



As novas rotinas de trabalho durante a pandemia

COM O PROLONGAMENTO DO ISOLAMENTO SOCIAL, PROFISSIONAIS E EMPRESAS DE DIVERSAS ÁREAS TÊM ENCARADO NOVOS MODELOS DE TRABALHO, COMO O HOME OFFICE. A PRÁTICA, ATÉ ENTÃO MUITO MAIS PRESENTE NOS SETORES DE TECNOLOGIA, TEM TUDO PARA PERMANECER POR UM BOM TEMPO.

Páginas 4 e 5



Arquivo pessoal

DRA. SOLANGE MATA MACHADO, PH.D EM NEUROCIÊNCIA E INOVAÇÃO

O JORNAL NOSSO BAIRRO ENTREVISTOU A PÓS-DOUTORA EM NEUROCIÊNCIA E INOVAÇÃO, SOLANGE MATA MACHADO, PARA SABER MAIS SOBRE OS HÁBITOS E COMPORTAMENTOS DAS NOVAS GERAÇÕES

Página 3



**Regularização
do condomínio
Vivendas
Beija-flor é
aprovada no
Conplan**

Página 2

**Governo
do DF autoriza
o uso de
cloroquina
para pessoas
em caso grave**

Página 7

**Lar Bezerra
de Menezes
recebe
doações de
grupo de
concurseiros**

Página 8

Editorial

Ficar em casa. Para boa parte das pessoas, este simples ato de permanecer em casa nunca teve tanto significado e importância. A pandemia do novo coronavírus (covid-19), tem se mostrado e mais grave que o esperado no Brasil.

Muitos diziam que o Brasil conseguia passar de forma segura pela crise, pois os acontecimentos europeus serviriam de exemplo para que aqui a prevenção fosse mais eficaz. Os estudos estatísticos sobre a previsão de mortes naquele momento, eram taxados de alarmistas e descolados da realidade. Pois bem, aqui estamos, no epicentro da crise, seguindo a curva de contágio e de mortes que os estudos "alarmistas" apontaram. De nada valeram os avisos, exemplos, alardes.

Já são mais de 30 mil mortes no Brasil. O DF, segundo os dados oficiais, possui pouco mais de 12 mil casos e cerca de 174 mortes.

O governo se vê atualmente entre a cruz e a espada, pode-se assim dizer, quando se aborda economia. De um lado, o isolamento social é necessário para que o número de casos não cresça ainda mais. Do outro, o comércio inativo prejudica milhares de trabalhadores, que veem sua renda desaparecer. As dívidas, em contrapartida, vencem todo dia 5 de cada mês.

O Estado tem escolhido a "espada", e o comércio vem sendo reaberto gradativamente, contrapondo as recomendações das organizações de saúde. Diferente das dívidas dos trabalhadores, o preço a pagar por possíveis decisões erradas por parte do Estado chega mais rápido, em 15 dias, período médio de incubação do vírus.

É preciso entender que ficar em casa é um privilégio, que deve ser utilizado em benefício do próximo, evitando contato social e consequentemente, o contágio pelo vírus. A economia sempre se recupera, por mais lento que seja o processo. As vidas, essas são perdidas para sempre.

Se puder, fique em casa!

DIA A DIA

REGULARIZAÇÃO DO CONDOMÍNIO BEIJA-FLOR É APROVADA PELO CONPLAN



Urbanizadora Paranoazinho

O condomínio Vivendas Beija-Flor Localizado no setor Contagem, em Sobradinho II, é mais um condomínio da Fazenda Paranoazinho que tem seu processo de regularização aprovado pelo Conselho de Planejamento Urbano do Distrito Federal (Conplan). Com 28 votos favoráveis, o projeto foi aprovado pelo Conplan no dia 16 de abril.

O Beija-flor é o primeiro condomínio da Saída Norte do DF aprovado pelo Conplan no atual modelo de reuniões home-office, adotado pela Secretaria de Desenvolvimento Urbano do Distrito Federal (Seduh/DF).

Ao todo, 76 lotes residenciais e comerciais terão em breve a escritura dos terrenos. Ricardo Birmann, diretor-presidente da Urbanizadora Paranoazinho (UP), afirma que a regularização do

Beija-Flor é uma demonstração de que a empresa, apesar do isolamento social causado pela atual pandemia do novo Coronavírus (Covid-19), "continua se esforçando para realizar os sonhos dos moradores da região, a escritura de seus lares".

A reunião de aprovação do condomínio foi a segunda realizada pelo Conselho no modelo de teletrabalho (home-office). O Atual modelo de trabalho foi adotado no dia 20 de março, após o Decreto governamental nº 40.256, que instituiu o teletrabalho para os servidores das Secretarias de Estado do DF.

Para a presidente da União dos Condomínios do DF (Única-DF), Júnia Bittencourt, "A sessão em home office só demonstra o compromisso que o Conselho tem em concluir a sua pauta

de deliberações durante o ano, mesmo com os problemas advindos da pandemia". Para a presidente da Única-DF, o Decreto de Regularização deve sair em breve. "O beija-Flor é um projeto que já possui licenciamento ambiental e agora está aprovado urbanisticamente. O decreto do governador é a próxima etapa, que não deve demorar", explica.

Após aprovação no Conplan, o processo do Vivendas Beija-Flor segue para assinatura de decreto por parte do governador Ibaneis Rocha.

Com o Decreto assinado, o Condomínio se juntará aos grupos dos parcelamentos regularizados do setor Contagem, que possui atualmente quatro condomínios: Fraternidade, Jardim Ipanema, Residencial Ipês e Vivendas Rural Alvorada, regularizados em 2019.



**Centro Médico
Matsumoto**

10 Anos
CUIDANDO DE VOCÊ

RT: Dr. Karl Matsumoto | CRM-DF 9218

**CONSULTAS
E EXAMES**

SOBRADINHO - DF
Quadra 05 CL 01
3487-1029

FORMOSA - GO
Rua Ângelo Chaves nº 70
3631-1029

www.cmmatsumoto.com

Expediente

Realização: Editora Nossa Bairro
SCS Quadra 7 - Bloco A - Edifício Torre Pátio Brasil - Salas 1221/1223
Telefone: (61) 3226-6000 | **Whatsapp:** (61) 98256-7971
Críticas, dúvidas, sugestões de pauta e anúncios: contato@jornalnossobairro.com
Site: www.jornalnossobairro.com

Editor chefe e jornalista responsável:
Márcio Caetano Setúbal Alves - Registro Prof. 4904/DF
Reportagem:
Lucas Dantas e Letícia Zieman Leonardi
Diagramação:
Fernando Santana

Tiragem:
O Jornal Nossa Bairro será publicado somente em sua versão digital durante o período de quarentena que se instalou por conta da pandemia da COVID-19.



Arquivo Pessoal

DRA. SOLANGE MATA MACHADO, PÓS-DOUTORA EM NEUROCIÊNCIA

O JORNAL NOSSO BAIRRO ENTREVISTOU A PÓS-DOUTORA EM NEUROCIÊNCIA E INOVAÇÃO, SOLANGE MATA MACHADO, PARA SABER MAIS SOBRE OS HÁBITOS E COMPORTAMENTOS DAS NOVAS GERAÇÕES

O que é a neurociência, onde ela é aplicada e o que isso impacta a vida das pessoas, das empresas e dos negócios?

Ela vem como um elemento transformador do nosso autoconhecimento. A neurociência traz várias informações de áreas diferentes do cérebro e como elas são impactadas, qual a nossa percepção, como os estímulos são captados e em que áreas, como que a gente processa e cria memórias de curto e longo prazo. Na medida que a gente vai desvendando, vai entendendo o impacto disso tanto na nossa vida como ser humano quanto no que isso vai influenciar nos nossos negócios.

Sua especialização foi em inovação e neurociência, qual é a relação entre esses temas e os negócios?

No meu pós-doutorado, eu aprofundei meu conhecimento em entender sobre o *mindset* (memórias e crenças conscientes e inconscientes desenvolvidas ao longo da vida). Todo ser humano possui um espectro de *mindset* fixo e o *mindset* de crescimento. A gente precisa começar a descobrir e se questionar a respeito de quando que o nosso *mindset* fixo é preponderante, e quando o nosso *mindset* de crescimento é presente, e entender se eu sou mais aberto e disponível a me transformar continuamente, ou se a gente é potencialmente resistente. O mundo está se acelerando em uma transformação continua que vai nos obrigar a ter um *mindset* de crescimento.

Esse ponto tem a ver com o questionamento: "Como pensar o futuro

se estamos presos ao passado"?

Exatamente isso. Quando você tem o *mindset* de crescimento, toda a vez que você está trazendo, pensando ou buscando algo novo, você tem que se questionar para começar a fazer o que chamamos de metacognição, um questionamento contínuo que fazemos sobre os nossos próprios pensamentos para que a gente não fique preso a pensamentos que vêm da nossa memória de longo prazo, coisas que aprendemos no passado.

Mindset fixo e nível de estresse elevado, o que isso influencia na capacidade de inovação?

Nós temos um sistema de ameaça e um sistema de recompensa no cérebro, e isso tudo é químico. Na hora que recebemos estímulos externos, em milésimos de segundos essa informação é comparada com o que já existe guardado no nosso cérebro, e nós ativamos no mesmo momento sistemas de sobrevivência e de ameaça. Quando eu recebo estímulos ligados à sobrevivência, eu ativo um sistema que existe na minha área inconsciente de "ou fugir ou lutar", e ele ativa as memórias que vêm do passado, sem condição de acessar as memórias que são processadas conscientemente, então ativamos no estresse e deixamos de ter capacidade criativa.

Como a gente trabalha essa questão de estresse nesse mundo hiperconectado, em que a gente dorme com telefone na mão e a primeira coisa que a gente faz quando acorda é acessá-lo novamente para já estar por dentro dos acontecimentos e notícias?

A primeira coisa é não dormir e nem levantar com o telefone! (risos) A gente tem o sistema nervoso autônomo, que ativa esse "fugir ou lutar", e tem os braços simpático e parassimpático, quando a gente tá em sobrevivência e estresse, é o simpático que tá ligado, ele

quando o coronavírus ou a quarentena vão acabar, ou quando vamos ter uma vacina que realmente tire nosso medo, mas o que realmente preocupa é a complexidade disso no mundo e o impacto que isso está trazendo, não temos mais clareza de para onde tudo vai caminhar.

ajudar a pensar qual o novo caminho.

Os hábitos de consumo tendem a mudar com essa pandemia, o que pode ser uma oportunidade para os empreendedores. Esse é o caminho?

Eu diria que o e-commerce já vinha em um crescente e agora se acelerou profundamente, mas o processo é mais profundo do que isso. Esse é um momento profundo para as reflexões de consumo. Nos acostumamos a viver em um ambiente de vaidade e de emoção, que não são condizentes com uma necessidade real.

Da mesma forma que os empreendedores estão passando por problemas, as famílias também estão. O que muda na relação das pessoas dentro de casa e a educação das crianças?

Eu acredito que vamos ter uma educação bem impactada por esse processo. A pandemia está nos trazendo uma grande oportunidade de estarmos perto dos nossos filhos, tendo a chance de começar a ensinar a como resolver situações e usar a criatividade. São capacidades que vão acompanhar eles no século XXI.

Use o QR Code abaixo para assistir à entrevista completa no Canal do JNB no Youtube



“ESTAMOS VIVENDO UMA INTENSIDADE DE INCERTEZAS, SEM CLAREZA DE PARA ONDE TUDO VAI CAMINHAR”

é o nosso acelerador. Se eu não ativar o braço parassimpático, o desacelerador, o cortisol, que é o hormônio do estresse, vai enfraquecer as áreas vitais do organismo, principalmente a área imunológica.

Para trabalhar o sistema parassimpático é preciso trabalhar sua respiração, pois com o controle respiratório de 5 inspirações de 10 segundos e 5 expirações contínuas de 10 segundos, durante 3 minutos, já vai equilibrar seu nível de cortisol para que os sistemas sejam equilibrados.

O que é o Mundo VUCA?

Definiu-se como mundo VUCA um mundo no qual eu tenho uma grande volatilidade, um grande aumento de incerteza, uma grande interação de forças e de fatores que se ligam cada vez mais pela conectividade, e que a gente não sabe mais onde está a causa e onde está o efeito, e as situações de ambiguidade, pois não temos mais a clareza de para onde a gente vai.

Hoje estamos vivendo uma intensidade de incerteza porque ninguém sabe

imprevisíveis também são os "cisnes negros". O que é esse conceito? Hoje, nós estamos vivendo o "cisne negro" do século XXI com o coronavírus?

É o imprevisível. Neste mundo VUCA, a gente só consegue entender coisas imprevisíveis quando a gente olha para o retrovisor. Por exemplo, o 11 de setembro, hoje você vê várias causas desse "cisne negro", mas apenas olhando para o retrovisor, a imprevisibilidade dele naquele momento era muito grande porque nosso contexto cognitivo tinha muita dificuldade, pelos filtros que nossa memória tem, de ler as possibilidades futuras.

Como os empresários que hoje estão sendo impactados diretamente por essa pandemia devem refletir e avaliar para sobreviverem a esse período?

Primeiro, acho que a mensagem é autoconhecimento. É um questionamento interno sobre quanto o estresse está me impedindo de olhar para frente e ver novas oportunidades. O segundo ponto é entender que agora temos dois tipos de desafios, o desafio do "aqui e agora", que é olhar para a liquidez do negócio, ver o que deve ser feito e trazer pessoas para me ajudar a manter o negócio. O que aconselho é se formar um time de pessoas que possuam capacidade de antecipar e serem mais criativas para



AS NOVAS ROTINAS DE TRABALHO DURANTE A PANDEMIA



André Arruda / iStock

COM O PROLONGAMENTO DO ISOLAMENTO SOCIAL, PROFISSIONAIS E EMPRESAS DE DIVERSAS ÁREAS TÊM ENCARADO NOVOS MODELOS DE TRABALHO, COMO O HOME OFFICE. A PRÁTICA, ATÉ ENTÃO MUITO MAIS PRESENTE NOS SETORES DE TECNOLOGIA, TEM TUDO PARA PERMANECER POR UM BOM TEMPO.

Com a adoção das medidas de isolamento social por conta da pandemia causada pelo novo coronavírus, o mundo do trabalho foi obrigado a se reinventar para não paralisar suas atividades. Com exceção das atividades essenciais, que continuam funcionando, boa parte dos trabalhadores se encontram em casa.

Dentro deste cenário, o home-office ou trabalho remoto, como também é conhecido, tem ganhado espaço como forma de atuação de diversas empresas. Mas, quais são as percepções dos profissionais acerca deste novo modelo e quais benefícios isso traz para a produtividade das empresas?

Em termos de legislação, o teletrabalho só apareceu nas leis traba-

lhistas em 2017, após a recente reforma que adicionou a modalidade. Antes disso, o home-office era uma prática mais comum para empresas do ramo tecnológico, em startups e modelo de trabalho de profissionais autônomos de áreas como design, comunicação e tecnologia da informação.

O home office consiste basicamente na realização das atividades de trabalho de maneira remota, utilizando ferramentas virtuais para entregar resultados, sem sair do ambiente doméstico. Apesar desta transversalidade entre o morar e o trabalhar no mesmo ambiente, o antropólogo José Luis da Silva explica que cabe a cada profissional definir bem o seu ambiente

de trabalho de maneira ampla.

"A casa, conhecida como o lugar do morar e cozinhar, do descanso, tem seu território compartilhado com as

horários bem definidos, bem como ambientes dedicados às atividades são importantes para que o profissional se mantenha focado. " Nem todas as pessoas possuem um escritório em casa para esta finalidade, mas é importante entender que enquanto você estiver em horário de trabalho, atividades paralelas comuns do ambiente doméstico devem ser colocadas de lado, criar um distanciamento simbólico entre estar em casa e estar trabalhando, apesar de ser o mesmo espaço".

A coordenadora administrativa Sânia Almeida relata que a nova rotina exigiu muita dedicação no início. " Nunca havia trabalhado de casa antes, até porque sempre

O home office
consiste na realização das atividades de trabalho de maneira remota, utilizando ferramentas virtuais para entregar resultados, sem sair do ambiente doméstico.



atividades de trabalho. É importante manter uma distinção clara entre esses dois mundos", destaca o especialista.

Para Silva, manter

desempenhei funções de atendimento, algo que necessita de uma atenção presencial. Com a pandemia, todos do meu setor tiveram que se adequar à nova realidade", afirma.

No começo, conta a profissional "foi muito estressante. Fazíamos uma série de reuniões, a maioria improdutivas, as demandas ficavam sem um responsável claro, o que prejudicou a nossa produtividade". Sânia afirma que as coisas começaram a melhorar a partir da adoção de ferramentas de planejamento na gestão do tempo e em treinamentos oferecidos pela empresa para rotinas remotas. "Foi um processo de desapego, percebemos que muitas atitudes tomadas eram desnecessárias, uma reeducação de hábitos", comenta.

PESQUISA APONTA AUMENTO DA PRODUTIVIDADE E QUALIDADE DE VIDA

Professores da Universidade de Harvard, nos Estados Unidos, divulgaram um estudo sobre os impactos do trabalho remoto para a produtividade das empresas e na vida dos funcionários.

Os professores Raj Chodhury e Cirrus Foroughi, queriam entender se a flexibilidade de escolha do local de trabalho afetava a produtividade. Após analisarem diversas profissões, a dupla optou por conduzir o estudo com técnicos em patentes dos Estados Unidos.

Em um período curto, os profissionais avaliados no estudo começaram a intercalar o trabalho entre escritório e casa; tempos depois, a sede foi reduzida e todos passaram ao es-

quema remoto em tempo integral.

Após o término da pesquisa, os resultados apresentados foram bem significativos. A produtividade dos técnicos aumentou 4,4% e a qualidade do trabalho não foi afetada, já que não se apresentou um aumento no número de erros ou a recorrência do retrabalho.

Como todo o trabalho é realizado pela internet, muitos técnicos aproveitaram o benefício e se mudaram para locais com menor custo de vida, o que se converteu em uma renda maior sem a necessidade de aumento, apontaram os resultados.

A pesquisa demonstrou também que, funcionários que moravam relativa-



Medium.com

mente próximos, a cerca de 40 quilômetros de distância, apresentavam um desempenho ainda melhor, por conta da troca de

experiências.

Os resultados reforçaram a tese de que, ao contrário do que se temia, políticas de *home office* ou

programas mais flexíveis podem trazer vantagens reais para as empresas. e refletir positivamente na vida dos colaboradores.

HOME OFFICE E FILHOS

O isolamento social imposto pela pandemia de Covid-19 fez com que muitas empresas adotassem o regime de trabalho *home office*, que impõe aos pais o desafio de equilibrar a carreira profissional e a educação dos filhos no dia a dia dentro de casa, com o ambiente familiar e de trabalho sendo separados apenas por uma parede.

Para a pós-doutora em neurociência e inovação, Solange Mata Machado, a quarentena é uma oportunidade de aproximar pais e filhos e permitir que se desenvolvam habilidades criativas dentro de

casa, destacando que a presença dos pais é essencial na criação da base de memórias que as crianças carregarão por toda a vida. "A pandemia está nos trazendo uma grande oportunidade de estarmos perto e podermos passar comportamentos que podem ser extremamente benéficos para os nossos filhos", comenta a PhD, enfatizando que é possível equilibrar a rotina de trabalhos com atividades que prendam a atenção e tragam aprendizados para as crianças.

"Quando eu estou em casa com meus filhos, eu tenho uma grande oportunidade de começar a ensinar a como resolver situações, se você precisa de uma hora para trabalhar, use esse tempo para di-

vidir tarefas, chamar seus filhos para que proponham uma solução para o problema da divisão de espaço, de tempo. É uma ótima oportunidade para que a gente comece a ensinar e educar nossos filhos com capacidades que vão acompanhar eles por toda a vida", completou Solange.

Para entender como lidar com esse novo cenário e os possíveis conflitos que podem surgir, a pedagoga e educadora parental Camila Antunes, que também é co-fundadora da consultoria Filhos no Currículo, que visa dar suporte a empresas para que seus colaboradores possam equilibrar filhos e carreira de uma forma mais simples, indica que o caminho é estabelecer limites.

"Limite é contorno e segurança para as crianças. É importante que a gente estabeleça de forma clara os compromissos e combinados com as crianças, garantindo a conexão. Precisamos dar amor, afeto e limite para elas. De forma gentil e respeitosa, você pode dizer quando

seu filho te acessar em momento que não era combinado: "eu entendo que você queria muito brincar comigo e eu também gostaria. E agora eu vou terminar o que combinamos, estou na hora do meu trabalho", explicou Camila.

Mãe da Isabel e do João, ela afirma, contudo, que este é um momento de fortalecer os laços familiares, mas acentua que o momento atual não é vivido da mesma forma por todos. "É importante não romantizarmos o confinamento que estamos vivendo e ter consciência de que o Brasil tem múltiplas realidades, muitas famílias que não podem ficar em casa, mães que estão sozinhas com seus filhos ou pessoas submetidas à violência doméstica.

Essas pessoas estão enfrentando esse momento de forma bem diferente", conclui Camila.



Shutterstock

O GDF segue firme no combate ao coronavírus.

O DF foi o primeiro a tomar medidas de contenção ao avanço da Covid-19 e, com isso, a curva de contaminação segue controlada em nossas cidades. Para atender ainda melhor a população, o GDF nomeou 577 novos médicos e 146 enfermeiros. Também ampliou os testes de Covid-19, instalou mais 300 novos leitos no Estádio Mané Garrincha e no Hospital da PM e mais 321 leitos de UTI nas redes pública e privada. Para o GDF, a defesa da vida vem em primeiro lugar.

Faça a sua parte:



Lave as mãos com frequência.



Use álcool gel.



Se precisar sair, use sempre máscara.



Evite levar as mãos ao rosto.



Sempre que puder, fique em casa.



Evite grandes concentrações de pessoas.

Em casos suspeitos, o GDF disponibiliza equipes volantes para fazer o exame onde a pessoa estiver. Caso você tenha os sintomas, ligue para 190, 193 ou 199.



**COMPORTAMENTO**

MÁSCARAS DE PROTEÇÃO TOMAM CONTA DO COTIDIANO DAS PESSOAS NO DISTRITO FEDERAL

Reprodução



Mais de 85% da população já usa máscaras no transporte público, afirma GDF. A população do Distrito Federal tem demonstrado consciência social e já utiliza máscaras para circular pelas cidades – desde que sair de casa seja absolutamente necessário.

Técnicos da Secretaria de Governo, mantiveram a distribuição gratuita dos equipamentos de proteção respiratória em terminais rodoviários e estações do metrô, e garantem que 8 em cada 10 já o fazem regularmente.

A aposentada Léa Mar-

ta de Oliveira Pessoa, 79 anos, também aproveitou a distribuição gratuita das máscaras. "Precisei ir ao banco e soube que aqui estavam distribuindo, então vim buscar", contou. Usando máscara descartável, a idosa sem muitas condições financeiras rece-

beu um par de máscaras laváveis. "Essa de pano é muito melhor, posso usar várias vezes, achei uma boa atitude", afirmou.

"Cerca de 85% já vem de casa usando as máscaras", avalia o secretário de Governo, José Humberto Pires, que acompanhou parte dos trabalhos de entrega dos produtos no Plano Piloto e no Gama. "Muitos sabem que estamos nesses locais fazendo entregas, mas sentimos que a maioria adere ao uso antes de sair de casa", detalha.

Segundo Pires, além da distribuição, os servidores espalhados por 31 pontos estratégicos estão fazendo a conscientização da importância das máscaras, ensinando a forma correta

de usá-las e, ainda, como higienizá-las. "Além de surprender a necessidade daqueles que ainda não têm as máscaras, estamos realizando um trabalho importante de esclarecimento e alerta", avalia.

De acordo com decreto do governador Ibaneis Rocha, em uma semana o uso dos equipamentos de segurança começa a ser cobrado – e punido. A partir do dia 11, o uso das proteções faciais será fiscalizado em todas as vias e espaços públicos, transportes públicos coletivos, estabelecimentos comerciais, industriais e espaços de prestação de serviço. Quem desobedecer será punido com multas a partir de R\$ 2 mil.

SAÚDE

GDF AUTORIZA USO DE CLOROQUINA PARA CASOS GRAVES

Em portaria publicada em edição extra do DODF, a Secretaria de Saúde do Distrito Federal (SES-DF) autorizou o uso da Cloroquina no tratamento de pacientes com coronavírus em estado grave. A portaria, em vigor desde dia 13 de abril, estabelece os números de tratamentos a serem disponibilizados pela rede pública e privada do Distrito Federal.

A Secretaria de Saúde

disponibilizará a Cloroquina fornecida pelo Ministério da Saúde. O foco serão os pacientes considerados em estado crítico da doença. Inicialmente, serão disponibilizados cerca de 360 medicamentos, sendo 200 para as UTIs dedicadas ao tratamento do covid-19, 100 para demais hospitais da rede pública e 60 para a rede privada de saúde da capital. Cada tratamento, de acordo com a SES-DF,

contará com 20 comprimidos. Os hospitais que necessitarem quantidade maior do medicamento, devem fazer a solicitação diretamente à Secretaria.

A dosagem distribuída para a rede de Saúde do Distrito Federal será a Cloroquina de 150mg por comprimido. Originalmente, a Cloroquina e a Hidroxicloroquina são medicamentos usados no combate à Malária.



Reprodução

SAÚDE

ESTUDO APONTA RISCO NO USO DA CLOROQUINA EM ALTAS DOSAGENS

Um estudo desenvolvido em Manaus (AM) por um grupo de 29 pesquisadores, com pacientes de coronavírus medicados com a Cloroquina, teve de ser interrompido por conta do risco à saúde dos pacientes. A pesquisa, realizada com cerca de 81 pessoas infectadas pelo vírus, chegou à conclusão de que a alta dosagem do medicamento pode causar problemas cardíacos e levar o paciente à morte.

O estudo separou os pacientes em dois grupos, que

receberam diferentes doses da Cloroquina. No segmento que recebeu dose maior, com 41 pessoas, cada paciente recebeu cerca de dois comprimidos de 600mg/dia em um período de dez dias. Após a morte de 11 pacientes, o experimento foi suspenso, por apresentar um aumento de 17% na letalidade em relação à média da doença.

Os cientistas afirmaram que "tais resultados nos forçarão a interromper prematuramente o recrutamento

de pacientes para este braço. Dado o enorme impulso global para o uso de Cloroquina para COVID-19, os resultados como os encontrados neste estudo podem fornecer evidência robusta para recomendações atualizadas de gerenciamento de pacientes COVID-19", destacam.

De acordo com o estudo, "os resultados preliminares sugerem que a alta dose de Cloroquina (regime de dez dias) não é recomendada para o tratamento de covid-19 por causa de seus

potenciais riscos à saúde." Os principais riscos, afirma o documento, estão relacionados aos efeitos colaterais, como impacto negativo nas funções cardíacas. No entanto, os pesquisadores não descartam a hipótese de os pacientes já terem tomado outros medicamentos "cardiotóxicos", justificando o agravamento dos sintomas.

Para os pesquisadores, o medicamento também se mostrou ineficaz contra o vírus. Os resultados demonstraram que, "em um grupo

de 14 pacientes que possuíam o mesmo quadro clínico, a secreção dos pulmões após o quarto dia deu negativo em apenas um paciente". Ou seja, não encontraram evidências significativas para que a alta dosagem tenha reduzido o quadro da doença.

O estudo ainda prossegue com o outro grupo, que está sendo medicado com doses menores da Cloroquina, cerca de 2,7g em cinco dias, mas ainda não apresentou resultados.



LAR BEZERRA DE MENEZES RECEBE DOAÇÕES DE GRUPO DE CONCURSADOS DA SECRETARIA DE SAÚDE DO DF

Divulgação



Em tempos de crise por conta da nova pandemia causada pela Covid-19, a solidariedade demonstra sua força. Assim pode ser descrita a ação solidária realizada pelo grupo de administradores aprovados no concurso da Secretaria de Saúde do DF no ano de 2018. A ini-

ciativa dos aprovados arrecadou mais de 300 quilos de alimentos para o Lar dos Velhinhos Bezerra de Menezes, em Sobradinho, no último dia 17/04.

De acordo com Mauro Gomes, membro da comissão que representa os mais de 800 concursados da SES

em 2018, diante da atual crise causada pelo Covid-19, "sabíamos que não poderíamos ficar inertes e foi nosso desejo contribuir com a sociedade de alguma maneira. Com isso, surgiu a ideia de colaborar com o Lar dos Velhinhos, uma instituição séria que realiza um tra-

balho maravilhoso em Sobradinho e que está muito necessitada de todo suporte possível".

Foi a primeira vez que o grupo realizou a iniciativa para o Lar dos velhinhos. segundo Mauro, espera-se que a iniciativa "deixe um legado e incentive a comunidade a contribuir e manter um olhar atento ao próximo".

O Lar Bezerra de Menezes é uma entidade sem fins lucrativos, e tem nas doações a principal fonte para que o lugar continue realizando o trabalho. Na ação dos concursados, cerca de 350 quilos foram arrecadados, entre alimentos, produtos de limpeza e outros insumos. A ação contou com 60 voluntários, mas apenas 3 pessoas fizeram a entrega das doações, respeitando as regras do Lar no atual momento de

pandemia de Covid-19.

Realizar o ato solidário foi gratificante para os voluntários, contou Mauro. "Estender a mão a quem tem necessidade, ser útil e produtivo reflete muito a nossa condição de futuros Administradores da Secretaria de Saúde". O representante completa: "Saber que nossa iniciativa fez a diferença para os velhinhos acolhidos pelo Lar, sem dúvida é muito gratificante e é algo que levaremos conosco para a vida toda".

O Lar dos Velhinhos está localizado na Quadra 14, Área Especial 1. Para realização de doações ou visitas, os interessados devem ligar com antecedência para o número (61) 3591-3039, para mais informações e orientações da Instituição.

Tudo aquilo que é dinâmico deve ser constantemente observado e debatido para ser compreendido.

Com as cidades não seria diferente.

**URB
ANi
DADE**

FÓRUM NACIONAL DE SOLUÇÕES URBANAS

E ai? Vamos falar sobre as nossas cidades?

 **Fórum Urbanidade**