Editorial

A canalização do Córrego Paciência e parte do Córrego Maria Paula é o destaque desta edição. Antiga reivindicação local, esse grande projeto já foi muito discutido e muitas vezes prometido para a população e, atualmente está de fato sendo executado dividido em etapas. A primeira etapa, como destacamos na matéria envolve a área da Fernão Dias, até o Córrego Cabuçu que já está finalizada.

Agora, há a expectativa apresentada à população pela Subprefeitura Jaçanã/Tremembé de continuidade das obras em seu trecho 4 que envolve a área desde a Praça Santa Constança até a Avenida Jardim Japão. De acordo com o Subprefeito Alexandre Pires, esse trecho específico não envolve desapropriações e as obras devem começar efetivamente dentro de um mês. Porém, em toda a extensão do córrego, conforme as obras devem se desenvolver, estão previstas desapropriações específicas. Para tanto, a orientação é de que a população se oriente com informações oficiais e para isso procure diretamente a Subprefeitura.

Realizada pela Secretaria de Infraestrutura Urbana, a canalização do Córrego Paciência e parte do Córrego Maria Paula tem prazo e execução total em 60 meses, ou seja, conclusão prevista para 2023. Apesar do longo prazo, a sua execução em etapas também já traz benefícios imediatos nas regiões já contempladas, o que é um fator positivo. Para quem vive nas áreas atingidas há décadas por alagamentos e enchentes, a questão é mais do que urgente. Porém, é necessário que apesar do alto custo ou dificuldade para as obras, os grandes projetos não fiquem no papel como infelizmente temos vários na cidade de São Paulo.

Nesta edição, trazemos ainda informações sobre a Audiência Pública realizada na última terça-feira a respeito do Carnaval de Rua de São Paulo. Embora os desfiles dos megablocos não estejam localizados na Zona Norte, no último Carnaval, a Avenida Tiradentes foi incluída no roteiro do Carnaval de Rua, impactando o acesso à região.

A representação local ainda é muito pequena nas audiências públicas em relação aos representantes de áreas que já vinham recebendo o evento como: Pinheiros e Vila Madalena. Mas é necessário que a população se posicione a respeito através desses mecanismos participativos, uma vez que o planejamento acontece durante todo o ano e é justamente o momento em que qualquer mudança pode ser adotada.

Entre outras notícias da região, destacamos ainda a mensagem do Bispo da Região Episcopal de Santana, Dom Sérgio de Deus Borges, que nos prestigia com suas palavras de Renascimento por ocasião da Páscoa. Em tempos de tantas conturbações, as mensagens de esperança e paz são de extrema importância e independem das diferentes religiões.

Uma boa leitura a todos, ótimo final de semana e até nossa próxima edição!

O que foi notícia na semana

Foto: Governo do Estado de São Paulo

No último domingo (14) o Governador de São Paulo, **João Doria**, recebeu o ator e ex-governador da Califórnia, **Arnold Schwarzenegger,** para discutir ações de sustentabilidade e economia verde. Schwarzenegger é o idealizador da R20 - Regions of Climate Action, uma organização ambientalista sem fins lucrativos, fundada em setembro de 2011.

•

Na última segunda-feira (15) a Secretaria da Fazenda disponibilizou a liberação de abril da Nota Fiscal Paulista cerca de R$ 38.537.046,39 em créditos a consumidores, instituições filantrópicas e condomínios. A Secretaria da Fazenda e Planejamento calculou os créditos com base nas compras e doações de documentos fiscais realizadas em dezembro do ano passado. Deste total, as entidades beneficentes têm à disposição R$ 15,9 milhões para o custeio de seus projetos. Já os outros R$ 22,6 milhões estão destinados para consumidores e condomínios. Para transferir os recursos para uma conta corrente ou poupança, basta utilizar o aplicativo (App) oficial da Nota Fiscal Paulista pelo tablet ou smartphone, digitar o CPF/CNPJ e senha cadastrada e solicitar a opção desejada. Quem preferir pode utilizar a página na internet: portal.fazenda.sp.gov.br/servicos/nfp. Em ambas as opções os valores serão creditados na conta indicada em até 20 dias.

•

Na última segunda-feira (15) um grande incêndio atingiu a Catedral de Notre-Dame, em Paris. O primeiro foco do fogo foi relatado por usuários em redes sociais, não se sabe o que ocasionou, mas pode estar relacionado a uma obra que estava sendo feita no telhado. Incêndio levou nove horas para ser extinto e causou grandes danos ao complexo. A emissora France 2 disse que a polícia está tratando o caso como um acidente. Não há relatos de feridos. Antes mesmo do incêndio, o custo de reforma da Notre-Dame era estimado em US$ 170 milhões (R$ 664 milhões). Bilionários e doadores privados se mobilizaram para financiar a reconstrução da famosa catedral. Juntos, eles prometeram doar 600 milhões de euros (ou quase R$ 3 bilhões).

•

De acordo com o Procon-SP a diferença nos preços dos ovos de chocolate nesta Páscoa chega a 83,4%, as barras de chocolate e caixas de bombom também entram na pesquisa. Do final de março até agora houve um aumento de 5,89%, com redução somente nos bolos pascais, que tiveram queda de 2,11%.

Especialista dá dicas para evitar doenças típicas do Outono

A chegada do Outono significa o início das grandes variações de temperatura e da baixa umidade. Esses fatores, juntamente com a poluição, são considerados alguns dos responsáveis pelo aumento dos índices de doenças respiratórias durante essa época do ano. De acordo com Ricardo Souza Queiroz, alergista e imunologista do Grupo São Cristóvão Saúde, os problemas mais frequentes nesse período são: a asma, as rinites e as sinusites.

Quando o tempo está seco, a mucosa nasal fica ressecada e passa a não filtrar corretamente o ar, cheio de partículas poluentes e alergênicas, que vai aos pulmões. Em muitos casos, as pessoas já têm uma predisposição genética às alergias respiratórias, então quando são expostas a esses fatores, elas são desencadeadas e geram uma reação do sistema imunológico, que inclui o corrimento nasal e o lacrimejamento.

Geralmente, a manifestação de alergias ocorre durante a infância, quando a criança é exposta a agravantes, como a presença de ácaros, fungos e pelos de animais. No caso da rinite, o fator hereditário influencia na manifestação dessas alergias. O especialista explica que, se um dois pais tiver a doença, a chance de os descendentes terem é de 30%, mas se ambos os pais tiverem rinite alérgica, a chance já aumenta para 70%. "Isso torna os filhos mais sensível à detecção de elementos alergênicos, aumentando as chances do desencadeamento da doença", diz.

Uma boa noite de sono, a prática de atividades físicas e uma alimentação balanceada e rica em Vitamina C são elementos que podem ajudar a melhorar a imunidade e, consequentemente, evitar ou amenizar o grau de intensidade dessas doenças. Além disso, o especialista ainda dá outras dicas para aproveitar essa época do ano com saúde e disposição:

•Reforce a hidratação;
•Deixe janelas abertas para o ar circular;
•Lave o nariz com soro fisiológico;
•Passe álcool gel nas mãos sempre que sair de transportes públicos;
•Ande sempre com um colírio à disposição;
•Evite ambientes fechados e com grande concentração de pessoas.

Além de desencadear alergias, o mau funcionamento da mucosa também pode fazer com que bactérias e vírus passem despercebidos pelo canal de entrada do sistema respiratório. Para evitar complicações, é importante que a vacina da gripe esteja em dia, deixando de lado o mito de que a imunização contra os vírus da gripe faz mal.

Programa adotado por empresas ajuda a reduzir afastamentos por auxílio doença

Um estudo realizado pelo INSS - Instituto Nacional de Seguridade Social apontou que, entre 2012 e 2018, mais de 520 mil brasileiros foram afastados de suas funções por auxílio doença.

Além de onerar os cofres públicos para o pagamento do benefício aos empregados, as empresas também são negativamente impactadas com o afastamento de seus funcionários. "Isso representa cerca de 40 mil dias de trabalho produtivo perdidos, por problemas de saúde", diz Luiz Monteiro, presidente da PBMA - Associação Brasileira das Empresas Operadoras de PBM (Programa de Benefício em Medicamentos).

Por isso que, de acordo com o presidente da entidade, as empresas estão investindo cada vez mais nos cuidados com a qualidade de vida de seus funcionários. "Organizações com programas de promoção de saúde e bem-estar para os funcionários têm apresentado menos índices de afastamento por doença. A médio e longo prazo verifica-se uma redução do absenteísmo e da sinistralidade e, consequentemente, os resultados positivos alcançados na produtividade e na competitividade", ressalta Monteiro, que destaca o PBM como uma das principais ferramentas adotadas, principalmente por grandes companhias.

Hoje, no Brasil, funcionários de empresas como Telefônica Brasil, IBM, Caterpillar, Unilever, Arcelor Mital, Carrefour, Nestlé, Gerdau e Tigre, entre outras, já subsidiam medicamentos para seus funcionários. Entre essas corporações é possível encontrar todos os programas de acesso de medicamentos gerenciados pelas PBMs: programas de desconto, programa de fidelização da indústria farmacêutica; programa Aqui tem Farmácia Popular, do Ministério da Saúde; e programas de gestão de medicamentos contratados por companhias que visam uma política de Gestão de Saúde mais evoluída.

"Com a facilidade de acesso ao medicamento, o funcionário tem condição de cuidar melhor da sua saúde. Os exemplos demonstram que tanto os empresários, quanto os funcionários só têm a ganhar com a Gestão de Saúde", garante Monteiro. Com a popularização do conceito do programa e a retomada da confiança no mercado, a expectativa da PBMA é que cresça o número de empresas que ofereçam PBM e, assim, um número maior de empregados e colaboradores contemplados. "Para 2019, a instituição prevê um crescimento no mercado de, aproximadamente, 15%", conclui o presidente da associação.

Período de chuva aumenta o risco de lesões

Foto: Divulgação

Calçados fechados e com solado de borracha é recomendação de especialistas

A baixa temperatura e os temporais tomaram conta das regiões Centro-Oeste, Sudeste e Sul do País nos últimos dias. O alto volume de água nas ruas pode provocar deslizamentos e acidentes, também possibilita o risco de quedas e lesões.

Entorses, fraturas e lesões traumáticas são muito comuns nesse período de chuva, e quanto pior o tombo, pior suas complicações, mas a chuva não é o único problema. Sapatilhas, salto alto e calçados com solado escorregadios também potencializam o risco de quedas.

Durante os períodos de chuva, é ideal fazer o uso de calçados fechados e com solado de borracha, como tênis. Outros tipos são instáveis e aumentam as chances de quedas e lesões", afirma Mateus Martinez, Diretor de Fisioterapia da empresa Pés Sem Dor, especialista em palmilhas ortopédicas.

Nesse período, a atenção especial deve ser para os idosos, que correm mais riscos de caírem e sofrerem com lesões. Por terem menor agilidade que os mais jovens, o público da terceira idade está mais suscetível às quedas. Por isso, pode significar um problema grave nos membros inferiores", explica o fisioterapeuta.

Calvície: problema também atinge os mais jovens, saiba identificar e tratar esse mal pela raiz

Ser calvo pode parecer algo comum entre os homens de meia idade, mas a verdade é que a calvície chega bem antes do que muitas pessoas acreditam. No início da vida adulta, a patologia já pode começar a dar sinais, e para alguns, vêm de forma mais agressiva, independentemente de gênero, pois, tanto os homens, quanto as mulheres podem ter sérios problemas com a perda de cabelo.

A hereditariedade é o principal motivo que causa a queda de fios, especialistas dizem que, se já existe um histórico familiar, é muito provável que pessoas de outras gerações possam sofrer com esse problema. Então, ficar sempre de olho no espelho para verificar como está a saúde capilar é muito importante, principalmente, entre os mais jovens. A boa notícia é que toda queda é passível de tratamento, mas é necessário o acompanhamento médico, para que esse mal seja cortado pela raiz o quanto antes.

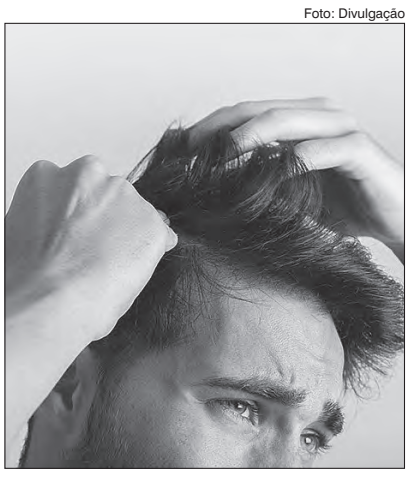
Queda precoce

Dos 150 mil fios que existem no couro cabeludo do ser humano, 120 caem todos os dias, essa queda faz parte do ciclo de vida do cabelo. Eles nascem, crescem, morrem e dão espaço para que os outros fios possam dar continuidade neste ciclo. Cada período que o cabelo passa tem um nome: o anágeno, que corresponde ao crescimento ativo e dura de três a seis anos, crescendo, em média, 1,2 centímetro por mês. Logo em seguida vem o catágeno, nesse momento o cabelo para de crescer dentro de dois anos. Por último o telógeno, que nesta etapa o cabelo está velho e fraco, por isso ele cai para que outro possa nascer e reiniciar o ciclo.

Para os homens

A calvície é mais comum entre os homens, mesmo que a hereditariedade seja um fator importante, essa patologia atinge de forma mais agressiva o sexo masculino porque a queda de fios é estimulada pela testosterona, hormônio que é presente em maior quantidade neles, dessa forma, acabam sendo o principal alvo.

Foto: Divulgação



Queda de fios pode acontecer entre homens e mulheres no início da vida adulta

Mesmo que seja tratada como uma patologia, não é considerada uma doença e, sim, uma condição genética que pode ter um tratamento, mas há casos em que um jovem de 18 anos começa a perder cabelo muito rápido. "Para um homem mais velho a perda de cabelo, muitas vezes, acontece de forma mais natural, principalmente, naqueles que não são tão vaidosos, mas para um jovem, pode ser encarado como algo terrível, pois está atrelado a autoestima e autoconfiança, então, acaba influenciando nos relacionamentos, desencadeando problemas emocionais", destaca o especialista.

Para as mulheres

Mesmo que de forma rara, as mulheres também podem passar por esse processo de queda de fios e muitas vezes sem perceber, uma vez que, os cabelos caem de forma diferente em comparação aos homens. Para elas, não existe as entradas, mas a divisão entre os fios no meio da cabeça vai ficando cada vez maior.

De acordo com o Wells, para elas, os efeitos da baixa autoestima podem ser maiores, uma vez que o cabelo também é símbolo de feminilidade. "Para a mulher é realmente devastador, primeiro que não é tão comum, logo, há pouca informação acerca do assunto, em consequência disso, quando ela percebe que está perdendo o cabelo é desesperador e vergonhoso. Há casos, em que as mulheres não percebem que os fios estão ficando ralos, mas as pessoas ao redor, sim, porém, não falam nada, porque também não têm conhecimento sobre o assunto", explica.

Além da genética

A perda de cabelo por causa da hereditariedade é conhecida entre os dermatologistas como alopecia androgenética. Mas, também é possível que a queda de fios seja estimulada por questões hormonais e emocionais, sendo assim, é alopecia areata. Neste caso, é uma condição autoimune e pode ser desenvolvida por estresse, traumas, e, até mesmo durante a gravidez, por causa da nova rotina e produção de hormônios.

Como tratar

Embora não tenha cura, a alopecia tem tratamento com base em medicação por via oral para evitar que novos fios caiam. Após fazer os exames necessários que o médico solicitar, é possível identificar a causa da calvície, que se for tratada logo no início, tem resultados eficazes. "É muito importante avaliar a adaptação do paciente com os medicamentos, cada caso é muito específico, então, alguns respondem melhor aos tratamentos com determinados remédios do que outros", diz.

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

Serviço de utilidade pública de A Gazeta da Zona Norte

FARMÁCIAS DE PLANTÃO

2ª Turma

•**Água Fria** - *Drogaria Sullafarma Ltda. - Av. Água Fria, 1.114/ 1.118 - *Drogaria Jd. França Ltda. - R. José Albuquerque Medeiros, 194 - *Droga Tato Ltda. - Av. Dr. Meirelles Reis, 90 •**Alto de Santana** - *Farmácia e Drogaria Cantareira Ltda. - R. Arthur Guimarães, 278 •**Alto V. Maria** - *Corral Alves & Cia Ltda. - Av. Alberto Byington, 1.996 •**Casa Verde** - *Drogaria Adma Ltda. - Av. Casa Verde, 1.648 *Drogaria Nessa Ltda. - R. Joaquim Afonso de Souza, 590 •**Freguesia do Ó** - *Drogaria São Paulo S/A. - R. Bonifácio Cubas, 116 - *Drogaria Alpha Ltda. - Av. Itaberaba, 2.629 - *Edfarma Ltda. - R. Bartolomeu Faria, 651-A •**Imirim** - *José Sérgio da Silva e Cia Ltda - R. Nova dos Portugueses, 822 - *Minefarma Ltda. - Av. Imirim, 1.592 - *Drogaria Imifarma Ltda. - Av. Imirim, 2.249/2.253 - *Drogaria São Paulo S/A. - Av. Imirim, 3.115 •**Itaberaba** - *Farmácia e Manipulação Principal Ltda. - Av. Itaberaba, 445 - *Drogaria Santa Cruz Itaberaba Ltda. - Av. Itaberaba, 2.029/2.033 - *Drogaria Castro Fornazari Ltda. - R. Parapuã, 710 - *Drogaria Fornazari Ltda. - R. Parapuã, 700 •**Jd. Brasil** - *Drogaria Marbella Ltda. - Av. Jardim Japão, 804 - *Drogaria Mendes Ltda. - Av. Mendes da Rocha, 547 - *Drogaria Garros Ltda. - Av. Roland Garros, 1.443 •**Jd. Japão** *Farmácia Drogatuante Ltda. - Praça Nippon, 40/46 - Lj. 06 •**Jd. Paulistano** - *Drogaria e Perf. Jd. das Pedras Ltda. - R. das Pedras, 27-A •**Jd. Peri** - *Drogaria Brito Ltda. - R. São Gonçalo do Abaeté, 274 •**Jd. Primavera** - *Nursia Farma Com. Prods. Farmac. Ltda. - Av. Inajar de Souza, 2.770 •**Jd. S. Paulo** - *Drogaria Bruno Ltda. - Av. Leôncio de Magalhães, 131 •**Jd. Tremembé** - *Drogaria Alpes do Jaçanã Ltda. - Av. Maria A. L. de Azevedo, 3.860 - Lj. 01 •**Lauzane Paulista** - *Antonio Carlos F. Vianna - R. Alberto Savoy, 27 •**Limão** - *Drogaria Bolsoni do Limão Ltda. - Av. Dep. Emílio Carlos, 1.239 - *Organização Farmac. Drogaverde Ltda. - Av. Mandaqui, 240 •**Parada Inglesa** - *Drogaria N. Sra. Aparecida - Av. Gal. Ataliba Leonel, 3.361 •**Pq. Edu Chaves** - *Drogaria Itamonte Ltda. - R. Itamonte, 2.712 *Droga Tami Ltda. - Av. Edu Chaves, 670 •**Pq. Novo Mundo** - *Drogaria Hierro Ltda. - Al. Sub.-Ten. Francisco Hierro, 216 •**Pq. Peruche** - *Drogaria Drogapax Ltda. - R. Waldemar Martins, 609 •**Pq. Rodrigues Alves** - *Droga Cruz de Malta Ltda. - R. Cruz de Malta, 408 •**Santana** - *Drogaria São Paulo S/A. - R. Voluntários da Pátria, 2.236 - *Drogaria Utiyama Ltda. - R. Alfredo Pujol, 994 - *Folha Verde - Farm. de Manip. Ltda. - R. Conselheiro Moreira de Barros, 18 - *Drogaria Metrofarma Ltda. - Av. Cruzeiro do Sul, 3.143 •**Tremembé** - *Drogaria Sas Ltda. Av. Cel. Sezefredo Fagundes, 1.354 - *Drogaria Vizofarma Ltda. - Av. Cel. Sezefredo Fagundes, 2.133 - *Bio Derma Farmácia de Manipulação Ltda. - Pça Dona Mariquinha Sciascia, 71 •**Tucuruvi** - *Silvio Nakano & Cia. Ltda. - Av. Tucuruvi, 217 - *Palhao Kuroda & Cia. Ltda. - R. Major Dantas Cortês, 234 *Drogasil S/A. - Av. Tucuruvi, 403 - *Drogadex Ltda. Av. Cel. Sezefredo Fagundes, 276 •**V. Brasilândia** - *Drogaria Nova Parapuã Ltda. - R. Parapuã, 1.718 - *Droga Laura Ltda. - Estrada Lazaro Amâncio Barros, 1.255 •**V. Diva** - *Drogaria Fujimori Ltda. - R. Carolina Soares, 269 •**V. Ede** - *Droga São José Ltda. - Av. Ede, 1.050 •**V. Guilherme** - *Irmãos Guimarães Ltda. - Av. Otto Baumgart, 500 - Loja 109 - *Drogaria S. José V. Guilherme Ltda. - R. Maria Cândida, 974 •**V. Gustavo** - *Bandrogas Ltda. - Av. Júlio Buono, 1.890 •**V. Maria** - *Drogaria São Paulo S/A. - Av. Guilherme Cotching, 880 - *Drogaria Anacris Ltda. - R. Curuçá, 880 •**V. Medeiros** - *Droga Nita Ltda. - R. Geolândia, 1.302 - *N. Yoshizumi & Cia. Ltda. - Av. Nossa Senhora do Loreto, 798 •**V. Munhoz** - *Farmácia Pérola Ltda. - Av. Conceição, 2.141 •**V. N. Cachoeirinha** - *Takashi Sakamoto e Cia. Ltda. - Av. Parada Pinto, 01 •**V. Nivi** - *Drogaria Nagamine Ltda. - R. Baltazar de Moraes, 61 •**V. Paulistano** - *Drogalina JB Ltda. - R. Jordão Camargo de Oliveira, 36 •**V. Penteado** - *Drogaria Caiape Ltda. - Av. Padre Orlando Garcia da Silveira, 20 •**V. Sabrina** - *Drogaria Vessugui Ltda. - Praça Angelo Conti, 218 - *Drogaria Sabrifarma Ltda. - Av. Marechal Argolo Ferrão, 258.

Dados fornecidos pelo Sindicato das Farmácias