



FOLIA EM CASA



Devido a pandemia causada pela COVID-19, o carnaval de 2021 foi suspenso. Mas vale a pena reforçar os cuidados que devemos ter nesse período, não é mesmo?!!!

**FOLIÃO CONSCIENTE, É
FOLIÃO SAUDÁVEL.**

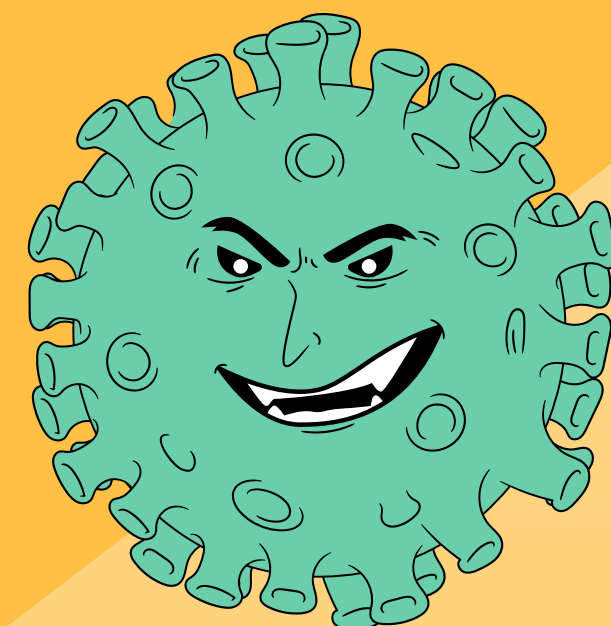


COORDENADORIA
DE SAÚDE
TJPA



CARNAVAL E COVID-19

Apesar de estarmos evoluindo no combate à COVID-19 por meio de vacinas, ainda não há quantidade suficiente para imunizar toda a população. Diante disso, devemos nos prevenir de outras formas. Então se liga nas dicas de prevenção!!



Evite aglomerações!! Este ano é necessário curtir o carnaval em casa para evitar a circulação do vírus.



Se você precisar sair de casa, para ir ao supermercado, por exemplo, lembre de SEMPRE usar máscara. Ela será seu novo abadá.



Sempre higienize suas mãos com água e sabão ou álcool em gel. A transmissão indireta do vírus ocorre pelas mãos ao tocar em superfície recém contaminada.



Não compartilhe alimentos, copos e objetos pessoal. Evite o contágio.



CARNAVAL SEM IST'S

No carnaval e sempre: **USE CAMISINHA**. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), 1 milhão de pessoas, por dia, adquirem infecções sexualmente transmissíveis no mundo. Isso significa que cerca de 700 indivíduos são infectados por minuto - todos os dias. Então faça do preservativo parte da sua fantasia.



Use camisinha em todas as suas relações sexuais, seja ela anal, vaginal ou oral. Esse é o método mais eficaz para reduzir os riscos de transmissão das IST's.



Evite o compartilhamento de seringas, agulhas, lâminas de barbear e qualquer outro instrumento perfurocortante. A transmissão não é apenas sexual.



Caso você sofra alguma agressão sexual, procure imediatamente um serviço de saúde para uso de profilaxia pós-exposição



FOLIA E ÁLCOOL: CUIDADO!

Procure evitar o uso de bebida alcoólica! O álcool, ao ser consumido, age no sistema nervoso, podendo alterar o estado normal. Então muito cuidado: se beber, beba com moderação!!



Se beber, beba de forma consciente e diga **NÃO** as drogas! As drogas são prejudiciais à saúde, pois causam dependência, por isso **EVITE-AS!**



Se beber, não dirija! Direção e álcool não combina, é crime e pode tirar vidas.



Hidrate-se! O álcool causa desidratação, então beba bastante Água e mantenha-se hidratado.



**NÃO DEIXE A ALEGRIA
SE TORNAR PESADELO**

**ABUSO E
EXPLORAÇÃO
SEXUAL DE
CRIANÇA E
ADOLESCENTE É
CRIME.**



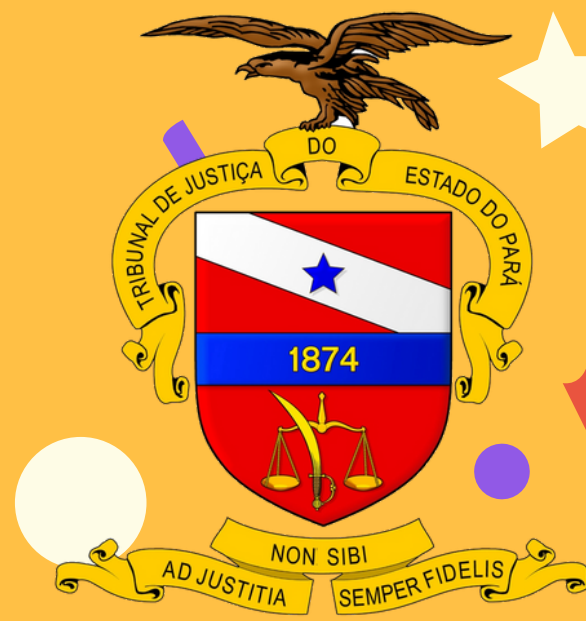
DENUNCIE!!!!
DISQUE:180



**DIVIRTA-SE
COM
CONSCIÊNCIA**

É SEM ESQUECER QUE:





PRESIDENTE

DESEMBARGADORA CÉLIA REGINA DE LIMA PINHEIRO

VICE-PRESIDENTE

DESEMBARGADOR RONALDO MARQUES VALLE

CORREGEDORIA GERAL

Desa. ROSILEIDE MARIA DA COSTA CUNHA

CONSELHO DA MAGISTRATURA

Des. RONALDO MARQUES VALLE

Desa. EZILDA PASTANA MUTRAN

Desa. CÉLIA REGINA DE LIMA PINHEIRO

Desa. ROSI MARIA GOMES DE FARIAS

Desa. ROSILEIDE MARIA DA COSTA CUNHA

Desa. EVA DO AMARAL COELHO

Desa. MARIA FILOMENA DE ALMEIDA BUARQUE

SECRETARIA DE GESTÃO DE PESSOAS COORDENADORIA DE SAÚDE

CARTILHA SOBRE CARNAVAL- 2021

RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DA CARTILHA

RENATA CARNEIRO INGLIS - ESTAGIÁRIA DE ENFERMAGEM

MIGUEL ÂNGELO NOVO SIMAS - DIVISÃO DE SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA

MANOEL DE CRISTO ALVES NETO - COORDENADOR DE SAÚDE

MADALENA FREITAS DE OLIVEIRA - ENFERMEIRA

EDITOR GRÁFICO

RENATA CARNEIRO INGLIS - ESTAGIÁRIA DE ENFERMAGEM

FONTE

MINISTÉRIO DA SAÚDE