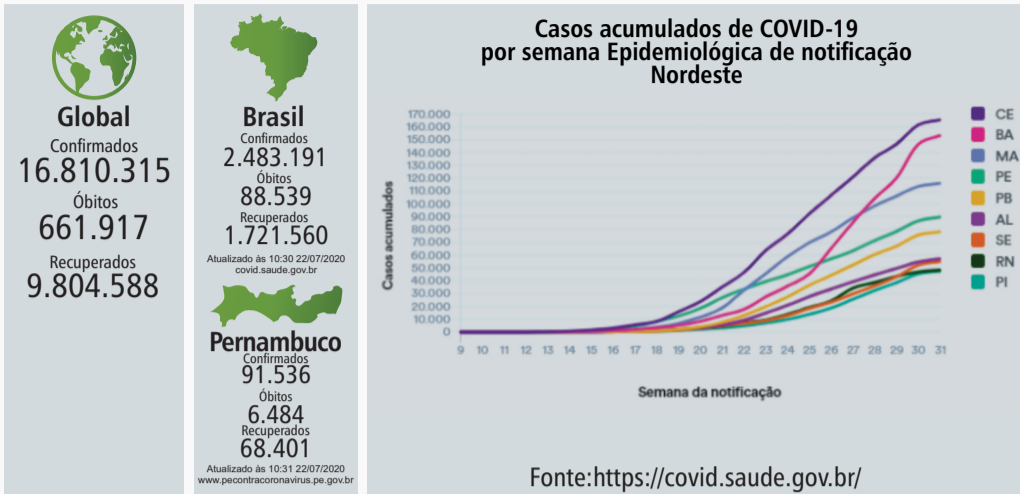


Casos Atualizados


Casos	Cidades	Ouricuri	Santa Maria da Boa Vista	Petrolina	Salgueiro	Serra Talhada	Floresta
Em Investigação		--	32	405	77	31	11
Confirmados		230	34	2.706	424	1.920	131
Descartados		--	--	23.257	1.648	5.815	110
Recuperados		129	25	1.385	191	1.514	98
Óbito		06	00	53	13	25	03

O Poder das Lágrimas

Dias melhores estão por vir e quando eles chegarem, lembraremos que houve momento que não acreditamos que ia passar, muitos morreram de Covid-19 e de outras doenças associadas. Não houve velório, velas, nem choro e nem despedida. Não vimos nossos mortos. Ficamos viciados no jornal, estatísticas só aumentaram, e haja coração! Bateu o medo do vizinho doente, houve o distanciamento social e com isso a solidão. Temerosos... incrédulos e distantes. Distantes da realidade...! Usamos máscara e não queríamos visitas. Queríamos nos proteger! A saudade dos familiares era grande, apertava o peito, chegava a doer. Não posso

visitar... não posso sair... não posso viajar... não posso... simplesmente isso... Chegamos no limite da exaustão, cansados e aflitos nos deitamos, mas não dormimos. Quando dormimos, nos espantamos. Ficamos agitados, ansiosos, nos sentimos incomodados, irritados e no fim nos damos conta da nossa fragilidade. Reconhecemos finalmente e aceitamos a nossa humanidade. Precisamos dos outros, clamamos e choramos. E quando as lágrimas descem, nós podemos algo, e elas levam embora um pouco desta agonia. UFA! Que alívio!!

Lady- Anne Pereira Siqueira
 Psicóloga IF Sertão Campus Ouricuri/PE

Plantas medicinais e a cura da COVID-19: vamos falar sobre fake news


não há relato de inibição ou controle do vírus com o uso de óleo essencial das plantas medicinais.

Orientações para utilizar o chá de erva-doce por que tem a mesma substância do medicamento Tamiflu, ou tomar chá de quina-quina, artemísia, boldo e de outras plantas medicinais para cura da Covid-19 vem sendo compartilhada nas redes sociais. Essas notícias SÃO FALSAS! As plantas medicinais podem auxiliar no alívio da ansiedade, estresses, leve depressão, insônia e dores musculares. Sintomas provocados pelo isolamento social causado pela Covid-19.

O Ministério da Saúde vem combatendo as fake news diariamente através de site www.saude.gov.br/fakenews Para qualquer notícia sobre cura ou alívio de sintoma

da Covid-19 com plantas medicinais, consulte o ministério da Saúde para verificar a autenticidade da notícia. Não compartilhe notícias falsas.

NÃO existe até a presente data nenhuma planta ou extrato vegetal de plantas medicinais que possa prevenir, tratar ou curar os sintomas da Covid-19. Temos que nos prevenir seguindo as orientações da Organização Mundial de Saúde (OMS): lavar as mãos com frequência, manter a uma distância segura de qualquer pessoa, quando tossir ou espirrar, cobrir o nariz e boca com o cotovelo dobrado ou um tecido, manter o distanciamento social e se possível, fique em casa.

Por Dra. Flávia Cartaxo Ramalho Vilar

Plantas medicinais são nossas aliadas no tratamento e/ou prevenção do transtorno de ansiedade e estresse, provocados pelo distanciamento social

Como já posto no texto, ainda não existem estudos científicos que comprovam a utilização de plantas medicinais para prevenção ou cura da Covid-19, mas elas podem ser excelentes aliadas no tratamento e/ou prevenção do transtorno de ansiedade e estresse, provocados pelo distanciamento social, já explicado pela Dr^a Flávia Cartaxo, no boletim do Comitê nº13, através de chás, aromaterapia, hortoterapia e "escalda pé".

Acesse, no link, o boletim completo e confira as informações de forma detalhada, inclusive como fazer um bom chá.


Vamos colocar em prática a hortoterapia?

A TV UFMG, por meio da "Oficina Plantando na PET", nos dá as dicas de como cultivar uma horta em casa, de forma simples, utilizando garrafas PET.



Acesse o vídeo no link, em menos de três minutos, aprenda como montar sua horta.

