Editorial

A região administrativa da Subprefeitura Jaçanã/Tremembé é uma das mais importantes da Zona Norte, abrangendo uma área de 65,32 km² e uma população superior a 290 mil habitantes. Considerando os bairros dos dois distritos, surgem diferentes demandas e retratos sociais, desde locais privilegiados próximos a Serra da Cantareira, até bairros ainda em formação e com muitas necessidades estruturais.

Um dos pontos mais críticos dessa região: as enchentes que ao longo do tempo castigaram, tanto os bairros do distrito Jaçanã, quanto os do Tremembé. Atualmente, o desenvolvimento das obras de contenção das cheias do Córrego Tremembé, já trouxe melhorias nos pontos em que já foi concluído, trazendo a perspectiva de resolver em grande parte essa questão.

Outra notícia importante é a perspectiva da instalação de um Ecoponto na Avenida Paulo Lincoln do Valle Pontin. A falta de um Ecoponto fixo sempre foi uma das deficiências da região de Jaçanã/Tremembé, que apesar da extensão territorial, tem grande dificuldade de encontrar terrenos apropriados para esse objetivo. Ainda não há data para inauguração, mas o local já está determinado e há a perspectiva de outros dois terrenos para novos Ecopontos.

Nesta edição, destacamos ainda a mudança adotada pela Secretaria de Infraestrutura e Meio Ambiente com relação ao Horto Florestal, proibindo a entrada de animais domésticos. A medida, segundo a SIMA, é necessária para proteger os animais silvestres que vivem no parque. Embora a princípio possa desagradar grande parte dos usuários, acostumados a passear com seus pets, é importante avaliar que o Horto Florestal tem características únicas, como a presença de animais silvestres.

Trazemos ainda as últimas informações sobre o processo de privatização do Complexo Anhembi, paralisado pelo Tribunal de Contas do Município. A grande expectativa de sua privatização, vem da própria necessidade de modernização do complexo para poder impulsionar novos negócios e trazer mais desenvolvimento para a região. Porém, é importante que esse processo aconteça de forma equilibrada e transparente, respeitando o valor do patrimônio público.

Confira ainda as recentes visitas do prefeito Bruno Covas à Zona Norte e a programação cultural da região. Essas e outras notícias regionais estão neste número de AGZN. Uma boa leitura a todos, ótimo final de semana e até nossa próxima edição!

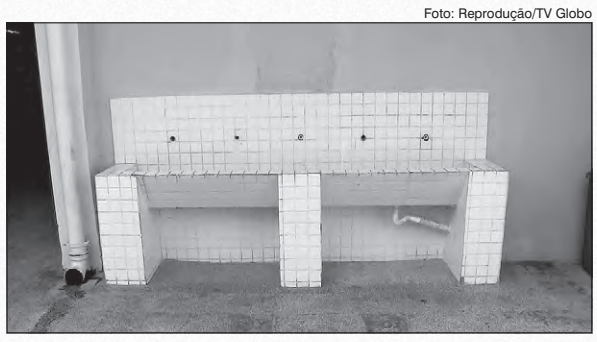
O que foi notícia na semana

Na noite da última segunda-feira (20), um menino de 7 anos, morreu atropelado por um caminhão na Rodovia Fernão Dias, na Zona Norte de São Paulo. O motorista fugiu sem prestar socorro para a criança, de acordo com a Polícia Rodoviária Federal, Cristiam Mekeste Ferreira de Melo, estava brincando com outras crianças em uma rua na lateral da rodovia, à noite por volta das 21 horas. As crianças estavam brincando na lateral da pista e os policiais acreditam que a bola foi parar no meio da pista, e a criança teria ido buscar a bola, e um caminhão a atropelou. O acidente aconteceu na altura do km 85 da Fernão Dias, no sentido Belo Horizonte. O caso está sendo investigado pelo 73º DP, no Jaçanã.

•

A **Escola Estadual Professor Hiroshi Suda**, localizada no Parque Vitória, na Zona Norte de São Paulo, foi **invadida seis vezes** só no último final de semana. Ladrões arrombaram o portão da escola e levaram cabos de energia, torneiras, lâmpadas, bebedouros e mangueiras de combate ao fogo. Os criminosos foram de sala em

Foto: Reprodução/TV Globo



sala e levaram também computadores e aparelhos de som. A direção da escola ainda não calculou o valor do prejuízo. Os funcionários da Escola se mobilizaram em arranjar um eletricista para arrumar a fiação do prédio neste domingo, conseguindo assim manter o horário letivo normal da última segunda-feira (20/5) e evitando que os alimentos fornecidos aos estudantes estragassem.

•

Na última quarta-feira (22), o Ministério da Educação informou que irá manter o contingenciamento de R$ 5,8 bilhões no orçamento para 2019, apesar do desbloqueio de R$ 1,587 bilhão anunciado pelo Ministério da Economia. Consequentemente, a primeira ordem de bloqueio, foi no dia 29 de março, e permanece válida. Dessa forma, o MEC continua com R$ 5,83 bilhões bloqueados. O contingenciamento do MEC atinge, tanto o ensino básico, quanto as universidades e institutos federais.

•

Na última quarta-feira (22), o governo do presidente Jair Bolsonaro recuou e publicou um novo decreto sobre as regras para posse (ter a arma em casa ou no trabalho, no caso de proprietários) e porte (autorização para transportar a arma fora de casa) de arma de fogo no País. Entre as alterações anunciadas estão o veto ao porte de fuzis, carabinas ou espingardas para cidadãos comuns.

Mitos e verdades: tudo que você precisa saber sobre intolerância à lactose

A intolerância à lactose é a incapacidade total ou parcial de digestão do açúcar do leite. Essa condição, que pode surgir em qualquer momento da vida, ainda gera muitas dúvidas desde sua origem e como se comportar quando é realmente diagnosticado. Para responder algumas das dúvidas mais comuns, o gastroenterologista Décio Chinzon (CRM 49552) preparou 7 mitos e verdades. Confira:

Todo indivíduo que tem intolerância à lactose sabe?

MITO. A intolerância pode ter intensidades diferentes de indivíduo para indivíduo. Muitas pessoas sentem sintomas, como distensão abdominal, cólica, diarreia, náusea ou flatulência após comer alimentos à base de leite e nem percebem que o mal está relacionado ao alimento. Outras toleram quantidades menores de ingestão de leite ou derivados.

A lactose está presente em todos os alimentos à base de leite?

MITO. Nem todos os alimentos elaborados a partir do leite possuem lactose. Em alguns tipos de queijos, por exemplo, a lactose já é degradada durante o processo de fabricação.

Todo leite de origem animal tem lactose?

DEPENDE. Os leites de origem animal possuem naturalmente lactose em sua composição, inclusive o leite materno. No entanto, existem técnicas industriais que reduzem drasticamente o conteúdo de lactose no leite, tornando possível a fabricação de leites de origem animal com "baixo teor de lactose". Os leites de origem vegetal como os de arroz, soja, coco e amêndoa não possuem lactose na sua composição e podem, em geral, ser consumidos por quem tem intolerância.

Alergia e intolerância à lactose são a mesma coisa?

MITO. A Alergia ao Leite de Vaca (APLV) é uma reação do sistema imunológico às proteínas do leite de vaca e mais comum em bebês e crianças. Os sintomas são variáveis de caso para caso e podem incluir placas vermelhas e coceira na pele, diarreia, sangue nas fezes, perda de peso e infecções respiratórias de repetição. Já a intolerância à lactose é a incapacidade de digestão do açúcar do leite pelo organismo e é mais comum em adultos e idosos, provocando sintomas como: diarreia, cólica, inchaço abdominal e flatulência.

A quantidade de lactose muda conforme o alimento?

VERDADE. Alguns alimentos contêm menos lactose e podem até ser tolerados.

Pessoas que fazem dieta de restrição aos lácteos necessitam fazer uma suplementação de cálcio.

VERDADE. O leite e seus derivados são as fontes mais comuns e de melhor absorção de cálcio. Quando os alimentos lácteos estão ausentes da dieta, pode ser necessária a suplementação de cálcio para que se alcance a recomendação de ingestão diária desse mineral. O cálcio de origem vegetal como o presente em brócolis, espinafre e gergelim, em geral, não é suficiente para suprir a necessidade do organismo.

Pessoas com intolerância à lactose não devem consumir nenhum alimento lácteo e viver pra sempre sem lactose?

MITO. A condição da intolerância é bastante individualizada. Cada pessoa possui um grau maior ou menor de intolerância, podendo consumir alimentos de baixo teor de lactose sem sofrer mal estar. O fracionamento da dieta que contém lactose pode, também, ajudar. Além disso, existem no mercado os comprimidos de enzima lactase, como Latolise, que ajudam as pessoas a comerem alimentos lácteos e não se privarem da riqueza nutricional desses alimentos e nem das delicias da vida.

Vacinação contra gripe ainda não atingiu metade da meta no País

Em 2019, completam-se 20 anos do início da vacinação contra a gripe no Brasil. Durante essas duas décadas, muita coisa mudou na campanha, a quantidade de pessoas que integram o público-alvo da vacina só cresceu, bem como o número de doses oferecidas e as cepas de vírus utilizadas na fabricação do produto.

A principal mudança em relação a 2018 é a ampliação do limite de idade no público infantil. Até o ano passado, o imunizante era aplicado apenas nas crianças de 6 meses a 5 anos incompletos. Agora, aquelas com até 6 anos incompletos podem tomar sua dose nos postos de saúde.

Neste ano, até 23 de março, foram registrados 255 casos de influenza em todo o País, com 55 óbitos. Até o momento, o subtipo predominante no País é Influenza A H1N1, com 162 casos e 41 óbitos. O estado do Amazonas é o que apresenta a maior circulação do vírus, com 118 casos e 33 mortes. Por isso, o Ministério da Saúde antecipou a campanha de vacinação para o estado, que já está vacinando a população desde o dia 20 de março.

Grupos prioritários:

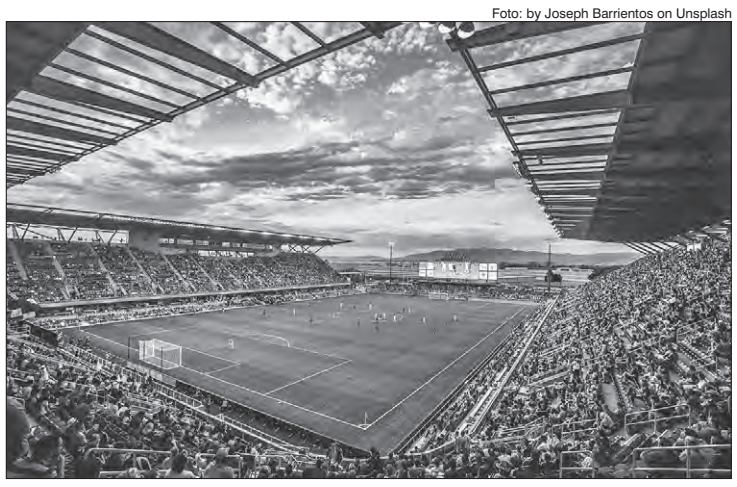
- Indivíduos com mais de 60 anos;
- Crianças de 6 meses até 6 anos incompletos (5 anos, 11 meses e 29 dias de idade);
- Gestantes;
- Mulheres que tiveram um filho nos últimos 45 dias (puérperas);
- Trabalhadores da área da saúde;
- Professores de escolas públicas e privadas;
- Povos indígenas;
- Portadores de doenças crônicas e outras condições clínicas;
- Adolescentes e jovens de 12 a 21 anos sob medidas socioeducativas;
- População privada de liberdade;
- Funcionários do sistema prisional.

Cuidado com o barulho nos estádios de futebol! Seus ouvidos agradecem

Na reta final dos Campeonatos Estaduais em todo o país, as torcidas formam uma corrente de otimismo em busca do almejado título; e os estádios ficam lotados de torcedores gritando, cantando e fazendo provocações ao time rival.

Isso sem falar no som das cornetas, bandinhas e instrumentos de percussão das torcidas organizadas. A cultura das arquibancadas é barulhenta e se você é esse torcedor que frequenta, assiduamente os estádios de futebol, é bom tomar cuidado com seus ouvidos. O nível de ruído durante uma partida de futebol pode chegar a 115 decibéis - barulho provocado pelas turbinas do avião - e toda essa festa ruidosa nos estádios pode trazer consequências desagradáveis à audição.

Foto: by Joseph Barrientos on Unsplash



Para preservar a audição, evite as concentrações muito barulhentas das torcidas organizadas

"Sons acima de 85 decibéis são prejudiciais aos ouvidos e o estádio de futebol é um lugar barulhento por natureza. Por causa do nível de intensidade do ruído, as pessoas podem, algumas vezes, ter a sensação de pressão nos ouvidos, tontura, zumbido e dificuldades para ouvir logo após os jogos. Essa sensação tende a passar naturalmente no decorrer de horas ou dias. Mas depois de muito tempo de exposição constante ao barulho, o próprio sistema auditivo entra em fadiga. As células ciliadas - receptores sensoriais do sistema auditivo - vão morrendo e, como não são repostas pelo organismo, a audição vai diminuindo de forma lenta, mas progressiva. A perda auditiva é definitiva e pode se agravar ao longo dos anos", afirma a fonoaudióloga Isabela Carvalho, da Telex Soluções Auditivas, que complementa: "A perda de audição depende, tanto da potência do som, quanto do tempo de exposição ao ruído; quanto maior, pior para o sistema auditivo".

Para aqueles que têm o hábito de frequentar estádios de futebol, Isabela Carvalho, que é especialista em audiologia, recomenda que mantenham uma distância mínima de 10 metros de aglomerações barulhentas. No caso das crianças, os cuidados devem ser redobrados. O barulho em excesso pode trazer irritação, choro e elas podem sair do estádio com zumbido nos ouvidos, sem que os pais percebam.

De acordo com normas reguladoras de segurança e saúde do Ministério do Trabalho, um indivíduo exposto a uma intensidade de som de 115 decibéis, por apenas sete minutos, já pode sofrer danos à audição. A exposição prolongada ao som alto, por anos seguidos, pode levar a diversos graus de perda auditiva, de acordo com a sensibilidade de cada pessoa.

Há ainda os torcedores que costumam soltar fogos e rojões dentro ou ao redor dos estádios, ou mesmo em outros locais de concentração, para comemorar a vitória do time. O alerta para eles é ainda maior. A manipulação desses artefatos pode causar, além de queimaduras, danos irreversíveis à audição. Um caso emblemático foi o da torcedora Greice Gomes, 25 anos, que ficou surda quando um rojão explodiu ao seu lado na Arena do Grêmio (RS), em 2013. Na hora do estouro, com a audição comprometida, Greice levou as mãos ao ouvido enquanto o namorado, Guilherme Costa, pedia socorro aos seguranças do estádio.

"Quanto mais próximo alguém estiver dos fogos, maior a probabilidade de ter sua audição afetada. É preciso muito cuidado, inclusive para não ter os tímpanos perfurados", alerta a fonoaudióloga da Telex.

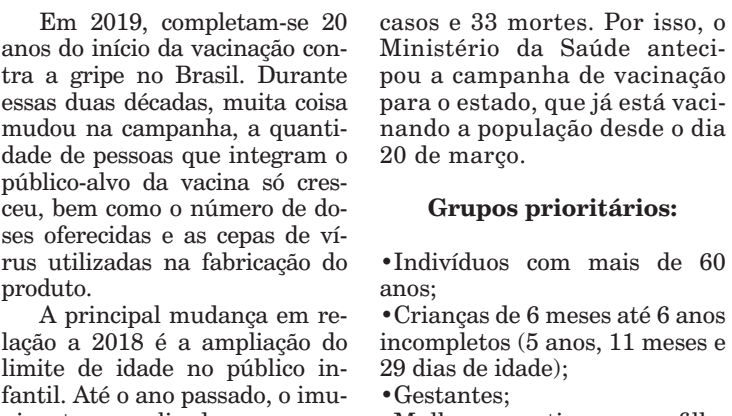
Serviço de utilidade pública de A Gazeta da Zona Norte

FARMÁCIAS DE PLANTÃO

1ª Turma

•**Água Fria** - *Farmácia e Drogaria Santa Luzia Ltda. - Av. Água Fria, 807 •**Alto V. Maria** - *Drogaria Dudu Ltda. - Av. Alberto Byington, 2.651 *Drogamirtes Ltda. - Praça Cosmorama, 17 •**Carandiru** - *Drogaria Josyfar Ltda. - R. do Imperador, 09 •**Casa Verde** - *Drogaria São Paulo S/A. - R. Dr. César Castiglioni Jr., 247 - *Farmácia Tamahe Ltda. - R. Joaquim Afonso de Souza, 816 •**Freguesia do Ó** - *Drogaria Itaberaba Ltda. - Av. Itaberaba, 658 - *Vania Turati Drogaria Ltda. - Av. General Edgar Facó, 1.418 •**Itaberaba** - *Fastfarma Com. de Med. e Perf. Ltda. - Av. Itaberaba, 1.444 - *Drogaria São Paulo S/A. - Av. Itaberaba, 1.945/ 1949 *Droga Eden Ltda. - Av. Itaberaba, 2.061 •**Jaçanã** - *Drogaria Paza Ltda. - Av. Francisco Rodrigues, 562 - *Jaime Fuentes Arilla & Cia. Ltda. - Av. Guapira, 2.006 •**Jd. Brasil** - *Total Pharmacist Assist. Drogaria Ltda. - Av. Júlio Buono, 3.597 - *Drogaria Reunidas Ltda. - R. Basílio Alves Morango, 827 - *Farmadroga Ltda. - Av. Roland Garros, 1.068 - *Droga Tec Ltda. - Av. Roland Garros, 387 •**Jd. Japão** - *Seiti Anagusko & Cia Ltda. - Av. Jardim Japão, 1.261 •**Jd. Joamar** - *Drogaria Gradamon Ltda. - Av. Antonelo de Messina, 968 •**Jd. Maracanã** - *Drogaria Maracanã Ltda. - Av. Itaberaba, 3.822 •**Jd. Primavera** - *Drogaria Life Ltda. - Av. Deputado Emílio Carlos, 1.742 •**Jd. Tremembé** - *Drogaria São Paulo S/A. - Av. Maria Amália Lopes de Azevedo, 975 •**Lauzane Paulista** - *Drogaria Rosa Cris Ltda. - Av. Adolfo Coelho, 138-A •**Limão** - *Antonio de Siqueira - Av. Prof. Celestino Bourroul, 840 •**Mandaqui** - *Oliveira & Valoto Ltda. - R. Augusto Tolle, 791 - *Farmácia Mandaqui Ltda. - R. Matheus Leme, 21 - *Antares Comercial Farmacêutica Ltda. - Av. Zunkeller, 265 - *Droga Rosa Ltda. - R. Salvador Tolezano, 09 •**Parada Inglesa** - *Alquymia Pharma Ltda. - Av. General Ataliba Leonel, 2.291 •**Pq. Edu Chaves** - *Drogaria Chaves Ltda. - Av. Edu Chaves, 863 •**Pq. Novo Mundo** - *Drogaria Parque Novo Mundo Ltda. - Av. Tte. Amaro Felicíssimo Silva, 1.311 •**Pq. Peruche** - *Drogaria Cristal do Peruche Ltda. - R. Armando Coelho Silva, 323 - *Drogazu Ltda. - R. Valdemar Martins, 371-A •**Santana** - *Drogaria Farmafacil Ltda. - R. Voluntários da Pátria, 1.579 - *Farma Norte Drogaria e Perf. Ltda. - R. Alfredo Pujol, 570 - *Farmácia São Gabriel Ltda. - R. Mal. Hermes da Fonseca, 486 - *Drogaria São Paulo S/A. - R. Ezequiel Freire, 424 •**Tucuruvi** - *Drogaria São Paulo S/A. - Av. Tucuruvi, 557 - *Drogaria Presidente Ltda. - Av. Nova Cantareira, 2.320 - *Drogaria Amiga Ltda. - Av. Guapira, 1.262-A •**V. Aurora** - *Saburo Kuroba - R. Irmão João Creff, 153 •**V. Brasilândia** - *Demac Produtos Farmacêuticos Ltda. - R. Parapuã, 1.782 - *Droga Marisa Ltda. - R. Benedito Egídio Barbosa, 49 •**V. Cachoeirinha** - *Drogaria Flor do Ipê Ltda. - Av. Imirim, 4.132 •Vila Dionísia - *Drogaria Diofarma Ltda. - R. Fernando Pessoa, 221 •**V. Ede** - *Drogaria Hirofarma Ltda. - Av. Júlio Buono, 467 - *Drogaria Farmanael Ltda. - Av. Ede, 86 •**V. Guilherme** - *Farmácia Jeodroga Ltda. - Av. Joaquina Ramalho, 226 *Drogaria e Perf. Praça Oscar Ltda. - R. Maria Cândida, 1.412 •**V. Gustavo** - *Drogaponto Ltda. - Av. Júlio Buono, 2.051 •**V. Maria** - *Drogaria São Carlos da Nice Ltda. - Av. Guilherme Cotching, 1.531/ 1.535 - *Naides Barbosa Lima - R. Tomas Speers, 687 - *Drogaria E. R. Castro Ltda. - R. do Imperador, 1.629 •**V. Mazzei** - *Drogairis Ltda. - R. Imbiras, 144 •**V. Medeiros** - *Drogaria Mundy Ltda. - R. Crispim Duarte, 653 - *Drogaria Fenix Ltda. - Av. Nossa Senhora do Loreto, 635 •**V. Palmeiras** - *Farmácia Vila Palmeiras Ltda. - Av. Inajar de Souza, 446 •**V. Sabrina** - *Drogaria e Perfumaria Castro Ltda. - Praça Angelo Conti, 198 •**V. Santa Maria** - *Drogaeny Ltda. - R. Tomas Antonio Vilani, 193.

Dados fornecidos pelo Sindicato das Farmácias



A Gazeta da Zona Norte apoia essa ideia

EXPEDIENTE

A GAZETA DA ZONA NORTE

Empresa Jornalística Zona Norte Ltda

Certificado de registro de marca: 006381073

Fundador: Ary Silva • 03/02/1963

Diretor responsável: Osmar Fazzio • Jornalista responsável: Camila Alvarenga - MTB 27.335

Administração, Redação e Publicidade: Rua Alfredo Pujol, 207 ✆2977-6544 / 2950-7919

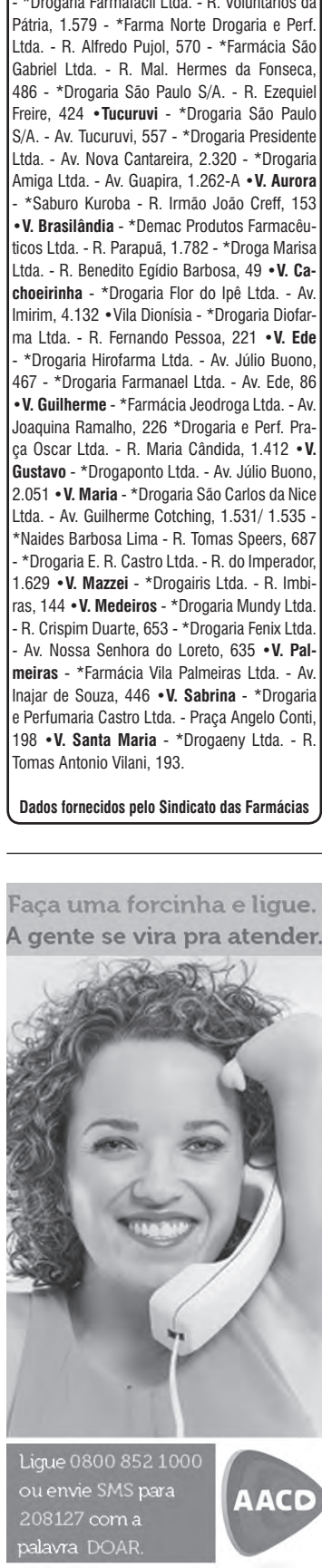
www.gazetazn.com.br

comercial: gazetazn@gazetazn.com.br redação: pautazn@terra.com.br

O MAIS EFICIENTE VEÍCULO DE DIVULGAÇÃO EM TODA A REGIÃO NORTE DA CAPITAL. DISTRIBUÍDO E LIDO EM 88 BAIRROS DA ZONA NORTE, PARA UM PÚBLICO DE 500.000 LEITORES

IMPRESSÃO ESTADÃO Tel: (11) 3856-2401

ALCOÓLICOS ANÔNIMOS GRUPO SANTANA

Você sabia que... O ALCOOLISMO É UMA DOENÇA? NÃO DESANIME, HÁ ESPERANÇA!
Se você tem problemas com a bebida ou convive com um alcoólatra ... Venha participar conosco das reuniões de **ALCOÓLICOS ANÔNIMOS GRUPO SANTANA** - R. Gabriel Piza, 122 - Santana.

Informações: Tel: 3315-9333 (24h) Escr. de Serv. Locais de A.A.