CUIDADOS COM A SAÚDE DURANTE O PERÍODO DE FORTES CHUVAS

Assessoria Técnica Independente PARAOPEBA

NACAB
NÚCLEO DE ASSESSORIA ÀS COMUNIDADES ATINGIDAS POR BARRAGENS

CUIDADOS COM A SAÚDE DURANTE O PERÍODO DE FORTES CHUVAS

Durante as últimas semanas, o estado de Minas Gerais tem sofrido diversos problemas causados pelas fortes chuvas. **Já são 145 municípios em estado de emergência**. Essas cidades têm sofrido com enchentes, rios transbordando, inundações, entre outros transtornos que tem deixado diversas famílias desabrigadas e desalojadas.

No período de fortes chuvas, as pessoas que residem nos municípios atingidos pelo rompimento da barragem B1 da Mina Córrego do Feijão em Brumadinho sofrem com as incertezas que a exposição aos contaminantes químicos, presentes no rejeito depositado no rio, podem causar a sua saúde.

As populações atingidas pelas enchentes do Paraopeba acabam expostas também a outros riscos à saúde, diferentes daqueles já esperados em períodos de fortes chuvas, que podem afetar o bem-estar e a vida das pessoas.

Por conta da movimentação mais intensa das águas do rio Paraopeba, o material que estava depositado no fundo da calha do rio pode ser suspendido novamente e ser deslocado, avançando na direção do reservatório de Três Marias. Outra possibilidade é de que algumas substâncias que estavam contidas em sedimentos (materiais sólidos), sejam solubilizadas (misturadas) novamente para a água.

Assessoria Técnica Independente PARAOPEBA

NACAB
NÚCLEO DE ASSESSORIA ÀS COMUNIDADES ATINGIDAS POR BARRAGENS

CUIDADOS COM A SAÚDE DURANTE O PERÍODO DE FORTES CHUVAS

Recomendações:

- Orienta-se que as pessoas que moram nas regiões próximas ao rio, que costumam inundar e alagar, deixem imediatamente o local, tentando apenas reunir itens básicos e documentos pessoais como: RG, CPF, Cartões de banco e Cartão do SUS, Cartão do Bolsa Família, receitas médicas e medicamentos de uso contínuo, entre outros.
- Retire os equipamentos eletrônicos da tomada antes que a água atinja a residência;
- Evite ao máximo entrar em contato direto com os lugares inundados pelas águas do rio;
- Fique atento a possíveis alterações na água que vai ser consumida (avaliando se tem algum cheiro, coloração e/ou gosto diferente do habitual);
- Não faça uso para nenhuma finalidade da água do rio;
- Fique sempre atento para evitar o consumo dos alimentos que podem ter entrado em contato com água do rio;
- Evite atravessar um alagamento, mesmo que você conheça a região, pois a chuva pode ter aberto buracos e/ou bueiros, além de ter arrastado objetos que podem provocar machucados ou lesões físicas mais graves.

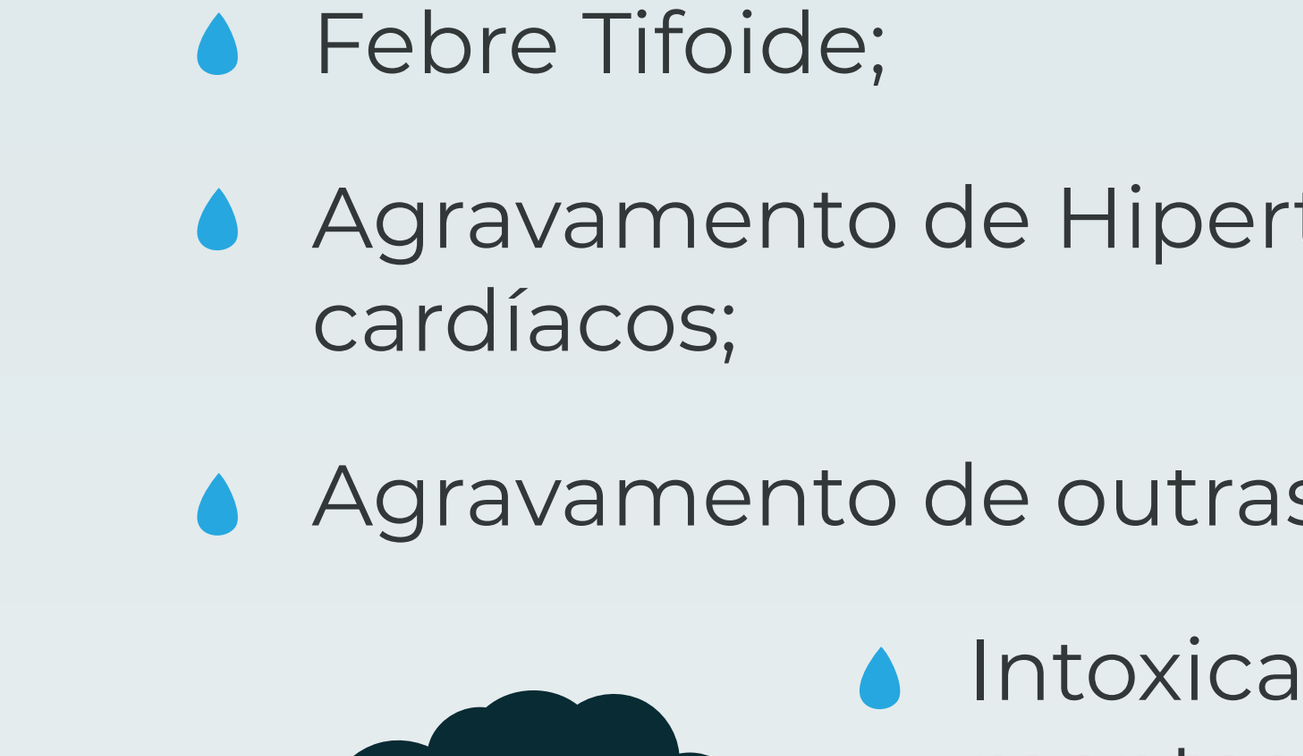
Assessoria Técnica Independente PARAOPEBA

NACAB
NÚCLEO DE ASSESSORIA ÀS COMUNIDADES ATINGIDAS POR BARRAGENS

CUIDADOS COM A SAÚDE DURANTE O PERÍODO DE FORTES CHUVAS

Problemas de saúde que podem surgir nas pessoas por conta das enchentes do rio Paraopeba

- Doenças diarreicas;
- Leptospirose;
- Hepatite A;
- Lesões físicas e escoriações;
- Cólera;
- Febre Tifoide;
- Agravamento de Hipertensão e problemas cardíacos;
- Agravamento de outras doenças já existentes;
- Intoxicações por ingestão de alimentos e água contaminados.
- Problemas emocionais e psíquicos tais como: estresse pós-traumático, depressão, ansiedade, problemas do sono, entre outros.



Assessoria Técnica Independente **PARAOPEBA**

NACAB
NÚCLEO DE ASSESSORIA ÀS COMUNIDADES ATINGIDAS POR BARRAGENS

CUIDADOS COM A SAÚDE DURANTE O PERÍODO DE FORTES CHUVAS

ATENÇÃO!

Caso entre em contato com água do rio por conta das cheias, fique atento ao aparecimento de alguns sintomas como:

- Febre, calafrios;
- Náusea, vômito;
- Dor de cabeça, dor no corpo;
- Diarreia;
- Perda de apetite, cansaço, fadiga;
- Olhos e pele amarelados (Icterícia);
- Fezes claras, urina escura;
- Ferimentos;
- Sangramentos, entre outros.

Caso apresente algum dos sintomas citados ou algum outro sinal de adoecimento, busque imediatamente ajuda nos serviços de saúde.

Assessoria Técnica Independente PARAOPEBA

NACAB
NÚCLEO DE ASSESSORIA ÀS COMUNIDADES ATINGIDAS POR BARRAGENS

PANDEMIA DA COVID-19

É importante lembrar que ainda estamos enfrentando a situação de Pandemia da COVID-19, com um certo aumento do número de casos e, em algumas regiões, têm ocorrido também surtos de influenza (gripe). Sabe-se que nesses contextos de calamidade, por conta das enchentes, as pessoas ficam mais vulneráveis, apresentando dificuldade de manter os cuidados de prevenção, dessa e de outras doenças.

Desse modo, recomenda-se que as pessoas tentem manter os cuidados já conhecidos para evitar contaminações tanto pelo vírus da gripe quanto pela COVID-19.

Não esqueça:

- Lave sempre bem as mãos com água e sabão.
- Se possível use também álcool 70% para higienizar as mãos.
- Use máscara.
- Mantenha sempre uma distância segura de no mínimo um metro de outras pessoas.
- Caso apresente sintomas gripais, busque o serviço de saúde mais próximo.

CUIDADOS COM A SAÚDE DURANTE O PERÍODO DE FORTES CHUVAS

Contatos telefônicos para situações de emergência:

Disque-Saúde: 136
Urgência e Emergência: 192
Defesa Civil: 199
Corpo de Bombeiros: 193
Disque-Intoxicação: 0800-722-6001
Polícia Militar: 190

Secretarias de Saúde:

Pará de Minas: (37) 3233-5800
Paraopeba: (31) 3714-3444
Caetanópolis: (31) 3714-6420
Fortuna de Minas: (31) 3716-7111
Florestal: (31) 3536-2482
Maravilhas: (37) 3272-1322
Papagaios: (37) 3274-1581
Pequi: (37) 3278-1223
São José da Varginha:
(37) 3275-1415 | (37) 3275-1406

Assistência Social:

Pará de Minas: (37) 3233-5900
Paraopeba: (31) 3714-3969
Esmeraldas: (31) 3538-2665
Pequi: (37) 3278-1131
Papagaios: (37)3274-2675
Caetanópolis: (31) 3714- 7421
Florestal: (31) 3536-3089
Maravilhas: (37) 3272-1504
São José da Varginha:
(37) 3275.1074
Fortuna de Minas:
(31) 3716-7170

Referências:

BRASIL. Ministério da Saúde. Cartilha de Orientação à População no Período de Alerta de Chuvas Intensas. 2017. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartilha_orientacao_populacao_chuvas_intensas.pdf>. Acesso em: 11 de janeiro de 2022.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (Brasil). Você sabe diferenciar as hepatites A, B, C, D e E? 2014. Disponível em: <https://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/781-voce-sabe-diferenciar-as-hepatites-a-b-c-d-e-e>. Acesso em: 11 de janeiro de 2022.

Assessoria Técnica Independente PARAOPEBA

NACAB
NÚCLEO DE ASSESSORIA ÀS COMUNIDADES ATINGIDAS POR BARRAGENS