

Editorial

A movimentação recente na Avenida Engenheiro Caetano Álvares indicava que uma novidade estava a caminho. Na última quarta-feira, dia 15 a Zona Norte ganhou oficialmente sua primeira Academia ao Ar Livre, instalada na Praça Rotary Club de São Paulo Norte. O novo equipamento público chega com a proposta de oferecer estrutura mais moderna e recursos tecnológicos que auxiliam os usuários na prática correta de exercícios, elevando a qualidade do treino e ampliando o acesso à atividade física.

Localizada em um ponto estratégico e bastante movimentado, a praça já é conhecida por abrigar, desde 1988 a Biblioteca Pedro Nava, referência cultural para jovens e moradores da região. A chegada da academia reforça o papel do espaço como ponto de convivência, incentivando a ocupação qualificada da área verde, contribuindo para sua preservação e aumentando a sensação de segurança para quem circula pelo local. Iniciativas como essa mostram a importância de investir em equipamentos públicos que dialoguem diretamente com as necessidades da população.

A ampliação de áreas de lazer e preservação ambiental também aparecem no horizonte da cidade. A região de Perus pode receber, nos próximos anos, o Parque Cantareira Núcleo Botuquara, projeto em discussão na Secretaria do Verde e do Meio Ambiente e que já contou com a participação da comunidade em oficinas realizadas na Subprefeitura Pirituba/Jaraguá. A proposta reforça a relevância da participação popular na construção de políticas públicas voltadas ao território.

As tratativas em andamento indicam uma alternativa importante para viabilizar o parque. A área, que inicialmente dependeria de desapropriação, poderá ser cedida ao município pela empresa proprietária, o que representa um avanço significativo nas negociações. Embora a doação ainda não esteja formalizada, o andamento das conversas alimenta a expectativa de que a Zona Norte ganhe mais um espaço dedicado ao lazer e à preservação ambiental.

Com a proximidade do feriado de Tiradentes, a região também se prepara para o aumento no fluxo de passageiros, especialmente no Terminal Rodoviário do Tietê. A orientação é que os viajantes se programem com antecedência e sigam as recomendações de segurança para garantir um embarque tranquilo.

Para quem permanecer na cidade, a programação cultural segue como alternativa acessível e diversificada. Unidades do Sesc Santana e Casa Verde, além do Parque do Trote, das Fábricas de Cultura e do Teatro Alfredo Mesquita, oferecem atividades gratuitas ou a preços populares, ampliando as opções de lazer na própria região.

Confira estas e outras informações regionais nesta edição de *A Gazeta da Zona Norte*. Boa leitura e um excelente fim de semana.

O que foi notícia na semana

O presidente Luiz Inácio Lula da Silva iniciou na última quinta-feira (16), em Barcelona, uma **viagem oficial pela Europa** que inclui ainda Alemanha e Portugal. Entre outros assuntos, a viagem busca apoio internacional para a candidatura de Michelle Bachelet à Secretária-Geral da ONU. Na Espanha, Lula participa da 1ª Cúpula Brasil-Espanha, com previsão de assinatura de acordos em áreas como: Saúde, Cultura, Tecnologia e Igualdade de Gênero. Na Alemanha, o presidente estará na Hannover Messe, feira internacional de tecnologia industrial que homenageia o Brasil nesta edição. A viagem termina em Portugal, onde Lula se reúne com autoridades para tratar de cooperação bilateral, imigração e temas ligados à comunidade brasileira no país.

A atividade econômica brasileira cresceu 0,6% em fevereiro na comparação com janeiro, segundo o Índice de Atividade Econômica do Banco Central. O



Foto: Marcelo Camargo/Agência Brasil

resultado foi puxado pela indústria, que avançou 1,2%, além de altas na agropecuária e nos serviços. Na comparação com fevereiro do ano passado, houve queda de 0,3%. Em 12 meses, o índice acumula alta de 1,9%. O indicador reúne dados de diversos setores e ajuda o Banco Central a definir a taxa básica de juros, hoje em 14,75% ao ano. Apesar disso, não substitui o Produto Interno Bruto, que é o dado oficial da economia brasileira.

O governo federal prevê que o salário mínimo chegue a R\$ 1.717 em janeiro de 2027,

com pagamento a partir de fevereiro. A estimativa consta no Projeto de Lei de Diretrizes Orçamentárias de 2027, enviado ao Congresso Nacional. O salário mínimo atual é de R\$ 1.621. Se confirmada a projeção, o reajuste será de 5,92%, equivalente a R\$ 96. O valor final ainda pode mudar e só será definido em dezembro, após a divulgação da inflação medida pelo INPC.

Pesquisa Genial/Quaest divulgada na última quarta-feira (15), indica que o senador **Flávio Bolsonaro aparece com 42% das intenções** em simulação de segundo turno contra o presidente Luiz Inácio Lula da Silva, que tem 40%. Apesar da vantagem numérica, o resultado configura empate técnico dentro da margem de erro de dois pontos percentuais. No cenário, 16% declararam voto branco ou nulo e 2% estão indecisos. No primeiro turno, Lula lidera as intenções de voto e venceria os demais cenários de segundo turno testados.

Osteoporose exige atenção: impacto no quadril pode comprometer mobilidade

A Osteoporose, doença que afeta principalmente as mulheres, é caracterizada pela diminuição da densidade óssea, tornando os ossos mais frágeis e suscetíveis a fraturas. Entre as regiões mais impactadas está o quadril, cuja lesão pode trazer consequências graves, como perda de mobilidade e até dependência.

De acordo com o médico ortopedista e especialista em quadril, dr. Mateus Jerônimo, membro titular da Sociedade Brasileira de Quadril e da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia, uma das complicações mais preocupantes da doença é a fratura do fêmur proximal. “Pode acontecer até com quedas leves ou, em casos mais avançados, sem trauma significativo”, alerta o especialista.

Causas e fatores de risco

A Osteoporose está frequentemente associada ao envelhecimento e às alterações hormonais, especialmente após a menopausa, quando há queda na produção de estrogênio, hormônio essencial para a manutenção da massa óssea. Além disso, outros fatores podem contribuir para o desenvolvimento da doença, como:

- Baixa ingestão de cálcio e vitamina D;
- Sedentarismo;
- Tabagismo e consumo excessivo de álcool;
- Histórico familiar;
- Uso prolongado de certos medicamentos, como corticoides.

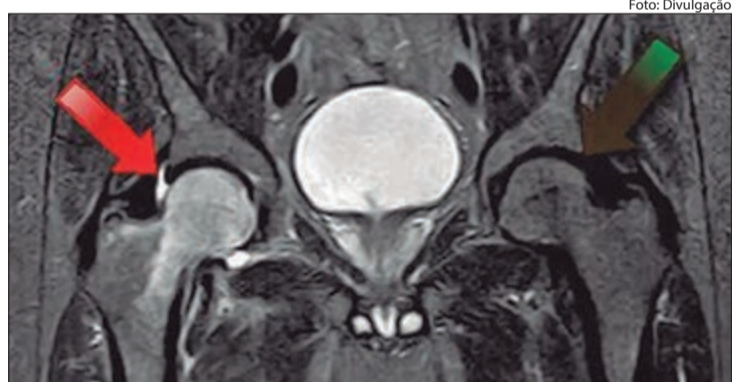


Foto: Divulgação

Considerada uma doença silenciosa, a Osteoporose pode evoluir sem sintomas até que ocorram complicações, por isso qualquer dor no quadril ou na virilha deve ser avaliada por um médico

Sintomas e sinais de alerta

Considerada uma doença silenciosa, a Osteoporose pode evoluir sem sintomas até que ocorram complicações. No entanto, alguns sinais podem indicar alterações ósseas importantes, principalmente na região do quadril.

Entre os principais sintomas estão dores no quadril ou na virilha, que podem indicar microfraturas ou desgaste ósseo, além de dificuldade para andar e perda de mobilidade, fatores que impactam diretamente a autonomia do paciente.

O dr. Mateus Jerônimo destaca ainda sinais de alerta que exigem atenção imediata: dores súbitas após quedas, dificuldade ou incapacidade de ficar em pé e alterações na posição da perna, como encurtamento ou rotação.

Sem tratamento adequado, a progressão da doença pode levar a quadros de dependência, especialmente entre idosos, após fraturas mais graves.

Tratamento e prevenção

O tratamento da Osteoporose envolve diagnóstico precoce e acompanhamento médico. “A primeira medida é procurar a ajuda de um médico especialista que pode pedir exames como, por exemplo, densitometria óssea, além de tratamentos adequados com suplementação com cálcio, vitamina D e medicamentos específicos e ainda um planejamento de prevenção de quedas”, orienta o especialista. Entre as principais abordagens terapêuticas estão:

- Suplementação de cálcio e vitamina D;
- Uso de medicamentos que reduzem a perda óssea ou estimulam sua formação;
- Prática regular de exercícios físicos, especialmente atividades de impacto leve e fortalecimento muscular;
- Adaptações no ambiente para prevenir quedas.

A adoção de hábitos saudáveis e o acompanhamento contínuo são fundamentais para reduzir o risco de fraturas e preservar a qualidade de vida.

O medicamento que salva também pode matar.

DIGA NÃO À AUTOMEDICAÇÃO!

Medicamento é coisa séria. Antes de usar, consulte sempre um farmacêutico.

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: Darci Rodrigues de Moura
Jornalista responsável: Camila Alvarenga - MTB 27.335

Administração, Redação e Publicidade:
Rua Alfredo Pujol, 207 - Santana - Tel: ☎2977-6544 / ☎94861-1729
www.gazetazn.com.br comercial: gazetazn@gazetazn.com.br
redação: pauta@gazetazn.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

