

trends

pelo seu olhar

Gritos podem causar danos ao cérebro infantil

*/// Kids// pág. 10*

Decoração descolada na sala de estar

*///Decoração// pág. 03*

Ouro Verde recebe workshop gratuito de graffiti

*///Agenda/ pág. 05*

Facebook perde popularidade na leitura de notícias

*///Tecnologia/// pág.07*

## Ortorexia nervosa causa isolamento e disfunção alimentar

Em geral, a ortorexia obedece a um ciclo. No início, vem a preocupação em comer de forma saudável e correta. Depois, o indivíduo começa a restringir alguns alimentos ou grupos alimentares inteiros. Páginas 08 e 09



## Novelas

### SEGUNDO SOL

Luzia afirma que precisa afastar Laureta de Ícaro. Valentim arma um escândalo na casa de Laureta por causa de Rosa. Naná desconfia de uma ligação de Dodô. Gorete apresenta Dodô a seu filho Teobaldo. Disfarçada, Luzia marca um encontro com Ícaro, mas o rapaz afirma que não confia nela. Dodô exige que Gorete deixe Salvador com Teobaldo. Remy e Clóvis acreditam que Dodô tenha uma amante. Beto se comove com Karola. Rosa e Laureta trocam ofensas. Valentim discute com Remy por causa de Rosa e acaba sofrendo um acidente de carro. Ícaro comenta com Laureta sobre seu encontro com Luzia/Sílvia. Rosa vê Ícaro e Laureta juntos. A família Falcão vai para o hospital velar por Valentim.

### DEUS SALVE O REI

Rodolfo percebe o estado confuso de Margô. Afonso recebe a carta do rei de Alfambres, concordando em dar asilo a Catarina. Otávio manda Virgílio ir a Montemor descobrir o que fizeram com Catarina. Catarina é informada por Amália que partirá no dia seguinte para Alfambres. Diana revela a Amália que foi ameaçada por Virgílio. Brumela avisa que Beatriz fugiu do castelo. Margô não acredita em Lucrécia quando a sobrinha lhe diz que Guilherme morreu e que Rodolfo é seu neto.

### ORGULHO E PAIXÃO

Fani é hostil com Edmundo. Mário/Mariana agride Uirapuru, e Brandão apoia a atitude. Mariana revela a Elisabeta seu disfarce como Mário, e as irmãs se divertem. Brandão decide se vestir de Motoqueiro Vermelho para expulsar Uirapuru do Vale do Café. Embriagado em sua festa de noivado, Edmundo confessa seu amor por Fani e anuncia que Ema está envolvida com Ernesto e Jorge. Elisabeta e Ernesto acodem Ema. Josephine jura vingança contra Tibúrcio. Cecília defende Fani e Edmundo de Tibúrcio, e ameaça o sogro.

### AS AVENTURAS DE POLIANA

Salvador faz um molde do nariz de Verônica. Waldisney segue Sérgio e Joana por desconfiar que os dois estejam juntos. Filipa diz para Yasmin que irá se vingar de Kessya. Poliana e Kessya ajudam Luigi e dizem que ele deveria contar tudo para Ruth. Luísa vai até a escola, pois Poliana estava atrasada para chegar em casa. Ao saber que a sobrinha foi com Kessya na Comunidade Bem-Te-Vi fica preocupada. Kessya tenta ensinar Poliana a aprender dançar como ela. Gleyce devolve para Arlete o dinheiro que Ciro havia pego emprestado com Lindomar. Poliana chega na casa de Kessya e diz que a sobrinha precisa melhorar a comunicação com ela. Marcelo vai até a comunidade procurar João com o cachorro Feijão.

## Gal Gadot posta fotos da sequência de Mulher Maravilha

Elogiado pela crítica e pelo público, Mulher Maravilha ganhará uma sequência, que está prevista para estrear nas telonas em novembro de 2019. O filme inclusive já está sendo gravado. A atriz Gal Gadot compartilhou esta semana, na sua conta do Instagram, imagens onde ela aparece no set. Na primeira foto, ela está de costas olhando para vários televisores. E na outra imagem Gal aparece caracterizada como a famosa heroína dos quadrinhos da DC. Ainda não há muitos detalhes sobre a sequência de Mulher Maravilha, mas sabemos que o filme se passa em 1984 e traz de volta o personagem Steve Trevor (Chris Pine). Kristen Wiig será a vilã Mulher-Leopardo.

Ultrapassando a marca de US\$ 404 milhões de arrecadação nos Estados Unidos, Mulher-Maravilha é o filme de origem de super-herói de maior bilheteria doméstica da história. O longa, dirigido por Patty Jenkins, lucrou o valor estimado de US\$ 404,008,376 nos Estados Unidos, ultrapassando o primeiro filme do Homem-Aranha (2002), que arrecadou US\$ 403,706,375.

Gal é israelense e chegou a servir dois anos nas Forças de Defesa de Israel, como instrutora de combate. Em 2004 conquistou o título de Miss Israel. Ela é mãe de Alma, de 6 anos e Maya, de 1.



Gal Gadot publicou foto em que aparece como a heroína da DC no Instagram

## Horóscopo

### AQUÁRIO

21 de jan. a 19 de fev.

A semana começa influenciada pela Lua Crescente nos últimos graus de Virgem, chega livre de pressão, mas em seguida entra em Libra e começa a receber um tenso aspecto de Saturno, indicando dias de movimento em projetos de médio prazo e/ou os que envolvem contato com pessoas estrangeiras, sejam através de viagens internacionais ou não. Vênus em Leão, recebe um tenso aspecto de Marte em seu signo indicando dias de movimento intenso nos relacionamentos, novos e antigos. O período, que dura alguns dias, pode envolver uma nova paixão, que vai estremecer suas escolhas.

### GÊMEOS

21 de mai. a 20 de jun.

A semana começa influenciada pela Lua Crescente nos últimos graus de Virgem, chega livre de pressão, mas em seguida entra em Libra e começa a receber um tenso aspecto de Saturno, indicando dias em que a necessidade de lapidar sua criatividade fica mais intensa. É possível que você seja obrigado a criar um novo projeto. O relacionamento com os filhos é interrompido por um momento de maior seriedade. Vênus em Leão recebe um tenso aspecto com Marte em Aquário e movimentando intensamente a vida social e aproxima amigos. A comunicação melhora, no entanto, é necessário tomar cuidado com as palavras.

### LIBRA

23 de set. a 22 de out.

A semana começa influenciada pela Lua Crescente nos últimos graus de Virgem, chega livre de pressão, mas em seguida entra em seu signo e começa a receber um tenso aspecto de Saturno indicando dias em que você estará mais sério e comprometido, mais voltado para as responsabilidades que tem assumido nos últimos meses. O cansaço pode acometer você. Vênus em Leão recebe um tenso aspecto de Marte em Aquário indicando dias de movimento intenso na vida social e aproximação de amigos exóticos. O momento pode envolver uma negociação importante, relacionada a um novo contrato.

### PEIXES

20 de fev. a 20 de mar.

A semana começa influenciada pela Lua Crescente nos últimos graus de Virgem, chega livre de pressão, mas em seguida entra em Libra e começa a receber um tenso aspecto de Saturno, indicando dias de interiorização e maior dificuldade com suas emoções. Uma forte consciência de suas verdadeiras necessidades emocionais pode surgir, assim como a necessidade de mudanças. Vênus em Leão recebe um tenso aspecto de Marte em Aquário movimentando intensamente sua rotina, especialmente a de trabalho. Tome cuidados redobrados com o excesso de energias, pois pode haver contusões ou pequenos acidentes.

### CÂNCER

21 de jun. a 21 de jul.

A semana começa influenciada pela Lua Crescente nos últimos graus de Virgem, chega livre de pressão, mas em seguida entra em Libra e começa a receber um tenso aspecto de Saturno, indicando dias de interiorização e necessidade de estar mais perto dos seus. Você estará mais caseiro e a vida doméstica ganha força, assim como os relacionamentos em família. Vênus em Leão recebe um tenso aspecto de Marte em Aquário movimentando sua vida material e financeira. Um acordo ou negociação envolvendo o aumento de sua renda pode começar.

### ESCORPIÃO

23 de out. a 21 de nov.

A semana começa influenciada pela Lua Crescente nos últimos graus de Virgem, chega livre de pressão, mas em seguida entra em Libra e começa a receber um tenso aspecto de Saturno indicando dias de interiorização e necessidade de fazer uma limpeza em seu mundo emocional. Alguns sentimentos e pessoas devem ser deixados para trás e isso pode chatear você. Vênus em Leão recebe um tenso aspecto de Marte em Aquário indicando dias de movimento intenso em projetos que envolvem seu crescimento profissional. Sua carreira pode dar um passo à frente.

### ÁRIES

21 de mar. a 20 de abr.

A semana começa influenciada pela Lua Crescente nos últimos graus de Virgem, chega livre de pressão, mas em seguida entra em Libra e começa a receber um tenso aspecto de Saturno, indicando dias em que você vai priorizar as amizades mais próximas à qualquer evento social vazio. Os relacionamentos ganham importância e maior comprometimento de sua parte. Vênus em Leão continua recebendo um tenso aspecto de Marte em Aquário marcando um período de movimento intenso no seu coração. Um amigo ou amiga, pode vir a declarar seu amor a você. Paixão e romances são altamente beneficiados.

### LEÃO

22 de jul. a 22 de ago.

A semana começa influenciada pela Lua Crescente nos últimos graus de Virgem, chega livre de pressão, mas em seguida entra em Libra e começa a receber um tenso aspecto de Saturno, indicando dias em que você estará mais fechado e calado, mais voltado para suas reflexões. O momento pode envolver um período de maior dedicação e profundidade nos estudos. Vênus em seu signo recebe um tenso aspecto de Marte em Aquário indicando dias de intensidade e paixões. Procure manter o equilíbrio, pois há grande tendência à perda da paciência e tolerância. Respire muitas vezes antes de reagir.

### SAGITÁRIO

22 de nov. a 21 de dez.

A semana começa influenciada pela Lua Crescente nos últimos graus de Virgem, chega livre de pressão, mas em seguida entra em Libra e começa a receber um tenso aspecto de Saturno indicando dias de interiorização e necessidade de distanciar-se da vida social. No entanto, alguns compromissos sociais são cumpridos com má vontade. O momento pode envolver a concretização de um novo contrato. Vênus em Leão recebe um tenso aspecto de Marte em Aquário movimentando projetos de médio prazo que envolvem pessoas estrangeiras. Uma viagem internacional pode ser marcada ou realizada.

### TOURO

21 de abr. a 20 de mai.

A semana começa influenciada pela Lua Crescente nos últimos graus de Virgem, chega livre de pressão, mas em seguida entra em Libra e começa a receber um tenso aspecto de Saturno, indicando dias de trabalho intenso e energia vital mais baixa. Um projeto pode dar mais trabalhos durante esta semana. Procure cuidar da saúde; evite pessoas e ambientes insalubres. Vênus em Leão recebe um tenso aspecto de Marte em Aquário indicando dias em que a vida familiar "briga" com a profissional. Será difícil para você equilibrar as duas áreas de sua vida. Se conseguir, priorize a vida doméstica e fique perto dos seus.

### VIRGEM

23 de ago. a 22 de set.

A semana começa influenciada pela Lua Crescente nos últimos graus de seu signo, chega livre de pressão, mas em seguida entra em Libra e começa a receber um tenso aspecto de Saturno, indicando dias em que a necessidade de organização financeira fica mais forte. O momento pode envolver um atraso de pagamento. É um bom momento para investimentos mais conservadores. Vênus em Leão recebe um tenso aspecto de Marte em Aquário indicando dias de emoções e trabalho intenso. O momento pode envolver a necessidade de reorganizar sua rotina. Um amor do passado pode ressurgir.

### CAPRICÓRNIO

22 de dez a 20 de jan

A semana começa influenciada pela Lua Crescente nos últimos graus de Virgem, chega livre de pressão, mas em seguida entra em Libra e começa a receber um tenso aspecto de Saturno indicando dias de trabalho intenso e aumento de responsabilidades em sua carreira. Uma promoção pode começar a ser negociada, mas demorar alguns dias ou semanas para ser aprovada. Vênus em Leão recebe um tenso aspecto de Marte em Aquário indicando dias de movimento em sua vida material e financeira. O período, que dura alguns dias, pode envolver um novo contrato ou mesmo a venda de um bem, móvel ou imóvel.

# A modernidade das salas de estar coloridas

A decoração de ambientes contemporâneos utiliza de detalhes e formas que fazem toda a diferença, e se você tem pretensão de ter uma sala de estar moderna para receber visitas em grande estilo, é só se inspirar nas dicas do post para transformar o ambiente.

Com um espaço amplo, a decoração é um mix de cores atuais – azul, marinho, cinza e turquesa. O design dos estofados com linhas retas e modernas é uma ótima estratégia para dar um visual mais

contemporâneo; assim como o mix de móveis e acabamentos em madeira.

Com um estilo que é tendência o ambiente traz traços da decoração industrial ao mesclar peças de metal e parede de cimento queimado. O resultado é um espaço bem moderno por conta da mistura de estilos, o que deixa a proposta jovem. A sala grande exige uma decoração que se estenda por todo o ambiente a fim de deixá-la aconchegante.



O azul é uma cor indicada para quem busca algo mais descolado, alegre e que passe a sensação de calma



A parede amarela também está em tendência na decoração moderna



A parede verde também é tendência para quem quer uma cor mais extravagante



Uma sala com parede rosa e objetos coloridos é para quem tem um estilo mais extravagante

# ANJOSUL

MÓVEIS

f Anjo Sul Móveis  
@anjosulmoveis



Preços de fábrica

**Vendas**

whatsapp (54) 99613-1900

email [anjosul@anjosulmoveis.com.br](mailto:anjosul@anjosulmoveis.com.br)

direto de fábrica [www.anjosulmoveis.com.br](http://www.anjosulmoveis.com.br)

# Como manter pele, unhas e cabelo perfeitos no inverno

Está com a pele ressecada? Unhas fracas? Lábios rachados? Couro cabeludo com caspa? Descubra quais cuidados acrescentar à rotina de beleza no inverno

O clima seco da estação pode deixar a sua pele ainda mais ressecada do que no verão. As unhas enfraquecidas e o cabelo cheio de pontinhos brancos. Por isso é importante tomar alguns cuidados específicos durante os dias frios. Não descuidar da hidratação, acertar a temperatura da água do banho, usar os cosméticos certos são alguns dos cuidados que não podem faltar.

## Pele

Nessa época do ano, vale investir em hidratantes, que fazem mais do que simplesmente perfumar e dar um toque macio à pele. Estamos falando de ativos capazes de reter as moléculas de água na camada mais profunda e de outros que formam um filme sobre a superfície, evitando a evaporação. Bons exemplos: ureia a 10%, PCA-Na, manteiga de karité e óleo de amêndoas.

Para a desidratação não piorar, evite o banho extremamente quente. Abusar da temperatura da água retira parte da camada de gordura, que funciona como proteção, contribuindo para o ressecamento. Água morna no frio é imprescindível? Tomar uma chuveirada rápida de, no máximo, dez minutos, é o ideal! As buchas também devem ser evitadas para não remover a camada protetora da pele.

## Mãos e pés

Mãos e pés costumam sofrer bastante com o ressecamento ao longo do inverno. Para potencializar a hidratação, a dica é lambuzar ambos com hidratante e os encapar com plástico, deixando agir por uma hora.

## Lábios

O clima seco prejudica também os lábios, que possuem uma pele fina e acabam rachados com



Não descuidar da hidratação, acertar a temperatura da água do banho, usar os cosméticos certos são alguns dos cuidados que não podem faltar

facilidade. Para tratá-los, deve-se aplicar, a cada 2 horas, protetores, ceras ou cremes labiais, que contêm na formulação ingredientes como cera de abelha ou de carnaúba, vitamina E, vaselina, manteiga de karité, aloe vera e óleo mineral. Eles são altamente hidratantes e criam uma barreira protetora. É importante lembrar que passar a língua sobre os lábios não vai mantê-los a salvo. As enzimas bucais desidratam a região e contribuem para o aparecimento de rachaduras.

## Joelhos e cotovelos

Joelhos e cotovelos possuem pele enrugada e cheia de dobras para proteger as articulações e garantir a amplitude dos movimentos. Também têm menos glândulas sebáceas, que produzem o óleo natural que lubrifica a pele. Consequência: alto ressecamento, que piora com o frio, vento, ar seco e banho quente do inverno. O ideal é fazer então um tratamento intensivo, aplicando diariamente

produtos com dosagem alta de ureia (cerca de 20%). Eles esfoliam e afinam a pele, removendo aquela camada endurecida. Outros ingredientes, para hidratar e amaciar, são bem-vindos: óleo de amêndoa, ácido láctico, lactato de amônia e alantoína.

## Unhas e cutículas

Como são estruturas secas por natureza, a unha e a cutícula desidratam quando a temperatura cai. Resultado: descamação e até quebra. O contato com a água (quente ou fria), o manuseio de produtos de limpeza e o uso da acetona pioram o quadro. A solução é investir em hidratantes ou ceras para cutículas, massageando a região até o produto ser absorvido.

## Cabelos

Os fios também sofrem na temporada de baixas temperaturas. Banhos quentes estimulam as glândulas sebáceas do couro cabeludo a produzirem oleosidade em excesso. Na presença de um

fungo, o *Pityrosporum ovale*, esse processo leva à inflamação, à coceira e à descamação da camada mais superficial da região. Resultado: dermatite seborreica. Para evitar o problema, lavar os fios com água morna e retirar totalmente o xampu e o condicionador. Secá-los com o secador é uma boa ideia: assim o couro cabeludo não fica úmido por muito tempo. Só não vale usar o acessório na temperatura máxima.

## Hidratação de dentro para fora

Seguir uma dieta balanceada também é importante: Ingerir alimentos fontes de vitaminas e minerais ajuda a neutralizar os radicais livres, tratando a pele e prevenindo o ressecamento. Morango, framboesa, laranja, mexerica, limão, brócolis, repolho e cenoura devem estar inclusos no dia-a-dia. Para potencializar os efeitos, o ideal ainda é ingerir 2 litros de água diariamente e consumir óleo de prímula, que estimula a produção de lipídeos, responsáveis por manter a cútis hidratada e protegida.

## Procedimentos estéticos

O inverno é a época ideal também para se submeter a procedimentos estéticos que fazem uso de ácidos, já que a incidência de sol é menor. Esse é o momento, por exemplo, de investir em um peeling químico que elimina as células mortas da pele, deixando-a brilhante e com aspecto renovado.

A estação é favorável também à realização da depilação a laser. Os médicos recomendam fazer as sessões quando a pele não está bronzeada. Isso porque a cada "tiro", o laser busca uma cor escura para atingir - a melanina do pelo. A luz identifica o contraste do fio escuro com a pele, queima apenas o pelo e pronto! É a garantia de meses com o corpo liso sem sofrer com a ação da lâmina ou da cera.

SUA PELE MERECE

agende seu dia de **beleza**

54 99987 7886

Maria Bernadete  
esteticista e massoterapeuta

Luciane  
espaço de beleza

- corte de cabelos
- mechas
- escova progressiva
- manicuri e pedicure
- design de sombrancelhas
- pigmentação fio a fio
- maquiagem
- depilação
- massagem relaxante
- drenagem linfática
- massagem modeladora
- massagem estética

Rua Fiorello Bertuol 253, Progresso  
aceitamos cartões  
Ligue e agende seu horário  
54 992 630 398

antes      depois

Mais de 20 anos de experiência

Móveis sob medida  
**HOMA**  
Racks • Cozinhas • Balcões  
Comercial e Residencial

📞 Elso Tonato  
54 9 8119.9936

📞 Alberi Silva  
54 9 9951.7719

📍 homaplanejados      ✉ homamoveisplanejados@hotmail.com

📍 Rua Cavalheiro José Farina, nº 18 - Licorsul | Bento Gonçalves - 95703-006

## Bento exhibe exposição sobre benzedeadas do pampa gaúcho

“QeQeuCoso: aura de benzedeadas”, do fotógrafo Pedro do Amaral, estará à disposição do público do dia 1º a 30 de junho

Até dia 30 de junho Bento exhibe uma exposição especial sobre as benzedeadas do pampa gaúcho, que se propõe a resgatar o valor de

cada benzedeadas do município de Alegrete. De autoria de Pedro do Amaral, as fotografias direcionam nosso olhar para o cuidado e be-

leza no papel desempenhado por essas mulheres. A exposição segue até 30 de junho e está aberta à visitação sempre das 8h às 21h. A exposição acontece no Sesc e a entrada é gratuita.

Entre todas as figuras míticas do pampa gaúcho, a imagem da benzedeadas está entre uma das mais tradicionais. Contudo, diante de filtros e enquadramentos na hora de contar as histórias da região, ela ficou de lado na construção de um ideário tradicional. A exposição “QeQeuCoso: aura de benzedeadas” procura chamar atenção para essa questão, para a valorização de um ser humano que cuida de outros humanos. Graduado em Letras, Pedro do Amaral possui Mestrado em Ensino de Línguas. Amaral é um analista de discurso. Por isso, trabalha e pensa a fotografia documental como uma das mais belas formas materiais do tema.



## Julho terá cover de Raul Seixas na Casa das Artes

Rodrigo Seixas, faz cover de Raul desde 2001

Inspirado na obra de Raul Seixas, o cantor Rodrigo dos Santos irá se apresentar no dia 12 de julho, às 20h, na Casa das Artes. O evento terá ingressos com valores entre R\$ 12 e R\$ 26.

Há 20 anos, Rodrigo dos Santos trabalha como cantor e desde 2001 como cover de Raul Seixas - de lá para cá assina o seu nome artístico como Rodrigo Seixas. O artista revive nos palcos os melhores momentos do “Maluco Beleza”, com ênfase na fase mais jovem de Raul, mas sem se esquecer de sucessos como “Gita”, “Metamorfose Ambulante” e “Há 10 mil anos atrás”.



## Maratona Urbana acontece neste domingo no Ouro Verde

De caráter itinerante, o projeto Maratona Urbana chega a sua segunda edição neste domingo, dia 24, no Bairro Ouro Verde, a partir das 13h. O evento, de periodicidade mensal, conta com workshops gratuitos de graffiti e deejay, além de um bate papo sobre produção de eventos com artistas da cidade e de outras partes do Estado. Também ocorrerá pintura dos muros da Praça CEU e batalhas de dança para iniciantes e para adultos.

A novidade deste ano é a realização de Collabs (colaboração) com outros eventos do Estado, que promovem um intercâmbio entre as cidades, estimulando a troca

de ideias entre os agentes culturais desta área. A Collab da vez será do evento Batalha da Prova, de Caxias do Sul – um encontro voltado para projetos sociais que trabalham com oficinas continuadas de Hip Hop. Por esta razão, está confirmada a participação de uma caravana de diversos projetos sociais de Caxias, além dos alunos das oficinas da Praça CEU em Bento.

Após as competições de dança, também será oferecido um lanche para as crianças participantes, com apoio dos projetos sociais envolvidos e do comércio da comunidade do Bairro Ouro Verde.



O evento, de periodicidade mensal, conta com workshops gratuitos de graffiti e deejay, além de um bate papo sobre produção de eventos com artistas da cidade e de outras partes do Estado

Trocamos de telefones

54 3701 2302  
54 3701 2304  
54 3701 2306  
54 3701 2308

**Gazeta**  
Muito mais que notícias

**autoral**  
Clínica de Reabilitação e Treinamento

📞 54 99652.7081  
🏠 Rua Giovanni Girardi, número 166 - Sala 4  
(Em frente ao Grepar do Progresso)

Terapia Desportiva  
Terapia Manual  
Quiropraxia  
Pilates clínico  
Pilates funcional  
Treinamento funcional  
Personal trainer

## Instagram não vai mais avisar se alguém copiar fotos ou vídeos do Stories

Rede social não informará mais se alguém deu 'print' nos conteúdos publicados nessa área

O Instagram não irá mais notificar as pessoas que tiverem seus Stories copiados ou gravados por outro usuário.

A novidade foi informada pela rede social ao BuzzFeed News no último dia 14.

A iniciativa havia começado a ser testada em fevereiro pelo

Instagram, que queria preservar o caráter efêmero das postagens feitas nesse espaço do aplicativo. Quando alguém publica fotos ou vídeos como Stories, esse conteúdo fica no ar apenas por 24 horas.

A rede social, porém, manterá a informação de quem viu os Stories.



A novidade foi informada pela rede social ao BuzzFeed News no último dia 14

## Happn libera busca por 'crush' em mapas interativos

O Happn, aplicativo de relacionamento para achar aquele "crush" que te deu mole no ônibus, está mudando a forma de achar o paquera: a partir de agora, é possível buscar em um mapa por pretendentes que curtem ir aos mesmos lugares que você.

Até agora, o Happn organizava os perfis em ordem cronológica. Funcionava assim: como usa o GPS do smartphone do usuário para saber por quais locais ele passou, o app identifica pessoas que cruzaram com ele e que podem interessá-lo; depois disso, os perfis dessas pessoas são exibidos de acordo com o horário em que o encontro se deu.

A conversa só começa caso haja interesse mútuo – nesse sentido, o serviço é bem parecido com o Tinder.

Desde a última terça-feira (19), o Happn tem mostrado em um mapa interativo todos os pretendentes que estiveram em um lugar visitado pelo usuário. Basta tocar na imagem de uma rua, estabelecimento comercial ou evento, e o aplicativo mostrará os possíveis "crushs" que estiveram lá nos

últimos sete dias.

### Encontros reais

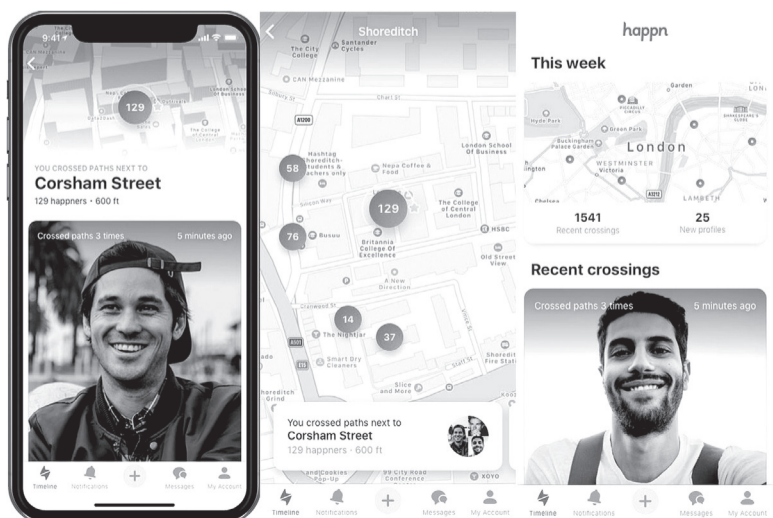
A versão antiga do Happn já ensaiava explorar mais intensamente a localização geográfica dos encontros – mapas eram mostrados, no entanto, apenas quando um perfil era aberto. Com a novidade, chamada de "Happn Maps", o mapa interativo assume posição central no app: ficará no topo do aplicativo.

### País do amor

O Brasil é um dos principais polos para empresas que desenvolvem apps e sites voltados a construir relações amorosas.

Por aqui, há 6,6 milhões de usuários do Happn, o que faz do país o segundo maior mercado para o serviço. Mais de 1 milhão de pessoas usam o aplicativo só em São Paulo, cidade mais importante para a empresa, que possui 50 milhões de usuários no mundo todo.

Outra companhia que tem no Brasil sua segunda maior operação é o Match Group, dona de mais de 45 serviços voltados a formar casais, como Tinder e Par Perfeito.



Desde a última terça-feira (19), o Happn tem mostrado em um mapa interativo todos os pretendentes que estiveram em um lugar visitado pelo usuário

## 'Just Dance 2019' terá 'Bum bum tam tam', de MC Fioti

Nova versão chega em outubro com 40 músicas inéditas. Ivete Sangalo e Anitta também já emplacaram músicas no jogo

A atualização de 2019 do jogo de música e dança "Just Dance" terá, em seu cardápio de canções, a brasileira "Bum bum tam tam", hit de MC Fioti. A nova versão foi revelada em evento da Ubisoft na E3 2018, feira de games em Los Angeles.

Funk mais ouvido do Spotify fora do Brasil neste ano, a música ganhou em dezembro de 2017 uma versão trilingue, com participação do colombiano J. Balvin e do rapper americano Future.

"Just Dance 2019" será lançado em outubro com 40 músicas inéditas, incluindo ainda "Finesse (Remix)", de Bruno Mars e Cardi B, e "Shaky Shaky", de Daddy Yankee. Mais palcos de dança também foram incluídos no jogo.

Além disso, uma nova página dinâmica funcionará como uma área central, com listas de reprodução de eventos especiais e sazonais, notícias e destaques da comunidade, disse a Ubisoft.

O jogo poderá aprender os hábitos de dança do usuário e oferecer recomendações personalizadas com base em seleções de músicas anteriores.

"Just Dance 2019" estará disponível para PS4, Xbox One, Nintendo Switch, Xbox 360, Wii U e Wii.

Ivete Sangalo, com "Dançando", e Anitta, com "Bang", estão entre os brasileiros que já emplacaram músicas no "Just Dance".



"Just Dance 2019" será lançado em outubro com 40 músicas inéditas, incluindo ainda "Finesse (Remix)", de Bruno Mars e Cardi B, e "Shaky Shaky", de Daddy Yankee

## Fone Firefly tem cancelamento de ruído smart para concorrer com AirPods

Earbud é feito de grafeno para melhorar a qualidade de áudio e pode ser entregue no Brasil

O Firefly é um fone de ouvido do tipo earbud que promete concorrer com os AirPods da Apple. Com opções em preto ou transparente, o aparelho tem cancelamento de ruído inteligente para oferecer maior segurança enquanto o usuário estiver na rua ou perto de alguma movimentação. Além disso, o modelo conta com resistência à água e suor e Bluetooth 5.0, a versão mais recente da tecnologia para transmissão sem fio.

O equipamento já bateu a meta de financiamento coletivo no Kickstarter e está à venda pelo preço de US\$ 64 (cerca de R\$ 240), com frete de US\$ 9 (R\$ 34) para o Brasil. Vale lembrar que o valor não inclui as taxas que podem ser cobradas pela Receita Federal quando o produto chegar ao país. O início das entregas está previsto para julho de 2018.

Uma das principais promessas do aparelho é o filtro de ruído externo. Segundo a fabricante, ao usar outros fones enquanto anda pela cidade o usuário corre o risco de se envolver em acidentes. Assim, o recurso do Firefly faz com que sons do ambiente sejam identificados mesmo durante a reprodução de músicas, sem prejudicar a experiência.

Em relação à qualidade de áudio, o modelo desenvolvido pela Jabees é produzido com grafeno, material que promete ser 100 vezes mais resistente do que o aço, melhorando sons agudos e desempenho geral. A frequência de resposta do modelo é de 20 Hz a 20 kHz, com sensibilidade de 98 dB – números que devem entregar um bom volume, já que o máximo indicado para a audição humana é de 85 dB.

Além do Bluetooth 5.0 para alcance de até 10 metros sem interrupção na transmissão de dados, o Firefly oferece inteligência artificial para controle de voz. É possível fazer a integração do fone de ouvido com a Siri no iPhone (iOS) e a Google Assistente no Android para fazer perguntas e consultas.

O design do earbud é ergonômico, com opções de pontas auriculares para se adaptar ao ouvido. Na lateral do aparelho é possível fazer todo o controle e ajuste do equipamento. Há ainda resistência à água e revestimento extra para proteger o eletrônico da umidade do ar e do suor, já que o modelo também pode ser usado por atletas durante atividades físicas.

De acordo com a fabricante do Firefly, o fone sem fio é concorrente dos AirPods, vendidos por R\$ 1.399 no Brasil. No entanto, o aparelho com projeto no Kickstarter oferece bateria para apenas quatro horas de reprodução direta, enquanto o earbud da Apple promete atingir cinco horas de autonomia. Ambos contam com case para carregamento portátil. No caso do modelo da Jabees, a carga é de até 16 horas, enquanto os AirPods podem chegar a 24 horas.



O Firefly é um fone de ouvido do tipo earbud que promete concorrer com os AirPods da Apple

**Concorrente da Apple?**

## Conheça o relógio inteligente usado pelos árbitros na Copa

Quando o defensor australiano Aziz Behich dividiu a bola com o meia francês Paul Pogba aos 35 minutos do segundo tempo da partida entre França e Austrália pela Copa do Mundo, a bola bateu no travessão, tocou chão e voltou para as mãos do goleiro. O árbitro uruguaio Andres Cunha, porém, não hesitou em apontar para o centro do gramado e validar o gol que garantiu a vitória francesa na abertura do grupo C.

Tudo isso aconteceu graças à tecnologia utilizada pela Fifa no apoio aos árbitros durante o mundial. Além do árbitro de vídeo, o famigerado VAR, os juizes que apitam os jogos da Copa da Rússia contam também com um relógio inteligente



Modelo adotado este ano é o Big Bang Referee 2018 FIFA World Cup Rússia, desenvolvido pela Hublot especialmente para a 21ª edição da Copa do Mundo

te que vibra toda vez que a bola passa totalmente a linha do gol.

O modelo adotado este ano é o Big Bang Referee 2018 FIFA World Cup Rússia, desenvolvido pela Hublot especialmente para a 21ª edição da Copa do Mundo. O aparelho usado pelos árbitros é personalizado e pode se comunicar tanto com o VAR e quanto com a tecnologia Goal-Line, que ajuda os juizes a tomar decisões corretas em lances como o do segundo gol francês no último sábado (16).

### Também para os torcedores

Quem não deu a sorte de ser um árbitro na Copa do Mundo da Rússia também pode adquirir uma unidade do Big Bang Referee. O modelo é vendido ao grande público e conta com alguns recursos inteligentes, como notificações avisando sobre o início de cada partida, informações sobre os jogos, personalização com bandeiras dos países que disputam o mundial e uma série de outros recursos oferecidos pelo Wear OS, o sistema da Google para relógios e outros dispositivos vestíveis.

Para ter uma relíquia dessas, porém, será preciso desembolsar uma quantia mais do que razoável: cada unidade do Big Bang Referee é vendida por US\$ 5,2 mil, valor que supera os R\$ 19 mil.

## Facebook tem sido menos usado para ler notícias, enquanto WhatsApp cresce

Levantamento feito nos EUA mostra que audiência entre jovens caiu ainda mais

O uso de redes sociais como o Facebook para leitura de notícias começou a cair nos Estados Unidos, conforme muitos jovens recorrem a aplicativos de mensagens como o WhatsApp, que pertence ao Facebook, apontou o Reuters Institute.

O uso do Facebook, maior rede social do mundo, para notícias caiu 9 pontos percentuais em relação a 2017 nos Estados Unidos e 20 pontos para audiências mais jovens, mostrou uma pesquisa do Instituto Reuters com 74 mil pessoas em 37 mercados.

Continuamos vendo aumento no uso de aplicativos de mensagens para notícias, à medida que os consumidores procuram espaços mais privados [e menos conflituosos] para se comunicar", disse Newman.

O levantamento revela a volatilidade de preferências dos consumidores, à medida que a indústria de notícias tenta lidar com o impacto da Internet e dos smartphones que transformaram tanto o modo como as pessoas consomem notícias quanto a forma como as empresas de mídia ganham dinheiro.

Facebook e Twitter ainda são usados por muitos usuários para procurar notícias, mas a discussão



O uso de redes sociais como o Facebook para leitura de notícias começou a cair nos Estados Unidos, conforme muitos jovens recorrem a aplicativos de mensagens como o WhatsApp

ocorre em aplicativos de mensagens como o WhatsApp, geralmente porque as pessoas se sentem menos vulneráveis ao discutir eventos em tais espaços.

O WhatsApp, fundado em 2009 e comprado pelo Facebook em 2014 por US\$ 22 bilhões em dinheiro e ações, é mais popular que o Twitter em importância para notícias em muitos países, de acordo com o relatório.

Alguns entrevistados ainda

encontraram notícias no Facebook, mas postaram itens em um grupo do WhatsApp para discussão com um conjunto mais próximo de amigos.

WhatsApp e Instagram, também do Facebook, decolaram na América Latina e na Ásia, enquanto o Snapchat avançou na Europa e nos Estados Unidos, observou a pesquisa sobre diferenças regionais de compartilhamento de notícias.

## Métodos simples para proteger o computador

O medo de ser infectado pelas pragas da internet é cada vez mais comum. Quanto mais a tecnologia se desenvolve, mais coisas são feitas pelos computadores pessoais, como pagamento de contas, arquivos com informações pessoais. Dessa forma, também aumenta o interesse dos hackers em invadir sistemas.

O que deve ser feito para proteger as máquinas sempre é uma dúvida. "Se já possuo antivírus, por que ainda assim fui infectado?". Na verdade não é um programa, mas um conjunto de ações que permitem que o PC fique o mais protegido possível.

### Antivírus

O antivírus pode não ser o único responsável pela segurança do computador, mas com certeza, é um dos principais e primeiro passo para quem deseja proteger sua máquina.

É possível encontrar bons softwares de proteção - os pagos que existem no mercado são superiores aos gratuitos, já que oferecem amplo suporte.

### Firewall

O firewall trabalha, de certa forma, juntamente com o antivírus. Uma vez que ele é o responsável em expulsar o que é de caráter duvidoso antes que ele entre na máquina. Uma vez dentro (quando o firewall falha) ainda se tem o an-

tivírus que fará o que for possível para eliminá-lo

### Antispyware

Os antispywares são responsáveis em executar varreduras no computador com o objetivo de tentar eliminar do sistema spywares - programas deixados pelos hackers em seu computador com o intuito de recolher suas informações.

### Sistema operacional atualizado

Quando o sistema está desatualizado é muito mais fácil para os hackers conseguirem se infiltrar no PC. Mantenha-o sempre atualizado. As atualizações podem ser configuradas para serem realizadas automaticamente ou mesmo feitas manualmente - quando o usuário a desejar.

### Não acesse links desconhecidos

Em e-mails, sites, programas de conversa, ou praticamente tudo o que se tem acesso na internet pode, vez ou outra, estar com algum link de caráter malicioso. O cuidado e precaução nessa situação é essencial e auxilia, diretamente, na proteção da máquina.

### Não enviar dados pessoais por e-mail

Com a senha do seu e-mail, o hacker tem, assim como você, acesso a todos os e-mails que já foram enviados ou recebidos. Tente, o máximo possível, não enviar seus dados pessoais, assim como senha de conta bancária, por exemplo.

### Senhas improváveis e diferentes em cada site

Colocar senhas diferentes em sites é um passo importantíssimo para proteger suas contas. Mesmo que alguém descubra sua senha e login de um determinado site, não será possível acessar outros com os mesmos dígitos. Se não conseguiu proteger uma conta, ao menos conseguirá preservar as demais.

### Cuidado em downloads

Downloads são um dos grandes motivos de inserção de pragas nas máquinas. Vez ou outra, quando se procura um programa específico, o site pode dar a entender que o download será feito por um link que, na verdade, acarretará em vírus.

Mesmo que todos os passos tenham sido feitos corretamente, ainda assim preste atenção a todos os softwares adicionais que o

programa indica durante a instalação. Evite aceitar tudo durante o processo. Mesmo que não tenha malwares, ainda assim os adicionais podem diminuir a eficácia da sua máquina e deixá-la mais vulnerável.

### Arquivos ".exe" e ".scr"

Um truque simples, mas nem sempre eficaz, para verificar se o link contém vírus é passar o mouse sobre ele (sem clicar) e verificar - no canto inferior esquerdo a barra de status do navegador - qual o local que você será encaminhado se clicar nele.

Caso se trate de um ".exe" quer dizer que é um executável, ou seja, um programa, provavelmente, e não site. Então, a possibilidade de ser um malware é muito grande.

O ".scr" geralmente se refere a protetores de tela, o que costuma confundir o usuário. Evite, sempre que possível clicar nos links que aparecem com tais extensões.

### Sites de confiança

É comum, principalmente quando se recorre a buscadores, ser encaminhado para sites desconhecidos de compras, para assistir a vídeos, ou outras ações. Alguns usuários possuem malícia o suficiente para conseguir operar em tais sites sem adquirir vírus, mas para leigos evitar tais páginas, pelo menos no início, é essencial.



Quanto mais a tecnologia se desenvolve, mais coisas são feitas pelos computadores pessoais, como pagamento de contas, arquivos com informações pessoais

# Ortorexia nervosa: a doença ainda pouco conhecida

Em geral, a ortorexia obedece a um ciclo. No início, vem a preocupação em comer de forma saudável e correta. Depois, o

Em outubro de 1997, o médico americano Steven Bratman descreveu, de maneira inédita, uma prática comum entre seus pacientes: eles acreditavam que determinados alimentos seriam capazes de causar, prevenir ou tratar doenças e, por isso, seguiam uma dieta extremamente rígida. Tal comportamento foi batizado pela primeira vez na história de ortorexia.

Diferentemente da anorexia e da bulimia, o quadro é marcado pela obsessão pela pureza do que se come. Ou seja, não tem relação com o peso ou as calorias. Calorias, vitaminas e nutrientes tornam-se o ponto focal da comida e qualquer coisa que contenha o mínimo vestígio do que está na lista do “não é permitido” não é consumido.

A pessoa ortoréxica, inicia uma busca obsessiva por normas (ou regras) de alimentação saudável. Também associa uma preocupação com a forma de preparo e os utensílios utilizados na preparação dos alimentos. Comer fora de casa é considerado um problema, evitam reuniões sociais e jantares para não “cair na tentação” de ingerir outro tipo de produto e pesam os alimentos e sentem “grande culpa se quebrar as regras”, e pelo contrário sentem uma sensação confortável ao fazer um prato elaborado exclusivamente com produtos orgânicos, ecológicos, bio ou com determinados certificados de salubridade. Acabam se isolando para conseguir se alimentar dessa forma saudável ou com alimentos considerados “puros” em casa, não aceitando comer em restaurantes e dessa forma acabam deixando de sair com os amigos ou namoradas/os. A dieta “saudável” acaba tomando



Diferentemente da anorexia e da bulimia, o quadro é marcado pela obsessão pela pureza do que se come

conta da sua vida.

## O transtorno

Em geral, a ortorexia obedece a um ciclo. No início, vem a preocupação em comer de forma sa-

dável e correta. Depois, o indivíduo começa a restringir alguns alimentos ou grupos alimentares inteiros. Em seguida, a obsessão se instala: a pessoa só pensa em comida o dia inteiro e passa a negar convites ou evitar lugares onde possa cair em tentação. A estudante Anna Júlia Moll passou a rejeitar convites para aniversários, encontros com amigos ou jantares em família. “Sinto que perdi a minha adolescência”, desabafa.

No auge do transtorno, porém, Anna sentia-se motivada. “Eu comia de forma saudável e estava perdendo peso. Isso que importava”, contou. Ela ia religiosamente na academia e dormia “as oito horas por noite necessárias para o músculo descansar”. Seguiu dezenas de modelos e blogueiras fitness no Instagram e, quando as restrições alimentares a deixavam triste, olhava a timeline e enchia-se de autoconfiança para continuar na linha.

Os especialistas não têm dúvidas sobre a influência das redes sociais no avanço dos transtornos alimentares. Pelo menos dois estudos mediram o impacto dos perfis fitness na autoimagem e no risco de ortorexia. Um deles, feito por pesquisadores do University College de Londres, revelou uma associação entre o uso intenso do

Instagram e o transtorno. A prevalência entre os usuários da rede social foi de 49% contra 1% da população em geral. Em outro estudo, realizado pela universidade australiana Macquarie, 150 estudantes disseram que se comparar com outras mulheres nas redes sociais as deixava infelizes e, ao mesmo tempo, motivadas a fazer dietas loucas.

O fato de estar em sintonia com a cultura tem um efeito negativo no tratamento da ortorexia. “Familiares e amigos demoram a se dar conta. Por isso, o comportamento [de fazer restrições alimentares severas] é tolerado”, diz a psiquiatra Miriam Garcia Brunstein, coordenadora do Programa de Transtornos Alimentares em Adultos do Hospital de Clínicas de Porto Alegre. É aí que mora o problema. Poucos contestam alguém que usa como argumento a saúde para justificar as escolhas alimentares. Em determinados grupos, quem come junk food ou alimentos tidos como “não saudáveis” é hostilizado.

Foi o que ocorreu com a blogueira norte-americana Jordan Younger. Jordan alçou fama na internet quando adotou o veganismo como estilo de vida. Em nove meses, ela amalhou 300 mil fãs no seu blog The Blonde Vegan,



A pessoa ortoréxica, inicia uma busca obsessiva por normas (ou regras) de alimentação saudável



# que pode causar isolamento e disfunção alimentar

indivíduo começa a restringir alguns alimentos ou grupos alimentares inteiros. Em seguida, a obsessão se instala



Um dos problemas da disfunção é que a pessoa pode sofrer com isolamento, evitando comer em restaurantes ou de se reunir para jantar com amigos

permitted, como articulá-los no seu dia-a-dia, quantas vezes se devem mastigar e por aí fora. Há tantos fatores que envolvem estes transtornos alimentares que os pensamentos podem ficar totalmente ocupados por eles, deixando pouco espaço para outros rumos de ideias e a concentração e a motivação acabam por ficar na retaguarda.

## Tratamento

O tratamento da ortorexia deve ser realizado por profissionais da saúde. O acompanhamento de médicos, nutricionistas e psicólogos é fundamental.

As pessoas com ortorexia devem entender que a dieta saudável é uma aliada da saúde. Porém, o excesso da preocupação com os alimentos e a exclusão de alguns nutrientes da alimentação pode ser prejudicial e trazer sérias consequências para a saúde.

## Ortorexia x anorexia

Na ortorexia, o objetivo não é o baixo peso corporal e, sim, a qualidade do alimento. Na anorexia, por vez, há uma busca por uma imagem corporal específica, pelo peso abaixo do esperado para sua estrutura física.

Na anorexia nervosa, o motivo para deixar de comer de forma adequada é o medo de engordar. E as pessoas com este transtorno apresentam distorção da autoimagem corporal. Mas pode existir uma passagem de um quadro para outro, por exemplo: a pessoa pode começar com ortorexia e, depois de um tempo, isso levar à anorexia. Assim como tem casos em consultório em que pacientes com anorexia nervosa, antes de se recuperarem totalmente, apresentavam comportamentos ortoréxicos.

onde pregava os benefícios da yoga, do mindfulness e da dieta raw e vegana, em que excluía não só alimentos de origem animal como os cozidos.

“Comecei a viver em uma bolha de restrição. Totalmente à base de plantas, sem glúten, sem óleo, sem açúcar refinado, sem farinha”, declarou. Em junho de 2014, Jordan percebeu que a dieta ultrarrestriativa estava a deixando doente. Foi então que escreveu o texto Por que estou me afastando do veganismo – que acabou se transformando no livro Breaking Vegan (Quebrando o Veganismo, em tradução livre).

Foi o suficiente para sofrer represálias. Um dos leitores raivosos escreveu: “Bem, se todos nós podemos ‘fazer o que queremos’, eu estarei aí para assar a sua família mais tarde”. Jordan se manteve firme na mudança e trocou o nome do blog para The Balanced Blonde (A Loira Equilibrada). “Estou avaliando minha dieta e dizendo adeus aos rótulos”, escreveu. “Isso é terrível para mim e estou totalmente fora da zona de conforto depois de viver tanto tempo sob o guarda-chuva do veganismo. Mas faço isso para ao bem da minha saúde física e mental”, contou, falando sobre como se livrou da or-

torexia.

## Sintomas da Ortorexia

Comportamentos comuns ligados ao ortoréxico:

Tem como único assunto a alimentação, inclusive repreendendo os outros em relação aos seus hábitos.

Tem mania de ler rótulos de todos os alimentos.

Nas redes sociais, só compartilha postagens relacionadas à nutrição.

Deixa de comer, caso julgue que a comida está fora dos seus padrões.

Se recusa a consumir itens industrializados.

Exclui ainda sal, açúcar e gordura (mesmo aquelas boas, que são necessárias para o corpo).

É obcecado com a forma de preparo dos alimentos.

Abre mão de confraternizações e, cada vez mais, se isola socialmente.

Apresenta-se sempre tenso, com comportamentos de demonstram ainda ansiedade e depressão.

## Efeitos da Ortorexia

Os ortoréxicos podem ficar seriamente afetados e a comunicação em casa pode sofrer com isso. A pessoa pode começar a

isolar-se dos seus semelhantes e tornar-se distante à medida que se vai fixando cada vez mais nas suas regras dietéticas.

Para alguns, a capacidade

de desempenhar trabalhos ou de estudar pode começar a declinar, à medida que a sua mente se ocupa cada vez mais com a sua dieta e com os alimentos que são



O tratamento da ortorexia deve ser realizado por profissionais da saúde. O acompanhamento de médicos, nutricionistas e psicólogos é fundamental

# Gritos podem causar danos ao cérebro infantil

Uma das formas do ser humano se “destacar” em um diálogo é impor a sua superioridade através do aumento do tom da voz. No entanto, gritar pode ser uma das piores formas de tentar “educar” uma criança, de acordo com especialistas e autores, já que pode, inclusive, causar danos ao cérebro dos pequenos.

Aaron James, autor norte-americano, defende que gritar não lhe dá mais razão e nem lhe confere uma posição de vantagem em uma discussão. Isto foi confirmado através dos seus estudos, referindo-se inclusive ao atual presidente dos Estados Unidos, Donald Trump. Dessa forma, se quisermos ter razão, gritar não nos ajudará em nada. Pelo contrário, devemos argumentar ao invés de levantar a voz. Geralmente os gritos aparecem quando alguém perde o controle. Dessa forma, o estado emocional interfere na expressão da mensagem, distorcendo as informações.

“Se para os adultos é complicado lidar com isso, imagine para as crianças. Os gritos têm um efeito devastador sobre o cérebro infantil”, relata.

## Universidade de Pittsburgh

De acordo com um novo estudo da Universidade de Pittsburgh, concluiu-se que esses gritos, especialmente quando são emitidos regularmente, afetam o cérebro da

criança e acarretam uma série de riscos para o seu desenvolvimento psicológico. Ou seja, as pessoas que optam por gritar, com o objetivo de direcionar ou repreender, estão aumentando o risco do qual falamos anteriormente. Na verdade, por causa dos gritos as crianças desenvolvem comportamentos agressivos ou defensivos.

O estudo foi feito com 1000 famílias com crianças entre um e dois anos. Os pesquisadores perceberam que as crianças que conviviam com pais que recorriam aos gritos para educá-las desenvolviam na adolescência, a partir de 13 e 14 anos, sintomas depressivos e problemas comportamentais.

A conclusão foi de que o grito não minimiza os problemas, mas os agrava. Por exemplo, no que diz respeito à desobediência, os pais que são carinhosos com seus filhos conseguem minimizar muito esse tipo de comportamento.

## Escola de Medicina da Harvard

A Harvard Medical School, também estudou o assunto, através do departamento de psiquiatria, e afirma que o abuso verbal, os gritos, a humilhação ou a combinação dos três elementos alteram de forma permanente a estrutura cerebral da criança. Depois de analisar mais de 50 crianças com transtornos psiquiátricos causados por problemas familiares e compará-las com quase 100 crian-



Dois pesquisas de importantes universidades norte-americanas sugerem que grito modifica o cérebro

ças saudáveis, os pesquisadores fizeram uma descoberta alarmante: perceberam que havia uma redução severa do corpo caloso, ou seja, na parte que conecta os dois hemisférios cerebrais.

## Substitua o grito

Gritar é perder o controle. Se perdemos o controle, perdemos toda a capacidade de disciplinar adequadamente a criança. A dica é evitar momentos estressantes e

acalmar-se antes de agir. O principal é compreender que seus filhos são apenas crianças, portanto é importante que desfrutem, sejam felizes e se desenvolvam adequadamente.

## Mural da fofura



A linda Victória Martins Lobo completará 5 aninhos no dia 29

## Teste do pezinho pode descobrir a imunodeficiência primária

A suspeita da imunodeficiência primária (IDP), condição genética pouco conhecida, mesmo entre profissionais de saúde, causa falha no sistema de defesa, impedindo que as infecções sejam contidas. O Grupo Brasileiro de Imunodeficiências (Bragid) trouxe um novo exame ao Brasil, capaz de fazer o diagnóstico precoce, por meio de dados coletados no teste do pezinho. O exame consiste em flagrar a IDP logo após o parto.

A tecnologia já está disponível em clínicas particulares, mas a ideia é que, em breve, vá para a rede pública. Caso seja descoberta logo cedo, a condição é controlável e as complicações podem ser evitadas.

### IDP

As IDPs formam um grupo grande de doenças que diferem de acordo com o tipo de defeito

no sistema imunológico. Já foram relatadas cerca de 170 doenças de imunodeficiência diferentes. Todas são genéticas e hereditárias, ou seja, a pessoa já nasce com o problema. As primeiras manifestações costumam ocorrer na infância, muitas vezes já nos primeiros meses de vida, mas há IDPs que só vão aparecer em adolescentes e adultos. Embora não tenha cura e muitas de suas formas sejam consideradas graves, as IDPs podem ser controladas. O diagnóstico precoce facilita o tratamento e amplia as chances de o paciente levar uma vida próxima do normal.

### Doenças detectadas pelo teste do pezinho

O teste do pezinho do é uma das principais formas de diagnosticar seis doenças que, quanto mais cedo forem identificadas, melhores são as chances de tra-

## SINAIS DE ALERTA DA IDP

- Oito ou mais episódios de otite por ano
- Duas ou mais pneumonias no último ano
- Feridas recorrentes na boca
- Monilíase (o popular sapinho) por mais de dois meses
- Diarreia crônica ou infecções intestinais de repetição
- Histórico de imunodeficiências na família

tamento. São elas fenilcetonúria, hipotireoidismo congênito, doença falciforme e outras hemoglobinopatias, fibrose cística, deficiência de biotinidase e hiperplasia adrenal congênita.

Para realizar o teste do pezinho, a família deve levar o recém-nascido a uma unidade básica de saúde entre o 3º e o 5º dia de vida. É fundamental ter atenção a esse prazo.

O Sistema Único de Saúde (SUS) ainda garante o atendimento com médicos especialistas (Atenção Especializada) a todos os pacientes triados. Para as seis doenças detectadas no programa, há tratamento adequado, gratuito e acompanhamento por toda a vida.



Na rede pública, teste do pezinho diagnostica seis doenças

## A importância da vacinação para os cães

A vacina é um dos cuidados mais importantes que um dono deve ter com o seu cão, tanto quando ele ainda é um pequeno filhote, quanto para quando ele já for adulto. Os cachorros devem ser imunizados antes de começarem a frequentar as ruas, caso não tenham sido vacinados é recomendado que não saiam de casa. Isso acontece, pois existem muitas doenças virais que podem acometer os cães e essas doenças são responsáveis por um grande número de mortes, principalmente quando os cães ainda são filhotes.

Para que o seu cão possa ser vacinado, é necessário que ele esteja saudável, isto é, não deve estar com febre ou diarreia. Caso ele tome a vacina e não esteja saudável pode ocorrer a falha vacinal, onde o organismo do animal não irá responder da forma esperada à vacinação.

### As principais vacinas para cães

Primeiramente, é importante saber que as vacinas que o seu cachorro deve receber e os intervalos entre cada uma delas e de suas doses ficam a critério do veterinário que cuida do seu cão.

Existem algumas vacinas que são totalmente obrigatórias e es-



Caso ele tome a vacina e não esteja saudável pode ocorrer a falha vacinal, onde o organismo do animal não irá responder da forma esperada à vacinação

senciais para os cães, e independente do esquema ou calendário de vacinação que o veterinário passe, elas estarão presentes. Essas vacinas são a múltipla (V8 ou V10) e a antirrábica.

### O que deve ser feito no dia da vacinação?

No dia da vacinação é bom tomar alguns cuidados para que tudo ocorra bem, a seguir você verá algumas dicas que podem ajudar nesse dia:

Os cães dóceis devem estar com coleira e alguém que possa controlá-lo e contê-lo no momento da vacina;

Crianças não devem levar os cães para vacinar;

Os cães mais bravos devem estar com focinheira para que não haja risco de agressão ao dono ou outras pessoas;

Cães doentes não devem ser vacinados.

### Alguns cuidados

É preciso ficar atento aos cães que são adultos e que nunca foram vacinados e aos filhotes que já passaram da época correta de vacinação. Nestes casos, os cães devem receber duas doses da vacina múltipla (com intervalo de 21 dias entre elas) e uma dose da vacina antirrábica. Esse processo também é válido para cães "desconhecidos", quando não se sabe se algum dia eles foram vacinados.

## Certificado Veterinário para viagens com cães e gatos aos EUA passa a ser digital

Os donos de cães e gatos que pretendem viajar aos Estados Unidos com seus pets já contam com autorização digital para emissão do Certificado Veterinário Internacional (CVI) em todo o país. O documento é necessário nas viagens com esses animais de estimação. É mais prático, rápido e econômico tirar a autorização dessa forma com o CVI saindo em até 48 horas. A validade nesse destino é para apenas para uma viagem.

Quando houver acordo com todos os países, a economia para o setor público com o serviço será de

R\$ 13,5 milhões por ano, com queda de 86% em relação a despesa atual e, para os usuários, de R\$ 5,2 milhões por ano (redução de 48% nos gastos), segundo estimativa do Ministério do Planejamento que desenvolveu a plataforma. Os próximos acordos previstos são os do Mercosul e com a União Europeia. O governo investiu R\$ 467 mil no projeto e prevê retorno em 13 dias de funcionamento do sistema.

Atualmente o usuário gasta R\$ 1.476,41 entre a solicitação, serviços veterinários (vacinas e testes nos animais), entrega da

documentação e retirada da autorização, somando 11 horas neste périplo. Com o processo todo digitalizado (incluindo a comprovação das vacinas e a sorologia) o usuário vai gastar R\$ 956,18, pelas projeções do ministério.

No site do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA), as normas para o trânsito de animais de estimação estão entre os serviços mais acessados pela população. Cerca de 10 mil pessoas solicitam o CVI anualmente. Esse tipo de demanda exige que sejam mantidos 215 profissionais (194 veterinários) nas 80 unidades da vigilância agropecuária internacional, o Vigiagro, nos aeroportos, portos e postos de fronteira. Com a digitalização serão necessários apenas 28 veterinários em dez unidades do Vigiagro.

Através do endereço eletrônico <http://www.agricultura.gov.br/assuntos/vigilancia-agropecuaria/animais-estimacao/sair-do-brasil/sair-do-brasil>, é possível ver o passo a passo para obter o CVI e também as exigências específicas de cada país. Programe-se para que o atendimento para solicitar o CVI ocorra entre 10 e 2 dias antes da data da viagem, de modo que imprevistos não impeçam seu animal de embarcar. Portanto, a sugestão é contatar as unidades emissoras de CVI com, no mínimo, 30 dias de antecedência, uma vez que os atendimentos estão sujeitos a agendamento prévio.



Com processo digitalizado, usuário vai gastar R\$ 956,18 para levar pet viajar, R\$500 a menos que atualmente

### COLUNISTA

**João Vicente Luiz Dias**  
Médico Veterinário  
Especialista em Clínica Médica e Cirurgia de Pequenos animais, aperfeiçoamento em Diagnóstico por Imagem, ênfase em Radiologia e Ultrassonografia



Hoje é o segundo dia da estação mais fria do ano! Seu pet está pronto para o inverno?

A gripe é uma das doenças que mais acomete aos cães nesta estação, não deixe de vaciná-lo! Além disso, evite o contato com animais infectados e consulte a Simpatião ao primeiro sinal de sintomas, o principal deles é a tosse seca.



Clínica Veterinária | Exames de Imagem Estética | Pet Shop | hotel

54 3452 0655

Rua Afílio Pompermayer, 21, Botafogo

## Hall da fama



Sophia e Valentina posam com muito charme e simpatia. Foto enviada pela seguidora Nathalia Capoani



Gabriela Zanetti aproveitando tarde de passeio com o namorado Jandercel Felini



O belo casal Ângelo Marcon e Janete Rodrigues

WWW.VINICOLAAURORA.COM.BR

paim

**O VERDADEIRO  
SUCO NATURAL  
COM APENAS UM  
INGREDIENTE: UVA.**

**VINÍCOLA  
AURORA**

**CASA DE BENTO**  
Suco de Uva

ORIGINAL DA SERRA GAUCHA  
1931

SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR, ÁGUA  
CORANTES E CONSERVANTES

SUCO DE UVA TINTO INTEGRAL  
**100% UVA** | 295ml  
**INTEGRAL**

**CASA DE BENTO**  
Suco de Uva

ORIGINAL DA SERRA GAUCHA  
1931

SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR, ÁGUA  
CORANTES E CONSERVANTES

SUCO DE UVA TINTO INTEGRAL  
**100% UVA** | 1L  
**INTEGRAL**



Gabriel Luchesse aniversariou no último dia 19. Parabéns!

**Restaurante  
DARTORA**

**SEXTA-FEIRA - Jantar a partir das 20h**

**Cardápio** Sopa de caqueleti, pien, lesso, codorna e coelho al menorosto, língua com ervilha, galeto, churrasco de gado e ovelha, tortei maionese e saladas e abacaxi no espeto  
**Valor R\$ 30,00 por pessoa**

**SÁBADO - Jantar a partir das 20h**

**Cardápio** Sopa de caqueleti, pien, lesso, coelho, codorna recheada, queijo frito, galeto, churrasco de gado e porco, massa, maionese, saladas e abacaxi no espeto  
**Valor R\$ 30,00 por pessoa**

**DOMINGO - Almoço a partir das 11h30**

**Cardápio** Sopa de caqueleti, pien, lesso, salsichão, galeto, churrasco de gado, porco e ovelha, massa, maionese, saladas e abacaxi no espeto  
**Valor R\$ 30,00 por pessoa**

**RESERVAS (54) 3261-9292 | 99965-4888**  
**SÃO MARCOS | FARROUPILHA**