



Dia Mundial da Saúde

Mais vida aos anos, mais anos de vida

Isis Mastromano Correia

Saúde não é apenas a ausência de doença. Saúde é o completo bem estar físico, mental e social.

É notório que esse conjunto de fatores é visto cada vez mais em uma classe específica de pessoas que até pouco tempo era, na verdade, relacionada justamente com a falta de vigor.

A longevidade dos idosos tem merecido a atenção da sociedade que já nomeia esses sessentões cheios de disposição como a “nova terceira idade”.

Avanços da medicina, mas, principalmente, mudanças nos estilos de viver e pensar transformaram a cara da maturidade mais perceptivelmente do início do século para cá.

De olho nesse novo paradigma, a OMS (Organização Mundial da Saúde) traz para a campanha do Dia Mundial da Saúde desse ano o tema “Boa Saúde Adiciona Vida aos Anos”.

A mensagem aponta para um horizonte onde cada vez mais homens e mulheres estarão envolvidos em atividades de todos os níveis na sociedade.

Para lembrar do nosso bem mais precioso, neste dia em que se comemora a saúde, o Diário preparou caderno

especial que traz as histórias dos representantes da nova maturidade e sua dicas preciosas de vitalidade além de outras reportagens para alertar e ajudar quem busca uma vida sadia.

O Dia Mundial da Saúde é comemorado desde 1950 sempre em 7 de abril sendo abordado um tema-chave a cada ano.

Receitas para ter mais saúde são largamente difundidas todos os dias, como manter boa alimentação, não se auto-medicar, praticar atividades físicas e sono regular. Ainda assim, deixar a zona de conforto em nome da qualidade de vida ainda é tarefa árdua para muitos.

O que ninguém discute é que a saúde é uma das maiores riquezas do ser humano, é sinônimo de vida. Por isso, é importante um esforço a mais, tudo para que o filme da nossa vida se complete com comédias, dramas, romances, mas, acima de tudo, com um final feliz.

Cidades X Saúde. Urbanização já é considerada problema de saúde pública. Pág 4

Saúde fora da mesa. Alimentos podem conter substâncias prejudiciais. Pág 5

Contra fissura. Damasco, cravo e canela ajudam no combate ao cigarro. Pág 6

Realização:

DIÁRIO DO GRANDE ABC
www.dgabc.com.br

Patrocínio:

45
anos
FUNDAÇÃO DO ABC

**PREFEITURA DE
SÃO CAETANO DO SUL**

Colaboradores:

Pura Vida
esportes

ANIMA
ESPAÇO TERAPÊUTICO
corpo, mente e emoção em equilíbrio



Em 2011, o indiano Fauja Singh tornou-se a primeira pessoa com 100 anos a completar uma maratona, em Toronto, no Canadá. Ele percorreu os 42 quilômetros da prova em oito horas, uma hora à frente de sua meta. Fauja correu sua primeira maratona aos 89 anos e, em 2012, será um dos carregadores da tocha olímpica para Londres.

Reinventando o envelhecimento

Mudanças de hábito e novos tratamentos médicos mudaram radicalmente o perfil dos idosos que conhecíamos até pouco tempo. Este ano, a nova terceira idade é foco do Dia Mundial da Saúde



Ser ativo física e mentalmente é um dos requisitos para quem deseja viver mais e melhor. Academias e universidades são ambientes cada vez mais frequentados por idosos

Isis Mastromano Correia

A experiência do envelhecimento neste século será muito diferente da qual estávamos habituados fazendo soar o alerta de que precisamos reinventar a fase mais madura da vida.

Não ao acaso, a OMS (Organização Mundial da Saúde) decidiu encabeçar o tema “Boa Saúde Adicional Vida aos Anos” para comemorar o Dia Mundial da Saúde deste ano.

Mirando um horizonte onde, em breve, mais idosos do que crianças estarão habitando o planeta, a campanha enfatiza a vitalidade como chave para que homens e mulheres não apenas tenham uma vida longa, mas também estendam o envolvimento em atividades de todos os

níveis na sociedade.

No Grande ABC, os maiores de 60 anos já são quase 10% da população, um contingente de 272,1 mil pessoas que deverá simplesmente dobrar em menos de dez anos de acordo com o prognóstico dos especialistas em estatística da população.

De médicos a antropólogos, todos concordam que essa inversão no padrão social visto até então é reflexo de alguns fatores como o avanço nos tratamentos de saúde, mudanças no estilo de vida e até mesmo melhorias nos locais de moradia.

Aliada a essas alterações, a taxa de natalidade diminuiu. Nas sete cidades da região, do início da década até 2008, os nascimentos caíram

de 44.326 para 36.402, ou seja, tivemos 17,8% menos bebês, de acordo com o Datasus, o banco de dados do Sistema Único de Saúde.

Em contrapartida, a

“A transição para uma sociedade mais antiga, que na Europa levou mais de um século, está ocorrendo agora em menos de 25 anos em países como Brasil, China e Tailândia que, por isso, correm o risco de serem pegos desprevenidos.”

Margaret Chan, diretora-geral da OMS.

quantidade de gente na terceira idade subiu 35,8% nos últimos dez anos segundo o IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística).

“Nosso convite é para que a sociedade pense nas ações políticas que precisa-

mos pôr em prática para antecipar e responder ao envelhecimento da população, com a saúde no centro disso tudo”, diz Margaret Chan, diretora-geral da OMS.

Vida longa e próspera

Na década de 1980, no

corpo super musculoso, que remetia à busca pela vitalidade, formando assim o conjunto desejável que é a união do

Hoje, a expectativa é bem mais animadora sendo esperado que vivamos ao menos 73 anos.

Diante dessa nova realidade, governos e iniciativa privada começaram a se ver em xeque, fazendo brotar desde políticas públicas mais modernas para os idosos à grande

vigor e da inteligência”, observa o sociólogo e consultor de programas para a terceira idade na iniciativa privada, Esdras de Souza.

Futuro repetirá o passado

Mas, o idoso ativo de hoje deve render graças à parceria com o jovem que ele foi um dia. Quem chegou “lá”, garante que um laço de amor próprio tem de ser estabelecido durante todo nosso percurso pela vida, com compromissos de manter alimentação saudável, fazer exercícios, apostar na prevenção de doenças, ter a mente ocupada, cultivar as relações e jamais esquecer de se divertir.

“A receita pode soar batida, mas é o que tem dado certo para quem alcançou a plenitude na terceira fase da vida”, explica a geriatra Cristiana Teles, da FMUSP (Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo).

O alemão Helmut Wirz é a estrela da campanha para o Dia Mundial da Saúde de 2012. Ao 87 anos, sua paixão são os saltos de bungee jump, aventura que descobriu aos 75

Saúde depende dos estágios iniciais de vida

A idade, mais do que o movimento do calendário, é a combinação de diversos fatores. A capacidade funcional do nosso sistema biológico aumenta durante a infância, alcança o pico no começo da vida adulta e naturalmente declina depois disso.

Nesse entremeio, nosso organismo terá de enfrentar algumas batalhas em nome do bom envelhecer.

Bebês subnutridos ainda na vida uterina merecem

atenção redobrada, pois, estão mais expostos a problemas de circulação e diabetes quando adultos.

No caso das crianças, infecções respiratórias aumentam o risco de bronquite crônica no futuro.

Na adolescência, é a obesidade que merece vigilância. Jovens correm mais risco de desenvolver doenças como diabetes e males circulatórios, além de câncer, desordens respiratórias e músculo-es-

queleticas quando a idade bater à porta.

“Nossa taxa de declínio é determinada também por nossos comportamentos ao longo da vida e isso inclui o que comemos, o quão fisicamente ativos somos e nossa exposição a riscos para a saúde, como o uso do tabaco, do álcool em exagero e de substâncias tóxicas”, explica o gerontologista Fábio Menezes, da Faculdade de Ciências Médicas da Unicamp. (IMC)

Em 25 anos, envelhecimento terá ‘cura’, diz cientista inglês

O mesmo tipo de controle médico que temos atualmente sobre a maioria das doenças infecciosas teremos sobre o envelhecimento é a aposta do biomédico inglês Aubrey de Grey.

Grey difunde pelo mundo a tese - ainda longe de ser comprovada - de que em breve os médicos terão todas as ferramentas necessárias para “curar” o envelhecimento, fazendo desaparecer doenças decorrentes da idade e

prolongando a vida indefinidamente.

Para o cientista, em pouco tempo pessoas irão ao médico apenas para uma espécie de manutenção do corpo feita com base em terapias genéticas, terapias com células-tronco, estimulação imunológica e outras técnicas avançadas.

Grey define o envelhecimento como o acúmulo de vários danos moleculares e celulares no organismo. “A ideia é adotar o que se po-

deria chamar de geriatria preventiva, em que você vai regularmente reparar o dano molecular e celular antes que ele chegue ao nível de abundância que é patogênico”, explica o cientista que fundou na Califórnia um instituto para estudos do envelhecimento.

Para Aubrey de Grey, a primeira pessoa a comemorar aniversário de 150 anos já nasceu e, a que viverá até os mil, pode surgir em 20 anos. (IMC)

Até hoje, a pessoa mais longeva do mundo foi Jeanne Louise Calment, uma francesa que viveu 122 anos e 164 dias, ou 44.724 dias de vida. Ela faleceu em 1997. Da época de Jeanne para cá, a tendência à longevidade aumentou no mundo, mas, pesquisadores apontam que a epidemia de obesidade poderá afetar nossa tendência a uma vida mais longa.



3

SEIS CONSELHOS PARA CHEGAR E FICAR BEM AOS 60



1 Pratique exercícios

É a recomendação número um da Organização Mundial de Saúde para prevenir doenças típicas dos anos que acumulamos. Exercícios e caminhadas dão disposição, evitam obesidade, males cardíacos, diabetes, hipertensão, osteoporose e colesterol alto.



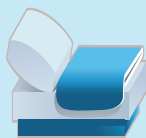
2 Alimente-se bem

Dê atenção aos grãos como a soja, que preserva o sistema imunológico. Já frutas, legumes e verduras contêm fibras que regulam o intestino e, os derivados do leite, ricos em cálcio e vitamina D, evitam a osteoporose. Não fique longos períodos sem beber água.



3 Exercite o cérebro

Para prevenir perda de memória recorra à leitura, ao aprendizado de línguas, aos filmes e jogos, como baralho e palavras cruzadas. Essas atividades estimulam o raciocínio. Aproveite e abandone os maus hábitos, como cigarro e bebidas alcoólicas em excesso.



4 Durma bem

Privar-se de sono ocasiona falta de concentração, aumento do peso, alterações metabólicas que afetam todo o funcionamento do organismo e causam envelhecimento precoce. Dormir menos do que o corpo pede diminui o vigor físico e abre as portas para infecções, obesidade, hipertensão e diabetes.



5 Seja otimista

Meditação e relaxamento ajudam na tarefa nem sempre fácil de se livrar das tensões do dia a dia. Preocupação em excesso eleva a taxa de cortisol (hormônio do estresse), aumenta a pressão arterial, o açúcar do sangue e ainda diminui as defesas do organismo.

Eles descobriram a fonte da boa maturidade: diversão e trabalho

Nelson Dias de Freitas há muito decidiu não abrir mão de seus gostos e sonhos quando a idade bate-se à porta. Aos 62 anos, ativo profissionalmente, tem no jipe a representação do que é satisfação.

Da idade ele tira proveito, conta que agora, com os filhos encaminhados, é a vez de tirar a diferença dos anos dedicados às tarefas mais burocráticas da vida e aproveitar o tempo para dar mais atenção a uma pessoa especial que surge todos os dias no espelho.

A paixão por jipes vem desde o berço. De origem caipira, Nelson cresceu nas fazendas do interior de São Paulo onde a locomoção era feita entre outros meios, pelos carros rurais. “Praticamente vivi des-

de muito pequeno próximo dessas aventuras, então, acho que faz parte do meu DNA estar sempre correndo algum risco, me envolvendo em aventuras”, avalia o Nelson, que preside o Jeep Clube de Ribeirão Pires.

Com a esposa, sua companheira e apoiadora das peripécias - por vezes a contra-gosto - toca uma malharia há 27 anos.

“Ainda tenho muita disposição e pretendo ir mais adiante. Mas tenho sim um planejamento para parar. O ser humano tem seus limites, e temos que ter essa consciência, que tudo tem seu começo, meio e fim”, ensina.

Estar em movimento em caminhadas, com bicicleta e

alimentação balanceada são hábitos que desde a juventude acompanham Nelson que com a che-



Mariano Reol, 70 anos, não abre mão dos passeios de moto com a mulher



Nelson, 62 anos, escolheu o jipe como companheiro de aventuras e de vida

Jovens devem ser preparados para viver a maturidade

Envelhecer num cenário marcado pelo culto à juventude e à beleza, que impõe um padrão estético como ideal a ser conquistado por todos, transforma uma experiência biológica natural em um fenômeno indesejável.

Para a geriatra Cristiana Teles, doutora pela USP (Universidade de São Paulo), a preocupação com a terceira idade deveria começar muito antes de os 60 anos baterem à nossa

porta. “Os governos são um bom exemplo de como a sociedade protela e não encara a chegada da terceira idade. Programas de apoio ao idoso deveriam ter como público também os adultos jovens, mostrando desde esta época a filosofia do bem viver para que essas pessoas se tornem idosos sem traumas. Não podemos deixar para pensar na questão quando ela já está em cima de nós”, avalia a especialista. (IMC)

gada da maturidade descobriu ainda um novo esporte: brin-

car com o neto até cansar.

“Para os maiores de 60 anos digo: leve a vida como se não tivesse 60 anos, o que os outros pensam de você não é relevante. Não fique fazendo auditoria da sua vida”, aconselha Nelson.

Saúde de herança

Vitalidade e lucidez são bens que Mariano Reol, 70 anos, herdou da mãe, que chegou perto de completar os 100.

O trabalho como engenheiro industrial mecânico, em São Caetano, não é mais uma necessidade financeira e sim parte da receita de Mariano para uma vida saudável.

“Sempre agi sem excessos de alimentação, bebida ou fumo, procurando manter a forma física com exercícios eventuais de ginástica, caminhada e natação até hoje”, conta sobre os hábitos que

tenta passar aos filhos que nem sempre acatam os conselhos que irão influenciar suas vidas no futuro.

Mas a grande paixão de Mariano fica por conta das motos, com a mulher de carona nas aventuras, claro.

“Temos de encarar as adversidades da vida de forma natural e positiva, mantendo como objetivo a superação própria e a satisfação do dever cumprido”, indica Mariano. (IMC)

Região oferece serviços à idosos

No Grande ABC, as sete cidades apostam em programas de incentivo ao idoso.

Santo André, com seus 91,5 mil idosos, maior população na terceira idade da região, investe no programa Caminhada Orientada, realizado em todas as Unidades Básicas de Saúde, e na Praça de Exercício do Idoso, no Parque do Ipiranguinha, nos Centros de Convivência do Idoso e no Centro de Referência do Idoso.

Em São Bernardo, os 77,9 mil idosos têm lazer, assistência social, cursos, oficinas, Faculdade Aberta para Terceira Idade e serviços de Saúde que estimulam a caminhada.

São Caetano, com 28,5 mil idosos, conta com uma Coordenadoria da Terceira Idade. Há quatro Centros Integrados de Saúde e Educação da Terceira Idade com atendimento médico e atividades físicas gratuitos, além da Universidade da Terceira Idade.

Em Diadema, quarta maior população idosa em números totais da re-



Edmilson Magalhães

Atividade física é parte das atividades disponíveis

gião, com 29,8 mil pessoas, há o Centro de Convivência da Melhor Idade, o de Referência do Idoso e grupos de lazer e saúde nos bairros.

Em Mauá, que conta com a terceira maior população idosa do Grande ABC, com 34,5 mil pessoas, existem o Núcleo de Apoio às Atividades Socioeducativas e o Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos/Idosos. Os serviços trabalham na de-

fesa dos direitos dos idosos, no encaminhamento à rede de proteção social e na elaboração de políticas de inclusão social, convívio e qualidade de vida.

Ribeirão Pires, com 6,3 mil idosos, conta com Conselho Municipal do Idoso e um Centro de Referência do Idoso. Em Rio Grande da Serra, com 3,4 mil habitantes idosos, há o Centro de Convivência da Terceira Idade. (IMC)

Ortorexia nervosa é a compulsão por comer corretamente. Os ortoréxicos eliminam radicalmente a comida não considerada saudável, podem passar mais de três horas planejando uma refeição, sentem culpa quando cedem a mudanças alimentares, tem sensação de recompensa quando suportam as tentações e criticam quem não come da mesma forma que eles.



5

Os segredinhos daquela receita

Corantes e aromatizantes dos alimentos podem contribuir com o surgimento de doenças. No Brasil, comidas são fabricadas com insumos proibidos em outros países

Isis Mastromano Correia

Alimentação é o mais importante combustível para manter a vitalidade. Crescimento, movimento, reprodução, tudo depende das vitaminas e minerais contidos no que comemos.

Mas, na aparente inocência do prato nosso de cada dia residem ingredientes que nada tem a ver com bem-estar e são potencialmente perigosos.

De corantes à conservantes, há muita coisa entrando em nossa boca sem consentimento seja para realçar o sabor, enaltecer o aroma, melhorar texturas e até supostamente reforçar as propriedades naturais dos alimentos.

No time dos vilões mais comuns que atacam pelos garfos, facas e copos estão os corantes artificiais que apenas modificam a aparência da comida e que comumente passam des-

percebidos. Eles podem desencadear alergia, dificuldades respiratórias, irritação gástrica, problemas de pele e em ultima instancia, o câncer.

A eritrosina, que é o corante vermelho, é causadora de hipertireoidismo, o vermelho ponceau, de anemia e doença renal e os amarelos tartrazina e crepúsculo podem provocar insônia em crianças e aumentar as chances de hiperatividade e alergia.

“São poucos os consumidores que lêem os rótulos e os que lêem podem não entender tudo”, diz a nutricionista Alana Barros.

Há ainda ingredientes – bastante indigestos – que fazem parte indiretamente do nosso cardápio sem despertar desconfiança, caso das farinhas de sangue, de penas e de vísceras.

Frangos e porcos são alimentados com rações à base desses ingredientes, extraídos dos próprios ani-

mais da cadeia produtiva e que mais adiante terminam na mesa do consumidor.

Esse esquema de produção é proibido na Europa por transformar artificialmente herbívoros em carnívoros.

O canibalismo induzido causa, sobretudo, encefalopatia nos bichos e pessoas que comem carnes obtidas por esse processo tem maior chance de adoecer do Mal de Alzheimer, Doença de Parkinson e Esclerose Amiotrófica Lateral, todas relacionadas ao colapso do sistema nervoso.

Outro agravante é que essas farinhas podem ser feitas do corpo de animais antes considerados inadequados para a alimentação, o que incentivou o consumo de carnes orgânicas (de animais criados na natureza), ou mesmo o banimento de carnes do cardápio.

Em menor escala, o gado também é criado com esse tipo de insumo.

Cuidados

Prato do dia: dez surpresas que você pode encontrar nos alimentos

Carne
O glutamato monossódico, um reforçador de sabor dos hamburgueses já foi alvo de acusações de ser carcinogênico, embora não haja comprovação científica. Já nitratos e nitritos, usados nas salsichas são reconhecidamente carcinogênicos.

logurte
Os vendidos no mercado contêm espessante, aromatizante, acidulante, conservante e corante, todos aditivos que podem desencadear alergias, disfunções digestivas e até mesmo metabólicas.

Sorvete
Os industrializados geralmente possuem altos níveis de açúcar e gorduras trans, além de corantes e saborizantes artificiais que geralmente contêm neurotoxinas, substâncias químicas que elevam os riscos de danos ao cérebro e sistema nervoso.

Refrigerante
É altamente ácido, ruim para rins e ossos. Possui sulfitos que, em exagero, pode provocar dores de cabeça e abdominais, náuseas, vômitos, diarreia e reações asmáticas graves. Os diet contêm aspartame, aditivo que pode produzir efeitos confundidos com Alzheimer, e síndrome da fadiga crônica, entre outros.

Pão branco
A farinha usada para fazer pão branco é quimicamente branqueada com muitos tipos de produtos sendo um deles o óxido de cloro que, combinado com qualquer proteínas ainda deixada na farinha, produz o aloxano, substância que tem sido usada para produzir a diabetes em animais de laboratório.

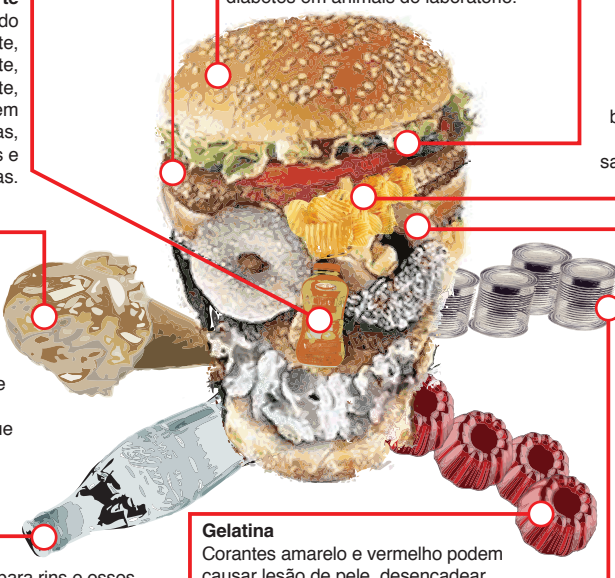
Verduras e legumes
Prefira investir nos alimentos orgânicos e hidropônicos. Eles passam por rigoroso processo de produção livre do uso de agrotóxicos.

Salgadinhos e fritas
Batatas fritas contêm acrilamida, substância altamente cancerígena que surge quando as batatinhas são expostas a altas temperaturas. Já os salgadinhos são campeões em conservantes.

Bolacha
Por possuírem grande quantidade de gordura trans que é o pior tipo de gordura, o consumo desmedido pode provocar doenças cardíacas, câncer, diabetes e obesidade.

Enlatados
o consumo de alimentos enlatados ou acondicionados em plástico aumenta a exposição a dois desreguladores endócrinos: o bisfenol-A, um estrogênio sintético relacionado a problemas de fertilidade, desenvolvimento e câncer e os ftalatos, associados a problemas reprodutivos nos homens.

Gelatina
Corantes amarelo e vermelho podem causar lesão de pele, desencadear problemas respiratórios e hiperatividade no caso das crianças. Em partes da Europa, alimentos com esse s aditivos são proibidos. Além do mais, teste comprovaram que o tão anunciado colágeno, um benefício do alimento, é quase nulo no produto.



Fontes: Michelle Schoffro Cook, Ministério da Saúde e Hospital do Coração.

A vida merece cuidados

7 de Abril
Dia Mundial da Saúde



O cuidado que você e sua família merecem

2898 7015

ANS - nº 40.019-0



Além da nicotina que causa dependência, do alcatrão cancerígeno e do monóxido de carbono que diminui o transporte de oxigênio até as células, o cigarro possui também formol, que é um conservante de cadáver, amônia, usada em produtos de limpeza e fósforo P4/P6 e naftalina, ingredientes da fórmula de venenos para matar ratos e baratas.

Fibras são arma contra tabagismo

Damasco, cravo e casca de laranja viram ferramentas para combater o apego pelo cigarro

Isis Mastromano Correia

Especialistas do Cratod (Centro de Referência em Álcool, Tabaco e outras Drogas) descobriram uma ferramenta poderosa para auxiliar dependentes de cigarro na luta pelo abandono do vício.

Trata-se da ingestão de fibras naturais como damasco, uva passa, cravo, canela e casca crocante de laranja ingredientes que oferecem uma ajuda emergencial quando bate a vontade de fumar.

No Cratod, espaço vinculado ao governo do Estado, essa receita é chamada de kit-fissura, que é distribuído aos pacientes que buscam auxílio contra o tabagismo no centro.

Os alimentos são embalados em um saco plástico fechado e entregues gratuitamente nas quatro sessões iniciais do tratamento.

A fissura é o sintoma mais frequente em quem deixa de fumar. Além disso, diminuir ou retirar todos os cigarros causa ansiedade, irritação, alte-



Casca de laranja é ingrediente contra fissura

ração do sono, dificuldade de concentração, aumento do apetite e tristeza. Esses sintomas são chamados de Síndrome de Abstinência.

“A fissura geralmente não dura mais do que cinco minutos, então, é importante controla-se, pois a volta ao vício e a continuidade do tratamento pode depender

desse curto espaço de tempo”, explica o endocrinologista Sérgio Abreu Moura. Ele alerta ainda sobre os cuidados com as recompensas que o ex-fumante tende a se dar, como se fosse uma premiação por vencer o vício, como comer em excesso chocolates e massas. (IMC)

Uma longa história a serviço da saúde.
Um firme compromisso com o SUS.



45 anos
FUNDAÇÃO DO ABC
Ensino, Pesquisa, Assistência.

www.fuabc.org.br



FM ABC
FACULDADE DE MEDICINA DO ABC

HOSPITAL BERTIOGA

CHSCS
Complexo Hospitalar São Caetano de São Francisco de Sales (Hospital de Referência em Saúde)

AME
Associação Médica de São Caetano de São Francisco de Sales

COMPLEXO HOSPITALAR SBC

HOSPITAL ESTADUAL MÁRIO COVAS

HOSPITAL DA MULHER
Associação Médica de São Caetano de São Francisco de Sales

Hospital IRMÃ DULCE

Hospital Nardini

Central de Convênios

SUS
Sistema Único de Saúde



O trabalho em Saúde não tem descanso. Neste ano, a Prefeitura já devolveu à população o Hospital São Caetano. E, em breve, vai inaugurar um novo complexo com Centro de Oncologia, Hospital dos Olhos e Hemoterapia, e vai entregar o inédito Hospital para Homens. Além disso, está construindo o Pronto-Socorro dos Bairros Mauá e Nova Gerty e mais um hospital no Complexo Márcia e Maria Braido.



PREFEITURA DE SÃO CAETANO DO SUL

7 de abril Dia Mundial da Saúde
Continuamos de plantão para melhorar o atendimento sempre mais