



No Rio de Janeiro, já foi comprovado por pesquisa da Fundação Oswaldo Cruz, de fevereiro de 2025, que as altas temperaturas estão relacionadas ao aumento da mortalidade. O risco é maior para idosos e pessoas com alguma doença, como diabetes e hipertensão, além de Alzheimer, insuficiência renal e infecções urinárias. O trabalho da Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca (Ensp) analisou mais de 800 mil mortes entre 2012 e 2024.

"A maioria dos estudos sobre calor e mortalidade de concentra suas análises em doenças cardíacas e respiratórias", disse, em nota, o pesquisador João Henrique de Araújo. "Todavia, há estudos que relatam esses efeitos também para doenças metabólicas, do trato urinário e doenças como Alzheimer, sobre as quais dissertamos", acrescenta.

O que fazer em casos de calor

Antes de planejar suas atividades, procure saber quanto quente e úmido será o dia;

sabia como obter ajuda, anote telefones e informações sobre o serviço de saúde ou de ambulância - para acionar o Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU), ligue 192;

Mantenha sua casa fresca

Sempre que possível, proteja a casa da entrada de calor, feche portas, janelas e cortinas durante as horas mais quentes e abra de noite para refrescar; use ventiladores e aparelhos de ar-condicionado, se disponíveis; mas sem exagerar na regulagem do frio para não causar choque térmico

Proteja-se do calor

Não saia durante os horários mais quentes; quando estiver ao livre, use protetor solar, chapéus e guarda-chuvas; evite permanecer em ambientes fechados e sem circulação de ar, onde o calor se acumula e pode ser mais intenso do que ao ar livre.

Lembra de como o Autódromo de Brasília estava destruído e abandonado? Esse tempo acabou.



MAIS.



á e fez



Bolsonaro passa por nova cirurgia por soluções

Ex-presidente deve ter alta hospitalar no dia 31 de dezembro

cirurgia de hérnia, feita na quinta-feira (25), e a previsão de alta segue mantida para quarta-feira (31).

A realização do procedimento havia sido antecipada pela ex-primeira-dama Michelle Bolsonaro, que publicou nas redes sociais um pedido de orações para o sucesso da intervenção. Ela afirmou que o ex-presidente enfrenta crises diárias de soluço há cerca de nove meses.

Segundo a equipe médica, foi realizado o bloqueio do nervo frênico, com a aplicação de anestésico e corticoides em um nervo do diafragma, próximo à região cervical, do lado direito. A estratégia prevê o acompanhamento da evolução clínica e a repetição do procedimento no lado esquerdo na próxima segunda-feira (29).

De acordo com o cardiologista Brasil Ramos Caiado, Bolsonaro apresentou, na sexta-feira, uma crise de soluço intensa e prolongada, que prejudicou significativamente o sono. No sábado, ele teria acordado visivelmente debilitado. "Optamos pelo bloqueio anestésico do nervo e agora aguardaremos a resposta ao tratamento. Já está programada a realização do mesmo procedimento do outro lado", explicou o médico.

O boletim médico divulgado na tarde deste sábado informa ainda que Bolsonaro continuará em fisioterapia de reabilitação, além de receber medidas de prevenção contra trombose venosa e cuidados clínicos gerais. O ex-presidente está internado desde a realização de uma

Inicialmente, a equipe médica optou por um tratamento clínico, com medicamentos e ajustes na dieta, buscando uma abordagem menos invasiva, considerando a idade do paciente, de 70 anos.