

## Editorial

O destaque desta edição vai para as obras do CEU Novo Mundo que estão em andamento, porém, ainda sem data definida para inauguração. A previsão era de que esse equipamento seria entregue neste mês de setembro. Porém, com a pandemia da covid-19, a área da Educação foi uma das mais afetadas em seu cronograma. A boa notícia é que as obras estão acontecendo, mas todo o setor ainda discute quando será oportuno retomar atividades, tendo a possibilidade para este ano ainda, ou somente em 2021.

A Zona Norte tem a expectativa da entrega dos CEUS também em andamento, nos bairros: Tremembé, Freguesia do Ó e Taipas. Criados no início dos anos 2000, essas unidades de Educação, Lazer e Cultura em regiões carentes. Embora desde o início, a sua funcionalidade tem provocado discussões entre os especialistas, o impacto de grandes equipamentos de Educação em áreas carentes é inquestionável. Tendo como exemplo o CEU Jaçanã onde, além das atividades educacionais há oferta de atividades para toda a comunidade. Pode-se dizer que essa é uma iniciativa que merece a atenção das futuras gestões da cidade de São Paulo. A necessidade de aprimoramento é constante, porém o investimento em Educação, principalmente nos bairros mais necessitados é fundamental para toda a comunidade.

Nesta edição lembramos ainda os 440 anos da Freguesia do Ó, comemorados oficialmente neste sábado. Como um dos bairros mais antigos da cidade, Freguesia do Ó é também uma das regiões que mais preserva seu Patrimônio Histórico e Cultural. O famoso Largo da Matriz é, atualmente um dos locais mais visitados da bares e restaurantes instalados, numa área toda preservada pelo Patrimônio Histórico.

Devido às restrições impostas pela pandemia da covid-19, grande parte dessa movimentação não acontece atualmente. O próximo aniversário do bairro, Matriz, esse ano será lembrado sem os populares eventos de rua que fazem parte da história da Freguesia do Ó. Porém, não podemos deixar de destacar o empenho de todos que zelam por seu Patrimônio Histórico e Cultural. Um importante exemplo é o trabalho realizado na Paróquia Nossa Senhora do Ó pelo restauro da igreja.

Sem o apoio de órgãos governamentais, esse trabalho vem sendo mantido pelo apoio da própria comunidade e por uma equipe atuante na Paróquia, responsável, tanto pelas obras de restauro em si, quanto por seus aspectos legais, tendo em vista que se trata de um Patrimônio Histórico tombado pelo Compresp. Uma iniciativa que merece todo nosso apoio e destaque.

Essas e outras notícias regionais estão neste número de A Gazeta da Zona Norte. Uma boa leitura a todos, excelente final de semana e até nossa próxima edição!

## O que foi notícia na semana

Na última terça-feira (25), houve um acidente na Rodovia Fernão Dias, em Mairiporã, na altura do km 79, o local ficou interditado após o tombamento de um caminhão que transportava carga de coco verde. O sentido São Paulo ficou totalmente bloqueado, os motoristas enfrentaram um longo congestionamento. Não há informações sobre feridos.

O governador João Doria inaugurou a feira, nesta terça-feira (25), o primeiro Posto Avançado de Atendimento e Orientação ao Consumidor, implantado no 8º Distrito Policial do Departamento de Polícia Judiciária da Capital (DECAP) da Polícia Civil. A iniciativa foi realizada de forma integrada entre a Fundação Procon-SP, Secretaria da Segurança Pública (SSP) e Secretaria da Justiça. Esse primeiro posto será capaz de atender mil pessoas a cada três meses e também realizará audiências de conciliação. De acordo com o Governador, outros postos serão

inaugurados neste ano. Apesar da possibilidade de acesso de alguns serviços pela internet, o atendimento presencial abrange 40% das demandas registradas pelo Procon. Para o Secretário de Defesa do Consumidor, Fernando Capez, a parceria com a SSP é uma grande vitória para o consumidor. Para ser atendido nesse posto o consumidor deverá fazer agendamento prévio no Portal AgendaSP (<http://www.agendasps.gov.br/eagenda.web/pages/public/prehome.jsf>)



Foto: Reprodução/TV Globo

Na última quinta-feira (27), o "Diário Oficial da União" divulgou o número de habitantes no Brasil, a estimativa é de que tenha cerca de 211.755.692 habitantes em 5.570 municípios. A estimativa com o total de habitantes dos estados e dos municípios se refere a 1º de julho de 2020. O número representa um aumento de 0,77% na comparação com a população estimada do ano passado. O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), estimou em 210.147.125 milhões de pessoas.

Na última terça-feira (25), o presidente Jair Bolsonaro (Sem Partido-RJ) lançou um pacote de medidas sociais fundamentada em programas sociais criados durante o governo do ex-presidente Luiz Inácio Lula da Silva. Esse pacote é uma tentativa de impulsionar sua popularidade. Entre tantos programas com mudança de nomes estão o Renda Brasil, o antigo Bolsa Família criado por Lula em 2003, o acréscimo bolsanarista, criação de prêmios de meritocracia para bons alunos e jovens esportistas. E, no lugar do programa habitacional Casa Minha Vida, criado por Lula em 2009, para financiar a compra de imóveis para a baixa renda, Bolsonaro lançou o programa Casa Verde e Amarela.

## Tire suas dúvidas sobre a irregularidade menstrual

Durante a quarentena, muitas mulheres têm tido irregularidade no ciclo menstrual, alteração que pode estar associada ao estresse e até às mudanças de rotina. "O momento em que vivemos traz uma carga imensa de ansiedade e estresse e, ambos podem interferir na menstruação", confirma a dra. Karina Tafner, ginecologista e obstetra, especialista em endocrinologia ginecológica e reprodução humana pela Santa Casa, e especialista em reprodução assistida pela FEBRASGO.

Segundo ela, quando o corpo é colocado sob pressão constante ou excessiva, ele secreta os hormônios do estresse: cortisol e adrenalina. "A adrenalina fornece energia, por exemplo, para correr diante de um perigo eminente. O cortisol aumenta a função cerebral e interrompe ou diminui as funções que o corpo considera não essenciais. O cortisol sinaliza o corpo para diminuir funções não vitais como a reprodução, enquanto a adrenalina prepara-o para sobreviver ao estresse", explica Karina Tafner.

Por isso, o estresse repentino ou prolongado pode ter grandes efeitos nos hormônios reprodutivos, sendo uma maneira de "proteção e preservação" do corpo em momentos de ansiedade intensa, tornando improvável que uma mulher engravide durante estes períodos.

### Como isso acontece

Segundo a ginecologista, o cortisol altera os padrões de secreção de um hormônio chamado GnRH que, consequentemente, altera a secreção de dois outros hormônios essenciais ao funcionamento ovariano e a ovulação: o luteinizante (LH) e o folículo estimulante (também conhecido como FSH).

"Quando os níveis de LH e FSH são baixos, os ovários podem não produzir estrogênio adequado para ocorrer a ovulação e, consequentemente, a menstruação, causando as alterações no ciclo menstrual. Essas



Foto: Divulgação

Fique atenta as alterações do corpo

alterações não resultam necessariamente na cessação total do ciclo menstrual, podendo levar desde o início do sangramento antes do esperado (ciclos mais curtos), até atrasos menstruais que duram meses", explica Karina Tafner.

### E quem toma pílula?

De acordo com a especialista, o atraso não acontece com quem faz uso de pílulas anticoncepcionais. "Isso porque elas fazem com que as mulheres tenham uma menstruação 'artificial', ou seja, a menstruação não acontece pelos hormônios naturais, mas pela ingestão de hormônios contidos na pílula (estrogênio e progesterona) e independe do funcionamento do ovário".

### Nenhum atraso menstrual é normal

Mesmo as alterações menstruais causadas por estresse, ou ansiedade não são normais. Segundo Karina, são situações que pedem avaliação. "Qualquer mulher com atraso menstrual, que não utilize nenhum contraceptivo, primeiramente deve excluir uma gestação. Excluída a gestação, aconselho a mulher a realizar registros dos ciclos menstruais e qualquer sintoma relacionado a ele, por três meses. Se o seu ciclo menstrual continuar anormal, procure avaliação médica. Se houver parada total da menstruação, vá ao especialista antes desse período", recomenda Karina Tafner.

## Setembro Amarelo

### Entidade faz série de ações como parte da Campanha Setembro Amarelo



Foto: aquele eta / facebook

O Instituto Vita Alere é focado na prevenção e cessação do suicídio

Um relatório feito pela Organização Mundial da Saúde no final de 2019, apontou que cerca de 800 mil pessoas morrem por suicídio anualmente no mundo. E uma pesquisa apresentada em junho deste ano pela Associação Brasileira de Psiquiatria mostra que 89,2% dos especialistas afirmam que os quadros psiquiátricos de seus pacientes se agravaram devido à pandemia do novo coronavírus.

Os dados são alarmantes e evidenciam a necessidade de se tratar do assunto. É o que faz o Instituto Vita Alere, focado na prevenção e poservação do suicídio e que preparou uma série de iniciativas para a "Setembro Amarelo", campanha que existe desde 2015.

A primeira delas, com lançamento previsto para agosto, é uma cartilha que aborda temas como a identificação se alguém precisa de ajuda e como ajudar, como funcionam os serviços de saúde mental e como, quando e onde procurar ajuda. O documento fará parte do site [www.mapasaudemental.com.br](http://www.mapasaudemental.com.br), lançado em maio pelo Vita Alere com apoio do Google, Alcer e ABEPS, entre outras entidades, como um guia a quem precisa de atendimento gratuito, seja presencial ou online. O objetivo dessa plataforma, que recebeu mais de 60.000 acessos em pouco mais de dois meses, é conectar gratuitamente pessoas em sofrimento mental com os serviços e profissionais especializados.

No mapa online é possível encontrar profissionais e grupos de apoio disponíveis virtualmente. Já no presencial estão endereços e telefones de diversos serviços, sempre mostrando os mais próximos da localização de

cada pessoa por meio do Google Maps, como Unidades de Pronto Atendimento, Unidades Básicas de Saúde, Ambulatórios Médicos e de Especialidades, Centros de Atenção Psicossocial (segmentos para álcool e drogas), hospitais convencionais e psiquiátricos, ONGs e clínicas-escolas. Para completar, dá para localizar rapidamente contatos primordiais como: Corpo de Bombeiros, Polícia Militar, SAMU e CVV (Centro de Valorização da Vida). Já são mais de 150 contatos para atendimento gratuito no formato online, específicos para o período da pandemia do novo coronavírus.

Ainda como forma de prevenção, a partir de setembro o Instituto disponibilizará um banco de dados sobre prevenção do suicídio online para download gratuito, que pode ser usado por pais e educadores para conversas com adolescentes sobre o tema. Além disso, no canal da entidade no YouTube serão postados vídeos e realizados debates com influenciadores digitais e lançada uma campanha especial em 10/9, que é o Dia Internacional de Prevenção do Suicídio.

Já para abordar a prevenção e cuidados para alguém que perdeu alguém pelo suicídio, também foi preparada uma cartilha específica para ser lançada no final do mês de agosto.

Para completar, no dia 1º de setembro será realizado um workshop gratuito para capacitar profissionais da mídia e influenciadores sobre como falar de forma segura sobre o suicídio. As vagas são limitadas e as inscrições estão abertas no link [bit.ly/midiasuicidio](http://bit.ly/midiasuicidio)

## Nariz entupido constantemente pode ser desvio de septo

Muitas pessoas associam a obstrução nasal às doenças alérgicas, mas por trás desse incômodo sintoma podem estar outros problemas. Um deles é capaz de impactar negativamente por anos na qualidade de vida, antes de ser descoberto. O constante "nariz entupido" é um dos principais sinais do distúrbio. "Além da obstrução nasal, o desvio de septo pode estar associado também a dores de cabeça. Esses dois sintomas podem ser confundidos com manifestações alérgicas", alerta o otorrinolaringologista do Hospital CEMA, Cícero Matsuyama. A enfermidade pode ter ainda como efeito o ronco, apneia, a sinusite, respiração pela boca, deformidades estéticas na face, entre outros.



Foto: Divulgação

Obstrução nasal atinge cerca de 38 milhões de brasileiros

-, a cirurgia é simples e não deixa cicatriz. Quando o quadro é grave, o desvio de septo pode provocar deformações na face e processos infecciosos de repetição, como sinusites agudas bacterianas.

"É importante que o paciente procure ajuda médica, caso desconfie de que possa sofrer de desvio de septo. Um exame clínico, realizado durante consulta, é suficiente para fazer o diagnóstico" detalha o especialista. Nesse caso, o otorrinolaringologista faz uma inspeção facial e verifica se há deformidades na estrutura nasal e correlações, como assimetria da musculatura da face. Caso seja necessária a cirurgia, é importante acompanhar o médico nos anos seguintes ao procedimento para estabilização do quadro, principalmente no caso de quem tem quadros alérgicos recorrentes.

Nem todo desvio de septo precisa ser tratado cirurgicamente, tudo vai depender do impacto que ele tem no sistema respiratório. Quando necessário, o procedimento cirúrgico é realizado por via endoscópica. Atualmente, não se usam mais aqueles tampões nasais, comuns no passado. A recuperação é rápida - entre 3 e 5 dias

**Ouçá sempre um especialista: seu médico, dentista ou farmacêutico**

Ninguém, vizinho, colega de trabalho ou irmão, pode substituir seu médico, dentista ou farmacêutico na hora de orientar sobre um medicamento.

O organismo de cada pessoa reage de forma particular. As vezes, os mesmos sintomas podem indicar enfermidades diferentes.

## FARMÁCIAS DE PLANTÃO 1ª Turma

- Serviço de utilidade pública de A Gazeta da Zona Norte**
- **Água Fria** - \*Farmácia e Drogeria Santa Luzia Ltda. - Av. Água Fria, 807 • **Alto V. Maria** - \*Drogeria Dudu Ltda. - Av. Alberto Byington, 2.651 • **Drogamirites** Ltda. - Praça Cosmorama, 17 • **Carandiru** - \*Drogeria Josyfa Ltda. - R. do Imperador, 09 • **Casa Verde** - \*Drogeria São Paulo S/A. - R. Dr. César Castiglioni Jr., 247 - \*Farmácia Tamahé Ltda. - R. Joaquim Afonso de Souza, 816 • **Freguesia do Ó** - \*Drogeria Itaberaba Ltda. - Av. Itaberaba, 658 - \*Vania Turati Drogeria Ltda. - Av. Gen. Edgar Facó, 1.418 • **Itaberaba** - \*Fastifarma Com. de Med. e Perf. Ltda. - Av. Itaberaba, 1.444 - \*Drogeria São Paulo S/A. - Av. Itaberaba, 1.945/1949 • **Droga Eden** Ltda. - Av. Itaberaba, 2.061 • **Jaçanã** - \*Drogeria Paza Ltda. - Av. Francisco Rodrigues, 562 - \*João Fuentes Arilla & Cia. Ltda. - Av. Guapira, 2.006 • **Jd. Brasil** - \*Total Pharmacist Assist. Drogeria Ltda. - Av. Júlio Buono, 3.597 - \*Drogeria Reunidas Ltda. - R. Basílio Alves Morango, 827 - \*Farmadrog 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** - \*Drogeria Jardim Japão. - Av. Antonello de Messina, 968 • **Jd. Maracanã** - \*Drogeria Maracanã Ltda. - Av. Itaberaba, 3.822 • **Jd. Primavera** - \*Drogeria Life Ltda. - Av. Dep. Emilio Carlos, 1.742 • **Jd. Tremembé** - \*Drogeria São Paulo S/A. - Av. Maria Amália Lopes de Azevedo, 975 • **Lauzane Paulista** - \*Drogeria Rosa Ltda. - Av. Adolfo Coelho, 138-A • **Limão** - \*Antonio de Siqueira - Av. Prof. Estelino Bourroul, 840 • **Mandaqui** - \*Oliveira & Valoto Ltda. - R. Augusto Tolle, 791 - \*Farmácia Mandaqui Ltda. - R. Mathews 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** - \*Drogeria Chaves Ltda. - Av. Edu Chaves, 863 • **Pq. Novo Mundo** - \*Drogeria Parque Novo Mundo Ltda. - Av. Tte. Amaro Felicíssimo Silva, 1.311 • **Pq. Reruche** - \*Drogeria Cristal do Peruczu Ltda. - R. Armando Coelho Silva, 323 - \*Droga Luz Ltda. - R. Valdemar Martins, 371-A • **Santana** - \*Drogeria Farmafacil Ltda. - R. Voluntários da Pátria, 1.579 - \*Farma Norte Drogeria e Perf. Ltda. - R. Alfredo Pujol, 570 - \*Farmácia São Gabriel Ltda. - R. Mal. Hermes da Fonseca, 486 - \*Drogeria São Paulo S/A. - R. Ezequiel Freire, 424 • **Tucuruvi** - \*Drogeria São Paulo S/A. - Av. Tucuruvi, 557 - \*Drogeria Presidente Ltda. - Av. Nova Cantareira, 2.320 - \*Drogeria Amiga Ltda. - Av. Guapira, 1.262-A • **V. Aurora** - \*Saburo Kuroba
  - R. Irmão João Feijó, 153 • **V. Brasilândia** - \*Demac Produtos Farmacêuticos Ltda. - R. Parapuá, 1.782 - \*Droga Marisa Ltda. - R. Benedito Egídio Barbosa, 49 • **V. Cachoeirinha** - \*Drogeria Flor do Ipê Ltda. - Av. Imirim, 4.132 • **V. Dionísia** - \*Drogeria Diofarma Ltda. - R. Fernando Pessoa, 221 • **V. Ede** - \*Drogeria Farmanael Ltda. - Av. Ede, 86 • **V. Guilherme** - \*Farmácia Jeodroga Ltda. - Av. Júlio Buono, 467 - \*Drogeria Farmanal Ltda. - Av. Ede, 86 • **V. Guilherme** - \*Farmácia Jeodroga Ltda. - Av. Joãoquin Ramalho, 226 • **Drogeria e Perf. Praça Oscar** Ltda. - R. Maria Cândida, 1.412 • **V. Gustavo** - \*Drogaoponto Ltda. - Av. Júlio Buono, 2.051 • **V. Maria** - \*Drogeria São Carlos da Nice Ltda. - Av. Guilherme Cotching, 1.531/1.535 - \*Naidés Barbosa Lima - R. Tomas Speers, 687 - \***V. Medeiros** - \*Drogeria Mundy Ltda. - R. Crispim Duarte, 653 - \*Drogeria Fenix Ltda. - Av. Nossa Senhora do Loreto, 635 • **V. Palmeiras** - \*Farmácia São Palmeiras Ltda. - Av. Inajar de Souza, 446 • **V. Sabrinal** - \*Drogeria e Perfumaria Castro Ltda. - Praça Angelo Conti, 198 • **V. Santa Maria** - \*Drogaeny Ltda. - R. Tomas Antonio Vilani, 193.

Dados fornecidos pelo Sindicato das Farmácias

**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: **2977-6544 / 2950-7919**  
 Rua Alfredo Pujol, 207

**www.gazetazn.com.br**

comercial: [gazetazn@gazetazn.com.br](mailto:gazetazn@gazetazn.com.br) | redação: [pautazn@terra.com.br](mailto: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