

ENFERMEIROS | **ORDEM APOIA RETOMA**

A bastonária da Ordem dos Enfermeiros considerou ontem que a retoma das consultas e cirurgias programadas que foram suspensas devido à Covid-19 “impõe que sejam acauteladas e reforçadas as medidas de proteção, de doentes e profissionais”. Ana Rita Cavaco apoia o levantamento da suspensão.



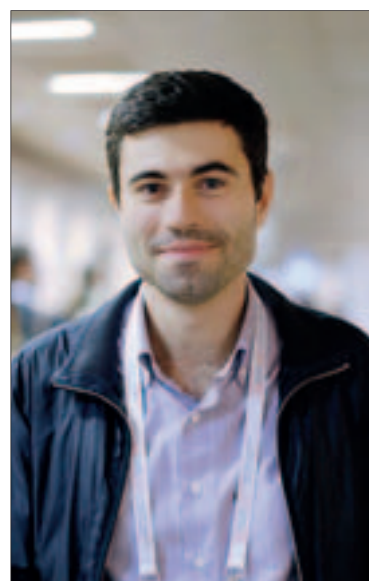
CUF | CONSULTAS DE VOLTA
O GRUPO CUF ANUNCIOU
QUE ESTÁ A “RETOMAR
GRADUALMENTE”
AS CONSULTAS, EXAMES
E CIRURGIAS, SUSPENSOS
NA SEQUÊNCIA DA PANDEMIA.

CRIANÇAS | **MAIOR USO DE MEIOS DIGITAIS**

O uso excessivo de videojogos ou telemóveis pelas crianças continua a ter riscos, mas há que desdramatizar a multiplicação do contacto com meios digitais. “Estamos à procura de um equilíbrio o mais estável possível para poder voltar à normalidade sem prejuízo”, observa Hercília Guimarães, pediatra e professora catedrática.

**FILIFE PALAVRA**

NEUROLOGISTA



Filipe Palavra é neurologista

Dor de cabeça: é preciso dar-lhe atenção**PROBLEMA** ▶ Entre 10 a 20% dos doentes de Covid-19 queixam-se de dores de cabeça

ANA MARIA RIBEIRO

Filipe Palavra explicita a relação entre as dores de cabeça e a Covid-19.

CM – Dores de cabeça são um dos sintomas da Covid-19, mas nem todos os infetados as desenvolvem?

– A dor de cabeça é, provavelmente, uma queixa universal em todas as infeções víricas. Há pessoas que não a valorizam, outras que se focam muito na dor de cabeça. O que está escrito é que 10 a 20% das

pessoas referem dor de cabeça no contexto da infeção. A dor pode estar associada à infeção, e nesse caso falamos de dor de cabeça secundária, mas pode haver doentes que têm cronicamente dores de cabeça e que veem as dores agravadas durante a infeção.

– Alguém que está habituado a ter dor de cabeça não reconhece a dor de cabeça da infeção vírica como diferente?

– Se for diferente é um enorme sinal de alarme, em

termos clínicos. Quem esteja habituado a ter dor de cabeça, se, no contexto da infeção, tiver uma dor de cabeça completamente diferente, deve contactar rapidamente o médico, porque por detrás disso pode haver um outro problema. O que normalmente acontece é que quem tem enxaquecas duas ou três vezes por mês pode passar a tê-las seis, sete, oito, nove ou dez.

– Depois de termos Covid-19, a dor de cabeça altera-se?

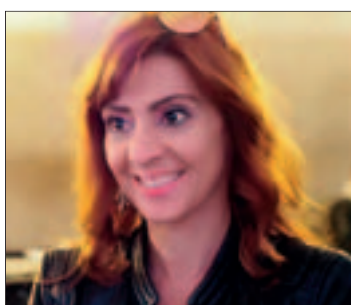
– Não sabemos, mas podemos especular um bocadinho. Não creio que quem tenha dores de cabeça venha a tê-las diferentes. Mas muitos problemas psiquiátricos – como ansiedade ou depressão – têm como sintoma dores de cabeça. Depois da infeção, depois do confinamento, a pessoa pode ver agravada uma doença psiquiátrica existente ou vir a desenvolver queixas psiquiátricas. E a dor de cabeça é um dos sintomas possíveis. ●

OMEU CASO**Alexandra Nascimento, da ANPED**
“ESTUDAR EM CASA REFORÇA LAÇOS”

Q Alexandra Nascimento não teve de esperar pela pandemia da Covid-19 para ter os filhos a estudar em casa. Grande adepta do ensino doméstico, garante que uma das vantagens deste tipo de educação é que permite o maior acompanhamento da evolução pedagógica e pessoal das crianças e uma forma de reforçar os laços familiares.

“O ensino doméstico é muito diferente daquilo que as famílias estão a viver neste momento porque o projeto pedagógico é desenvolvido por nós, ou seja, apesar de estamos todos obrigados a um currículo nacional único, não seguimos a programação da escola”, explica Alexandra Nascimento, que é, também, vice-presidente da Associação Nacional de Pais em Ensino Doméstico (ANPED).

Alexandra tem quatro filhos, o mais velho com 10 anos, e nenhum deles chegou a andar numa escola dita normal. Foi uma decisão que acompanhou uma série de outras escolhas tomadas em função daquilo



Alexandra é mãe de quatro filhos

que tinha pensado para a sua vida familiar. No caso da educação dos seus filhos, queria uma opção que “permitisse respeitar o ritmo de cada um”.

“Uma das coisas mais aliciantes do ensino doméstico é a possibilidade de fazer um percurso mais individualizado, ao ritmo e de acordo com os interesses deles”, afirma, considerando que este modelo permite ter acesso a um maior leque de opções de aprendizagem.

De acordo com os dados mais recentes do Ministério da Educação, no ano letivo passado (2018/2019) estiveram inscritos em regime de ensino doméstico 859 alunos. ● A.M.R.

FOTO DO DIA

NO TRIBUNAL DE VIANA DO CASTELO FOI COLOCADA UMA BARREIRA DE PLÁSTICO PARA PROTEGER OS JUÍZES. ESTÁ IMEDIATAMENTE À FRENTE DO MICROFONE, ONDE ARGUIDOS E TESTEMUNHAS VÃO DEPOR.

ESPOSENDE ADIA
EVENTOS ATÉ AGOSTO

Q A Câmara de Esposende decidiu adiar para 2021 os eventos programados até agosto, depois de já ter cancelado as iniciativas agendadas de abril até julho. ●

FESTAS DE PORTALEGRE
CANCELADAS

Q As festas do concelho de Portalegre, cujo “ponto alto” é anualmente assinalado a 23 de maio, data da elevação a cidade, foram canceladas. ●

POIARES CANCELA
MOSTRA DE ARTESANATO

Q A Câmara de Vila Nova de Poiares decidiu não realizar este ano a PoiArtes – Mostra Nacional de Artesanato, marcada de 10 a 15 de setembro. ●