



ESPECIAL OUTUBRO Rosa

INFORMATIVO GESASERV
VOLUME 2, EDIÇÃO 2
BOLETIM ESPECIAL

19 DE OUTUBRO DE 2020

SEJUS/COORGEPE/DIRDESP/GESASERV
(gesaserv@sejus.df.gov.br)

OUTUBRO ROSA

Ao longo do mês de outubro, vários monumentos e prédios são iluminados na cor rosa com o objetivo de oferecer maior visibilidade à campanha internacionalmente conhecida como Outubro Rosa, que simboliza a luta contra o câncer de mama e de colo do útero. O foco é o estímulo de ações de prevenção, incentivando maior atenção em relação à saúde e, se for o caso, a identificação precoce do diagnóstico.

A campanha teve início na década de 1990 pela Fundação Susan G. Komen for the Cure e tem a finalidade de compartilhar informações e promover a conscientização sobre a doença; proporcionar maior acesso aos serviços de diagnóstico e de tratamento e contribuir para a redução da mortalidade, segundo o Instituto Nacional do Câncer (INCA).

Conforme o INCA, cerca de 30% dos casos de câncer de mama podem ser evitados com a adoção de hábitos saudáveis como:

- 1 Praticar atividade física;
- 2 Alimentar-se de forma saudável;
- 3 Manter o peso corporal adequado;
- 4 Evitar o consumo de bebidas alcoólicas;
- 5 Amamentar;
- 6 Evitar uso de hormônios sintéticos, como anticoncepcionais e terapias de reposição hormonal.

Fonte: <https://www.inca.gov.br/campanhas/outubro-rosa>



TRATAMENTO CONTRA O CÂNCER NA REDE PÚBLICA DE SAÚDE

No Distrito Federal, o diagnóstico inicial de câncer pode ser realizado em qualquer unidade de atenção primária do SUS, mas, os exames especializados e o tratamento são realizados no Hospital Regional de Taguatinga, no Hospital Universitário de Brasília e no Hospital de Base, este último referência no Distrito Federal.

Recentemente, foi inaugurado no Hospital Regional de Taguatinga o novo Centro de Radioterapia da rede pública de saúde do Distrito Federal, que promete ser referência, pois, objetiva diminuir o tempo de tratamento sem prejudicar o controle da doença, já que conta com equipamento de alta tecnologia. O Centro deve atender 25 pacientes por dia.

Outra novidade é a construção do Hospital Oncológico de Brasília, que já teve o processo licitatório para sua construção encerrado. Esse hospital será erguido no Setor Noroeste, terá capacidade para atender nove mil pacientes por ano e será fundamental para diminuir o tempo de espera para início do tratamento.

Há, ainda para este mês, a expectativa de ser entregue o primeiro Centro Especializado de Saúde da Mulher (Cesmu), uma policlínica localizada na 514 Sul, que atenderá mulheres acima de 18 anos e oferecerá acompanhamento pré-natal, parto e puerpério, oncoginecologia e mastologia, atendimento psicológico, entre outros serviços.

Secretaria de
Justiça e Cidadania



RESPIRA, SERVIDOR!

O “Respira, Servidor!” é um projeto que surgiu na Gerência de Atendimento em Meio Aberto de Sobradinho em 2018 e é resultado do treinamento de servidores por meio de uma parceria entre a DISAM/SEJUS e a Secretaria de Estado de Saúde. O foco é a redução do sofrimento biopsicossocial e a promoção da saúde. Inicialmente, o programa foi oferecido apenas aos servidores que prestavam atendimento nas medidas socioeducativas, porém, o projeto cresceu e será ampliado para todos os servidores da Secretaria de Estado de Justiça e Cidadania.

A proposta é propiciar um momento de relaxamento, tranquilidade e vitalidade ao servidor com a utilização de exercícios respiratórios. Tal prática, ao ser realizada de maneira regular e sistemática, pode interferir de forma positiva e salutar no rendimento do serviço prestado, bem como na saúde mental do servidor como um todo. Cabe destacar que não é necessário nenhum conhecimento prévio e os exercícios podem ser realizados em qualquer lugar.

Os encontros do “Respira, Servidor!” são gratuitos e acontecem na versão online pela plataforma Google Meet. A servidora do sistema socioeducativo Joelma Pereira guia a prática toda quarta-feira, às 10 horas e tem duração de 30 minutos.

Se você se interessou e quer desfrutar de benefícios como o alívio do cansaço, aumento do foco e clareza mental, envie um e-mail para respiraservidor@gmail.com.



VOCÊ

SABIA?

- » O servidor é resguardado pelo artigo 62 da Lei Complementar nº 480/2011 a realizar uma vez por ano exames preventivos, tendo o dia abonado. Cabe destacar que esse benefício se dá tanto para servidoras quanto para servidores.

Art. 62. Sem prejuízo da remuneração ou subsídio, o servidor pode ausentar-se do serviço, mediante comunicação prévia à chefia imediata:

I – por um dia para:

b) realizar, uma vez por ano, exames médicos preventivos ou periódicos voltados ao controle de câncer de próstata, de mama ou do colo de útero.

- » Quando o assunto é câncer, infelizmente, sabe-se que muitos pacientes sofrem com a queda capilar como consequência do tratamento. Pensando nisso, na sala da Rede Feminina de Combate ao Câncer no Hospital de Base, de segunda a sexta-feira, de 08h às 12h e de 14h às 16h, cabelos são recebidos para a confecção de perucas a serem doadas às pacientes. Alguns salões também se encarregam de entregar o cabelo cortado, facilitando ainda mais a doação. Saiba mais no link <https://www.redefeminabrasilia.org.br/index.php/doacao-de-cabelos>
- » Está acontecendo a 2ª temporada de vacinação contra o HPV, e para estar completamente protegido é necessário tomar as duas doses da vacina. É possível vacinar na rede pública meninas de 9 a 14 anos e meninos de 11 a 14 anos. Fique atento para vacinar seus filhos e protegê-los do câncer do colo de útero e da próstata. Saiba mais em <http://portalarquivos.saude.gov.br/campanhas/vacinahpv/>
- » A Lei 13.896/19 assegura a pacientes do SUS com suspeita de câncer o direito à realização de exames no prazo máximo de 30 dias. Ela altera a Lei 12.732/12, que garante o início do tratamento na rede pública em até 60 dias a partir do diagnóstico do câncer.
- » Paciente que faz tratamento contra o câncer através de plano de saúde ou particular também tem direito a obter medicamentos pelo SUS.