

COMO SE PROTEGER BEM DURANTE A FOLIA DO CARNAVAL

Estamos às vésperas da maior festa brasileira, o carnaval, cujo clima de diversão e alegria, contagia atualmente na maioria jovens de todas as etnias e que na sua maioria não estão preocupados com os problemas que podem surgir além do calor do verão, também as chamadas doenças sexualmente transmissíveis “DSTs”. Tanto é importante a diversão, quanto a sua prevenção à saúde, o maior bem da vida humana.

Algumas dicas até então bem conhecidas, devem ser lembradas nesta época como se proteger do sol utilizando protetor solar adequado, óculos e chapéu, evitando o câncer de pele. Beber bebida alcoólica moderadamente e beber muita água antes, durante e depois da folia é bom para hidratar o corpo e evitar a “famosa ressaca” Mas se a ressaca te pegar, tome bastantes sucos leves e frescos. Ahhh!!! e se beber não dirija, as multas estão pesadíssimas...Mas, o mais importante está na prevenção das doenças sexualmente transmissíveis (DSTs). O sexo se torna seguro quando o uso do preservativo se faz presente. Conforme dados estatísticos vem crescendo o percentual da não utilização de preservativos no carnaval. Em 2016 aproximadamente 50% não utilizaram conforme pesquisa com jovens de ambos os sexos nas principais capitais do país.

Portanto, vamos brindar ao reinado de Momo e brincar nessa folia com amor a vida, para que possamos nos próximos carnavais estarmos aptos a dar continuidade a esta festa tão divertida e nunca com a lembrança de um carnaval que passou e te deixou marcas para sempre.

Lourival E, Melo
Membro da CIPA