Editorial

O período de chuvas intensifica a necessidade de obras estruturais e de zeladoria, fundamentais para conter problemas como enchentes, alagamentos e até desmoronamentos, que colocam em risco a vida de muitas pessoas. Algumas dessas obras permanecem décadas sem serem efetivadas, principalmente quando se tratam de áreas específicas escondidas nos bairros.

Esse parece ser o caso do trecho entre a Rua Pero Vaz e a Avenida Antônio Maria de Laet, no Parque Vitória, que após o solapamento de uma área em barranco, espera há anos por obras de recomposição. A questão já passou por várias gestões municipais e muitas vezes chegou a entrar em pauta mas, nunca se concretizou. Nesse caso, a mobilização de líderes comunitários ainda não foi atendida pelo poder público.

Para quem transita pela Avenida Antônio Maria de Laet o problema é visível e também perigoso, uma vez que pode desmoronar novamente a qualquer momento. Já, para os moradores desse trecho da Rua Pero Vaz, há o temor de que parte da rua seja comprometida e até mesmo, alguns imóveis atingidos. Trata-se de uma situação que precisa de um posicionamento do poder público com urgência, tendo em vista as chuvas cada vez mais intensas na cidade de São Paulo.

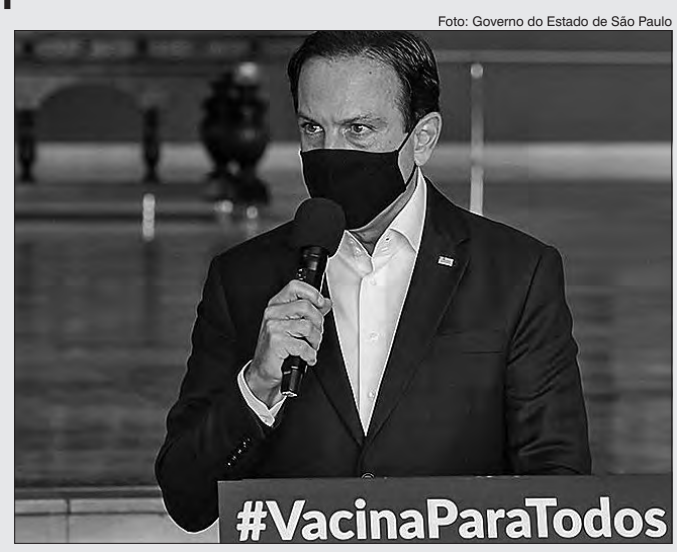
Outro destaque desta edição são as obras de revitalização da ciclovia da Avenida Braz Leme realizadas recentemente. Porém, ainda aguardam a nova sinalização, prevista para ser implantada em março. Como uma ciclovia bidirecional, há trechos também compartilhados com pedestres, porém sem a sinalização, esse fluxo muitas vezes fica confuso em especial aos finais de semana, quando o movimento é bastante intenso.

Excepcionalmente, neste ano não teremos os eventos de Carnaval no Sambódromo ou nas ruas da cidade, devido à pandemia do novo Coronavírus. O ponto facultativo praticado nesta data foi cancelado, fazendo com que as repartições públicas funcionem normalmente, assim como muitas empresas. A programação carnavalesca neste ano também será on-line, porém vale a consciência de todos evitar a todo custo as aglomerações e não baixar a vigilância com relação ao uso de máscaras, distanciamento social e higiene constante das mãos para conter o avanço da doença.

Em mais uma etapa da vacinação contra a Covid-19, direcionada neste momento aos idosos com mais de 85 anos, trazemos as principais informações da campanha realizada em todo o Estado, necessárias para que todos possam receber a vacina de acordo com o cronograma. Nesse ponto, importante destacar a organização e a eficiência do sistema de vacinação, tradicionalmente dito como referência em todo o mundo. Com informação e a colaboração de todos, o Brasil segue para vencer esse desafio o mais breve possível.

O que foi notícia na semana

Foto: Governo do Estado de São Paulo



No dia 5 de fevereiro, foi publicado no Diário Oficial da União, a antecipação do calendário de pagamento do abono salarial PIS/Pasep 2020/2021 (ano base 2019), para esta quinta-feira, dia 11 de fevereiro. Os trabalhadores nascidos nos meses de março a junho receberão o PIS, já os servidores públicos que tiverem o final de inscrição, 6, 7, 8 e 9 receberão o Pasep. Na verdade, este pagamento só iria acontecer no dia 17 de março, porém, por causa do avanço da pandemia do novo Coronavírus, e os impactos na economia, o governo resolveu antecipar o pagamento para esta quinta-feira.

•

Na última segunda-feira (8), o governador **João Doria** anunciou que o ano letivo de 2021 teve início para 3 milhões dos 3,3 milhões de alunos que foram autorizados a retomar as aulas presenciais, em sistema de rodízio, em 4,5 mil das 5,3 mil escolas da rede estadual de São Paulo. Os alunos que não puderem acompanhar as aulas nas escolas devem fazê-las remotamente no Centro de Mídias da Educação de São Paulo. E, até mesmo quem retornar à rotina de aulas terá apoio no Centro de Mídias SP.

•

Na última terça-feira (9), o governador João Doria anunciou ao lado do Secretário dos Transportes Metropolitanos, Alexandre Baldy, a ampliação do complexo de estações da Vila Prudente do Metrô, das Linhas 2-Verde e 15-Prata. Com investimento de R$ 54 milhões do Governo do Estado, essa ampliação vai inserir mais escadas rolantes, novos sanitários, uma área comercial e aumento da iluminação, melhorando o fluxo de circulação e trazendo mais conforto aos passageiros.

•

Na última quarta-feira (10), o príncipe Charles, herdeiro da coroa britânica, e sua esposa Camila receberam a primeira dose da vacina contra a Covid-19, anunciou a Casa Real do Reino Unido. Os dois têm mais de 70 anos e fazem parte dos grupos prioritários. Mais de 12,6 milhões de pessoas já receberam a primeira dose dos imunizantes desenvolvidos pela AstraZeneca/Oxford e Pfizer/BioNTech no Reino Unido.

•

De acordo com o último Índice de Preços Ticket Log (IPTL), a gasolina e o etanol apresentaram aumento de 2,56% e 2,36%, respectivamente, em janeiro, com médias que já ultrapassam o período pré-pandemia em 2020. O primeiro mês de 2021, também foi marcado pela oitava alta consecutiva para os combustíveis e variações de preços que se destacam entre as regiões brasileiras. No fechamento de janeiro, a média nacional nas bombas para a gasolina foi de R$ 4,816, valor que já é maior do que o registrado nos meses de fevereiro e março de 2020, quando o combustível apresentou médias de R$ 4,693 e R$ 4,618. Com o etanol não foi diferente, vendido no primeiro mês do ano à média de R$ 3,779, ultrapassa o maior preço registrado para o combustível do ano anterior, que foi de R$ 3,757, no mês de fevereiro.

Tratamento neuromodulatório traz qualidade de vida a pacientes com epilepsia refratária

Mais de 50 milhões de pessoas em todo o mundo sofrem com a epilepsia, uma doença neurológica cujo impacto vai muito além da sua saúde física. Trata-se de uma condição caracterizada por alterações recorrentes da função cerebral, chamadas convulsões ou crises convulsivas, que podem durar alguns segundos ou até minutos.

Segundo o neurocirurgião da Rede de Hospitais São Camilo de São Paulo dr. Sandro Natali, cerca de 30% a 40% dos pacientes não respondem aos medicamentos e tratamentos convencionais, comprometendo diversos aspectos da vida.

"Nesses casos, chamados de epilepsia refratária, a quantidade de episódios convulsivos pode variar, chegando a ocorrer diversas vezes num mesmo dia para algumas pessoas. E isso provoca um impacto devastador na qualidade de vida do paciente", destaca.

O médico explica que a epilepsia refratária causa um grande efeito na vida do paciente, interferindo em uma rotina comum, como o trabalho ou a escola. Além disso, a doença carrega um estigma muito forte, o que tende a prejudicar suas relações sociais, gerando disfunções psicológicas.

"Além do comprometimento cognitivo e outros problemas decorrentes da doença, o medo e a vergonha de sofrer convulsões em público levam crianças e adultos ao isolamento, o que contribui para o surgimento de outros distúrbios, como a depressão e a ansiedade, por exemplo", alerta.

Nesses casos, o acompanhamento multidisciplinar é fundamental e o tratamento dependerá da avaliação individual do paciente.

"A epilepsia tem diversas causas possíveis e pode atuar de maneiras distintas em cada pessoa. Por isso, aqui no Hospital São Camilo, nós criamos um Centro de Referência no tratamento de epilepsias refratárias, reunindo serviços de neurologia, neurocirurgia, neuropsicologia e nutrição, além do acesso às especialidades relacionadas a cada caso em particular sempre que necessário", frisa o especialista.

Como funciona a Terapia VNS

Em situações que o paciente não responde bem à melhor terapia medicamentosa ou à cirurgia, dr. Sandro destaca que a indicação está no tratamento neuromodulatório, feito por meio da terapia VNS (Vagus Nerve Stimulation, ou em português Estimulação do Nervo Vago), um artefato que gera impulsos elétricos programáveis.

"O dispositivo é implantado em um procedimento simples e rápido sob a pele na área do peito, com fios que se conectam ao nervo vago no pescoço. A partir daí, ele envia uma corrente por este nervo para o cérebro, podendo reduzir o número de convulsões ou diminuir a gravidade de uma convulsão", explica o médico.

Essa foi a experiência vivida pela paciente Lara, de 11 anos, que nasceu com um problema grave que a levava ter diversas convulsões diariamente. Seus pais, Michelle e Denilson, contam que, antes de colocar o implante, as dificuldades eram diárias. "Ela sofria muitas crises, o que a tornava uma criança muito magrinha e com o desenvolvimento intelectual bem defasado".

O procedimento foi realizado no Hospital São Camilo de São Paulo em agosto deste ano e, de lá para cá, foram muitas as melhorias na saúde e, principalmente, na qualidade de vida de Lara.

"No começo fiquei bem apreensiva quanto ao resultado, uma vez que ela fez vários tratamentos medicamentosos, incluindo cinco cirurgias sem grandes resultados, pois o tipo de epilepsia dela é de difícil controle", detalha Michele, destacando o cuidado e a atenção recebidos pela equipe de especialistas durante todo o tratamento.

Dr. Sandro conta que, em geral, se espera que o ápice da melhora no paciente se dê entre o 3º e 5º ano após o implante, mas o caso de Lara mostrou uma evolução positiva precoce. "Em poucos meses, ela já apresenta uma evolução notável, com uma resposta ao implante melhor do que a média", comemora.

Ele explica que o VNS funciona como um reeducador do funcionamento do cérebro. "Quando o paciente diminui a quantidade de convulsões, o cérebro consegue voltar a se desenvolver, o que é muito impactante, sobretudo para crianças, que são mais suscetíveis às alterações funcionais provocadas pela epilepsia".

Essa é uma das principais vantagens do implante, que atua para melhorar o padrão plástico, como protetor das células nervosas e, consequentemente, no desenvolvimento cognitivo e do padrão emocional. "O paciente vivencia uma mudança de vida, através da qual ele terá condições de ter maior autonomia e, efetivamente, viver melhor", ressalta o médico.

Os pais de Lara revelam que as crises, antes diárias, ficaram muito mais esporádicas. "Tem semana que nem acontece", vibra a mãe. E finaliza: "Hoje, eu posso dizer que fico muito mais tranquila com o futuro dela, pois sei que vai evoluir cada vez mais".

Serviço:
Centro de Referência em Epilepsia Refratária da Rede de Hospitais São Camilo de São Paulo
Agendamento de consultas e exames: (11) 3172-6800 / https://www.hospitalsaocamilosp.org.br

FARMÁCIAS DE PLANTÃO 1ª Turma

Serviço de utilidade pública de A Gazeta da Zona Norte

•**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. Gen. 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. Dep. 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 •**V. 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

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

SBOT alerta sobre os cuidados da postura no ensino remoto e também do peso das mochilas

Foto: Divulgação

Confira as orientações da SBOT para trabalhar ou estudar com segurança

Em um momento em que o ensino à distância se mescla com o ensino presencial em todas as escolas brasileiras, a SBOT - Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia alerta sobre os cuidados com a postura adequada na frente do computador e o peso das mochilas escolares.

Uma pesquisa realizada pela Associação Brasileira de Educação a Distância (ABED) com estudantes, responsáveis, professores e gestores da rede privada e pública, mostra que dos mais de cinco mil participantes, 40% preferem o modelo híbrido de ensino, ou seja, a mescla de aulas remotas e presenciais.

De acordo com a SBOT, esse revezamento do on-line com o presencial impõe além de todos cuidados de higienização e distanciamento, dois pontos: as mochilas pesadas para quem está na escola e a postura diante do computador para quem está na aula on-line.

Segundo Jean Klay, coordenador da Comissão de Campanhas Públicas da SBOT, os ortopedistas alertam que mochilas com mais de 10% do peso da criança podem causar problemas na coluna. "Além das mochilas, neste ano, nos preocupamos também com a postura da criança na frente do computador. Nossa missão é levar informação à população geral e tentar, de alguma forma, protegê-la nesse novo momento", explica Jean Klay.

O excesso de peso das mochilas escolares muda a postura, a criança tende a caminhar um pouquinho curvada e os músculos do peito se encurtam, os das costas ficam mais fracos, pode haver um desvio do alinhamento e no futuro a qualidade de vida será afetada.

A SBOT orienta que:

•Não carregue na mochila mais do que 10% de seu peso;
•Nunca carregue as mochilas com apenas uma das tiras passada pelos ombros, pois isso pode provocar desvio na coluna (escoliose);
•As tiras devem ser tensionadas para que a mochila fique bem junto ao corpo, e cinco centímetros acima da linha da cintura.

Com a pandemia da Covid-19, outro fator que preocupa a SBOT é a postura na frente do computador, celular ou tablet durante as aulas remotas. As doenças ocupacionais são a maior causa de afastamento no trabalho e, atualmente podem ser encontradas até mesmo nos jovens que, por sua vez, estão estudando em casa e ficam por um longo período na frente das telas.

Para que o estudo remoto não cause dorsalgias, distúrbios osteomusculares ou transtorno das articulações é preciso ficar atento à postura, assim é recomendado:
•O uso de cadeiras com encosto adequado e que apoie o dorso;
•Apoie seus pés no chão ou em um suporte apropriado que deixem o joelho em um ângulo maior que 90°, isto reduz a pressão sobre as costas;
•Os punhos devem ficar em posição reta ao digitar;
•Além da postura e dicas de como se portar durante as aulas, as recomendações incluem uma boa alimentação, assim como atividades físicas e alongamento regulares para manter a boa saúde física e mental dos jovens e crianças.

Campanhas públicas com foco na população

Através da Comissão de Campanhas Públicas e Responsabilidade Social, a SBOT divulga diversas orientações através do Dr. SBOT, personagem criado para promover recomendações de maneira didática e objetiva.

Para saber mais sobre as campanhas da SBOT, acesse: http://campanhas.portalsbot.org.br/