



Sociedade
Brasileira para o
Progresso da
Ciência

65ª Reunião Anual da SBPC
65th Annual Meeting of SBPC

CARTILHA DA SAÚDE **HEALTH PRIMER**

CONGRESSISTA BEM INFORMADO
APROVEITA A SBPC MAIS TRANQUILO.

WELL-INFORMED CONGRESSMAN CAN
ENJOY SBPC MORE COMFORTABLE.

A Universidade Federal de Pernambuco tem uma estrutura de saúde montada para atender você na 65ª Reunião Anual da Sociedade Brasileira para o Progresso da Ciência.

*Federal University of Pernambuco has
a health structure mounted to meet you at the
65th Annual Meeting of the Brazilian Society for
the Advancement of Science.*

Recife, Julho/2013.

Realização



UNIVERSIDADE
FEDERAL
DE PERNAMBUCO

Comissão
de Saúde



Sociedade
Brasileira para o
Progresso da
Ciência.

Apoio



Secretaria
de Saúde



PERNAMBUCO
GOVERNO DO ESTADO



RECIFE
PREFEITURA DA CIDADE

PROEXT
PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO

Seja bem-vindo(a) à SBPC!

Esta cartilha foi desenvolvida para orientá-lo(a) na busca de informações e dicas relacionadas à estrutura de saúde na SBPC. Montamos um esquema com duas tendas para oferecer à você atendimento emergencial (Tenda da Saúde - Biblioteca Central),

práticas integrativas e complementares em saúde (Tenda PICS - CCSA) e as academias: da UFPE e da Cidade.

Além disso, haverá uma equipe de plantão no Hospital das Clínicas da UFPE. Também firmamos parceria com a Prefeitura do Recife e o Governo do Estado para o encaminhamento dos casos de maior urgência.

**Preste atenção nas dicas e
fique de olho nas boas práticas!**

Welcome to SBPC!

This primer was developed to guide you in the search for information and tips related to health structure at SBPC. We built a scheme with two tents that offer you emergencial assistance (Health Tent - Central Library), integrative and complementary practices in health (PICS Tent - CCSA), besides academy of UFPE and City. In addition, there will be a staff on duty at the Clinics Hospital of the University of Pernambuco. We also have entered into partnership with prefecture Recife and Pernambuco state government for cases forwarding of most urgency.

**Pay attention to the tips and
keep an eye on the good practices!**

SUMÁRIO

Tenda da Saúde e Tenda PICS	02
Academia UFPE e Academia da Cidade	03
Alimentação	04
Hidratação	04
Proteção Solar	05
Gripe e Virose	05
DST/AIDS	06
Unidades de Pronto Atendimento (UPA)	07
Rede de CAPS Álcool e Drogas - RECIFE	08
Hospitais de Grande Porte	09
Hospitais Regionais	10
Localize-se no Campus da UFPE Recife	11
Telefones Úteis	12

SUMMARY

Health and PICS Tent	02
Academy of UFPE and City	03
Food Recommendations	04
Hydration	05
Sun Protection	05
Flu and Viruses	06
Sexual Diseases/AIDS	06
Emergency Room Units (UPA)	07
Alcohol and Drugs - RECIFE	08
Major Hospitals	09
Regional Hospitals	10
UFPE Recife Map/Health Services	11
Useful Phone Numbers	12



TENDA DA SAÚDE | HEALTH TENT
De 21 a 26 de julho de 2013
From 21 to 26 July 2013

Em caso de emergência, com sintomas como vômito, diarreia, dor de cabeça e/ou febre, dirija-se à Tenda da Saúde.

Local: Estacionamento da Biblioteca Central

Horário de Atendimento: 8h às 19h

In an emergency, if you have symptoms such as a vomiting, diarrhea, headache and/or fever, go to Health Tent.

Local: Central Library car parking

Opening Hours: 8am to 7pm



TENDA PICS | PICS TENT
Práticas Integrativas e Complementares em Saúde
De 22 a 25 de julho de 2013
Integrative and Complementary Practices
From 22 to 25 July 2013

A Comissão de Saúde da 65ª SBPC preparou uma tenda para oferecer à você diversas atividades integrativas e complementares em saúde, com práticas individuais e coletivas, tais como: Pilates, Acupuntura, Aikido, Massoterapia, Shiatsu, Biodanza, Ikebana, Reflexologia Podal, Florais, Reiki, Podologia, Meditação, Lian Gong, Automassagem, Body Talk, Yoga, Tai Chi Chuan, Autopercussão, Tuina, Aromaterapia e Auriculopuntura.

Local: Estacionamento do CCSA

Horário de Atendimento: 10h às 16h

The Health Commission of 65th SBPC prepared a tent to offer you many integrative and complementary activities in health, with individual and collective practices, such as Pilates, Acupuncture, Aikido, Massage Therapy, Shiatsu, Biodanza, Ikebana, Reflexology, Floral, Reiki, Podiatry, Meditation, Lian Gong, Self-massaging, Body Talk, Yoga, Tai Chi Chuan, Autopercussão, Tuina, Aromatherapy and Auriculopuntura.

Local: CCSA car parking

Opening Hours: 10am to 4pm



ACADEMIA UFPE | UFPE ACADEMY
22 a 26 de julho de 2013
From 22 to 26 July 2013

Local: Pista de Cooper do Canal Cavouco

Horário de Atendimento: 6h às 8h | Seg, Qua, Sex

Local: Jogging Track of Cavouco Waterway

Opening Hours: 06am to 08am | Monday, Wednesday, Friday



ACADEMIA DA CIDADE | CITY ACADEMY
22 a 25 de julho de 2013
From 22 to 25 July 2013

Local: Plataforma do Castelo das Águas

Horário de Atendimento: 17h às 18h | 18h às 19h

Local: Water castle platform

Opening Hours: 05pm to 06pm | 06pm to 07pm

Alimentação:

- Consuma alimentos variados e frescos, além de ricos em vitaminas e minerais. Prefira os de fácil digestão;
- Opte por fazer uma refeição antes de ir aos eventos, caprichando nos carboidratos para garantir energia;
- Preste atenção na data de validade dos produtos. Não consuma se o prazo estiver ultrapassado;
- Dê preferência a locais limpos e organizados, com garantia de procedência, observando as áreas de preparação dos alimentos;
- São mais seguros: alimentos recém-preparados, muito quentes ou muito frios. Temperaturas mornas oferecem riscos.

Food Recommendations:

- *Eat different and fresh food, and rich in vitamins and minerals. Prefer those with easy digestion;*
- *Chose to eat a meal before going to the events, abusing in the carbohydrates to ensure more energy;*
- *Pay attention to the due date of products. Do not eat it if the due date is exceeded;*
- *Give preference to clean and neat places, witch origin guarantee, observing the preparation food areas;*
- *It is safer: freshly-made food, very hot or very cold. Warm temperatures offers risks.*

Hidratação:

- Consuma muito líquido para manter o corpo hidratado. Além da água, outras opções são água de coco e sucos de fruta;
- Beba somente água lacrada, com rótulo e dentro da validade. Sem alterações de cor e com sujeiras;
- O gelo é um alimento. Exija gelo industrial que se apresenta como um cilindro ou em cubo com uma abertura central;
- Caso consuma bebidas alcoólicas, o faça com moderação. Acostume-se a intercalar a bebida com goles de água;
- Se beber não dirija. Evite acidentes no trânsito.

Hydration:

- *Drink water, coconut and juice fruits to keep your body hydrated;*
- *Drink only sealed water, with label and within the due date. Without alternations of color and dirt;*
- *Ice is food. Demand industrial ice, wich is presented as a cylinder or cubes with a central opening;*
- *If you drink alcoholic beverages, do it moderately. Get used to intercalate drink with gulps of water;*
- *If you drink, do not drive. Avoid car accidents.*

Proteção solar:

- Use sempre protetor solar. Aplique-o antes da exposição ao sol, principalmente entre os horários das 10h às 17h;
- Não esqueça de reaplicar o protetor. O ideal é usar filtros a prova d'água;
- Dê preferência ao fator solar acima de 30, independente da cor da pele;
- Invista em acessórios como bonés ou chapéus de abas largas e abuse do protetor labial.

Sun protection:

- *Always use sun block. Apply it before sun exposition, mainly between 10 a.m. and 5 p.m.;*
- *Do not forget to reapply the sun block. It is optimal to use water-proof sun block;*
- *Give preference to sun factor above 30, regardless the skin color;*
- *Invest in accessories such as caps or hats with large brims and abuse of lips protection.*

Gripe e virose:

- Lave sempre as mãos com água e sabão antes de tocar os olhos, boca e nariz e após tossir, espirrar ou usar o banheiro;
- O contágio ocorre de forma direta, por meio das secreções das vias respiratórias da pessoa contaminada ao falar, tossir ou espirrar;

- Também de forma indireta, pelas mãos, que após contato com superfícies recém-contaminadas por secreções respiratórias podem levar o agente infeccioso direto à boca, aos olhos e ao nariz;
- Evite o compartilhamento de alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal.

Flu and Viruses:

- *Always wash your hands with water and soap before touching eyes, mouth and nose and after coughing, sneezing or using the toilet;*
- *Infection occurs directly through airways secretions from the contaminated person by speaking, coughing or sneezing;*
- *Contagion occurs indirectly, through the hands, wich after contact with newly contaminated surfaces by respiratory secretions can lead the infectious agent directly to the mouth, eyes and nose;*
- *Avoid sharing food, glasses, towels and objects of personal usage.*

DST/AIDS:

- Use camisinha em todas as relações sexuais (oral, anal e vaginal). Esse é o método mais eficaz para a redução de risco de transmissão das Doenças Sexualmente Transmissíveis, em especial do vírus da AIDS, o HIV;
- Evite o compartilhamento de seringas, agulhas, lâminas de barbear e qualquer instrumento que fure ou corte;
- Se sofrer alguma agressão sexual, procure um serviço de saúde para uso de profilaxia pós-exposição.

Sexual Diseases/AIDS:

- *Use condom in all sexual intercourses (oral, anal and vaginal). This is the most efficient method for decreasing the transmission risk of Sexually Transmitted Diseases, especially the virus of AIDS, HIV;*
- *Avoid sharing syringes, needles, shaving blades and any instrument that perforates or cuts;*
- *If you suffer any sexual aggression, seek a health care center to use post-exposition prophylaxis.*

UNIDADES DE PRONTO ATENDIMENTO (UPA) EMERGENCY ROOM UNITS (UPA)

CAXANGÁ - Escritor Paulo Cavalcanti

Av. Caxangá, s/n (em frente ao nº 40 da Rua Ribeiro Pessoa - Várzea)
CEP: 50.980.000
Clínica médica | pediatria | traumato-ortopedia

CAXANGÁ - Writer Paulo Cavalcanti

Caxangá Avenue, in front of number 40 of Ribeiro Pessoa Street - Várzea
Zip Code: 50.980.000
Health care center | pediatrics | orthopedics and traumatology

TORRÕES - Dulce Sampaio

Av. Abdias de Carvalho (em frente ao nº 1455 - Torrões)
CEP: 50.720.635
Clínica médica | pediatria | traumato-ortopedia

TORRÕES - Dulce Sampaio

Abdias de Carvalho Avenue, in front of number 1455 - Torrões.
Zip Code: 50.720.635
Health care center | pediatrics | orthopedics and traumatology

REDE DE CAPS ÁLCOOL E DROGAS - RECIFE ALCOHOL AND DRUGS - RECIFE

UNIDADE/UNIT	ENDEREÇO/ ADDRESS	TELEFONE/TELEPHONE
CAPS AD Prof. Luiz Cerqueira	Rua Álvares de Azevedo, Nº 80 - Santo Amaro.	3355-4260/4262
CAPS AD Estação Vicente Araújo	Rua Carlos Fernandes, Nº 225 - Hipódromo.	3355-4252/4253
CAPS AD Centro Prev. Tratamento e Reabilitação do Alcoolismo	Rua Rosa e Silva, Nº 2130 - Tamarineira.	3355-4324/4325
CAPS AD Centro Eulámpio Cordeiro de Recuperação Humana	Rua Rondônia, Nº 100 - Cordeiro.	3355-4314/4315
CAPS AD Prof. Renê Ribeiro	Rua Jacira, Nº 210 - Afogados.	3355-3346/3347
CAPS AD Professor José Lucena	Rua Itajaí, Nº 418 - Imbiribeira.	3355-4256

* Serviço AD voltado para criança e adolescente - em Recife (CAPS Luiz Cerqueira e CAPS Renê Ribeiro) e em Jaboatão (CAPS Júnior).

* AD Service for children and Teenager - in Recife (CAPS Luiz Cerqueira and CAPS Renê Ribeiro) and Jaboatão (CAPS Júnior).

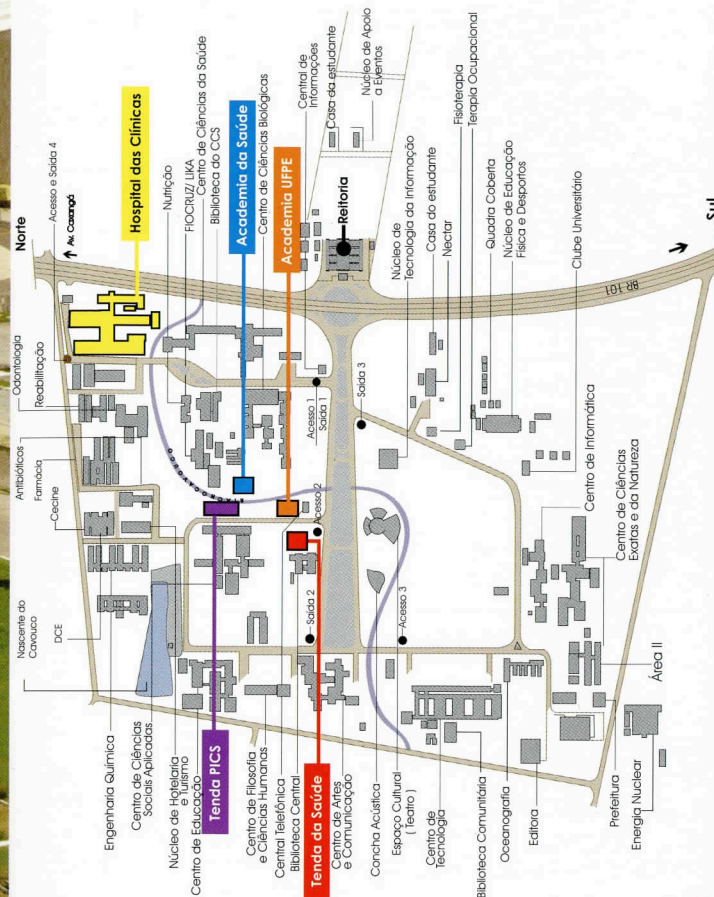
HOSPITAIS DE GRANDE PORTE MAJOR HOSPITALS

	HR	HGV	HAM	HOF	HBL	PROCAPE - Pronto Socorro Cardiológico de Pernambuco ----- Cardiology Emergency Room of Pernambuco
Cirurgia Geral ----- General Surgery	X	X		X		
Suturas ----- Sutures						
Clinica Médica ----- Health Care Center	X	X	X	X		
Pediatria ----- Pediatrics				X	X	
Parto-Maternidade ----- Childbirth-Maternity			X		X	
Neurocirurgia ----- Neurosurgery	X					
Traumato - Ortopedia ----- Orthopedics and Traumatology	X	X		X		
Cirurgia Vascular ----- Vascular Surgery	X	X				
Cardiologia ----- Cardiology			X			X
Cirurgia Buco Maxilo Facial ----- Oral and Maxillofacial Surgery	X	X				
Otorrinolaringologia ----- Otorhinolaryngology			X			
Atendimento à mulheres vítima de violência ----- Assistance to women victims of violence				X		
Pneumologia ----- Pulmonology				X		
Urologia ----- Urology				X		

HOSPITAIS REGIONAIS REGIONAL HOSPITALS

	CARUARU Hospital Regional do Agreste - <i>Regional Hospital of Agreste</i>	GARANHUNS Hospital Regional Dom Moura - <i>Dom Moura Regional Hospital</i>	SERRA TALHADA Hospital Prof. Agamenon Magalhães - <i>Prof. Agamenon Magalhães Hospital</i>	PETROLINA Hospital Dom Malan - <i>Dom Malan Hospital</i>
Cirurgia Geral <i>General Surgery</i>	X	X	X	X
Suturas <i>Sutures</i>		X	X	
Clínica Médica <i>Medical Clinic</i>	X	X	X	X
Pediatria <i>Pediatrics</i>		X	X	X
Parto-Maternidade <i>Childbirth-Maternity</i>		X	X	X
Neurocirurgia <i>Neurosurgery</i>	X			
Traumato-Ortopedia <i>Orthopedics and Traumatology</i>	X	X	X	
Cirurgia Vascular <i>Vascular Surgery</i>	X			
Odontologia <i>Dentistry</i>		X	X	
Emergência Psiquiátrica <i>Psychiatric Emergencies</i>				
Excesso de Alcool e/ou Drogas <i>Alcohol and/or Drugs Abuse</i>	X			

LOCALIZE-SE NO CAMPUS DA UFPE - RECIFE UFPE RECIFE MAP / HEALTH SERVICES



TELEFONES ÚTEIS

Coordenação Geral SBPC	2126.8435
Ouvidoria da Saúde - Governo de Pernambuco (Informações sobre onde procurar atendimento médico)	0800.286.2828
Ouvidoria UFPE	2126.8195
Hospital das Clínicas	2126.3633
SAMU	192
Bombeiros	193
Vigilância Sanitária	150
Emergência Policial	190
Segurança do Campus UFPE (PM)	2126.8060/8061
Central de Transplantes (doação de órgãos)	0800.281.2185
HEMOPE (doação de sangue)	0800.811.535
CEATOX (casos de intoxicação e mordidas de animais peçonhentos)	0800.722.6001

USEFUL PHONE NUMBERS

General Coordination SBPC	2126.8435
Health Ombudsman - Pernambuco State Government (information on where to find medical care)	0800.286.2828
UFPE Ombudsman	2126.8195
Clinics Hospital	2126.3633
SAMU (emergency mobile care service)	192
Fire Department	193
Health Surveillance	150
Police Emergency	190
Security Department at UFPE	2126.8060/8061
Transplants Center (organ donation)	0800.281.2185
HEMOPE (blood donation)	0800.811.535
CEATOX (cases of intoxication and venomous animals bites)	0800.722.6001

Agradecimentos

À Secretaria de Saúde de Pernambuco pela cessão e uso do livreto informativo elaborado para a Copa das Confederações

2013 o qual foi adaptado pela Comissão de Saúde da 65ª Reunião Anual da SBPC.

Aos profissionais das práticas integrativas e complementares em saúde.

Aos bolsistas e monitores da Comissão de Saúde.

Comissão de Saúde - 65ª SBPC

Prof. Dr. Joaquim Sérgio de Lima Neto (Coordenador)
Departamento de Fisioterapia/UFPE

Profª Drª Eliane Maria R. de Vasconcelos (Vice-coordenadora)
Departamento de Enfermagem/UFPE

Profª Esp. Francisca Maria Alves da Motta
Curso de Fisioterapia/UNICAP

Ivan Santiago da Silva
Centro de Ciências da Saúde-CCS/UFPE

Msc. Jeane Maria Lacerda de Araújo Couto
Hospital das Clínicas/UFPE

Prof. Dr. José Gildo de Lima
Departamento de Farmácia/UFPE

Profª Msc. Maria Lucicleide F. M. Rodrigues
Departamento de Psicologia/UFPE

Esp. Thatiane Bezerra Teixeira de Oliveira
Hospital das Clínicas/UFPE