

# Minha São José



PREFEITURA  
SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Informativo da Prefeitura de São José dos Campos • [www.SJC.sp.gov.br](http://www.SJC.sp.gov.br)



## GUERRA AO CORONAVÍRUS SUPER-HERÓIS

— NA LINHA DE FRENTE —

Time de profissionais da saúde, mobilidade, limpeza, serviço social, manutenção, educação e segurança não mede esforços na luta contra o vírus



**DECRETO** PREFEITURA REGULAMENTA FECHAMENTO DO COMÉRCIO, EXCETO SERVIÇOS ESSENCIAIS PARA A POPULAÇÃO



**Fechado.** Medida impôs o fechamento do comércio de São José, exceto serviços essenciais de alimentação, abastecimento, saúde, bancos, limpeza e segurança pública

# São José entra em 'quarentena' para deter avanço do coronavírus na cidade

Prefeitura de São José dos Campos segue o decreto federal das atividades essenciais e o decreto estadual de quarentena para conter a pandemia do coronavírus na cidade; confira o que pode funcionar neste período



A Prefeitura de São José adotou, em março, restrições para combater a pandemia do novo coronavírus. As ações seguem o decreto federal de atividades essenciais e o decreto estadual de quarentena.

Serviços essenciais nas áreas de saúde, assistência social, segurança pública

e mobilidade urbanas estão mantidos.

Em 23 de março, todos os parques públicos, poliesportivos, quadras, Centro da Juventude e demais equipamentos esportivos foram fechados por tempo indeterminado.

Já os frequentadores de academias ao ar livre e parques infantis, instalados em praças da cidade, devem evitar o uso.

No caso do comércio, houve fechamento dos estabelecimentos. A exceção são os serviços essenciais de alimen-

tação, abastecimento, saúde, bancos, limpeza e segurança.

Restaurantes, bares e cafés permanecem fechados. Esses locais, no entanto, passaram a adotar o sistema de entregas ou retirada dos produtos no estabelecimento.

A Guarda Civil Municipal e o setor de fiscalização da Prefeitura acompanham o cumprimento da medida e, caso necessário, aplicam multas aos responsáveis por possíveis descumprimentos.

Farmácias, supermercados e serviços essenciais que ficarem abertos, no entanto, terão que providenciar higienização e manter distância entre as pessoas.

Supermercados deverão respeitar a lotação máxima de clientes (1 a cada 15 m<sup>2</sup>) e afixar a lotação máxima na área externa. Esse tipo de estabelecimento poderá

## SAIBA MAIS

### HIGIENE

Lave as mãos com água e sabão e use antisséptico de mãos à base de álcool gel 70%, principalmente após tossir ou espirrar, depois de cuidar de pessoas doentes, após ir ao banheiro e antes e depois de comer.

### AO TOSSIR OU ESPIRRAR

Cubra a boca e o nariz. Use os braços ou lenço descartável. Evite usar as mãos.

### MÁSCARAS

Não há recomendação para uso de máscaras para a população no geral. Quem estiver saudável não precisa se preocupar.

abrir 24 horas.

Nas feiras livres, é preciso manter distância de 2 metros entre as barracas. Feirantes com mais de 60 anos estão proibidos de trabalhar.

Essas medidas preventivas visam intensificar o combate à pandemia do novo coronavírus (Covid-19).

Nesse momento, a Prefeitura orienta a todos a buscar informações no site e redes oficiais da Prefeitura, nos veículos de imprensa, agir com tranquilidade e evitar compartilhar as fake news.

### ESCOLAS.

A Prefeitura de São José suspendeu, por tempo indeterminado, as aulas na rede municipal de educação.

As unidades, porém, abertas para os pais retirarem a merenda escolar, visando com isso ajudar principalmente as famílias que mais precisam.

A Fundhas (Fundação Hélio Augusto de Souza) e o Cephas (Centro de Educação Profissional Hélio Augusto de Souza) também tiveram as aulas suspensas por tempo indeterminado, assim como os professores dessas unidades.

**INTERNET** CIDADÃO PODE USAR O SITE DA PREFEITURA DE SÃO JOSÉ PARA ABRIR PROCESSOS E RESOLVER SITUAÇÕES

## Prefeitura reforça o atendimento online para facilitar vida das pessoas

**ONLINE.** Ninguém precisa sair de casa para resolver situações na Prefeitura de São José. Todos os munícipes podem usar o site da Prefeitura ou o PrefBook para abrir os seus processos e solucionar diversos serviços. No Procon não é diferente.

Preocupada com o deslocamento das pessoas ao órgão municipal de defesa do consumidor, neste momento em que crescem os casos do novo coronavírus, a Prefeitura antecipou o lançamento do Procon Digital. Desde 23 de março, os jo-



**Procon.** Órgão mudou atendimento, mas segue em atividade

seenses já poderão registrar reclamações pelo sistema online, que pode ser acessado pelo endereço [procon.sjc.sp.gov.br](http://procon.sjc.sp.gov.br).

Na página do Procon no site da Prefeitura estão disponíveis dois vídeos de orientação, que ensinam o cidadão a utilizar o sistema online. Assim evita-se a aglomeração de pessoas no prédio, que continua a oferecer o atendimento presencial na rua Paulo Setúbal, 220, Jardim São Dimas, de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h. Porém a recomendação é dar preferência ao online.

**ORIENTAÇÃO** REGRA É NÃO PERMANECER PERTO DE UM GRANDE NÚMERO DE PESSOAS; MEDIDA VALE PARA CIDADÃO DE QUALQUER FAIXA ETÁRIA



Cláudio Vieira / PMSJC



Cláudio Vieira / PMSJC



Cláudio Vieira / PMSJC

# O que você precisa saber e fazer para prevenir contágio da doença

Febre, dificuldade de respirar, dor de garganta, cansaço e tosse seca são sintomas comuns da gripe, mas também do novo coronavírus. Evitar aglomerações e contato próximo com outras pessoas são dicas valiosas



Profissionais da saúde e autoridades têm destacado, como medida preventiva à propagação do novo coronavírus, a relevância de que se evite aglomerações e o contato próximo com outras pessoas.

A recomendação ocorre porque a transmissão pelo vírus costuma ocorrer pelo ar ou por contato pessoal com secreções contaminadas, como espirro, tosse, gotículas de saliva, contato físico com uma pessoa infectada ou toque em objetos ou superfícies contaminadas (seguido de contato com boca, nariz ou olhos).

Para reduzir as chances de transmissão pelo contato com secreções, a orientação é não permanecer perto de um grande número de pessoas. A medida vale para cidadãos de qualquer faixa etária - assim, neste momento, também representa uma decisão importante evitar locais como clubes, piscinas, praias, bares e casas noturnas.

“Como se proteger de uma



Cláudio Vieira / PMSJC

**Educação.** Antes da suspensão das aulas, crianças já vinham aprendendo sobre cuidados com higiene

infecção viral? Não ter um contato próximo, o que a Organização Mundial da Saúde preconiza, de pelo menos um metro de distância. Evite aglomerações e o contato próximo com outras pessoas, além da higiene ao lavar as mãos com água e sabão”, explica a diretora do Laboratório de Virologia do Instituto Butantan, Viviane Botosso.

Vale destacar que a recomendação é fundamental para pacientes com idade superior a 60 anos, já que constituem o grupo mais vulnerável.

A recomendação é reforçada também para pessoas com sintomas semelhantes aos de gripe ou resfriado comum. Para quem é confirmado positivo para Covid-19, as orientações de restrição são ampliadas, e envolvem medidas como: evitar compartilhar objetos pessoais, ficar em quarto individual, não receber visitas e permanecer em casa até o desaparecimento completo dos sintomas.

Para evitar aglomerações, a Prefeitura determinou fechamento de espaços públicos e regulamentou decreto estadual sobre a quarentena.



Charles de Moura / PMSJC

**Abriço.** Profissionais orientam moradores dos abrigos



Cláudio Vieira / PMSJC

**Regra.** Distanciamento tem marcado os eventos



Cláudio Vieira / PMSJC

**Vacina.** Idosos tomaram vacina da gripe em segurança

**ESPECIAL** ALÉM DE TODO ESSE BATALHÃO, A PARTICIPAÇÃO E A CONSCIENTIZAÇÃO DA POPULAÇÃO SÃO FATORES FUNDAMENTAIS NESSA BATALHA QUE



Cláudio Vieira / PMSJC

**HM.** Respirador pronto para atender pacientes



Cláudio Vieira / PMSJC

**Essencial.** Funcionários da coleta seletiva



**Amor à vida.** Profissionais do Hospital Municipal estão preparados para atender os casos de coronavírus de São José dos Campos

#### PONTO DE VISTA

“Minha família fica preocupada. Estamos tomando todas as medidas de segurança. Essa é a profissão que escolhi. O amor e a dedicação tornam tudo mais tranquilo”

**Ísis Palma**

Gerente de UPA

“É muito importante contar com a colaboração de toda a população neste momento que o Brasil está vivendo”

**Idem**

# Heróis anônimos se desdobram

Exército formado por profissionais da saúde, mobilidade urbana, serviço social, educação e se



Um exército formado por médicos, enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem, farmacêuticos, atendentes, encarregados da limpeza e demais funcionários de unidades de saúde de São José dos Campos. Em horas de trabalho, não medem esforços para combater a pandemia do novo coronavírus, um inimigo praticamente invisível.

Em outra frente, estão guardas municipais, coletores de

lixo, fiscais, agentes ambientais, agentes de mobilidade, assistentes sociais, profissionais da educação, motoristas e cobradores.

Além de todo esse batalhão, a participação e a conscientização da população são fatores fundamentais nessa batalha.

“É muito importante contar com a colaboração da população”, afirmou Isis Palma, gerente da UPA do bairro Parque Novo Horizonte, região leste da cidade.

Mãe de um casal de filhos, de 4 e 13 anos, a servidora contou sobre a dedicação no trabalho. “Minha família fica preocupa-

da. Estamos tomando todas as medidas de segurança. Nossos profissionais foram bem orientados. Essa é a profissão que escolhi. O amor e a dedicação ao trabalho tornam tudo mais tranquilo e prazeroso”, completou a profissional.

Enfermeira na UPA do Cam-

po dos Alemães, região sul de São José, Adriana Prado destaca a importância de a população saber quando deve procurar o serviço de saúde.

“As pessoas precisam se conscientizar que não é momento para procurar as unidades de saúde de forma geral, por motivos crônicos. Peço que respeitem a doença e se isolem em seus lares cuidando dos seus! Se todos se conscientizarem verdadeiramente, salvam vidas tanto quanto nós”, afirmou.

Todos os funcionários que atuam na saúde foram orientados sobre o uso adequado dos

## 23

**De março**

**Passou a valer o decreto de quarentena em São José; documento manteve só os serviços essenciais**

#### ELES SE DESDOBRAM...



...PROMETE SE A LONGAR PELOS PRÓXIMOS MESES EM TODO O BRASIL



Fotos: Cláudio Vieira / PMSJC

...os. HM vai reservar ala para atendimento desses infectados que necessitarem de internação e tratamentos intensivos



Cláudio Vieira / PMSJC

**Merenda.** Funcionários entregam as merendas



Cláudio Vieira / PMSJC

**Vacina.** GCM transporta as vacinas da gripe

# na guerra contra o coronavírus

segurança pública não mede esforços para combater inimigo praticamente invisível

equipamentos de segurança. Os profissionais contam com máscaras, aventais descartáveis e luvas.

Foram reforçadas ainda as orientações sobre a higienização das mãos com água e sabão. A secretaria de saúde disponibiliza ainda álcool em gel em todos os setores. Os pacientes com problemas respiratórios recebem máscaras de proteção.

Está disponível ainda álcool em gel nas recepções da UPAs.

## NAS RUAS

Todos os profissionais que estão na linha de frente, in-

dependentemente da área de atuação, estão tomando todas as medidas para resguardar a própria saúde.

Na Urbam, por exemplo, cada turno de trabalho foi dividido em duas partes, com intervalo de meia hora, para separar as equipes nos vestiá-

## 24

### Horas

**Supermercados podem ficar abertos 24 horas durante o período da quarentena, para evitar aglomeração**

rios e na saída da frota.

Os funcionários estão sendo orientados quanto à higienização geral dos dedos e das próprias mãos.

No final dos turnos, e quando houver intervalo entre as trocas, as cabines e os estribos dos caminhões são higienizados com produtos sanitizantes. Todos os equipamentos de segurança estão disponíveis para os trabalhadores.

### LIMPEZA

A Prefeitura, por meio da Urbam (Urbanizadora Municipal) e da Secretaria de Mobilidade Urbana, também

colocou funcionários para intensificar a higienização dos pontos de ônibus da cidade.

A desinfecção é feita com um produto que tem efeito residual de pelo menos cinco dias à base de quaternário de amônio da quinta geração.

Este produto também é usado no combate a esta pandemia na China. As equipes que atuam no serviço foram capacitadas para realizarem a atividade e todos os funcionários estão devidamente protegidos com EPIs (Equipamentos de Proteção Individual).

Sete equipes estão atendendo os pontos de ônibus.

## PONTO DE VISTA

“As pessoas precisam se conscientizar que não é momento para procurar as unidades de saúde de forma geral, por motivos crônicos”

**Adriana Prado**  
Enfermeira

“Peço que as pessoas respeitem a doença e se isolem em seus lares cuidando dos seus! Se todos se conscientizarem verdadeiramente, salvam vidas tanto quanto nós”

**Idem**

## ...EMERECEM APLAUSOS



SOCIAL AS EQUIPES DAS 4 UNIDADES DAS CASAS DO IDOSO ENTREGAM DIARIAMENTE 160 KITS DE ALIMENTAÇÃO PARA OS IDOSOS

# Refeições em casa levam alegria a idosos

Sorrisos, nostalgia e emoção vêm marcando a entrega da alimentação em domicílio aos idosos que integram o Centro Dia



Sorrisos, nostalgia e emoção vêm marcando a entrega da alimentação em domicílio aos idosos que integram o Centro Dia - serviço que acolhe idosos semi dependentes nas quatro unidades da Casa do Idoso.

Para Francisco da Silva, de 72 anos, atendido na Casa do Idoso Leste, a sensação foi de surpresa “Não esperava e fiquei muito feliz em vê-los aqui”, disse. Sobre o período de confinamento, ele diz es-

tar tranquilo e seguindo a recomendações dos órgãos de saúde. Porém, não escondeu a saudade que sente da Casa do Idoso. “Quero que tudo isso acabe logo para voltar pra lá”.

Fernanda Silva, 37 anos, filha do senhor Francisco afirma que as refeições entregues têm ajudado bastante no dia a dia da família. “Como a ali-

mentação dele é diferenciada, acaba demorando mais para fazer dois tipos de comida. Agora com as crianças também em casa, preciso dividir a atenção. A entrega dos alimentos facilita muito”.

## ABRIGO.

A Prefeitura adotou uma série de medidas de prevenção e cuidado nos abrigos da cidade. O intuito é minimizar ou evitar a exposição dos grupos considerados de risco e adotar hábitos de higiene seguros dentro das instituições.

Nos abrigos para pessoas em situação de rua, a orientação é o reforço da higienização antes de entrar e sair do abrigo.

# 160

Kits

Alimentação são entregues diariamente aos idosos do Centro Dia das quatro unidades da Casa do Idoso



Charles de Moura / PMSJC

**Em mãos.** Idosa recebe alimentação em casa no fim de março



Charles de Moura/PMSJC

**Balanceda.** Refeição entregue aos idosos é balanceada e preparada por nutricionistas da Prefeitura de São José: tudo isso para garantir a saúde em tempo de pandemia



PMSJC

**Em casa.** Funcionários saem para entregar os kits



PMSJC

**Alegria.** Momento da entrega gera sorriso em idosos



Cláudio Vieira/PMSJC

**Mais.** Alunos de escolas também levam a comida

**INFORMAÇÃO** PREFEITURA DE SÃO JOSÉ DISPONIBILIZA SITE SOBRE O CORONAVÍRUS PARA ESCLARECER TODAS AS DÚVIDAS DA POPULAÇÃO

# Fuja de fake news: compartilhe a verdade sobre o coronavírus

Notícias falsas compartilhadas pelas redes sociais podem prejudicar a batalha contra o novo coronavírus. Para se informar, fique atento ao site da Prefeitura de São José



Desde o início da pandemia do novo coronavírus, a Prefeitura de São José dos Campos iniciou um combate à disseminação de notícias falsas e já refutou dezenas de mentiras que circulam na internet. Textos, imagens e vídeos espalham mentiras e equívocos sobre o vírus.

Essas atitudes, que só servem para atrapalhar o enfrentamento desta pandemia, requer a participação responsável de toda a população.

“As pessoas têm confiado cada vez mais em discursos e informações que não são baseadas em evidências nem na ciência, mas na experiência de pessoas que disseram que isso aconteceu”, afirmou

o especialista em fake news sobre saúde, o pesquisador Igor Sacramento, do Instituto de Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde da Fiocruz.

“É muito preocupante quando as pessoas acreditam mais em um testemunho no YouTube do que em um especialista que pesquisou um assunto por anos”, completou.

Igor Sacramento lamenta que, além de confundir a população sobre a prevenção, a desinformação sobre o coronavírus também tenha espalhado preconceitos.

“O que a gente vê no processo de construção social de uma doença é o quanto ela revela traços de uma sociedade e de mudanças sociais profundas. No caso do coronavírus, revela o contexto que a gente vive de enorme desinformação”, concluiu o pesquisador. ■



## SAIBA MAIS

- MANCHETE**  
Leia a notícia por completo e não apenas o título ou as primeiras frases
- DESCONFIE**  
Questione-se até que ponto a notícia recebida tem chances de ser falsa
- FONTE**  
Verifique se a fonte é confiável e se está explícita no texto
- PESQUISE**  
Faça uma pesquisa e veja se a informação foi publicada em outras fontes confiáveis
- CONTEÚDO**  
Tenha cuidado com conteúdos compartilhados com expressões como “Atenção! Alerta! Cuidado!”;
- DATA**  
Perceba se são citados: data, local e envolvidos. Essas informações devem estar claras no texto;
- MENSAGEM**  
Desconfie de pedidos como “compartilhe antes que apaguem essa informação”

# CORONAVÍRUS ?

## Onde procurar ajuda ?

 <p><b>CORIZA</b> Fique em casa</p>	 <p><b>CORIZA + FEBRE</b> Fique alerta em casa</p>
 <p><b>CORIZA + FEBRE + TOSSE</b> Procure uma UBS - Unidade Básica de Saúde</p>	 <p><b>CORIZA + FEBRE + TOSSE + FALTA DE AR</b> Procure a UPA</p>

Dúvidas, ligue 136





PREFEITURA  
SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

**INFRAESTRUTURA** INSTALAÇÃO DAS LUMINÁRIAS DE LED E MANUTENÇÃO DE QUADRAS SÃO MANTIDAS PELA PREFEITURA DE SÃO JOSÉ

# Obras e serviços de manutenção são preservados na quarentena

Decreto da quarentena mantém em funcionamento o setor da construção civil. Obras de infraestrutura continuam durante a pandemia. Trabalhadores estão sendo orientados quanto à higienização geral



O decreto da quarentena manteve em funcionamento o setor da construção civil. Com a decisão, obras de infraestrutura continuam durante a pandemia do novo coronavírus.

Os trabalhadores, entretanto, estão sendo orientados quanto à higienização geral dos dedos e das mãos.

Obras de construção de unidades escolares, Arena de Esportes, Via Cambuí e Arco da Inovação continuam sendo realizadas.

Serviços de manutenção da cidade também são feitos em toda a cidade.

Em março, por exemplo, mais cinco quadras de esportes de São José dos Campos foram recuperadas.



**Leste.** Obra do túnel na Rotatória do Gás, na região leste de São José, continua para beneficiar cidade

A reforma realizada pela Secretaria de Manutenção da Cidade inclui serviços de serralheria, alvenaria e pintura. Este ano, a Prefeitura já recuperou 12 em diferentes regiões da cidade.

## LED.

A Prefeitura também deu sequência à implantação de luminárias de LED na região sul da cidade.

Atualmente, o município já conta com 52 mil LEDs instaladas com 274 bairros interiores já contemplados pela nova iluminação.

A Prefeitura está investindo R\$ 32 milhões no Projeto Iluminar que vai substituir cerca de 60 mil luminárias em todo o perímetro urbano da cidade.

A gestão do projeto é realizada pela Secretaria de Manutenção da Cidade. A Urban executa o serviço de substituição das luminárias.

## SÃO JOSÉ CONTRA O CORONA

## Dicas & Cuidados

### Para todos



Cobrir a boca e o nariz durante tosses e espirros, preferencialmente com lenços de papel ou cotovelo flexionado.



Se usar lenço de papel, jogue fora imediatamente após o uso.



Sempre lave as mãos com água e sabão ou use álcool gel.



Higienize o telefone celular com álcool isopropílico 70%. Aplique o produto com o aparelho desligado para não danificar.

### Para pacientes em isolamento domiciliar



De preferência ficar em quarto individual bem ventilado.



Permanecer em casa até desaparecerem completamente os sintomas.



Evitar o compartilhamento de objetos de higiene pessoal.

### Para quem mora com paciente em isolamento domiciliar



Usar água e sabão ou detergente para lavar talheres e pratos após o uso.



Procurar atendimento médico imediato se desenvolver febre, tosse ou falta de ar.



As superfícies tocadas com frequência, especialmente as do banheiro, devem ser limpas e desinfetadas.



Roupas, toalhas e roupas de cama usadas pelo paciente devem ser lavadas com água e sabão.

### Para quem cuida de pacientes em isolamento



Usar máscara cirúrgica bem ajustada ao rosto quando estiver no mesmo ambiente.



A máscara não deve ser tocada ou manuseada durante o uso.



A máscara precisa ser descartada imediatamente após o uso.



Usar luvas descartáveis e avental ao limpar ou manusear roupas ou superfícies com fluidos corporais do paciente.



Evitar o contato com fluidos corporais.