

# Informativo SEEL | Saúde

## Precisamos falar sobre Doenças crônicas

Este informativo tem como objetivo o estímulo à reflexão sobre temas relacionados à segurança e saúde no ambiente laboral.

Dúvidas, sugestões e informações sobre saúde e segurança ocupacional, conte com o nosso SESMT.

Telefone: (62) 3201-9246

### ARTIGOS EM DESTAQUE

#### Fevereiro Roxo e Laranja

Fevereiro roxo é dedicado à conscientização do Lúpus, da Fibromialgia e do Mal de Alzheimer. Criada em 2014 (há 10 anos!) a campanha tem o intuito de dar visibilidade a essas doenças e aumentar o nível de informação das pessoas sobre seus sintomas, para um diagnóstico precoce. Já o fevereiro laranja tem atenção voltada à disseminação de informações sobre a leucemia, tipo de câncer dos glóbulos brancos, geralmente de origem desconhecida e que tem como característica a proliferação excessiva e desordenada de células jovens que substituem as células sanguíneas normais na medula óssea. O objetivo da campanha é também para o incentivo e captação de novos doadores de medula óssea.



##### LÚPUS:

Trata-se de um distúrbio crônico em que o organismo produz mais anticorpos que o necessário para o organismo. Em excesso causam inflamações nos rins, pulmões, pele e articulações.



##### FIBROMIALGIA:

Ataca as articulações causando dores no corpo, provocando cansaço, alterações no sono e depressão.



##### ALZHEIMER:

Doença neurodegenerativa provoca declínio das funções cognitivas, reduzindo capacidade de trabalho, relação social, interfere no comportamento causando consequências como perda da memória e demência.



##### LEUCEMIA E DOAÇÃO DE MEDULA ÓSSEA:

Trata-se de uma doença que ataca os glóbulos brancos. Os sintomas incluem anemia, fadiga, palpitação, gânglios linfáticos inchados, perda de peso, febre, entre outros sintomas. A campanha além de alertar, visa a importância da doação de medula óssea, de suma importância para salvar vidas pois a cada cem mil pacientes, apenas um doador é compatível. Quanto mais doadores tiver, maiores são as probabilidades de compatibilidade para os doentes.

Para ser doador é preciso ter idade entre 18 e 55 anos, apresentar boas condições de saúde, não ter feito tratamento de câncer, doenças no sangue, no sistema imunológico ou ainda doenças infecciosas. Para se cadastrar basta procurar um hemocentro.

# Segurança e saúde

## Brigada de incêndio

A brigada de incêndio é um grupo formado por funcionários do Órgão, que voluntariamente se credenciam a participar das ações de combate a incêndio promovidas pela organização. A coordenação da evacuação é responsabilidade da brigada de incêndio na edificação, ela também é responsável pelas ações de prevenção, como por exemplo a checagem dos extintores, hidrantes, sprinklers, saídas de emergência e afins. Uma das funções da brigada de incêndio é realizar a simulação e treinar todo o Órgão para casos de evacuação, assim, em conjunto com a CIPA e o SESMT

Ter uma brigada de incêndio no local de trabalho é de grande importância para prevenção do ambiente.

Na Secretaria de Esporte e Lazer do Estado, contamos com uma equipe de brigadistas treinados pelo Corpo de Bombeiros de Goiás, capacitados para realizar a prevenção e o combate a incêndios, bem como prestar os primeiros socorros o que permite que todos possam executar suas funções sem preocupações e com a segurança.



## Economia de água

Benefícios da economia de água:

- Contribui para a preservação dos recursos hídricos
- Reduz gastos a longo prazo
- Ajuda a combater o desperdício de água

Dicas para economizar água:

- Reduzir o tempo do banho
- Desligar a torneira ao escovar os dentes
- Usar a máquina de lavar roupa e louça com carga completa
- Reaproveitar a água da máquina de lavar
- Corrigir vazamentos
- Instalar torneiras e chuveiros de baixo fluxo
- Utilizar água das chuvas para regar plantas
- Lavar o carro com baldes, em vez de mangueira

