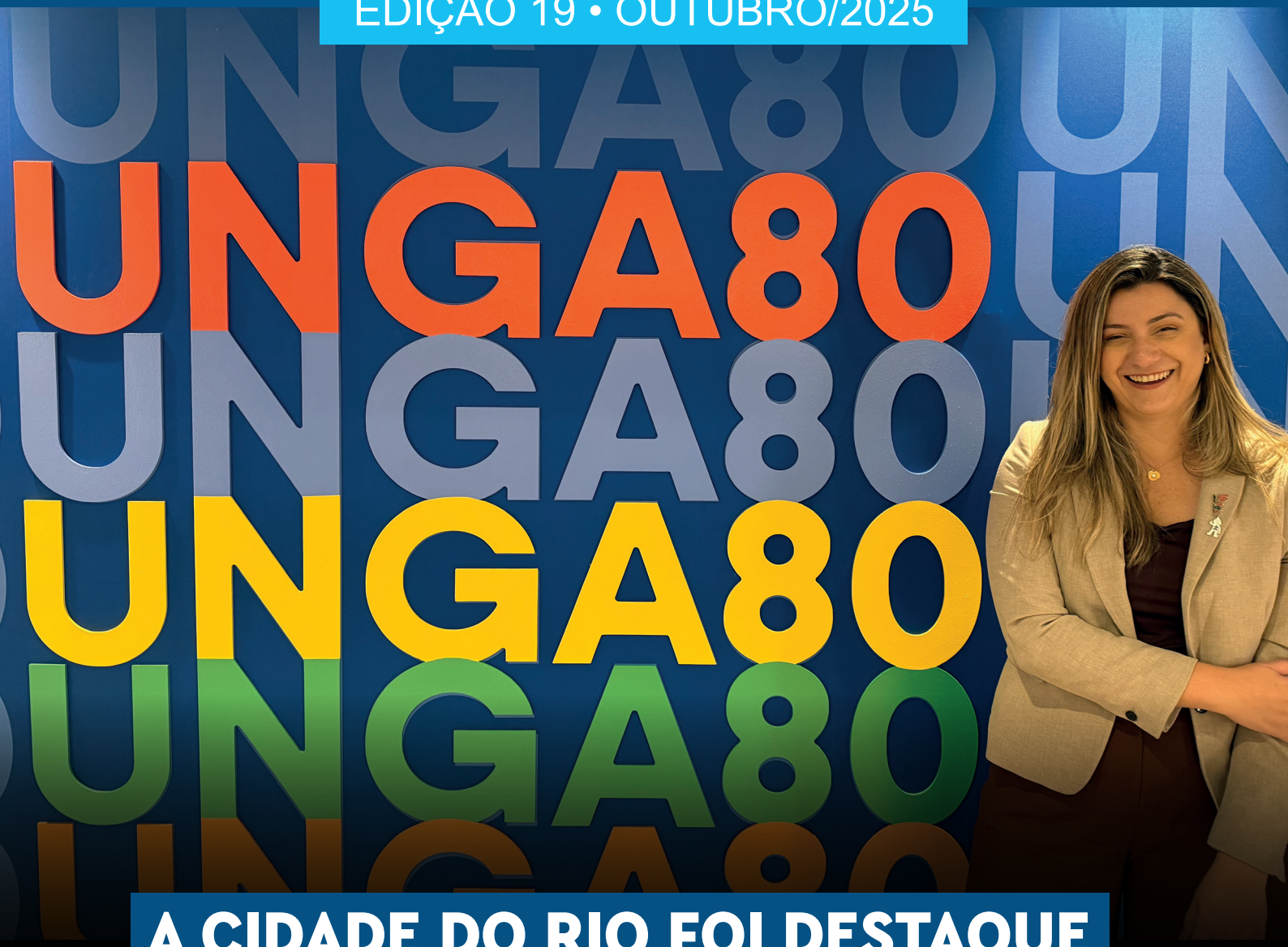
Informe da SAÚDE

EDIÇÃO 19 • OUTUBRO/2025



A CIDADE DO RIO FOI DESTAQUE EM NOVA YORK

O Protocolo de Enfrentamento ao Calor Extremo do Rio de Janeiro foi apresentado no 2025 FP Health Forum at UNGA80

PREFEITURA RIO | Saúde SUS

OUTUBRO ROSA

Seu futuro é o cuidado de hoje

Nas clínicas da família e centros municipais de saúde, **você encontra atenção em todas as fases da vida.**

- Acompanhamento no pré-natal
- Planejamento sexual e reprodutivo
- Métodos contraceptivos
- Exames preventivos
- Vacinação
- Apoio e proteção contra a violência
- Detecção precoce do câncer

Encontre a unidade mais próxima em: **prefeitura.rio/ondeseratendido**

PREFEITURA RIO | Saúde SUS

PODE IR DE BICICLETA OU A PÉ?
ENTÃO, DEIXA O CARRO EM CASA!

Além de ajudar o meio-ambiente, você melhora sua saúde.

CONHEÇA OS BENEFÍCIOS:

1
Atividade física
movimentar-se ajuda no controle do peso e fortalece músculos e ossos

2
Saúde do coração
caminhar ou pedalar reduz o risco de doenças cardiovasculares

3
Respiração melhor
menos poluição no ar significa mais saúde para os pulmões

4
Sono de qualidade
ser ativo durante o dia ajuda a regular o ciclo do sono à noite

PREFEITURA RIO | Saúde SUS

A SAÚDE DAS CRIANÇAS COMEÇA NA VACINA!

A **vacina contra a gripe** é **essencial para as crianças**. Ela ajuda a fortalecer a imunidade e a prevenir complicações.

Todas as pessoas com **6 meses de idade ou mais** devem se vacinar.

Encontre a unidade mais próxima em: **prefeitura.rio/ondeseratendido**

PREFEITURA RIO | Saúde SUS

pessoas legais têm sempre uma garrafinha de água

hidrate-se!

PREFEITURA RIO | Saúde SUS

VACINA CONTRA HPV

É pra ela.

É pra ele.

É pra todos de 9 a 19 anos.

Encontre a unidade mais próxima em: **prefeitura.rio/ondeseratendido**

PREFEITURA RIO | Saúde SUS