



<http://deborahataylorinthemoment.blogspot.com.br>



nossa

Coleção Saúde

Abril de 2012



nossa

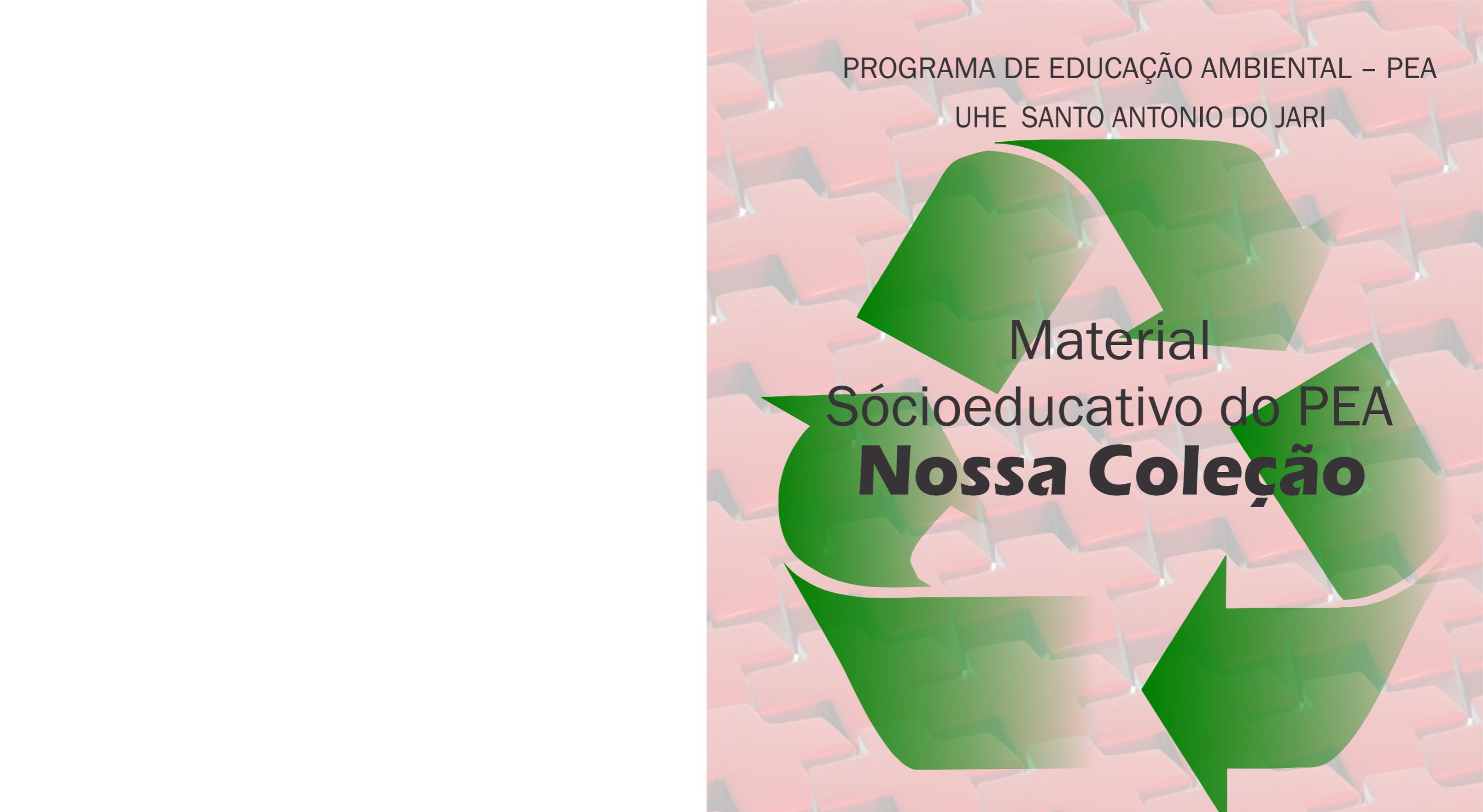
Coleção Resíduos

Abril de 2012



PROGRAMA DE EDUCAÇÃO AMBIENTAL – PEA

UHE SANTO ANTONIO DO JARI



Material
Sócioeducativo do PEA
Nossa Coleção

Corpo editorial

Aila Fernanda Nogueira Regis - Tecnóloga em Meio Ambiente
 Aline Scaglia Tacon - Engenheira Agrônoma
 Arnaldo Barbosa dos Santos - Engenheiro Agrônomo
 Jandislau Jose Lui - Engenheiro Agrônomo
 Jorge Rafael - Pedagogo
 Malena Damasceno - Engenheira Agrônoma
 Mara Helena Macedo Porfírio - Assistente Social
 Rosilene da Costa Cordeiro - Pedagoga

BESSA, N. G. F de; ZUNTA, C.; FRANCO, D. Saúde e Resíduos. In: Nossa Coleção - Material Sócioeducativo do Programa de Educação Ambiental da Hidrelétrica de Santo Antônio do Jari, AM/PA/AC/AM, Brasil. Fundação Orsa/EDP. Edição 1, Ano 1, vol 2, Maio de 2012. 12 p.
 10 f.: il.

ISBN xxxxxxxx

Copyright@ Fundação Orsa/EDP



Os temas **Saúde e Lixo** fazem parte da coleção de publicações do Programa do Programa de Educação Ambiental da Usina Hidrelétrica de Santo Antônio do Jari. Tem o objetivo de informar e contribuir para que cada indivíduo e coletividade exercitem sua cidadania. Isto quer dizer que cada um de nós devemos fazer a nossa parte, cumprindo com nossos deveres e também buscando os nossos direitos.

Esta cartilha apresenta a boa saúde como desejo de todos nós e o lixo como problema da humanidade. É bom começar lembrando que a saúde é resultado do bem estar físico, mental e social. É preciso estar saudável fisicamente, mas é também importante ter condições dignas de trabalho e renda, acesso a educação, transporte, cultura, lazer e acima de tudo gostar de si mesmo. Tomar alguns cuidados como prevenir doenças e criar ambientes saudáveis são maneiras de cuidar da saúde.

Boas mudanças para se ter um local mais saudável é o reaproveitamento dos resíduos, ou seja, daquilo que parece ser apenas lixo, porém, pode ser rico em utilidades. Com isso, pode gerar renda extra pela reciclagem e pela produção de matérias primas para confecção de artesanatos, móveis e mesmo constituir fonte de energia e tornar-se até adubo para pequenos plantios. Assim como também é importante dar a destinação correta para aquele lixo que não pode ser reaproveitado, como pilhas e baterias, além daqueles originários dos serviços da saúde. Quando se tem uma realidade local mais limpa pode se evitar doenças como a dengue e a leptospirose, que tem no lixo uma das principais fontes de proliferação.

Em muitas cidades brasileiras já se tem a organização de catadores de lixo, seja em associação ou mesmo em cooperativa. Isto pode se tornar realidade nas cidades do Vale do Jari. Se a comunidade quiser, organizando-se, poderá também localmente motivar a prefeitura para elaboração de um Plano de Gerenciamento dos Resíduos. Isso pode ser feito buscando compartilhar os interesses, somando os esforços da comunidade, do poder público, das empresas, dos órgãos ambientais e das escolas.

Que tal conversar sobre esses assuntos com outras pessoas da sua comunidade e da região e assim tornar-se um multiplicador de boas idéias?

Na lida do dia a dia é fundamental termos saúde e condições para tal.
O nosso corpo precisa de movimento e nossa memória precisa estar ativa.
São muitos os desafios enfrentados, alegrias e emoções vividas, enfim, histórias de vidas!
Ser saudável também é gostar de si mesmo, ter afeto e respeito por outras pessoas.
Assim, é bom que a cidadania, o cuidado e a prevenção sejam exercícios praticados por todos.
Só para início de conversa é bom lembrar que saúde não é apenas ter ausência de doença...
Adotar boa higiene pessoal, ter alimento, trabalho e acesso a serviços públicos é preciso...
Única é a vida! Muitas são as necessidades: de água tratada, de correta destinação do lixo...
De saneamento básico ambiental, de ambientes mais saudáveis e de acessos mais permitidos.
E para tudo isto acontecer sabemos que não é fácil! Mas vale a pena buscar soluções locais!

O que podemos fazer para melhorar nossa saúde

Mas é também verdade que um dos bons caminhos para se ter saúde é a prevenção, evitando que a doença se instale ou mesmo descobrindo alguns agravos antes mesmo que a coisa fique grave. Para isto precisamos cada vez mais entender que a atitude em favor da saúde individual e da coletividade pode fazer uma boa diferença para qualidade de vida de todos.

Uma boa atitude de cada um passa por medidas simples como:

- deixar limpo o ambiente onde vive e convive em sociedade e estimular para que vizinhos, amigos e familiares também adotem boas práticas de limpeza, pois a sujeira atrai fungos, bactérias, acáros e animais como baratas, ratos, carrapatos, moscas e que podem transmitir doenças.
- ter higiene pessoal começando por ter um corpo limpo e para isto é preciso tomar banho diário e fazer bem feito o asseio corporal. É bom lembrar sempre de lavar as mãos com água e sabão e especialmente antes das refeições, andar calçado evitando que vermes penetrem pelos pés e ter a cabeça e os cabelos limpos evitando a presença de piolhos.
- procurar apoio nos Programas e Postos de Saúde da Família do seu município, solicitando ações educativas na sua comunidade ou bairro, possíveis de serem realizadas pelas equipes de Saúde da Família, discutindo temas como dengue, doenças endêmicas sexualmente transmissíveis, gravidez na adolescência e planejamento familiar.



A saúde deve ser compreendida como uma somatória de condições relacionadas a alguns fatores: biológicos, por exemplo, a idade e o sexo da pessoa; físicos, podendo ser as condições de saneamento básico e ambiental, como fontes de água para consumo, as condições de moradia, de alimentação e de destinação de lixo; e por fim resulta também da condição de renda e trabalho, dos hábitos, estilo de vida e do acesso a serviços de saúde e de educação.

No nosso país a lei maior, que é a Constituição Federal Brasileira, diz que “ a saúde é um direito de todos e dever do Estado e deve ser garantida mediante políticas sociais e econômicas que visem a redução do risco de doenças e de outros agravos e o acesso universal e igualitário as ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação”.

Assim, o governo deve oferecer atendimento a comunidade, seja por hospitais, postos de saúde e acesso a medicamentos. Estas são ações curativas e funciona, muitas vezes, como medida de socorro.

Para uma população ser saudável é preciso ter acesso a um saneamento básico e ambiental. Isto quer dizer que saúde está diretamente relacionada ao meio ambiente. Na prática, se não há tratamento de esgoto e destinação correta de resíduos sólidos e líquidos, a água fica contaminada e o ambiente poluído, com presença de alguns vetores invisíveis aos nossos olhos, que transmitem doenças como diarreia e verminose. Outros vetores como moscas, mosquitos, ratos podem estar presentes em um ambiente que não tem saneamento e não estejam limpos. O controle de doenças transmissíveis também é parte das políticas públicas de saneamento.

Por isto, para se ter saúde é preciso usufruir de abastecimento de água tratada, de esgotamento sanitário, de limpeza urbana e coleta de lixo e de um controle de doenças transmissíveis, como a dengue dentre várias outras. O certo é que não é possível ter saúde em um local onde a maioria dos moradores, seja na cidade ou no meio rural, ainda não tenha se quer um banheiro, uma fossa séptica e a água tratada em suas casas.

Saneamento básico é uma medida protetora da saúde e assim pode ser uma alternativa local para a melhoria da condição de saúde das comunidades locais.



Prevenir contra incidentes causados por animais peçonhentos, também é uma necessidade local!

Animais peçonhentos podem apresentar ameaça em situações de enchentes, onde aparecem serpentes, escorpiões, aranhas, araias além de alguns caramujos venenosos. Isto acontece porque os animais buscam abrigos secos. Da mesma forma neste período de construção da hidrelétrica, devido às ações para formação do reservatório, podem também surgir.

Algumas medidas podem ser adotadas para evitar o incidente com animal peçonhento, como: andar sempre calçado e na zona rural, usar botas com proteção dos pés ao joelho e calças de tecidos mais grossos; evitar colocar as mãos em tocas, montes de lenha e entulhos, dando preferência para o uso de ferramentas apropriadas.

Quando ofendido por animal peçonhento, a medida correta a ser adotada imediatamente é lavar o ferimento com bastante água e sabão e buscar o atendimento na unidade de urgência mais próxima do acidente. Se for possível, deve se identificar ou até capturar o animal que ocasionou o ferimento. Isto facilitará o atendimento do profissional da saúde, por meio do uso do soro antiofídico específico para neutralizar aquele tipo de veneno.

Como os acidentes com este tipo de animal acontecem no Brasil mais com picadas de serpentes, popularmente conhecidas como cobras, é preciso ter alguns cuidados especiais: NÃO colocar pó de café no local, NÃO amarrar o torniquete e nem tentar “chupar o sangue”, pois isto aumenta as chances de contaminação. Mesmo que na cultura local exista alguma prática que seja popularmente adotada, o caminho mais seguro é o atendimento médico devido às tecnologias apropriadas, podendo evitar outras complicações, como contaminações.

Os sintomas por envenenamento mais comuns são dor, inchaço e sangramento progressivo e nem sempre é reconhecido o local da picada. Por isto, é muito importante ter mais atenção aos sintomas, principalmente em crianças.



Continuar falando de prevenção também tem uma razão: as mudanças que ocorrem na região devido ao período de construção do empreendimento hidrelétrico.

O Vale do Jari vem recebendo mais pessoas e de vários lugares do País, com culturas, hábitos, costumes e valores muitas vezes diferentes daqueles que são praticados localmente. O respeito entre o cidadão que chega e o que vive à muito tempo aqui é a primeira boa atitude de todos. Prevenir pode ser também um dos bons caminhos para se evitar problemas!

Por isto, é importante dizer **não as drogas**. O álcool e o cigarro são drogas chamadas de lícitas. Neste caso é permitido, por lei, o consumo por pessoas maiores de idade. Já as drogas como maconha, cocaína, crack, por exemplo, são chamadas de drogas ilícitas ou proibidas por lei no Brasil, independente da idade da pessoa. Mas atenção: nos dois casos existem muitas toxinas e substâncias que fazem muito mal a saúde e criam dependências, o que chamamos de vício.

Adotar uma vida saudável e produtiva, se possível com estudo, trabalho, esporte, ambiente familiar e lazer é um dos caminhos para uma vida sem drogas. Mas, mesmo que falte algo em nossa vida, existem outras formas de buscar bons caminhos, como ter bons amigos, gostar de si mesmo, ter sonhos e buscá-los com determinação. O primeiro passo importante para não ter na droga um vício, é falar não às ofertas!

Outra boa regra da prevenção é evitar uma **gravidez não planejada**, inclusive **na fase de adolescência e plena juventude**, o que chamamos de **gravidez precoce**. Isso pode ser um problema tanto para a futura mãe, para o pai da criança quanto para os familiares porque gera mudança nos projetos de vida de cada pessoa envolvida. É importante buscar a realização das esperanças e dos sonhos positivos em relação ao estudo, ao trabalho e a uma profissão.

É direito da família, de cada mulher e de cada homem, seja jovem ou adulto, ter acesso a informação sobre planejamento familiar, sexualidade, métodos de proteção contra gravidez e contra **doenças endêmicas sexualmente transmissíveis** - DSTs, como a AIDS e hepatites. É importante contar com o apoio do profissional de saúde para avaliar qual é a melhor forma para cada pessoa. Que tal convidá-lo para ir a escola e a comunidade falar mais sobre isto ?

Na constituição brasileira de 1988, nossa carta magna maior, tem-se que: “a saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas públicas sociais e econômicas que visem a redução do risco da doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitários às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação”.

É responsabilidade dos governos, seja federal, estadual e municipal garantir o acesso a saúde para todos, sendo público e gratuito, incluindo programas como: educação sexual nas escolas e nos meios de comunicação; saúde reprodutiva; combate a exploração sexual de adolescentes e jovens; e sobre doenças endêmicas como malária, hepatites e DST/aids. Neste caso, o acesso aos medicamentos devem ser gratuitos. Cabe ao SUS (Sistema Único de Saúde) dar conta dessa tarefa, sendo o executor dessa política. Fazem parte do SUS os centros e postos de saúde, policlínicas, hospitais, laboratórios, hemocentros (bancos de sangue), serviços de vigilância sanitária, epidemiológica e ambiental, além de fundações e institutos de pesquisa, como a FIOCRUZ - Fundação Oswaldo Cruz, conhecida pelas vacinas produzidas no nosso País.

São ainda direitos do cidadão, assegurados por lei desde 1990: ser atendido com ordem e organização, sendo atendido primeiro aquele em estado grave ou maior sofrimento; ser atendido com qualidade, recebendo as informações claras sobre o estado de saúde; não sofrer discriminação quanto a raça, cor, idade, orientação sexual, estado de saúde ou nível social; pode ver o prontuário médico quando quiser.

Para acesso a medicamentos a preço reduzido, o Governo Federal criou o Programa Farmácia Popular do Brasil para ampliar o acesso aos medicamentos para as doenças mais comuns entre os cidadãos. Medicamentos para agravos como hipertensão, diabetes, glaucoma e para saúde preventiva como anticoncepcionais podem ser encontrados nessas farmácias. O Programa possui uma rede própria de Farmácias Populares e a parceria com farmácias e drogarias da rede privada, chamada de "Aqui tem Farmácia Popular". Para ter acesso tem que apresentar documento de identificação pessoal com foto, CPF e receita médica. No seu município tem farmácia popular!



A partir de agora os municípios são obrigados a tratar os resíduos de forma mais criteriosa e responsável. E o cidadão deve estar atento ao que diz a nova lei para cobrar medidas dos governantes e também para fazer a sua parte. O lixo precisa deixar de ser um problema. Existem soluções!

A Política Nacional de Resíduos Sólidos já é lei no Brasil e diz que até 2014 não poderá ter mais lixões e sim aterros sanitários, pois, descobertos trazem perigos: poluição de águas; proliferação de animais parasitas, como baratas e ratos, causando doenças, mau cheiro e fermentação.

O aterro é um tipo de depósito onde o lixo fica dentro de um buraco, com vedação tanto para o solo quanto para a atmosfera, reduzindo assim prejuízos ou ameaças à saúde e à segurança pública.

O poder público, como prefeituras municipais, empresas e coletividade são responsáveis pelo cumprimento da lei. Os municípios que tiverem seu Plano Municipal de Resíduos Sólidos elaborado até 2012 terão acesso a recursos da união, seja para habitação e saneamento básico, seja para saúde e educação. Terão prioridade para conseguir recursos financeiros do governo federal àqueles municípios que tiver a coleta seletiva implementada, com participação de cooperativas de catadores.

É bom que este Plano possa fazer parte do planejamento orçamentário do município. Incluir esta questão no PPA (Plano Plurianual) é uma primeira solução, pois é neste que se estabelece os projetos e os programas de longa duração do governo, definindo objetivos e metas da ação pública para um período de quatro anos.



Lixo que vira resíduo: compostagem

Muitas sobras de alimentos, cascas de frutas e mesmo restos de podas de jardins e árvores podem ser também úteis. Existe uma técnica chamada de compostagem onde, com cuidados especiais, pode se transformar esse tipo de lixo em adubo orgânico, podendo ter serventia pelo uso em hortas, pomares, plantios de mudas e até ser adquirido por viveiristas locais.

Nas cidades da região tem os lixões e não é feita a separação e nem a coleta seletiva.

O lixo é coletado pela prefeitura, mas ainda existe muito sem destinação correta.

São lixos que vão parar nos córregos, rios, terrenos vazios e até em beira de estrada.

Se assim acontece, o ambiente fica poluído e doenças podem surgir: diarreia, dengue...

O importante é saber que há solução e, para resolver esse problema, tem muito o que fazer!

Somente com a participação popular é possível buscar soluções!

Realizar um diálogo com prefeitura, câmara de vereadores, igrejas, universidades e empresas...

Esse é um dos caminhos, sendo importante que ocorra com envolvimento de todos.

Se o interesse é coletivo, pode-se elaborar um Plano Municipal de Resíduos Sólidos.

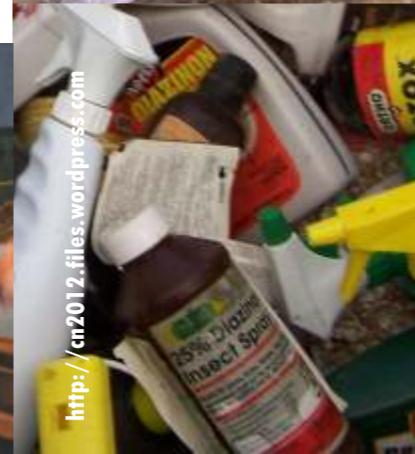
Isto já é uma obrigação no Brasil pela “Lei de Resíduos Sólidos do Governo Federal”.

Dos prejuízos do não cumprimento dessa lei: não receber verbas para a habitação, moradia...

Uma coisa é certa: você e sua comunidade podem ajudar o seu município nessa tarefa.

Ofato é que mudariam muitas coisas: lixo com destino correto, coleta seletiva, reciclagem...

São políticas de governo que podem gerar trabalho, renda e saúde!



O que é Lixo?

É tudo que nós descartamos, jogamos fora, por não querer mais ou por não perceber uma utilidade imediata de reaproveitamento.

Qual a quantidade de lixo que produzimos?

Cada pessoa no Brasil gera por volta de 1,2 kg de lixo por dia. Em um ano, essa conta aumenta, correspondendo a: 90 latas de bebidas, 2 árvores gastas com papel, 107 garrafas ou frascos, 70 latas de alimentos, 45kg de plástico, 10 vezes o próprio peso só com o refugo doméstico, jogado fora.

O que são Resíduos?

Nem tudo que nós jogamos fora é lixo, pois pode ter utilidade e ser reaproveitado, usado novamente e até gerar trabalho e renda para muitas famílias. Assim, passam a ser chamados de resíduos. A casca de laranja, as folhas secas e varridas no quintal, a caixa de papelão, as garrafas pet, entre outras tantas, podem gerar lixo ou não, dependendo do destino final que iremos dar a elas. O importante é lembrar que todo resíduo tem um responsável pela sua produção e, portanto, é também responsável pela sua destinação correta. Somos todos nós, as empresas e a prefeitura.

Responsabilidades pela destinação correta de cada tipo de resíduo:

Domiciliar - Prefeitura

Comercial (até 50 Kg)-Prefeitura

Público - Prefeitura

Serviços de saúde - hospitais, postos de saúde, farmácias, consultórios

Industrial - indústrias

Agrícola – agricultor e lojas de revenda

Extrativista - Gerador (produtor)

Entulho – Gerador (responsável pela construção ou reforma)



Coleta seletiva

Todos nós podemos transformar o nosso lixo em resíduo. A coleta seletiva começa em casa e é possível colocá-la em prática. Quase a metade dos 5.565 municípios brasileiros já faz a coleta seletiva do lixo. No vale do Jari, isto pode se tornar uma realidade. Veja na comunidade o que pode ser feito e conversem com a prefeitura e outras organizações locais.

O que é a coleta seletiva

-É o recolhimento do lixo seco separado do lixo úmido.

Saiba o que separar:

Lixo seco: papel, papelão, plásticos, vidros e metais.

Lixo úmido: restos de comida e sobras de cozinha. Se você morar em casa e houver lugar com terra, esses materiais podem ser transformados em um excelente adubo.

Não recicláveis: papel higiênico, papel plastificado, papel de fax ou carbono, cerâmicas e lâmpadas comuns.

Lixo especial: pilhas, baterias, lâmpadas fluorescentes, pneus, embalagens de agrotóxicos, lixos de serviços de saúde, entre outros. Eles devem devolvidos ao local de onde foram comprados, mas antes guarde-os separadamente.



<http://www.reklamvitriini.net>

O s 6 Rs do lixo é um lembrete fácil de guardar na memória e que se praticado pode mudar a nossa visão do que é lixo, do que realmente precisamos consumir e mesmo jogar fora. É preciso mudar os nossos hábitos, nos reeducar e assim dar a nossa contribuição para transformar o mundo em um planeta melhor. Que tal começar ?

“**R**” de **REPENSAR** sobre os nossos hábitos de consumo e comportamentos dando preferência para comprar aquilo que realmente precisamos e assim tem-se economia e evita produzir mais lixo.

“**R**” de **REDUZIR** o nosso consumo e o uso de embalagens e produtos não recicláveis.

“**R**” de **REUTILIZAR** um produto ou embalagem mais de uma vez sempre que for possível antes de jogar fora.

“**R**” de **REAPROVEITAR** materiais que julgamos não ter serventia, como papel, embalagens, entre outros, que muitas vezes vão para o lixo mas que poderiam continuar sendo usados ou doados para outras pessoas.

“**R**” de **RECICLAR** os resíduos ou mesmo separar adequadamente e fazer doação para quem faz a reciclagem, ou seja, para quem produz um novo material a partir daquele velho.

“**R**” de **RESPONSABILIZAR-SE** pelos descartes de tudo que consumimos, dando o destino correto, separando o que é lixo seco e úmido e buscando alternativas viáveis em cada local para que o destino não seja o lixão, o quintal, o lote vago, a rua, as beiras de estrada.

Sabemos que vivemos em uma sociedade que consome cada vez mais e assim precisamos decidir sobre o que queremos para nossa comunidade, nosso município, nosso Brasil e nosso planeta. Cada atitude que é adotada localmente pode ter influencia pelo mundo afora.

Assim, podemos pensar em três questões importantes: consumir somente o necessário para atender nossas necessidades, evitando o desperdício, pois quanto maior o consumo, maior será a quantidade de lixo produzido; entender que construir lixões e aterros sanitários não é uma solução que anda sozinha, pois se a produção de lixo cresce não haverá espaço para tantos aterros e a poluição ambiental também crescerá; que o lixo é matéria prima e pode ser reaproveitado.



<http://www.psdgraphics.com/>

1

ERRADICAR A EXTREMA POBREZA E A FOME

2

ATINGIR O ENSINO BÁSICO UNIVERSAL

3

PROMOVER A IGUALDADE ENTRE OS SEXOS E A AUTONOMIA DAS MULHERES

4

REDUZIR A MORTALIDADE INFANTIL

5

MELHORAR A SAÚDE MATERNA

população brasileira, o governo aqui está buscando atender as metas do milênio. Da mesma forma quando, por exemplo, cria políticas locais para mais adequada destinação dos resíduos produzidos (aterros sanitários) e para capacitação dos catadores de lixo, contribuindo com os objetivos 1 e 7, respectivamente.

6

COMBATER O HIV / AIDS, A MALÁRIA E OUTRAS DOENÇAS

O Brasil é um dos países que faz parte da Organização das Nações Unidas (ONU) e deverá cumprir, até o ano de 2015, ações práticas para a melhoria das condições de vida do seu povo e dos demais povo do planeta. Para isso, as transformações devem ocorrer nos campos econômico, social e ambiental, levando em conta. Existe um documento chamado de Declaração do Milênio, onde constam os oito (8) objetivos que deverão ser cumpridos para se alcançar esse grande desafio global. No Brasil, esses objetivos são conhecidos como METAS DO MILÊNIO e a responsabilidade é do governo, da sociedade civil, incluindo as empresas, e também de todos nós.

Os assuntos tratados nesta cartilha, tais como lixo, resíduos, saúde e saneamento fazem parte de uma realidade mundial.

São muitos os desafios e o mundo busca parcerias para o desenvolvimento, começando pelos países, cidades, municípios, bairros, comunidades. Todos adotando atitudes em favor de mudanças positivas globais.

É por isto que no Brasil o acesso ao tratamento de HIV/AIDS é garantido a quem precisa assim como existem iniciativas para combater de vez doenças como a malária, a tuberculose e a hanseníase e assim contribuir para o alcance do objetivo 6.

8

ESTABELECECER UMA PARCERIA MUNDIAL PARA O DESENVOLVIMENTO

7

GARANTIR A SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL

EXPEDIENTE

Criação e Texto

Nelita Gonçalves Faria de Bessa
Instituto ITAC Adamo

Designer Gráfico

Claudio Zunta

Diagramador

Daniel Franco

Concedente

EDP

Execução

Fundação Orsa

Dúvidas

Fundação Orsa - Unidade Jari
Fone: (93) 3735-1140