

Prefeitura espera vacinar 27 mil pessoas com a dose de reforço até sexta-feira (25)

IMUNIZAÇÃO SEGUE ACONTECENDO NAS 49 SALAS DA REDE MUNICIPAL DE SAÚDE

■ DA REDAÇÃO

A Prefeitura de Uberlândia divulgou um novo cronograma para dar sequência à aplicação das doses de reforço contra a covid-19 no público acima de 18 anos. Aproximadamente 27 mil pessoas serão convocadas entre esta quarta-feira (23) e sexta-feira (25).

A imunização acontecerá em 49 salas de vacina da rede municipal de saúde. Os convocados devem comparecer ao local indicado no horário agendado. As informações são enviadas pelo SMS, e-mail ou podem ser consultadas no site da Prefeitura.

CONFIRA AS SALAS DE VACINAÇÃO ADULTA

UBSF Bom Jesus – Rua Niterói nº 225
UBSF Jardim Brasília I – Rua Capricórnio, 34
UBSF Jardim Brasília II – Rua Bioti Santos, 100
UBSF Marta Helena I e II – Avenida Balaçadas, 725
UBSF Minas Gerais I e II (Novo Umuarama) – Rua da Fatura, 1436
UBSF São José – Rua Delfina de Almeida, 197
UBSF Aurora – Rua Congresso, 743
UBSF Campo Alegre – Rua Serra do Tombador, 95
UBSF Glória – Rua Geralda Francisca Borges nº 1058
UBSF Granada I – Rua José Maria Coutinho, 21
UBSF Granada II – Alameda Antônio Carlos Vieira da Cunha, 618
UBSF Jardim Botânico – Rua Herbário, 159
UBSF Lagoinha I e II – Rua Pio XII, 353
UBSF Laranjeiras – Rua Nigéria, 102
UBSF Santa Luzia – Avenida Najla Alípio Abrão, 547
UBSF São Jorge I – Rua Geraldo Garcia, 464
UBSF São Jorge II e III – Rua Ângelo Cunha, 269

UBSF São Jorge IV – Rua Sampaio, 23
UBSF São Jorge V – Rua Alípio José de Souza, 51
UBSF Seringueiras I – Rua Serra Formosa, 296
UBSF Seringueiras II – Rua Serra Geral, 449
UBSF Shopping Park I, II, III – Rua Julieta de Oliveira Jordão, 150
UBSF Shopping Park IV – Rua Orestes Mendes Ferreira, 40
UBSF Shopping Park V – Rua Marcelo Barbosa, 147
UBSF Shopping Park VI – Rua Bruno Serato, 103
UBSF Shopping Park VII – Rua Aziza Nicolau Daud, 31
UBSF Aclimação – Rua Irmãos Marista, 644
UBSF Alvorada – Rua Edézio Fernandes de Moraes, 121
UBSF Ipanema I – Rua Ayres Roberto Barcelos, 169
UBSF Ipanema II – R. Aurora Cândida, 243
UBSF Joana Darc – Rua: João Carlos de Souza, 40
UBSF Morumbi I e II – Rua Espigão, 871
UBSF Morumbi III – Rua: Cabanas, 39
UBSF Morumbi IV – Rua Videira, 260

UBSF Morumbi V – Rua das Emas, 28
UBS Tocantins – Av. Dr. Manoel Tomaz T. de Souza, 758
UBSF Canaã I e III – Rua Eufrates, 435
UBSF Canaã II, IV e V – Av. Jerusalém, 776
UBSF Jardim Célia I e II – Rua das Paineiras, 1280
UBSF Jardim das Palmeiras I – Rua do Cisne, 311
UBSF Jardim das Palmeiras II – Rua Aimorés, 35
UBSF Jardim das Palmeiras III – Rua do Tico-Tico, 401
UBSF Mansour I e II e Jd. Europa II – Rua Rio Citaré, 52
UBSF Monte Hebron – Rua Marlos Urquiza Cavalcante, 2900
UBSF Morada Nova – Avenida Aldo Borges Leão, 2329
UBSF Jardim Europa I – Rua Rio Corumbá, 1190
UBSF Luizote – Rua Roberto Margonari, 1350
UBSF Taïaman I – Rua dos Trombones, 472
UBSF Taïaman II – Rua Marcos Rodrigues Prado, 65

UBERLÂNDIA

Projeto promove saúde física a idosos diagnosticados com Alzheimer

■ GABRIELE LEÃO

O Alzheimer acomete cerca de 15 milhões de pessoas com mais de 60 anos de idade no Brasil, segundo dados da Associação Brasileira de Alzheimer (Abraz). A doença, que provoca o declínio das funções cognitivas, é estudada há anos com o objetivo de promover conhecimento e tratamentos aos que convivem com o transtorno. Pensando nisso, o projeto MoviMente, em parceria com a Universidade Federal de Uberlândia (UFU), realiza ações para oferecer qualidade de vida e bem-estar a idosos diagnosticados com Alzheimer.

O projeto atende idosos a partir de 65 anos diagnosticados com a doença. A proposta do programa é oferecer saúde através de exercícios físicos de forma gratuita. A doutoranda e responsável pelo projeto, Denise Rodrigues Fernandes, contou que as atividades físicas são uma das maneiras de evitar o agravamento da doença.

“Os treinos ajudam no desenvolvimento da capacidade funcional e isso cria uma independência para o idoso. Desta maneira, ele consegue lidar com situações do dia a dia e diminui as demandas dos familiares e cuidadores”, explicou.

Denise explicou ainda que, além dos exercícios, outra estratégia foi adotada para incentivar o desenvolvimento cognitivo dos idosos. “Durante as atividades incentivamos que eles trabalhem algumas memórias, como fatos do passado, nome dos filhos, netos e até combinações de frutas ou de uma letra específica, por exemplo. Ao fazer isso, eles precisam desenvolver duas atividades ao mesmo tempo, o que instiga a concentração mental e física”, comentou.

Antes da pandemia da covid-19, a ação acontecia de

forma presencial. No entanto, os atendimentos precisaram ser adaptados para a forma online. Agora, os 35 alunos matriculados para as aulas recebem vídeos de até 20 minutos com exercícios para serem praticados em casa por três vezes na semana.

O médico geriatra, Rodrigo da Silva Dias, também reforça a importância das atividades físicas para a qualidade de vida dos idosos que convivem com a doença. “Já temos diversas comprovações científicas de que o exercício físico diminui problemas mentais na velhice e reduz a ocorrência de perda de memórias. Pessoas que já tem o quadro demencial em curso devem fazer atividade física, pois isso influencia na redução da progressão do quadro”.

O médico comentou que pessoas diagnosticadas com algum tipo de demência, como o Alzheimer, têm mais propensão a acidentes, perda da habilidade de usar utensílios e até mesmo a analisar risco. “Manter uma rotina de atividade física evita que o paciente tenha danos mais graves ao sofrer uma queda, por exemplo, além de impactar nos movimentos motores do dia a dia”.

O geriatra ainda ressaltou que para garantir a saúde global do idoso, principalmente em tempos de isolamento social, a família deve se manter atenta à inclusão. “Isolar essa pessoa ajuda no desenvolvimento de outros transtornos como a ansiedade e depressão. Manter os cuidados como vacinação e proteção pessoal são essenciais, mas cuidar da mente se faz ainda mais necessário”, encerrou.

■ RELATO

A técnica de enfermagem, Waldilene Figueiredo Batista, é responsável pela mãe Creu-



ACERVO PESSOAL

sa Figueiredo apresentar, de 82 anos, que convive com o Alzheimer. O diagnóstico veio há três anos após perceber que ela apresentava sinais de esquecimento.

A profissional da saúde então começou a buscar na internet informações sobre a doença e foi através das mídias que conheceu o projeto MoviMente. Creusa Figueiredo está há dois meses nas aulas online e a melhora do quadro já é percebido pelos familiares.

“Desde que começou com a rotina de exercícios, temos analisado que ela fica menos agitada, além da melhora do quadro físico, pois agora ela tem mais disposição e consegue fazer coisas básicas, como cuidar da higiene pessoal”, comentou.

A técnica de enfermagem contou que foi necessário criar um cronograma para que a mãe conseguisse fazer os exercícios, já que ela reveza os cuidados com o marido. “Pela manhã ela faz as atividades que são enviadas através do WhatsApp e à tarde conseguimos manter os cuidados com a casa e alimentação. Os exercícios são realizados três vezes na semana”, contou.

Waldilene Figueiredo ainda falou sobre a importância da atividade física na rotina da mãe. “É muito difícil ser diagnosticado com Alzheimer e como profissional da saúde, e filha, vejo o quanto esse estímulo é muito valioso para a saúde da minha mãe”, contou.

TEMPO

Inmet emite alerta para tempestades nesta semana em Uberlândia

■ DA REDAÇÃO

A previsão do tempo aponta pancadas de chuva para Uberlândia até a próxima sexta-feira (25). O Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet) emitiu um alerta para possibilidade de tempestades na cidade no período da tarde e noite.

O Inmet informou que o céu em Uberlândia ficará

com muitas nuvens. De acordo com um comunicado emitido pelo Sistema de Meteorologia e Recursos Hídricos de Minas Gerais (SIMGE), o volume das chuvas pode ficar entre 20mm a 40 mm.

As temperaturas irão variar de 19°C a 32°C e a umidade relativa do ar varia de 40% a 100% durante a semana.

■ CONFIRA OS TERMÔMETROS PARA OS PRÓXIMOS DIAS

Quarta-feira (23):
Mínima de 19°C e máxima de 30°C

Quinta-feira (24):
Mínima de 19°C e máxima de 32°C

Sexta-feira (25):
Mínima de 19°C e máxima de 32°C.



ARQUIVO/DIÁRIO

COVID-19

Pesquisa analisa se exercícios físicos melhoram a resposta da vacinação

■ DA REDAÇÃO

Cientistas da Universidade Federal de Uberlândia (UFU), da Universidade Federal do Acre (Ufac) e da Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) firmaram uma parceria e irão realizar uma pesquisa para descobrir se pessoas sedentárias e praticantes de atividades físicas respondem da mesma forma à vacina contra a covid-19. Além disso, os profissionais pretendem analisar como a vacina age no corpo de indivíduos que convivem com algum tipo de alergia. O estudo será feito com mais de 500 voluntários.

O imunologista Rafael Resende, vinculado ao Programa de Pós-Graduação em Imunologia e Parasitologia Aplicadas (Ppipa/UFU) e à Fiocruz, afirmou

que “existem indícios, já observados em pesquisas sobre a Influenza, de que os exercícios físicos podem melhorar a resposta da vacinação”. Outra hipótese dos cientistas é de que os indivíduos que têm algum tipo de alergia também reagem à vacinação com a produção de mais anticorpos, quando comparados com quem não tem alergia.

O estudo ainda está em fase inicial e os cientistas buscam voluntários para participar. Em breve, os interessados em contribuir com a pesquisa poderão se inscrever em um formulário. Para participar, é necessário ter entre 18 e 60 anos de idade.

Além das informações fornecidas no questionário, os voluntários passarão por testes de força (handgrip e dinamômetro) no Laborató-

rio de Alergia e Imunologia Clínica (Lalic/UFU). Serão coletadas amostras de sangue desses voluntários, que passarão por análise na Fiocruz Minas, em Belo Horizonte. Os dados registrados sobre a prática de atividades físicas serão processados pelos pesquisadores da Ufac. Cada participante poderá solicitar os seus resultados individuais por email.

O recrutamento de voluntários ainda não começou porque faltam os materiais para fazer os testes.

Na UFU, participam, o professor Ernesto Akio Takeuchi e os doutorandos Laura Ribeiro, Hellen Borges e Alessandro Sousa Correa, todos do Programa de Pós-graduação em Imunologia e Parasitologia Aplicadas da Universidade Federal de Uberlândia (PPIPA/UFU).