



# Aconteceu no IPGG-JEM

Março

MARÇO/ 2024

Volume 1, edição 1

*Lilás e Azul Marinho*

## Você sabia...

Que o mês de março é dedicado à prevenção e combate de dois tipos de neoplasias o Câncer de Colo Uterino e o Câncer Colorretal.

A campanha de prevenção ao câncer de colo de útero é conhecida como Março Lilás e seu principal objetivo é prevenir novos casos da doença, considerado o terceiro tumor maligno mais frequente na população feminina, e quarta causa de morte de mulheres por câncer no Brasil.

A principal forma de prevenção, é a vacina contra o Papilomavírus Humano – HPV (disponível para meninas de 9 a 14 anos e meninos de 11 a 14 anos), podendo prevenir 70% dos cânceres de colo do útero e 90% das verrugas genitais.

Outra forma de prevenção está relacionada à diminuição do risco de contágio pelo HPV, que ocorre por via sexual, com o uso de preservativos durante a relação sexual.

Já o Março Azul Marinho busca conscientizar a população para a prevenção do câncer colorretal (cânceres de intestino) é a terceira causa de morte por câncer para homens e mulheres.

Entre as medidas de prevenção estão:

- Combate ao fumo e ao álcool;
- Atividade física com regularidade;
- Alimentação rica em fibras e livre de alimentos ultraprocessados e açúcares;
- Redução no consumo de carnes vermelhas.

Também é recomendado estar em dia com as consultas médicas.

**PREVINA-SE!  
A PREVENÇÃO É UM  
GESTO DE AMOR À VIDA.**



## 04 de Março Dia Mundial da Obesidade

A obesidade é um dos principais fatores de risco para várias doenças não transmissíveis, incluindo Depressão, Diabetes Mellitus, Doenças Cardiovasculares, Hipertensão Arterial e Acidente Vascular Cerebral, bem como vários tipos de câncer.

No dia 04 de Março, "Dia Mundial de Prevenção à Obesidade", o Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes", alerta para o autocuidado e a prevenção dessa doença crônica, que é considerada um dos maiores problemas de saúde pública no mundo.

No Brasil, mais de 50% da população sofre de obesidade e precisa de tratamento como qualquer outra doença.

A boa notícia é que é possível adotar hábitos saudáveis como prevenção e combate ao sobrepeso, através de atividade física regular, a realização de exames periódicos e alimentação saudável.

**Chegou a hora de cuidar de você!  
Viva com saúde e com mais qualidade de vida.**

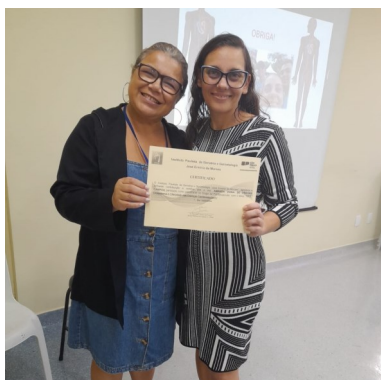
## Grupo de Prevenção Cardiovascular

O Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes" através da Gerência Especializada em Gerontologia realiza todas as quintas-feiras das 09h às 11h o Grupo de Prevenção Cardiovascular.

São abordadas diversas temáticas e no dia 07/03/2024 recebemos a orientação da Nutricionista Amanda Viana de Freitas Campos com a aula HAS, Dislipidemia nas doenças Cardiovasculares.

Tivemos também aula prática com o Sr. Aurélio Teixeira de Souza do Núcleo de Atividade Complementares sobre como cultivar plantas medicinais.

Responsáveis pelo grupo: Vanderléa Lourenço de Souza Cruz e Maria Angélica Fonseca Ferreira Ribeiro.



# INSCRIÇÕES ABERTAS

Se você tem **HIPERTENSÃO, OBESIDADE, ARRITMIA,**  
ou qualquer problema cardíaco, está convidado para participar do:

## GRUPO DE PREVENÇÃO CARDIOVASCULAR

O grupo promove orientação e pesquisa sobre os riscos da hipertensão, consumo excessivo de sódio, orientações sobre alimentação saudável e adequada, prevenção de doenças cardiovasculares, diabetes, dislipidemia e obesidade, exercícios físicos e oficinas de sabores, com foco na qualidade de vida.

**Balcão de Informação**  
(IPGG-Térreo)

**Inscrições:**

11/03/2024 a 28/03/2024

Início: 04/04/2024 às 14h



Acesse nosso site



Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia  
"José Ermírio de Moraes"

Secretaria da  
Saúde



SÃO PAULO  
GOVERNO DO ESTADO

Curso Básico e Internacional de Gerontologia e Geriatria – 2024

## ONLINE – PLATAFORMA TEAMS

DO INSTITUTO PAULISTA DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA  
"JOSÉ ERMÍRIO DE MORAES"



### OBJETIVO

Capacitar profissionais para uma atenção integral e integrada à saúde da pessoa idosa e o desenvolvimento educacional em gerontologia no âmbito do SUS



### CURSO ONLINE – AO VIVO

PLATAFORMA TEAMS  
sextas-feiras  
das 08:30 às 12:30h  
Período: Abril a Dezembro/2024  
CARGA HORÁRIA: 100 horas



### PÚBLICO ALVO

Profissionais e Graduandos que atuem na área ou que tenham interesse no processo de envelhecimento.

### REQUISITOS

Somente para Instituições com no mínimo de 6 (seis) participantes  
Eleger coordenador de sala para controlar frequência e participação nas aulas teóricas e práticas.  
Espaço físico adequado, que possua condições de receber a transmissão simultânea.

**CLIQUE AQUI E SAIBA MAIS!**



Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia  
"José Ermírio de Moraes"

Secretaria da  
Saúde



SÃO PAULO  
GOVERNO DO ESTADO

**ACESSE NOSSO SITE PARA MAIS INFORMAÇÕES**

<http://www.ipgg.saude.sp.gov.br/>

## Grupo Direito da Pessoa Idosa



O Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes" através da Gerência Especializada em Gerontologia realiza todas as terças-feiras das 13h às 14h o Grupo Direito da Pessoa Idosa.

São abordados diversas temáticas para que a pessoa idosa reconheça seus direitos a fim de exercer sua cidadania.

No dia 05/03/2024 tivemos cineminha com o filme "Um Senhor Estagiário" que nos guia por um choque de gerações promovendo a intergeracionalidade traçando um retrato envolvente de amizade e respeito mútuo.

Responsáveis pelo grupo: Elisângela Avanzo Ruiz e Perla Oliveira Campos

## Grupo Método Yura Ritmos

O Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes" através da Gerência Especializada em Gerontologia realiza todas as terças-feiras das 13h às 14h o Grupo Método Yura Ritmos.

O método Yura Ritmos usa a música como ferramenta de desenvolvimento cognitivo e motora à pessoa idosa para a promoção de uma longevidade ativa e saudável.

Responsáveis pelo grupo: Elisângela Avanzo Ruiz



# Dia Internacional da Mulher

O Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia “José Ermírio de Moraes” através da Gerência de Recursos Humanos e Gerência Especializada em Gerontologia realizou no dia 08/03/2024 a Palestra: A Saúde e o Multiverso Feminino em comemoração ao Dia Internacional da Mulher, tendo como palestrante a Enfermeira/Docente Tainã Pereira Oliveira.



O Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia “José Ermírio de Moraes” através do Centro de Convivência do Idoso realizou diversas atividades para no dia 08/03/2024—Dia Internacional da Mulher para celebrar e comemorar suas conquistas.



Responsáveis: Cássia Regina Sgarioni Ujihara e Sandra Oliveira da Silva

## COMBATE AS ARBOVIROSES

Considerando o Decreto n.º 68.368, de 05 de março de 2024 que declara situação de emergência em saúde pública no Estado de São Paulo em razão de epidemia de Dengue o Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia “José Ermírio de Moraes” através da Gerência Especializada em Gerontologia tem realizado diversas ações com o objetivo de conscientizar e orientar como se prevenir das Arboviroses.



06/03/2024  
NCI—Irmã Ildefranca



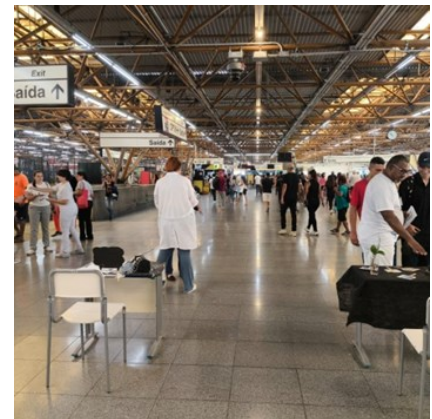
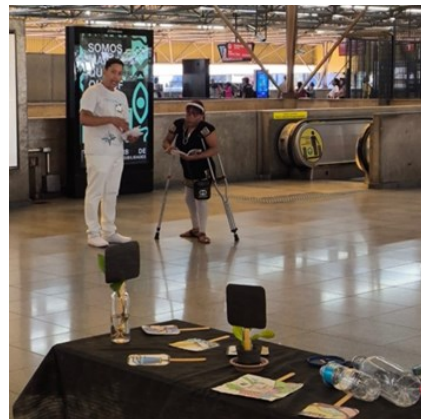
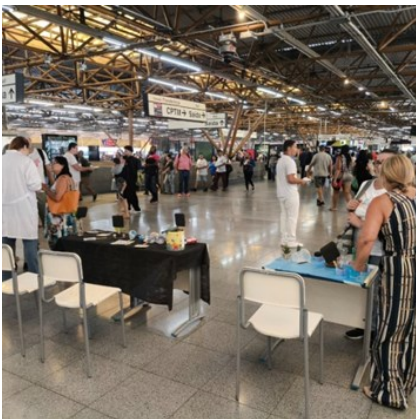
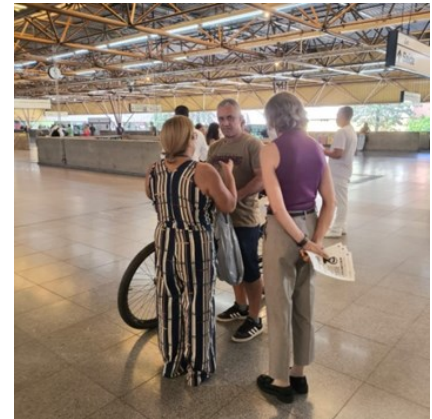
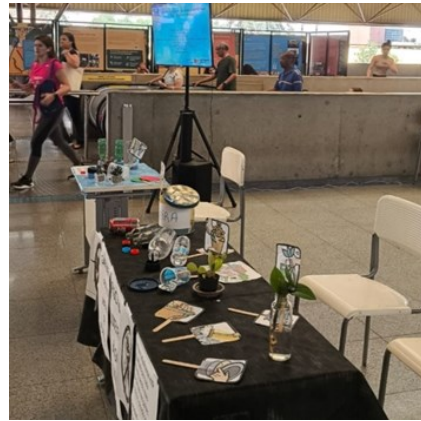
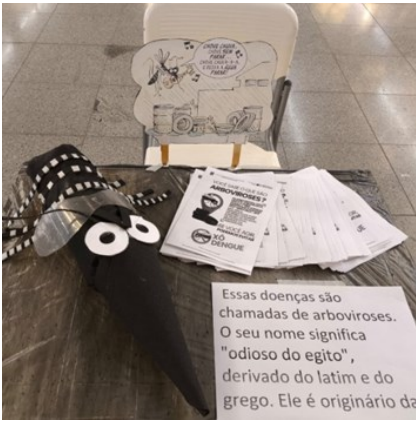
11/03/2024  
Associação dos Aposentados de S.M. Pta



A ação Xô Dengue foi realizada pelo Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia “José Ermírio de Moraes” através da Gerência Especializada em Gerontologia e seus Núcleos de Estudos do Processo de Envelhecimento e Núcleo de Suporte Social e Familiar ao Idoso, a convite e com o apoio do Metrô São Paulo no dia 12/03/2024 das 09h às 15h, na Estação Tatuapé (Linha 3 – Vermelha) do Metrô.

Promovendo a conscientização e orientação para prevenção à Dengue e as demais doenças transmitidas pelo mosquito infectado (fêmea) *Aedes aegypti*, como Zika, Chikungunya e Febre Amarela (Arboviroses) para aproximadamente 2000 transeuntes, contribuindo desta for-

**CONFIRA O QUE  
ACONTECEU!**



**SE VOCÊ AGIR,  
PODEMOS EVITAR**



O Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"- IPGG, foi criado por meio do Decreto Estadual nº 54.193, em 02 Abril de 2009 oferece as pessoas idosas atendimentos médico especializado e multiprofissional humanizados a nível ambulatorial de caráter secundário,, alinhado às diretrizes que compõem o Sistema Único de Saúde (SUS), promovendo o envelhecimento ativo e saudável. A Instituição é administrada diretamente pelo Governo Estado

de São Paulo.

O IPGG-JEM é referência em saúde da pessoa idosa para uma população de cerca de um milhão de pessoas, com aproximadamente 140 mil idosos, 44 equipamentos municipais de saúde (nas 3 prefeituras regionais de referência: São Miguel Paulista, Ermelino Matarazzo e Itaim Paulista) e outras regiões de São Paulo e do Estado.

### **Missão**

Atuar em ações de assistência ambulatorial especializada, na promoção do envelhecimento ativo e prevenção de doenças para os idosos, através do ensino, pesquisa e convivência, fomentando e disseminando a produção de conhecimentos em Geriatria e Gerontologia.

### **Visão**

Ser referência na promoção do envelhecimento ativo e excelência no desenvolvimento de ações de Geriatria e Gerontologia.

### **Valores**

- Valorização das Pessoas
- Humanização
- Atuação Interdisciplinar
- Compromisso com a Segurança dos pacientes e colaboradores
- Criatividade e Inovação
- Ética nas Relações Humanas
- Transparência



Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34  
São Miguel Paulista, São Paulo—SP, 08011-010



**Gerência Especializada em Gerontologia**  
**Telefone: (11) 2030-4085**



**Acesse nosso Site**