

■ UM TOQUE DE SAÚDE &amp; BELEZA

# Bactérias presentes no intestino alteram funções cerebrais

pesquisadores da Universidade da Califórnia em Los Angeles, nos EUA, encontraram a primeira evidência de que as bactérias ingeridas nos alimentos podem afetar a função cerebral em seres humanos. O estudo, feito com voluntárias saudáveis, mostrou que as mulheres que consumiam as bactérias benéficas contidas no iogurte tinham suas funções cerebrais alteradas, tanto em estado de repouso quanto em resposta a uma tarefa de reconhecimento de emoções.

A descoberta de que a mudança do ambiente das bactérias, a chamada microbiota, no intestino pode

afetar o cérebro traz implicações significativas para pesquisas futuras que pode levar a intervenções dietéticas ou drogas capazes de melhorar o funcionamento do cérebro.

Estudos anteriores mostraram que o cérebro envia sinais para o intestino e é por isso que o estresse e outras emoções podem contribuir para os sintomas gastrointestinais. Agora, este trabalho mostra algo de que se suspeitava, mas até agora tinha sido provado apenas em estudos com animais: que os sinais viajam também no sentido oposto.

A equipe reuniu 36 mulheres com idades entre 18 e 55 anos. Os pesquisado-

res dividiram as mulheres em três grupos: um grupo comeu um iogurte específico contendo uma mistura de vários probióticos duas vezes por dia, durante quatro semanas; outro grupo consumiu um produto lácteo que imitava o iogurte, mas não continha probióticos, e um terceiro grupo não tomou nenhum dos dois produtos.

Exames de ressonância magnética realizados antes e após o período de quatro semanas mostraram que as mulheres que consumiram probióticos tiveram uma conectividade maior entre uma região conhecida como substância cinzenta periaquedatal e áreas de cognição asso-

ciadas ao córtex pré-frontal em repouso.

Mulheres que não tomaram nenhum tipo de produto, por outro lado, mostraram maior conectividade nessa área para a emoção e em outras regiões ligadas a sensações.

Os pesquisadores ficaram surpresos ao descobrir que os efeitos cerebrais podem ser vistos em muitas áreas, incluindo aquelas envolvidas no processamento sensorial e não apenas aquelas associadas com emoção.

A equipe acredita que quando a complexidade da flora intestinal e seus efeitos sobre o cérebro puderem ser melhor compreendidos, os investigadores



podem encontrar maneiras de manipular os conteúdos intestinais para o tratamento de condições de dor crônica ou outras doenças relacionadas com o cérebro, incluindo, potencialmente, doença de Parkinson, Alzheimer e autismo.

## Os Piercings

Cada vez que uma pessoa decide colocar um piercing em qualquer lugar em seu corpo, é necessário conhecer os riscos que isto possa apresentar. E tente não se deixar levar apenas pela moda.

Para colocar piercings é feito perfurações, fazendo pressão para atravessar a pele. A dor sempre se vai sentir, mas o bom, é que é tolerável, porém há mulheres que querem fazê-lo em lugares muito sensíveis, como os mamilos e, às vezes, até mesmo nos órgãos genitais. Desta forma você vai sentir uma agulha passando lentamente pela parte do seu corpo e vai ter que aguentar a dor.

E é exatamente aí que está um dos principais riscos, devemos ter muito cuidado com as agulhas, já que é através delas que podem ser transmitidas infecções, incluindo o HIV, entre muitas outras doenças.

Outro grave problema do piercings é que qualquer perfuração pode destruir alguns nervos, também é aconselhável tomar vacina antitetânica antes da perfuração. Antes de escolher o lugar é sempre bom você observar se os profissionais têm licença para fazer isto e que seja um lugar de confiança, mas isso não é só com base no estabelecimento, mas também a pessoa que vai te atender.

### A ORIGEM DO PIERCING

Embora o cultivo do piercing como adorno corporal

seja moda na sociedade contemporânea, esta prática de transformar o corpo físico, perfurando-o, com o objetivo de inserir fragmentos metálicos assépticos, é uma tradição que remonta há pelo menos 5000 anos na história da humanidade.

Historicamente ele tinha uma conotação similar à da tatuagem, no sentido de expressar escolhas individuais, de traduzir um rito sagrado, ou de conferir status nobre a determinadas pessoas. No mundo contemporâneo ele também adquiriu outro sentido, mais estético, menos existencial, tornando-se mais um item fashion.

A história deste adorno tem início com as primeiras comunidades e clãs das raças ancestrais. Ele estava presente nas tribos de todo o planeta, nas castas indianas, entre os faraós egípcios e legionários romanos. Nos séculos XVIII e XIX este hábito se disseminou entre os aristocratas, porém foi relegado à obscuridade no século XX. A partir de 1970, porém, eclodiu mais uma vez através dos ícones da moda londrina e dos criadores artísticos que frequentam o circuito alternativo. Seu retorno atinge o ápice nos anos 90.

O piercing historicamente mais usado é o inserido no lóbulo da orelha; normalmente ela conferia a quem o usava o status da fortuna; hoje é o meio mais



comum de exibir um objeto de adorno precioso. Os romanos acreditavam que este artefato lhe proporcionaria vastos recursos financeiros e sensualidade.

No nariz o piercing passou a ser usado há pelo menos 4000 anos, no Oriente Médio, depois se disseminou pelas terras indianas no século XVI. Desta forma este adorno ganhou conotações de status social. Nas décadas de 60 e 70 este enfeite foi importado pelos hippies para o Ocidente; nos anos 80 e 90 foi rapidamente assumido pelos punks e outras tribos. Ainda hoje preserva sua popularidade.

O piercing utilizado na língua era muito comum entre Astecas e Maias, distinguindo os sacerdotes dos templos. Eles acreditavam que, através desta prática,

poderiam interagir melhor com as divindades. Atualmente os jovens modernos continuam a adotá-lo, mesmo que seu sentido original tenha se perdido. Estes mesmos povos cultivavam o uso destes enfeites na boca e nos lábios, considerados órgãos repletos de poder e sensualidade. Por esta razão eles optavam por objetos de ouro puro.

Os piercings podem ser produzidos com os mais diversos metais, tais como Titânio ou Teflon, por provocarem menos reações orgânicas e, portanto, uma menor incidência de alergias ou inflamações. Apesar do que indica a história deste artefato e mesmo a crença moderna, o ouro não é o material mais indicado, pois em algumas pessoas pode produzir respostas alérgicas.

**ÓTICA IDEAL**

Rua Brasil, 2161

17 3442 3709

&

**ÓTICA STA. LUZIA**

Rua São Paulo, 1859

17 3463 4936

**Sorriso Fácil**

Clínica Popular Odontológica

A FACILIDADE DE SORRIR EM QUALQUER IDADE

- Implante
- Enxerto Ósseo
- Piercing Dentário
- Canal
- Restauração
- Aparelhos Fixos e Móveis
- Próteses Fixas e Móveis
- Extrações Simples e 3º Molar

Responsável Técnico:  
Michele Azarias  
CRO-SP 104801

Horários:  
Segunda a Sexta das 8:00h às 20:00h  
Sábados das 8:00h às 12:00h

FONE: (17) 3442-2496  
Rua São Paulo, 1598 - Centro (ao lado do Bartolinho) - Fernandópolis-SP

**DR. LUIS CARLOS BARBOSA MARTINS**

Clinico Geral e Endodontista

(17) 3442-2261

Atende particular e convênio

Av. Amadeu Bizieli, nº 978  
Centro - Fernandópolis-SP

**Keké Doces**

- kit para festa de aniversários  
- bolos - docinhos - trufas - Pão de mel

Tel.: 97471005 ou 92118977 - Indiaporã

**Marquinho Santana**

Representante Comercial  
Cel.: (17) 9621-0596

(17) 3462-1090  
Fernandópolis

Avenida Lírio Greco, 30  
Bairro Brasilândia  
Fernandópolis/SP  
(Próximo a Rodobens Caminhões)

**RETÍFICA DE CABEÇOTE AROUCA**

(17) 3462-2730 / 99706-6530 / 99226-0198

Rua Porto Alegre, 657 - VI. Nova - Fernandópolis/SP

**SAPATARIA CRUZEIRO A AMARELINHA**

**A MAIOR VARIEDADE, PELO MENOR PREÇO.**

**Fone: (17) 3442-6619**

Av. Eurípedes José Ferreira, 400 - Centro - Fernandópolis - SP

# social

No dia 26 de abril foi realizado

em Mira Estrela o 1º Encontro

Intermunicipal da 3ª Idade

- 2014. Estiveram presentes os municípios: Meridiano, Valentim Gentil, Cardoso, Riolândia, Pontes Gestal, Américo de Campos, Parisi e Alvares Florence, que foram muito bem recebidos pela anfitriã, Mira Estrela. Foi uma grande noite com muito forró e diversão. Todos gostaram e aprovaram a iniciativa.

O evento foi realizado pela Prefeitura e Câmara de Mira Estrela, Fundo Social de Solidariedade e o Centro de Convivência do Idoso.



## horóscopo



### ARIES

Bom momento para unir-se a pessoas com objetivos semelhantes aos seus. Lua e Marte formam trígono, impulsionando a comunicação nas relações. Mas cuidado para não acabar sendo agressiva ao defender suas opiniões!



### TOURO

Você demonstra garra ao lidar com as demandas práticas e materiais neste dia em que Lua e Marte formam trígono. Boas oportunidades de investimentos financeiros devem surgir. A harmonia material fortalece sua autoconfiança!



### GÊMEOS

A satisfação pessoal torna-se prioridade neste dia em que Lua e Marte se associam entre seu signo e sua área de prazer. Seus impulsos individualistas estão mais fortes, mas procure valorizar as atividades em grupo!



### CÂNCER

Ao passar por sua área de crise, a Lua lhe desestabiliza emocionalmente, o que também abala sua autoestima. Mas Marte em trígono lhe traz um fortalecimento interior e aponta o núcleo familiar com um importante porto seguro!



### LEÃO

Sua área de amizades é harmonizada pelo trígono Lua-Marte, que estimula ações em conjunto. A união de esforços aumenta a força competitiva. Evite disputas de poder e esclareça previamente os papéis de cada um nas parcerias!



### VIRGEM

Lua e Marte se aspектam, lhe trazendo perseverança e força para a realização de ações pontuais e diretas no trabalho. Novas oportunidades surgirão se você souber ousar. Motive os medrosos em vez de despertar a cobiça deles!



### LIBRA

O trígono Lua-Marte entre sua nona casa e seu signo ativa seu poder intelectual. Você abre caminhos para as oportunidades demonstrando profundo conhecimento e bons argumentos. Preze pela qualidade das informações que passa!



### ESCORPIÃO

Momento de superação! Lua e Marte estabelecem trígono em sua área de crise, impulsionando a autovalorização e os anseios por transformações. Rompa limites e inseguranças, usando sua força e alegria para superar-se!



### CAPRICÓRNIO

Os objetivos em comum são favorecidos pelo trígono de Lua e Marte em sua área profissional, que também fortalece o clima de união. Porém, será preciso observar-se e controlar-se diante das pressões de prazos e dificuldades!



### AQUÁRIO

Viva plenamente seus talentos e procure diversas maneiras de realizar seus desejos! O trígono Lua-Marte exalta seu espírito de aventura, mas alerta que é preciso ser cuidadosa diante dos caminhos mais incertos!



### PEIXES

Seu poder empreendedor é ressaltado pelo trígono Lua-Marte, e sua maior proatividade favorece a resolução de aspectos pendentes e a organização em sua vida. Porém, será preciso cuidado com a agressividade nas relações!

## receita

### Ovos recheados

#### Ingredientes:

- 4 ovos
- 1 batata média cozida
- 1 cenoura pequena cozida
- 3 colheres (sopa) de maionese
- Sal e pimenta-do-reino moída a gosto
- 4 alcaparrões (alcaparras grandes) em conserva escorridas
- 1 colher (sopa) de azeite
- Salsa picada a gosto



#### Modo de preparo

1. Cozinhe os ovos até ficarem bem firmes.
2. Retire a casca e corte 1/4 de cada um no sentido horizontal. Reserve os pedaços retirados.
3. Em uma panela, cozinhe a batata e a cenoura até ficarem bem macias.
4. No espremedor de legumes, passe a batata, a cenoura, os pedaços de ovo reservados e coloque em uma tigela pequena.
5. Acrescente a maionese, sal, pimenta e misture bem até formar um creme.
6. Recheie os ovos com o creme. Sobre cada um, coloque uma alcaparra, salpique a salsa e sirva em sequida.

**Dica:** sirva os ovos com salada de folhas verdes ou como entrada.



Avenida Afonso Cáraro, 2555 - (Em frente a Santa Casa) - Fernandópolis - SP.

Fones: (17) 3442-4822 / 3442-1224

**Bruto Motos**  
PEÇAS, ACESSÓRIOS E SERVIÇOS

Capacete San Marino R\$ 99,90 a vista

FAIXA DE FREIO a partir de R\$ 9,90

Kit Relação a partir de R\$ 34,90

promocão válida enquanto durar o estoque

Mega Promoção: Revisão Completa + ÓLEO R\$ 40,00

Bruto Motos 17 3462-8378 Av. Duque de Caxias, 223 Bº Ubirajara - Fernandópolis - SP

**CONVITE!** Venha fazer suas previsões para 2014!

A CONSULTORA ESPIRITUAL SRA. SINARA ATENDE EM SUA RESIDÊNCIA, COM BÚZIOS, CARTAS OU TARÔ, REVELANDO SEU PRESENTE, PASSADO E FUTURO, E ASSIM ORIENTANDO VOCÊ A LIDAR COM OS PROBLEMAS COTIDIANOS, SRA. SINARA PODE LHE AJUDAR COM PROBLEMAS RELACIONADOS AO AMOR, ANGÚSTIA, DEPRESSÃO, NEGÓCIOS, IMPOTÊNCIA SEXUAL (AMBOS OS SEXOS) VÍCIOS EM GERAL, OU SEJA, QUALQUER PROBLEMA! ANTES DE DAR QUALQUER PASSO EM SUA VIDA.

**PROCURE SRA. SINARA AGORA EM NOVO ENDEREÇO!**

FAZ E DESFAZ QUALQUER TIPO DE TRABALHO, TRAZ A PESSOA AMADA DE VOLTA A SEUS PÉS.

**ATENÇÃO!!!**

SINARA SÓ TRABALHA PARA O BEM, ESTA CAPACITADA A LHE AJUDAR E RESIDE A MAIS DE 5 ANOS EM VOTUPORANGA/SP

(17) 3422-1402 (17) 8113-5838 TIM 9142-5388 Claro 9633-0636 Vivo

RUA VALDEMAR CARVALHO DE SOUZA, 1585 - RUA DO BRANCO DO BRASIL NO POZZOBON - VOTUPORANGA - SP

PODEMOS FICAR HORAS FALANDO SOBRE A CREMOSIDADE E LEVEZA DO CHOPP NOVA SCHIN. MAS UM GOLE VALE MAIS DO QUE MIL PALAVRAS.

CHOPP NOVA SCHIN. MAIS LEVE, MAIS CREMOSO. PEGA LEVÍSSIMO.

SE BEBER, NÃO DIRJA.

www.novaschin.com.br

**Duran & Duran**  
Conveniência e Serv Festa

**Chopp Schin é com o Marcin**

Ligue e peça:  
3462-7081  
99735-2094

Avenida Duque de Caxias, 326 - Jardim Trevo - Fernandópolis-SP



# celebridades

## Rival de Scheila Carvalho, **Kamyla Simioni** vira “mercenária” do funk ostentação

Kamyla Simioni, conhecida por pegar o marido de Scheila Carvalho, agora é oficialmente

“Mercenária”. É que a mineira entrou pro mundo do funk ostentação, e vai estrelar o novo clipe



Simioni tem tudo para ser rejeitada este ano em “A Fazenda”

do MC G7, de “Tá Chuando Tudo”.

O cenário de carões e correntes de ouro não poderia ser mais propício para a morena, que adora dizer aos quatro ventos que é empresária do ramo da saúde e ganha um dinheirão. Suas redes sociais são dominadas por fotos em baladas caras, com drinks extravagantes, carros e piscina. “Não gosto de mesquinharia”, disse ela.

Simioni deu uns pegas em Tony Salles, marido da ex-dançarina do Tchan, no Carnaval do ano passado. Ela própria divulgou as fotos do flagra com o cantor quando a esposa dele estava confinada em “A Fazenda”, gerando um bafafá em nível nacional. No fim das contas Scheila saiu do confinamento, perdoou o marido, e hoje processa a rival por calunia. A mineira não fala sobre o caso, mas não descarta a hipótese de processar a própria Scheila. Confusão.

Por hora, ela contenta em ser uma subcelebridade mineira. “Estou trabalhando, namorando e bela”, comemora a moça, que tem feito campanhas em Belo Horizonte e hoje conta com 90 mil seguidores no Instagram. Em seu perfil, as sábias palavras de MC Pocahontas: “Mulher do poder, assim que eu sou conhecida.



Dá uma olhada no resultado

## Lupita Nyong'o ganha barbie exclusiva do artista plástico Marcus Baby

Marcus Baby ataca novamente: o artista plástico preferido, responsável por criar quase 200 bonecos inspirados em famosos e famosas, acaba de divulgar seu novo exemplar. Desta vez a homenageada foi a vencedora do Oscar Lupita Nyong'o, eleita pela “People” a mulher mais bonita do mundo.

“apenas um topete crespo”, para deixar o rosto do brinquedo parecido com o da atriz. Para vestí-la, Baby recriou o vestido Prada azul bebê que ela usou na cerimônia da Academia de cinema. “Utilizei um algodão leve e fiz três camadas de saia irregular, mas com uma proposital cauda mais longa. No toros apenas faixas vincadas, plissadas a ferra e unida à mini-faixa da cintura”, explicou o artista em seu site oficial. Para finalizar, tiara, brincos, pulseiras e anéis de strass, alumínio e acetato foram produzidos especialmente para compor as joias da atriz.



Autor conquistou a audiência de “Coração de Estudante”

ck `n` roll. O público vai se surpreender porque é algo que foge dessa imagem que todos têm de mim”, acredita.

## Já adulto, **Pedro Malta** não quer ser conhecido como ex-ator mirim

Pode confessar: se falassem que o ator Pedro Malta está prestes a entrar pela porta de sua casa, você iria correndo ver se tem Yakult e Danoninho na geladeira para oferecer àquele menininho que fez sucesso em “Coração de Estudante”. OK, talvez ele até curtisse, mas é importante lembrar que o loirinho já está com 20 anos, e batalha para voltar a se firmar no meio artístico.

Em entrevista Malta abriu o coração e se posicionou contra o rótulo de ex-ator mirim, colocado não apenas nele, mas em muitos outros artistas. “Tem gente que prefere não sair des-

se lugar confortável de ter o nome na memória afetiva das pessoas e ganha em cima disso, até a última gota. Minha intenção não é essa, não sou um ex-ator mirim”, declarou.

“Acho até a construção errada, parece que não tenho mais essa função. Quero mostrar um novo Pedro. Acredito que todos precisam dar um grito de liberdade e não vender mais essa imagem”, completou. E Malta já tem um plano que entrará em execução já no segundo semestre.

Ele está prestes a começar a rodar um filme que classifica como “polêmico”. “Vai ter sexo, drogas e ro-

namoro. “Ele achou que ela estava muito carente e não estava funcionando”, revelou um amigo à publicação.

Caso a informação se confirme, pode ser a chance para você, brasileira, livre e desimpedida realizar o sonho de viver um conto de fadas. Afinal, Harry está com passagens marcadas para visitar o Brasil em junho, e ver ao menos dois jogos da Inglaterra na Copa do Mundo.

## Príncipe Harry dá o pé na namorada e deve vir solteirão ao Brasil



Príncipe estaria solteiro novamente

Para aqueles que esperavam de dedos cruzados por mais um casamento real, parece que não vai ser desta vez. De acordo com a revista “People”, príncipe Harry acabou de dar um belo de um pé na bunda em sua namorada, Cressida Bonas.

O relacionamento do herdeiro do trono com a gata durou quase dois anos, mas teria chegado ao fim porque Harry não estaria muito contente no

**ELETÔNICA GLOBO**  
Segurança em boas mãos!  
FONE: (17) 3442-4455

ALARME - CERCA ELÉTRICA - CIRCUITO FECHADO DE CÂMERAS  
MÁQUINA P/ PORTÃO - PORTEIRO ELETRÔNICO - VÍDEO PORTEIRO

**MONITORAMENTO ALARME 24 HORAS**

AVENIDA AFONSO CÁFARO, 2147 - BAIRRO HIGIENÓPOLIS - FERNANDÓPOLIS-SP

**ALARME MONITORADO 24 HORAS PROTEGIDO**  
**ELETÔNICA GLOBO**

## VEM AÍ... INAUGURAÇÃO DA NOVA LOJA EM FERNANDÓPOLIS

Compartilhando  
CONQUISTAS!  
Você está  
entre elas!



**GOTTI**  
MATERIAIS P/ CONSTRUÇÃO

## ClimaCold

Ar Condicionado

Climatizando com estilo

Ligue e faça  
um orçamento  
sem compromisso

Manutenção e Instalação com  
desconto de 20 %  
Ar Condicionado em até  
10 vezes sem juros

Av. da Saudade, 282  
Higienópolis  
Fernandópolis - SP  
e-mail: climacold.arcond@gmail.com

Jeferson  
17 9628 6060 (vivo)

17 9133 9432 (tim)

17 9168 5170 (claro)

17 3442 7088 (fixo)

Consul

Consul

Jeferson

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar