcool gel 70% e recipientes maiores para todas as salas, além da entrega de uma caixa com 50 máscaras faciais de proteção para cada funcionário, que devem ser descartadas a cada quatro horas de uso. Nas áreas coletivas, como recepção, banheiros e corredores, há novos dispositivos para higienização.

Entre as orientações obrigatórias estão: respeitar o distanciamento mínimo de 1,5 metro entre os postos de trabalho; uso de máscara facial para funcionários e fornecedores; manter ventilação natural nos departamentos; e respeitar a capacidade de até duas



Catracas da recepção foram desabilitadas para evitar manuseio

pessoas no elevador. Outras áreas também passaram a funcionar com restrição de circulação de pessoas, como salas de reuniões, refeitório e copas.

Todas as orientações de prevenção estão reunidas em materiais divulgados aos colaboradores, como o “Manual - Guia Rápido Covid-19”, o

“Manual de Encaminhamento do Funcionário com Suspeita de COVID-19”, e o gibi “Combate à Covid-19: Todos pela Saúde de Todos”, da editora Qualidade em Quadrinhos.

GRUPOS DE RISCO

De acordo com decreto da Presi-

dência da FUABC, foi orientada a manutenção da atividade de home office para colaboradores com idade superior a 60 anos, gestantes, portadores de doenças crônicas, pacientes imunossuprimidos, bem como para aqueles que não tenham quem cuide de seus dependentes incapazes.

SANTO ANDRÉ

Em ação solidária, colaboradores do Hospital Mário Covas recebem doação do McDonald's

Nos dias 29 e 30 de junho colaboradores da equipe de Enfermagem e do setor de Higiene do Hospital Estadual Mário Covas, em Santo André, que atuam diretamente no atendimento aos pacientes com Covid-19, receberam lanches doados pela Arcos Dourados (McDonald's). Foram entregues na unidade 400 kits compostos por sanduíches, batatas fritas e refrigerantes para consumo imediato. Em

razão da pandemia e das restrições na circulação interna, a distribuição foi feita por funcionários do hospital.

A direção do HEMC, representada pelo diretor-geral Dr. Desiré Carlos Callegari, agradeceu a iniciativa e o envolvimento dos funcionários da unidade do McDonald's da Avenida Pereira Barreto, em Santo André, onde foram preparados os lanches. Os colaboradores da rede de lanchonete se encarregaram de entregar voluntariamente os alimentos

ao hospital.

Para enfrentamento do período de pandemia, clínicas e unidades de terapia intensiva foram preparadas para receber os pacientes contaminados com o novo coronavírus. As equipes médicas e de enfermagem seguem rigorosamente os novos protocolos. As áreas de Covid-19 foram identificadas e delimitadas e foram feitos investimentos para aquisição de mais Equipamentos de Proteção Individual (EPIs).



Foram distribuídos 400 kits compostos por sanduíches, batatas fritas e refrigerantes

ASSISTÊNCIA

Alunas de Enfermagem da FMABC integram atividades voluntárias durante pandemia

Ao todo, 19 estudantes participam de projetos ligados à humanização, especialmente com pacientes idosos e graves

Alunas do 4º ano do curso de Enfermagem do Centro Universitário Saúde ABC / Faculdade de Medicina do ABC (FMABC), em Santo André, têm participado desde março de diversas ações voluntárias em serviços públicos de saúde para auxiliar no combate à pandemia de Covid-19. Entre as iniciativas estão o acompanhamento da saúde de idosos, visitas virtuais a pacientes graves e telemonitoramento da condição clínica. Ao todo, 19 alunas do curso participam ativamente dos serviços voluntários.

Uma delas é Giulia Rabello. A estudante faz parte de uma atividade do Ambulatório de Gerontologia da FMABC, junto à Liga Multidisciplinar de Saúde do Idoso (LAMSI), da qual é membro da diretoria atual no cargo de tesoureira. A equipe mantém, agora de forma on-line, um Grupo de Cuidadores. Todas as quintas-feiras, às 16h, é realizada uma reunião virtual com as integrantes da LAMSI, equipe multiprofissional e cuidadores. Para proporcionar atendimento integral e individualizado, semanalmente a equipe se reúne para discutir os casos e compartilhar informações. É feita anamnese (entrevista realizada pelo profissional de saúde com o paciente), aplicação da escala de Zarit – que avalia a sobrecarga dos cuidadores – e, a partir daí, é mantido um acompanhamento semanal. “O objetivo é manter o cuidado com aquele que cuida. Está sendo uma experiência muito boa e com muito retorno positivo”, avalia a aluna.

Já Kyara Brito Paterna e Larissa Fávaro de Carvalho, também graduandas do 4º ano em Enfermagem, participam de dois programas voluntários simultaneamente. Um deles é o serviço de telemonitoramento da Secretaria de Saúde de Santo André, em funcionamento desde abril. São realizadas ligações para os pacientes que passaram por alguma consulta

em uma das Unidades Básicas de Saúde (UBSs) da cidade e para as pessoas que tiveram contato com pacientes que testaram positivo para o novo coronavírus. Durante as ligações são rastreados os sintomas clínicos dos pacientes e feita uma avaliação de saúde mental. “É uma forma de estarmos próximos dos pacientes e mantê-los sob monitoramento. Mesmo à distância está sendo uma experiência muito gratificante. Ainda que de longe, me sinto mais próxima dessas pessoas e capaz de fazer algo por elas”, disse Kyara.

O monitoramento vai além dos sintomas clínicos. A humanização, a empatia e a preocupação com o próximo balizam todas as iniciativas. As ligações, feitas inicialmente para verificação da condição de saúde, acabam construindo vínculos afetivos, de respeito e confiança. “Pacientes da terceira idade gostam muito de conversar e, muitas vezes, estendem a ligação para conversas rotineiras. Nesses momentos me sinto como alguém conhecida para essas pessoas, pois elas relatam suas angústias, medos e vitórias. Por fim, sinto suas dores e também vibro nos bons momentos”, resume a aluna.

SÃO PAULO

O segundo projeto integrado pelas duas alunas é realizado desde junho em um grande hospital público de São Paulo. São intermediadas visitas virtuais de familiares a pacientes internados na Unidade de Terapia Intensiva (UTI), mediante prévio contato feito pela equipe de assistência social. A ligação é feita pelo WhatsApp via tablet. “Em uma ocasião, o paciente estava entubado e sedado e, assim que ouviu a voz dos familiares, mexeu a pálpebra e os membros superiores, demonstrando que mesmo sob medicações e sedativos não houve interferência nesta relação de contato.



Telemonitoramento de pacientes é uma das ações voluntárias da equipe

O que nos leva a refletir, enquanto profissionais de Saúde, sobre a forma que nos portamos frente a um paciente que está ‘inconsciente’ e sedado. No final de tudo, o maior sentimento é a gratidão e a sensação de dever cumprido. A alegria e emoção que a família transmite para o paciente e para nós, voluntárias, faz todo esse esforço e trabalho valerem a pena”, conclui Larissa.

Além das três estudantes mencionadas, outras 15 integram os serviços voluntários em iniciativas diversas promovidas na rede pública de saúde do Grande ABC e da Capital. São elas: Ana Beatriz Rodrigues Lima, Brenda Balieiro, Cheini Francis Mendes Shoshima, Erica Beatriz Topolski, Fabiane Letícia de Freitas, Giovanna Mezadri Leme, Jullia Kovacs Lima, Keyla Santomero Damim, Laís Camargo Gustavo, Laiza Lopes da Silva, Mariana de Araújo Oliveira, Nataly Souza Barboza, Tainara Viana da Silva, Thayná Gonçalez Gebara e Viviane Alves de Carvalho.



Estudantes intermediam ligações virtuais para familiares de pacientes com uso de tablets

NOVA ERA

São Caetano integra toda a rede de Saúde com o Prontuário Eletrônico

Sistema armazena e unifica histórico completo das informações de atendimentos dos pacientes

O sistema público de Saúde de São Caetano do Sul está entrando em uma nova era. Isso porque o Prontuário Eletrônico está em fase final de implantação em toda a rede municipal, permitindo atendimentos muito mais ágeis e eficientes. Na prática, é o fim das fichas de papel e o despacho de malotes entre setores, o que emperrava por dias o agendamento de consultas e exames, por exemplo. Agora, é tudo na tela do computador. Na hora.

A tecnologia já está presente em mais de 60 setores, somando hospitais, Unidades Básicas de Saúde (UBSs), unidades especiais de atendimento e departamentos administrativos. Nas próximas semanas, a implantação será finalizada no CEM (Centro de Especialidades Médicas), no bairro Fundação, e no CTNEN (Centro de Triagem Neonatal e Estimulação Neurossensorial), no bairro

Santa Maria, completando toda a rede municipal.

O Prontuário Eletrônico armazena e unifica todas as informações do paciente, que ficam disponíveis a toda a rede de Saúde, e não só à unidade em que foi prestado o atendimento. Dessa forma, quando o paciente se dirigir a qualquer outra unidade, não será preciso abrir um novo cadastro. Seu histórico completo já estará lá, com sua identificação, sintomas anteriores, diagnósticos, exames e tratamentos realizados. A atualização é feita a cada atendimento.

O sistema é integrado, inclusive, aos laboratórios. Como comparativo, antes o paciente passava em consulta em uma UBS; o médico solicitava o exame; a guia ia para a Central de Agendamento via malote; a Central de Agendamento verificava a escala disponível com o laboratório; devolvia

essa guia com a data agendada para a UBS; e a UBS entrava em contato com o paciente para realizar o exame. Um trâmite burocrático e não informatizado que levava dias para ser concluído.

“Agora, o médico solicita o exame na frente do paciente, na tela do computador. E, em poucos minutos, a Central já agenda com o laboratório. Todos integrados ao mesmo sistema. O que levava dias agora é resolvido na hora”, destaca o gerente de Tecnologia da Informação da Secretaria de Saúde, Jorge Bastos, responsável pela implantação do Prontuário Eletrônico na rede. “É claro que, pela grande demanda, há espera de atendimento em algumas especialidades. Mas a questão burocrática ganhou muito mais agilidade.”

“A assistência à saúde se faz baseada no tripé de acesso às consultas,



Tecnologia já está presente em mais de 60 setores, somando hospitais, UBSs e departamentos administrativos

ao diagnóstico terapêutico (exames) e ao bem farmacêutico. Com o Prontuário Eletrônico, fortalecemos todas essas etapas. É um sistema de excelência, que eleva ainda mais o padrão de atendimento da nossa rede, e que vai ao encontro da nossa prioridade: cuidar das pessoas”, afirma o prefeito José Auricchio Júnior.

Os benefícios da versão digital não se restringem à rapidez de atendimento. O Prontuário Eletrônico confere mais segurança e precisão sobre os dados dos pacientes, já que

as fichas de papel eram suscetíveis a extravios.

Além disso, gera economia ao município e mais comodidade ao paciente, já que o histórico compartilhado por toda a rede evita a repetição de exames por mudança de local de atendimento. “Hoje o resultado do exame fica disponível para os médicos de toda a rede, tanto ambulatorial quanto hospitalar. No caso de um exame invasivo, como uma colonoscopia, a repetição gerava sofrimento ao paciente. Isso acabou”, conclui Jorge.

REFORÇO

Prefeitura investe R\$ 4 milhões na aquisição de novos equipamentos para a saúde

O prefeito de São Caetano, José Auricchio Júnior, e a Secretária de Saúde, Regina Maura Zetone, realizaram dia 1º de julho a entrega de equipamentos hospitalares modernos e tecnológicos que incluem carros de anestesia, videolaparoscópios, equipamentos de emergência, cardiologia e monitores.

Com cerca de R\$ 4 milhões de investimentos provenientes de emendas parlamentares, os equipamentos permitirão a realização de

procedimentos mais seguros e com alta complexidade. “Estamos investindo em qualidade e tecnologia para a cidade de São Caetano”, destacou Auricchio.

Os novos carros de anestesia são o que há de mais moderno no mercado. Possuem monitores multiparâmetros agregados e contam com tecnologia que oferecem ao anestesista mais segurança durante os procedimentos cirúrgicos. Os aparelhos possuem diversos sistemas para verificar as funções fisiológicas do paciente, como a capnografia, que per-

mite em representação gráfica mostrar o estado ventilatório da pessoa.

“Os equipamentos de anestesia serão usados tanto no Centro Cirúrgico, quanto no Centro de Diagnósticos por Imagem, no Caism (Centro de Atenção Integral à Saúde da Mulher), para cirurgias ginecológicas, e no Centro Ofthalmológico, para cirurgias de catarata. Uma infinidade de procedimentos será realizada com esses equipamentos moderníssimos”, explicou Regina Maura.

Os aparelhos e equipamentos fo-



A secretária de Saúde, Regina Maura Zetone, e o prefeito de São Caetano, José Auricchio Júnior

ram adquiridos por meio de quase R\$ 4 milhões em emendas parlamentares, entre eles: dois videolaparoscópios; sete monitores multiparâmetro; oito carros de anestesia; duas mesas cirúrgicas elétricas;

oito eletrocardiógrafos; 11 cadeiras e equipamentos odontológicos; dois ventiladores pulmonares; Bera, cabine audiométrica e imitanciómetro; dois berços aquecidos e bilirrubinômetro.

SOLIDARIEDADE

Rondon da FMABC doa roupas, mantimentos e mudas de plantas para famílias do Morro da Kibon

Campanha mobiliza professores e estudantes em prol de ajuda a famílias que vivem em comunidades carentes

Em ação solidária e de humanização, alunos e professores que integram o Projeto Rondon do Centro Universitário Saúde ABC / Faculdade de Medicina do ABC (FMABC), em Santo André, organizaram doações de roupas de frio, mantimentos, 160 máscaras, álcool gel, produtos de limpeza, entre outros itens, para cerca de 100 famílias do Morro da Kibon atendidas pelo projeto social. A iniciativa é organizada pelo Núcleo Rondon de Extensão Comunitária (NUREC), ligado à Pró-Reitoria de Extensão (PROEX) e com apoio do Centro de Estudos em Saúde da Coletividade (CESCO). Ao todo, participam da ação 16 alunos dos cursos de Medicina, Enfermagem, Nutrição, Fisioterapia e Terapia Ocupacional.

Em razão da pandemia de Co-

vid-19, as atividades realizadas há três anos e de forma presencial na localidade estão suspensas desde março. Para não desassistar as famílias atendidas pelos projetos sociais e culturais, membros do Projeto Rondon da FMABC têm organizado diversas campanhas de doação à população. As entregas são realizadas semanalmente por apenas um representante do grupo, devidamente paramentado com equipamentos de proteção.

Já os alunos têm enviado regularmente às crianças e adolescentes do Morro da Kibon diversos vídeos com mensagens sobre como lidar com o período de quarentena, importância dos exercícios físicos, dicas de alimentação, entretenimento e cuidados com a saúde mental.

MUDAS DE PLANTAS

Outra forma simbólica de estreitar o vínculo com o público jovem do Morro da Kibon encontrada pela equipe do Projeto Rondon da FMABC foi trabalhar a relação de ervas e plantas aromáticas (como hortelã e alecrim) a partir de exercícios regulares de respiração, como forma de aliviar tensões, sentimentos de angústia e estimular sensações de equilíbrio e bem-estar. Para tanto, foram enviadas 60 mudas à comunidade com mensagens de vídeo gravadas e instruções de utilização. O objetivo é, após o fim da pandemia, reunir as mudas e montar um jardim que remeta ao aprendizado adquirido durante o período de distanciamento social.



Foram arrecadadas doações de roupas de frio, mantimentos, máscaras, produtos de limpeza, entre outros itens

AJUDA AO PRÓXIMO

Médica do ABC arrecada doações para pessoas em situação de vulnerabilidade social

Há 6 anos, a neurologista Dra. Margarete de Jesus Carvalho troca os presentes no mês de seu aniversário por doações a instituições benfeicentes

Professora de Neurologia e coordenadora do Ambulatório de Distúrbios de Movimento do Centro Universitário Saúde ABC / Faculdade de Medicina do ABC (FMABC), Dra. Margarete de Jesus Carvalho realizou durante todo o mês de julho campanha social para arrecadação de doações em benefício de pessoas carentes. Há 6 anos a docente mobiliza alunos, professores, pacientes e toda a comunidade em favor de indivíduos em situação de vulnerabilidade social. Tudo começou em 2015, quando a médica decidiu pedir às pessoas

mais próximas que não lhe dessem presente no mês de seu aniversário, mas que fizessem algum tipo de doação. Na oportunidade foram arrecadados mais de 1.500 itens e a campanha anual nunca mais parou.

Nas redes sociais, consultas, aulas e no boca a boca, Dra. Margarete busca arrecadar roupas em bom estado, alimentos não perecíveis, cobertores, roupas de cama, toalhas de mesa e de banho, sapatos, brinquedos, utensílios domésticos (panelas, colheres, garfos, pratos), artigos de higiene (escova e pasta de dente, pentes, sabonetes, xampus), fraldas e livros usados, entre outros itens.

"Tem sido muito gratificante poder ajudar as pessoas que mais precisam. A campanha no mês do meu aniversário começou como algo despretensioso, mas com a colaboração de todos, trouxe uma proporção enorme. Por isso continuamos com esse trabalho anualmente, sempre no mês de julho, em busca apenas de fazer o bem", revela a docente da FMABC.

Neste ano, todas as doações serão entregues a pessoas em situação de vulnerabilidade social atendidas pela Casa Ronald McDonald ABC e Instituição Assistencial Nossa Lar, ambas em Santo André, além da Casa São Vicente de Paulo, em São Bernardo.



Campanha anual organizada pela professora teve início em 2015

Interessados em colaborar com a campanha solidária podem deixar as doações nos seguintes endereços:

SCAFO ABC - Escola de Mergulho

Rua Coronel Agenor de Camargo, 160 - Centro de Santo André. Recebe doações de segunda a sexta-feira, das 9h30 às 19h, e aos sábados, das 9h30 às 13h30. Contato: (11) 4990-8966.

Faculdade de Medicina do ABC (Anexo 2/Neurologia)

Recebe doações às quintas-feiras, das 8h às 11h, diretamente com a Dra. Margarete de Jesus Carvalho no Ambulatório de Neurologia.

MELHORIAS

CHM de Santo André amplia pronto-socorro e avança em obras de modernização

Heiber Aggio/PSA

Unidade passa contar com nova UTI, totalizando 92 leitos de terapia intensiva, sendo 52 destinados à Covid-19

O Centro Hospitalar Municipal (CHM) Dr. Newton da Costa Brandão, em Santo André, está recebendo diversas intervenções e ampliações por meio do programa Qualisaúde, proporcionando mais conforto ao usuário e melhor condição de trabalho aos profissionais.

Entre as intervenções já entregues estão a ampliação do pronto-socorro e criação de uma nova UTI (Unidade de Terapia Intensiva), totalizando 92 leitos de terapia intensiva em todo o hospital. Outras obras ainda estão em curso, sem causar prejuízo ao serviço prestado.

“O CHM está sendo todo reformado. São novos leitos e um novo pronto-socorro. Esta é uma das obras mais importantes da nossa gestão, pois com ela vamos oferecer qualidade nos equipamentos, ambientes e modernização. Vamos levar dignidade e qualidade no serviço de saúde para a nossa gente”, comentou o prefeito Paulo Serra.

O Centro Hospitalar Municipal recebeu obras de ampliação e revitalização do pronto-socorro, que presta atendimento emergencial nas áreas de clínica médica, psiquiatria, ortopedia, oftalmologia, cirurgia geral, neurocirurgia, neuroclínica e bucomaxilo facial.

“Quando assumimos a administração municipal o pronto-socorro era um depósito de macas. Hoje temos atendimento humanizado com dez consultórios todos equipados e isso faz parte da grande transformação da nossa querida Santa Casa, somada ao trabalho desta grande equipe que temos na saúde da cidade. Dá muito orgulho transformar esse equipamento, que é uma referência na nossa região”, completou Paulo Serra.

A intervenção garantiu ampliação no número de consultórios, passando de cinco para dez no pronto-socorro. Duas alas de internação, salas de gesso, sutura, procedimentos e iso-

lamento também foram revitalizadas. Além disso, foram entregues uma nova área de emergência e recepção com sala de espera.

O CHM ganhou uma nova Unidade de Terapia Intensiva (UTI) com dez leitos, que foi construída no térreo. Com a ampliação, o hospital passou a contar com 92 leitos de UTI, sendo 52 para tratamento de pacientes com Covid-19.

Atualmente, outros espaços estão sendo revitalizados e ampliados, como a recepção central (na Av. João Ramalho) e a enfermaria da Clínica Médica, onde todos os quartos e sanitários receberão reforma e troca de mobiliário. Estão sendo investidos cerca de R\$ 7 milhões para revitalizar e ampliar as diversas áreas do hospital.

HISTÓRICO

Desde 2017 o Centro Hospitalar Municipal vem recebendo diversas intervenções. Logo no início da atual



O vice prefeito de Santo André, Luiz Zácarias, e o prefeito Paulo Serra, em visita às novas instalações

administração foi entregue o Hospital Dia, fechado na gestão anterior. O local realiza cirurgias de baixa complexidade que permitem que o paciente passe pelo procedimento e tenha alta no mesmo dia, sem a necessidade de permanecer internado em observação. Em 2018, foi entregue a reforma do Centro de Diagnósticos, que possibilitou o aumento do número de salas de ultrassonografia de duas para quatro. O antigo tomógrafo foi substituído por um

moderno equipamento que faz imagens 3D e foram revitalizadas as salas de raio X, de ressonância e do espaço onde são realizados os exames de ecocardiograma adulto, ecocardiograma infantil e doppler vascular.

Em 2019, entre os espaços revitalizados e novos estão a Farmácia Satélite, o Centro Médico de Especialidades, auditório e prédio administrativo, além da nova ala de psiquiatria, que proporcionou aumento de leitos do local.

TREINAMENTO

Unidade promove 1º curso de Acesso Venoso Central Ecoguiado

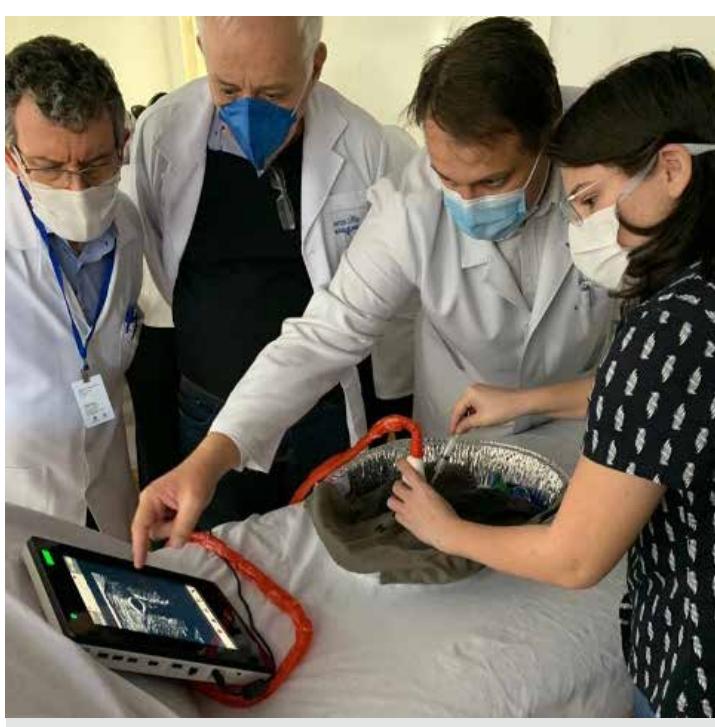
Iniciativa, voltada a médicos, residentes e estudantes de Medicina, contou com apoio da disciplina de Cirurgia Vascular da FMABC

A coordenação médica de Cirurgia Vascular e a coordenação médica do Pronto-Socorro do Centro Hospitalar Municipal de Santo André (CHMSA) Dr. Newton da Costa Brandão realizaram, dia 19 de junho, o 1º Curso de Acesso Venoso Central Ecoguiado da unidade. O encontro, promovido no auditório do CHMSA, foi voltado a médicos, residentes e estudantes de Medicina.

Em virtude da pandemia da Covid-19, o número de vagas foi limitado a apenas 16 participantes. “As inscrições encerraram muito rápido, mas futuramente teremos outros cursos”, adiantou Dr. Clayder Louzada, coordenador médico do pronto-socorro do CHMSA.

A atividade teve como palestrantes e instrutores convidados Dr. João Antônio Correa, professor titular de Cirurgia Vascular do Centro Universitário Saúde

ABC / Faculdade de Medicina do ABC (FMABC), Dr. Alexandre Bezerra, Dr. Carlos André e Dra. Taciane Assunção. “Este foi o primeiro e foi um sucesso. Agradecemos à diretoria do CHMSA e a todos que apoiaram e participaram”, declarou Dr. Rafael Furst, coordenador de Cirurgia Vascular. A diretora-geral do CHMSA e o diretor-técnico, Dra. Maria Odila Gomes Douglas e Dr. Sérgio Murilo Marques de Souza, também prestigiam o curso.



Atividade foi promovida no auditório do CHMSA

SANTO ANDRÉ

Com menor valor do País, Medicina ABC inicia exames de Covid-19 na rede particular

Referência no atendimento ao setor público, Centro Universitário Saúde ABC amplia atuação e oferece quatro tipos de testes a pacientes e empresas particulares

O Centro Universitário Saúde ABC - Faculdade de Medicina do ABC (FMABC) acaba de ampliar seu raio de ação, com objetivo de fortalecer ainda mais a rede de combate ao novo coronavírus. Referência no atendimento aos pacientes do setor público, com mais de 45.000 exames realizados via Sistema Único de Saúde (SUS), a entidade passou a atender no Ambulatório de Especialidades, em Santo André, pacientes e empresas particulares, interessadas na realização de testes de Covid-19.

De acordo com a equipe responsável pelo novo serviço, os valores cobrados são os menores de todo o País e a unidade conta com painel completo – ou seja, com todos os exames para detecção da Covid-19. Estão disponíveis: PCR, ELISA IgA; ELISA IgG; e Teste Rápido IgM/IgG. No dia da coleta é realizada breve triagem, quando o profissional de saúde responsável informa qual o teste mais indicado para o perfil. Nesse mesmo



Laboratório acumula mais de 45 mil exames realizados no SUS

dia, o paciente já recebe login e senha para acessar o resultado, que fica disponível em no máximo 48 horas.

Os materiais coletados são encaminhados para o Laboratório de Análises Clínicas do Centro Universitário Saúde ABC - FMABC, que também funciona no campus de Santo André e, desde abril, está credenciado pelo Instituto Adolfo Lutz para realização de exames de Covid-19. Desde o início da pandemia, a unidade já realizou mais de 45.000 exames no SUS a

partir de parcerias com diversas cidades, entre as quais São Bernardo do Campo, São Caetano do Sul, Santo André, Ribeirão Pires, Mauá, Cajamar, Caiãeiras, Franco da Rocha, Francisco Morato e Mairiporã.

A realização de exames para a rede particular na FMABC teve início no final de junho. Somente nos primeiros 20 dias foram cerca de 400 testes. Para mais informações e agendamento, basta entrar em contato pelo e-mail agendamento@fmabc.br.

REDE PARTICULAR | TIPOS DE EXAMES NA FMABC:

ELISA IGA - VALOR R\$ 90,00

- Não há necessidade de pedido médico.
- Verifica a resposta imunológica do organismo em relação ao vírus.
- Indicado para pacientes que apresentaram sintomas nos últimos 6 dias ou que tiveram contato com alguém infectado nesse mesmo período.

TESTE RÁPIDO IgM/IgG VALOR R\$ 185,00

PCR | VALOR: R\$ 152,00.

- Necessário pedido médico.
- O exame detecta a presença do vírus no organismo.
- Amostra coletada: raspado de nasofaringe.
- Resultado: 48 horas.

ELISA IGG - VALOR R\$ 90,00

- Não há necessidade de pedido médico.
- Verifica a resposta imunológica do organismo em relação ao vírus.
- Não é necessário apresentar sintomas. Serão colhidas informações gerais na hora do exame.
- Vantagem: obtenção de resultados rápidos para decisão de condutas.
- Amostra coletada: sangue.
- Resultado: 24 horas.

EM PAUTA

Psiquiatra da FMABC debate pedofilia em 'live' com delegada federal do RJ

Médico psiquiatra, coordenador do Ambulatório de Transtornos da Sexualidade do Centro Universitário Saúde ABC (ABSex) e professor de Psiquiatria da FMABC, Dr. Danilo Baltieri participou de 'live' com o tema "Pedofilia: punição ou tratamento médico?" com a delegada da Polícia Federal e chefe do grupo de repressão de crimes cibernéticos do Rio de Janeiro, Dra. Paula Mary.

O debate foi mediado pela professora da FMABC, Renata Aranha, e transmitido pelo YouTube em 16 de julho. O objetivo da discussão não foi culpabilizar ou vitimizar o agressor sexual contra crianças, mas propor soluções a este grave problema de saúde pública. "É importante deixar claro que nenhum especialista em agressores sexuais ao redor do mundo é contra a pena de prisão. Somos contra a falta de tratamento médico

e psicossocial do transtorno pedofílico fora e dentro dos presídios. De cada 100 molestadores de crianças que estão presos, cerca de 20 podem ter diagnóstico de transtorno pedofílico, cujo tratamento é capaz de minimizar sintomas altamente perturbadores", observou o professor. Segundo o especialista, que se dedica ao tema há 21 anos, para cada portador do transtorno pedofílico tratado voluntariamente há redução de cerca de uma a três crianças sexualmente abusadas ou exploradas.

Parceira do ABSex, a delegada Dra. Paula Mary considera que, para fortalecer a prevenção contra este tipo de atividade criminosa, é necessário incentivar um debate multidisciplinar envolvendo as áreas de Psiquiatria, Psicologia e Direito. "Precisamos fomentar estudos sobre o assunto e lançar luz ao debate. Boa parte dos estudantes de Medicina, Direito e Psicologia

nunca ouviram falar de uma abordagem multidisciplinar sobre o tema. Estamos lidando com o mesmo problema, porém, sob ângulos diferentes. E nenhuma medida isoladamente é eficaz para que as crianças deixem de ser abusadas", disse a delegada.

A nova parceria do ABSex com integrantes das forças policiais visa a qualificar o debate sobre o tema e especializar, cada vez mais, a abordagem dos tratamentos de transtornos pedofílicos no Brasil.

ABSEX

O Ambulatório de Transtornos da Sexualidade da FMABC funciona desde 2003 no campus universitário e completou 17 anos em atividade neste 2020. Vinculado à disciplina de Psiquiatria e Psicologia Médica, atende gratuitamente casos de transtorno da preferência sexual (pedofilia, sadomasoquismo e exibicionismo),



Coordenador do ABSex da FMABC,
Dr. Danilo Baltieri

disfunções性uais (impotência, ejaculação precoce, falta de desejo ou orgasmo e dor sexual) e transtornos de identidade (travestismo de duplo papel). O tratamento é psiquiátrico – com utilização de psicoterapia –, psicoeducacional e à base de medicações. Também há terapia em grupo para orientação e educação sexual.

HIGIENIZAÇÃO

Em São Bernardo, tecnologia auxilia a desinfecção de ambientes hospitalares

Prefeitura recebeu doação de oito aparelhos para reforçar a sanitização dos Hospitais de Clínicas, Novo Anchieta e de Urgência

A tecnologia vem sendo uma importante aliada da Prefeitura de São Bernardo no combate ao novo coronavírus. Além dos tradicionais métodos de higienização de ambientes, os Hospitais de Clínicas, Novo Anchieta e de Urgência ganharam reforço na desinfecção do ar de enfermarias e Unidades de Terapia Intensiva (UTIs) com a instalação de equipamentos específicos, capazes de eliminar microrganismos causadores de doenças por meio de luz ultravioleta.

Os aparelhos desenvolvidos para desinfetar ambientes foram doados à Prefeitura de São Bernardo pela empresa Biolambda. No total, são oito equipamentos, avaliados em R\$ 100 mil, com capacidade para desinfecção

aproximadamente de 500 m³ de ar por hora. Eles foram instalados em três hospitais da rede municipal: Hospital de Clínicas, Novo Hospital Anchieta e Hospital de Urgência, sendo os dois últimos exclusivamente dedicados ao atendimento de pacientes acometidos pela Covid-19.

O prefeito de São Bernardo, Orlando Morando, agradeceu a doação e ressaltou a importância do trabalho alinhado à iniciativa privada no enfrentamento da pandemia. "Neste momento, toda iniciativa e doação são bem-vindas. Quem mais ganha com isso são os nossos pacientes e também os profissionais de Saúde, que estão na linha de frente desta luta diária", destacou.

De acordo com o secretário de Saúde de São Bernardo, Geraldo Reple Sobrinho, a nova tecnologia vem somar ao tratamento de qualidade já oferecido no município. "Os aparelhos são ideais para tratar o ar de ambientes fechados e com grande circulação de pessoas, e podem ficar ligados ininterruptamente, já que não configura uma tecnologia invasiva ou prejudicial ao ser humano. Vai agregar muito ao nosso Complexo Hospitalar", detalhou.

COMO FUNCIONA

O aparelho funciona como um condicionador de ar, que é sugado, descontaminado por meio da irradiação de luzes ultravioletas, e devolvido ao ambiente livre de bactérias, vírus e



Aparelhos são ideais para tratar o ar de ambientes fechados

outros microrganismos. Ao entrar em contato com os microorganismos, a luz ultravioleta induz reações químicas que bloqueiam a proliferação de vírus ou bactérias, inativando-os ou matando-os.

PROTEÇÃO

São Bernardo recebe doação de 500 mil máscaras para combate à Covid-19

Itens foram doados pela Amil e hospitais Santa Helena e Next, todos pertencentes ao UnitedHealth Group Brasil

A Prefeitura de São Bernardo, por meio da Secretaria de Saúde, recebeu dia 14 de julho mais um reforço importante para o combate à pandemia de Covid-19. Trata-se da doação de 500 mil máscaras de proteção facial descartáveis feita pela Amil e pelos hospitais Santa Helena e Next, todos pertencentes ao UnitedHealth Group Brasil. Os equipamentos de proteção individual serão destinados para profissionais da rede municipal de Saúde que estão na linha de frente ao enfrentamento à Covid-19.

Parte simbólica do carregamento das máscaras foi recebida pelo prefeito Orlando Morando, em ato realizado no Paço Municipal. A cerimônia contou com a presença do secretário de Saúde, Geraldo Reple Sobrinho e de representan-

tes do UnitedHealth Group Brasil, entre eles: Renato Casarotti (vice-presidente de Relações Institucionais), Pedro Pimentel (gerente de Relações Governamentais), Sergio Pontes (gerente da operadora Santa Helena), Jamir Paquini (diretor do Hospital Santa Helena), Mara Alince Bronchtein (diretora da Maternidade Santa Helena) e Márcio Cruz (diretor do Hospital Next).

"Essa doação é de extrema importância neste momento de combate à Covid-19. Além de ser um EPI (Equipamento de Proteção Individual) fundamental para nossos profissionais da Saúde, vai tirar a oneração do município, que durante um período não precisará comprar máscaras, nos permitindo assim investir em outras ações da Saúde", destacou o chefe do Executivo. "Este é mais um exemplo de que a solidariedade tem sido uma grande marca durante



Entrega simbólica foi recebida pelo prefeito Orlando Morando

de São Bernardo nesta pandemia, em esforço que vem do poder público e da iniciativa privada".

EQUIPAMENTOS

As máscaras doadas pelo grupo

serão utilizadas pelos 10 mil profissionais da rede municipal de Saúde de São Bernardo que atuam no enfrentamento a pandemia da Covid-19. Inclusive, nos cinco hospitais públicos do município.

Atualmente, a UnitedHealth Group Brasil possui dois hospitais instalados em São Bernardo. Juntas, as unidades contam com 147 leitos, sendo 20 de UTI exclusivos para pacientes diagnosticados com Covid-19.

ALERTA

Uso de álcool contra a Covid-19 aumenta acidentes domésticos por queimaduras

Sem escola e com mais tempo livre em casa, as crianças estão entre as principais vítimas

A pandemia causada pelo novo coronavírus e o isolamento social colocaram em evidência um tema secundário à Covid-19, mas que passou a ser cada vez mais frequente nos domicílios: os acidentes por queimaduras. Um dos públicos mais afetados é o infantil. Sem atividades presenciais nas escolas, as crianças passam mais tempo em casa, onde há maior quantidade de álcool para prevenção da doença. Essa junção de fatores, somada ao armazenamento inadequado, falta de supervisão e desconhecimento das medidas preventivas, tem aumentado sobremaneira os acidentes domésticos por queimaduras.

Segundo dados da Sociedade Brasileira de Queimaduras (SBQ), desde o início da pandemia os centros de tratamento de queimados do Brasil atualizam uma lista, gerenciada pela própria SBQ, com a quantidade de internados por acidentes com queimaduras causados pelo uso de álcool 70%. Até 30 de junho foram contabilizados 387 casos

graves no País, ascendendo o alerta para se manter, com ainda mais força, as campanhas de prevenção para os riscos de acidentes com fogo, álcool e demais agentes de queimaduras.

“Desde 2002, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) proibiu a venda do álcool 70% líquido para o público em geral, uma vez que o álcool nesta forma é altamente inflamável e se espalha com maior facilidade em qualquer superfície, estando diretamente envolvido com numerosos casos de queimadura, principalmente nas crianças. No entanto, com o início da pandemia de Covid-19, a própria Anvisa, em março deste ano, revogou a medida e liberou temporariamente a comercialização do produto”, informa o professor da disciplina de Cirurgia Plástica do Centro Universitário Saúde ABC / Faculdade de Medicina do ABC (FMABC), Dr. Sidney Zanasi.

De acordo com o especialista, essa mudança de política, somada aos novos hábitos da população durante a pande-

mia, tem ocasionado aumento de casos de queimados nos hospitais pelo uso do álcool. “As pessoas têm aplicado o álcool sem orientação adequada. Usam em casa, para higienizar objetos, passam no corpo todo e se aproximam de chamas na cozinha, por exemplo. Em outras situações, usam o álcool gel para higiene das mãos e, em seguida, acendem um cigarro”, exemplifica Dr. Sidney Zanasi, que alerta: “Muitas vezes, os adultos em regime de trabalho a distância – o home office – ficam impossibilitados de cuidar dos menores com rigorosa atenção ou até mesmo delegam isso a outra criança um pouco mais velha, facilitando, assim, os acidentes domésticos ligados ao álcool 70%. Portanto, nesse período de quarentena e de maior utilização de produtos à base de álcool, temos que redobrar atenção em relação às crianças, especialmente no ambiente doméstico”.

PERIGO EM CASA

Estima-se que 70% dos acidentes com queimaduras acontecem em casa.



O professor da disciplina de Cirurgia Plástica da FMABC, Dr. Sidney Zanasi, orienta sobre prevenção

Deles, 40% acometem as crianças. A recomendação dos médicos é que, em casa, o álcool seja substituído por água e sabão para higienizar as mãos, e a água sanitária para limpar objetos. A Anvisa publicou nota técnica (nº 26/2020) recomendando os produtos saneantes que podem substituir o álcool 70% na desinfecção das superfícies, entre os quais o hipoclorito de

sódio 0,5% e desinfetantes de uso geral com ação virucida.

A SBQ orienta que, no caso de acidente, a primeira medida é colocar a área queimada sob água corrente de temperatura ambiente. Para se deslocar até o hospital, deve-se cobrir a ferida com um pano limpo e úmido. É importante não colocar nenhum produto na lesão até que um médico possa avaliar.

DESTAQUE

Pesquisador do ABC preside simpósio internacional da Academia Brasileira de Neurocirurgia

A Academia Brasileira de Neurocirurgia (ABNc) organizou entre os dias 16 e 18 de julho o “3º Web Simpósio Internacional sobre Novas Tendências em Epilepsia”, cujo presidente foi o pesquisador do Centro Universitário Saúde ABC / Faculdade de Medicina do ABC (FMABC), Dr. Paulo Henrique Pires de Aguiar.

Com toda a programação on-line em função da pandemia do

novo coronavírus, o evento reuniu 14 palestrantes internacionais das mais diversas partes do mundo, como Alemanha, Canadá, Estados Unidos, Chile, Colômbia e Reino Unido. Pelo Brasil, foram destacados 29 experts em suas áreas, incluindo o professor de Psiquiatria e Psicologia Médica da FMABC, Dr. Gilberto D’Elia, que falou sobre “Alterações psiquiátricas em epilepsia”.

Destinado a médicos residentes, estudantes de Medicina, neuroci-

rugiões e demais profissionais da área, o evento contou com dezenas de apresentações com temas ligados aos tratamentos cirúrgicos, neurogenética, terapias disponíveis, discussão de casos e novas perspectivas para o tratamento da epilepsia.

A edição 2020 do Simpósio Internacional da ABNc teve como convidados homenageados os doutores Carlos Tadeu Parisi de Oliveira, Raul Marino Junior e Alessandra Moura Lima.



Dr. Paulo Henrique Pires de Aguiar

VESTIBULAR

Prova On-line

2020

FAÇA JÁ SUA INSCRIÇÃO!

VESTIBULAR.FMABC.BR

*exceto Medicina

2º SEMESTRE

Faça sua prova de
redação quando
e onde quiser

ou utilize
a nota do **ENEM**

