

JUNHO PRATEADO': MÉDICO FISIATRA DO CREFES ALERTA PARA OS RISCOS DE QUEDAS NA TERCEIRA IDADE

O mês de junho é marcado pela campanha Junho Prateado, dedicada à conscientização sobre a saúde, segurança e qualidade de vida da pessoa idosa. Dentro da mobilização, o Dia Mundial de Prevenção de Quedas, celebrado em 24 de junho, chama atenção para um dos principais fatores de internação e perda de autonomia entre idosos. No Centro de



Reabilitação Física do Espírito Santo (Crefes), unidade referência estadual em reabilitação, casos como o do paciente José de Jesus Santos, reforçam a importância da prevenção e do cuidado contínuo. Prestes a completar 60 anos, o paciente ficou assustado com a gravidade de seu acidente, que chegou a considerar “uma quedinha banal”. José de Jesus sofreu uma queda dentro de casa ao tentar pegar um objeto no chão. O acidente aconteceu de uma altura considerada baixa, mas resultou em fraturas de duas vértebras e necessidade de duas cirurgias.

“O que aconteceu comigo foi uma quedinha banal de 80 cm de altura. Eu estava sentado, abaixei para pegar um objeto e, quando levantei, perdi o equilíbrio. Caí de costas e fraturei duas vértebras, precisando passar por duas cirurgias”, relatou.

Segundo o médico fisiatra do Crefes, Fabrício Buzatto, responsável pelo acompanhamento do paciente, o envelhecimento natural do organismo aumenta significativamente os riscos de complicações em casos de quedas.

“Com o avanço da idade, ocorre um processo de envelhecimento de músculos, ossos e articulações. Além da fragilidade óssea, há alterações degenerativas na coluna e nas articulações, tornando o corpo mais vulnerável. Em muitos casos, um impacto aparentemente pequeno pode causar repercussões neurológicas importantes. No caso do paciente, a queda provocou um edema medular que comprometeu temporariamente os movimentos logo após o acidente”, explicou o especialista. Reabilitação e cuidado contínuo

Após passar por cirurgias e iniciar o processo de recuperação, o paciente José de Jesus foi encaminhado ao Crefes, onde permaneceu internado por cerca de dois meses sob acompanhamento multiprofissional.

De acordo com o médico fisiatra da unidade, Fabrício Buzatto, a evolução clínica foi positiva ao longo da internação. “O paciente chegou sem conseguir ficar em pé ou caminhar e dependente para atividades básicas do dia a dia. Durante o

processo de reabilitação, houve ganho de força muscular nos membros inferiores e na pelve e evolução funcional importante. Ele recebeu alta hospitalar totalmente independente para suas atividades, embora ainda utilize andador para auxiliar na marcha”, destacou o profissional.

O especialista ressaltou que a alta hospitalar representa apenas uma etapa do processo de recuperação. “O processo de reabilitação é longo e demorado, e não se encerra dentro de um leito. É fundamental que ele continue o tratamento e a manutenção do cuidado, para manter o estímulo com ganho funcional e evolução contínua”, pontuou Buzatto.

Após cerca de dois meses de internação e acompanhamento multiprofissional no Crefes, José de Jesus Santos recebeu alta hospitalar no último dia 05, retomando gradualmente sua autonomia e qualidade de vida. O caso reforça o alerta para a importância da prevenção de quedas e da adoção de cuidados que contribuam para a preservação da mobilidade e independência da pessoa idosa.

Prevenção é fundamental

Durante o ‘Junho Prateado’, o alerta do médico fisiatra da Crefes, Fabrício Buzatto, é para que familiares e pacientes redobrem a atenção aos fatores de risco relacionados às quedas, como alterações de equilíbrio, problemas visuais, doenças crônicas e uso contínuo de medicamentos.

Pequenas adaptações no ambiente doméstico podem reduzir significativamente os riscos de acidentes:

Remova tapetes, elimine ou sinalize ressalto e degraus em casa, instale barras de apoio em banheiros e mantenha os ambientes sempre bem iluminados;

Monitore alterações visuais e de equilíbrio. O cuidado com doenças crônicas e

a atenção aos efeitos de medicamentos são essenciais para prevenir tonturas e desequilíbrios;

Prefira sapatos fechados e com solado antiderrapante; Levante-se devagar e evite movimentos bruscos ao se abaixar para pegar objetos no chão;

O acompanhamento médico regular e a prática de atividades físicas adequadas

ajudam na preservação da saúde óssea e muscular, reduzindo o risco de quedas e lesões graves.

Sobre o Crefes

O Centro de Reabilitação Física do Espírito Santo (Crefes) é a referência estadual em reabilitação física motora e auditiva. A unidade oferece atendimento multidisciplinar e tratamentos especializados com toxina botulínica, sendo habilitada como CER II e responsável pela concessão de órteses, próteses e meios auxiliares de locomoção. Além do regime ambulatorial, disponibiliza leitos de internação 24 horas, com atuação em reabilitação para todo o Estado.

Sobre a Fundação

Criada em 05 de março de 2020 pelo Governo do Estado do Espírito Santo — por meio do Decreto Nº 4585-R — a Fundação Estadual de Inovação em Saúde (iNOVA Capixaba) é uma fundação pública com personalidade jurídica de direito privado, vinculada à Sesa. Dotada de autonomia administrativa, financeira e patrimonial, conforme a Lei Complementar Nº 924 de 17 de outubro de 2019, a iNOVA Capixaba tem como missão aperfeiçoar a gestão hospitalar, promovendo a melhoria da saúde pública, redução de custos, regulamentação de compras e cumprimento de metas de desempenho.

Informações à Imprensa:

Assessoria de Comunicação da Sesa



PIÚMA
PREFEITURA

PUBLICAÇÃO OFICIAL 23/06/2026

AVISO DE LICITAÇÃO
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 034/2026
Processo nº 2665/2026

ID CidadES: 2026.056E0700001.01.0038

O MUNICÍPIO DE PIÚMA/ES, torna público para conhecimento dos interessados que, realizará licitação na modalidade de PREGÃO na forma ELETRÔNICA, através da plataforma PORTAL DE COMPRAS PÚBLICA, cujo objeto é a Contratação de empresa especializada para o fornecimento de solução tecnológica denominada plataforma integrada de licenciamento municipal de Piúma, destinada à centralização e digitalização dos processos de licenciamento ambiental, sanitário e urbanístico.

Abertura das Propostas e Início da Sessão: 09h do dia 08/07/2026, o Edital e Anexos encontra-se disponíveis nos sites: www.portaldecompraspublicas.com.br e <https://www.piuma.es.gov.br/portal/transparencia/licitacao>.

Mais informações através do tel. (28) 3520-6500 Ramal 1051 ou e-mail: pregao@piuma.es.gov.br
Piúma, 22 de junho de 2026.

MARIA GABRIELA MARINHO DOS SANTOS
Agente de Contratação - Pregoeira