

# Silvio Santos alfineta Patricia Abravanel sobre polêmicas: 'malhada na internet'

Página B4

*"Creio simplesmente que alguma parte do Eu ou da alma humana não está sujeita as leis do espaço e do tempo."*

■ CARL GUSTAV JUNG, psicólogo (1875-1961)



Muitos anos de vida para **Isabela Souza**, que hoje celebra idade nova.

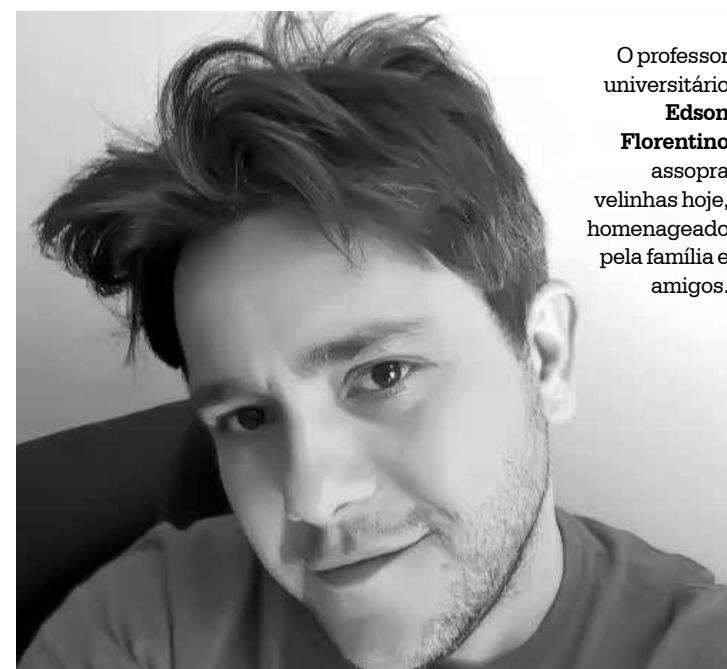
Momento selfie da aniversariante **Caroline Fernandes**, em clima de muita alegria e curtição.



Quem também está em festa hoje é **Nicole Martins**, muitíssimo cumprimentada pela data especial.



Felicidades e muitos anos de vida para o aniversariante desta quarta, **Jean Marcos**.



O professor universitário **Edson Florentino** assopra velinhas hoje, homenageado pela família e amigos.



Festa e muitas realizações para **Desire Maira**, na lista dos homenageados de hoje.



Juciane Borges também celebra hoje seu dia, data muitíssimo comemorada por amigos e família.



Momento família: Destaque para o empresário **Pedro Ribeiro** curtindo momentos de diversão com a filhinha Giovana.



Close da apresentadora **Sandra Moreira**, em recente entrevista, recebendo a **Dra. Márcia Pontes**, no Canal 10.

**Quando a APAE ligar diga SIM!**

**APAE**  
Fernandópolis/SP

Nossa Central de Doações terá prazer em te mostrar nosso trabalho!

(17) 3465-1150 - (17) 3465-1151

# ASSINE **o extra**

SEU JORNAL DIÁRIO

Fones: (17) 3462-1727 / 3442-2445  
E-mail: [assinatura@oextra.net](mailto:assinatura@oextra.net)

**PEÇA AGORA!**

**GIGANTINHO**  
DENTRO DO GIGANTÃO

Tudo por **R\$ 1,00 APENAS**

O SHOPPING DO PREÇO BAIXO  
**GIGANTÃO**  
#BaratoPraCaramba

FERNANDÓPOLIS | VOTUPORANGA | CATANDUVA

■ UM TOQUE DE SAÚDE &amp; BELEZA

# Tratamentos estéticos de que você ainda vai ouvir muito

**N**em sempre o spinning + a dieta equilibrada são capazes de esculpir suas curvas como você gostaria. Confira as novidades do Encontro Anual da Academia Americana de Dermatologia para atacar a celulite, flacidez e gordurinhas localizadas

**1. Kybella: direto ao ponto:** Sabe aquelas encanações que temos e ninguém comprehende – como excluir o modelo tomara que caia do guarda-roupa ou evitar, ao máximo, deixar os joelhos à vista? Se você se sente desconfortável por acumular gordura nessas regiões, boa notícia: A substância injetável, após ser liberada pelo FDA [órgão regulador americano] para diminuir a papada, também será indicada para a redução de gordura de pequenas áreas. Com uma agulha bem fina, o médico injeta o Kybella, à base de ácido desoxicólico, em pontos na região desejada. Praticamente indolor, o procedimento dissolve a gordura do

local. Alerta: a região pode ficar com pequenos pontos arroxeados.

**■ SESSÕES:** Até quatro, com intervalo mensal.

**■ CONTRAINDICAÇÃO:** Gestantes, pessoas com doenças autoimunes ou com infecção no local da aplicação.

**■ 2. Corpo desenhado com SculpSure:** Encarar a lipoaspiração – e todo aquele sofrimento pós-cirúrgico – causa calafrios na maioria de nós, certo? O aparelho apresentado no Encontro Anual da Academia Americana de Dermatologia é uma alternativa para quem quer redesenhar as curvas sem sentir dor e correr riscos. Trata-se de um laser que tem afinidade com a gordura associado à sucção a vácuo, que induz a quebra dos adipócitos em grandes áreas, melhorando o contorno corporal.

Como apresenta quatro cabeçotes, permite tratar abdômen e flancos ou coxas e culote em uma única sessão.

**■ SESSÕES:** Apenas uma, de 25 minutos. O resultado apa-

rece entre duas e quatro semanas.

**■ CONTRAINDICAÇÃO:** Gestantes e pacientes com doenças autoimunes, como lúpus.

**■ 3. Fim do furo com Cellfina:** Ela se instala sem rodeios no corpo de magrinhas, cheinhas, mulheres atléticas e aquelas que vão raramente à academia. Ainda assim, é difícil lidar com a presença da celulite quando ela vem em forma de furos profundos (graus 3 e 4). Uma agulha do pequeno aparelho entra quase horizontalmente no tecido subcutâneo para desfazer a fibrose formada embaixo do furinho. É semelhante à subcisão que já é feita manualmente, mas mais precisa e com menor risco de hematomas.

**■ SESSÕES:** Uma, com anestesia local. Os resultados duram até três anos.

**■ CONTRAINDICAÇÃO:** Não há. Mas pacientes que fazem uso de anticoagulantes podem apresentar um hematoma grande.

**■ 4. Três vezes Velashape:**

Se você algum dia já pesquisou sobre procedimentos corporais, já deve ter lido sobre o Velashape. É o tratamento mais buscado para celulite e flacidez. Ele chegou à sua terceira versão, muito mais potente. Agora, além de tratar os furinhos e a falta de firmeza, também vai combater a gordura localizada e ajudar na definição do contorno corporal. A tríade de sucesso continua a mesma: radiofrequência bipolar, infravermelho e vácuo, responsáveis por estimular o colágeno no bumbum, interno de coxas e de braços e no abdômen. Praticamente indolor, não exige tempo de recuperação – mas a alta temperatura pode incomodar.

**■ SESSÕES:** Enquanto a versão anterior do aparelho requer de 12 a 15 sessões, a nova pede de uma a três.

**■ CONTRAINDICAÇÃO:** Consulte seu médico caso esteja grávida, amamentando ou tenha marca-passo.



## Você sabia que existem alimentos antiinflamatórios?

Normalmente, a natureza tem sido benigna com o ser humano fornecendo tudo que ele necessita para seus males e doenças. Além dos remédios caseiros, os alimentos do nosso dia a dia são determinantes para que os resultados sejam refletidos no nosso corpo. Afinal... "Você é o que você come", não é assim?

Quando estamos com algum problema seja uma lesão, ou período menstrual ou se sofremos algum tipo de enfermidade onde a inflamação é característica, agregar alimentos anti-inflamatórios à dieta ajuda a experimentar benefícios logo na primeira semana.

### ALIMENTOS RECOMENDADOS PARA COMBATER A INFLAMAÇÃO:

**■ Frutas Antiinflamatórias:** As principais frutas antiinflamatórias são o limão e o mamão. No geral as frutas que são ricas em papaína têm esse efeito, no entanto o mamão papaia é o que tem a mais elevada concentração dessa substância. O limão, quando tomado em jejum, tem efeitos anti-inflamatórios excelentes. Caso você não possa ingerir o limão puro devido a problemas no estômago então pode ser diluído em um pouco de água, mas de preferência consumir puro.

**■ Peixe Antiinflamatórios:**

O peixe possui alta concentração de ômega 3 importante para este processo. Prefira os peixes de água fria como: truta, atum, arenque, salmão, cavatina, bacalhau e sardinha.

**■ Alho Antiinflamatórios:** O alho é um dos alimentos antiinflamatórios mais poderosos. Nos casos graves você pode ingerir um dente de alho para aliviar os sintomas. Nas picadas de abelha, para evitar o inchaço, basta passar um dente de alho amassado no local. Se você não tolerar o

sabor do alho, opte pelo alho em cápsulas.

**■ Gengibre Antiinflamatórios:** O gengibre também possui grandes propriedades anti-inflamatórias. Você pode adicioná-lo em sua comida para atribuir um gosto característico ou em forma de chá. Em forma de chá pode também ser usado como gargarejo em casos de amigdalite ou para uma simples dor de garganta.

**■ Sementes oleaginosas Antiinflamatórios:** Certas se-

mentes oleaginosas como a da abóbora e do girassol são ótimas opções para o combate às inflamações.

**■ Chocolate Antiinflamatórios:** O chocolate apesar de muitas vezes ser tido como um vilão para nossa saúde tem um efeito anti-inflamatório no nosso organismo. Prefira o chocolate preto, pois além de ser mais saudável, tem maior concentração de substâncias anti-inflamatórias.

Outros alimentos ajudam na redução das inflamações são

os seguintes: ovos, massas, azeite de oliva e canela. Cuide para que um destes alimentos esteja incluído na sua alimentação no dia a dia.

Você não deve se esquecer que uma dieta balanceada é muito importante, pois é ela

que vai fornecer todos os nutrientes que seu corpo precisa. Se você mantiver saudáveis os seus hábitos alimentares e incluir algum destes alimentos, a melhora será visível dentro de poucos dias. Experimente! Vale a pena!

### receita

#### Medalhões ao vinho tinto

##### INGREDIENTES:

- 4 filé mignon em medalhões (150 g cada)
- sal a gosto
- 1 xícara (chá) de vinho tinto
- 4 damasco turco seco
- pimenta-do-reino a gosto



##### MODO DE PREPARO:

- Tempere os medalhões com sal e pimenta e reserve.
- Grelhe-os em uma frigideira.
- Adicione o vinho e o damasco e cozinhe até que a carne esteja dourada por fora e rosa da por dentro.
- Sirva com brócolis e arroz.

**Clima Cold**  
Ar Condicionado

Climatizando com estilo

Ligue e faça um orçamento sem compromisso



Jeferson

vivo 17 99628-6060

claro 17 99168-5170

17 3442-7088

Av. da Saudade, 282

Higienópolis

Fernandópolis - SP

e-mail: climacold.arcond@gmail.com

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar

**M. FER**  
FERRO & AÇO

- Telhas Galvanizada Ondulada
- Telhas Galvanizada Trapezoidal
- Perfil Estrutural 6 mts
- Perfil Serralheiro
- Corte e Dobra de Chapa até 1/2 polegada

► Fabricação Própria

**FERRAGENS PARA CONSTRUÇÃO**

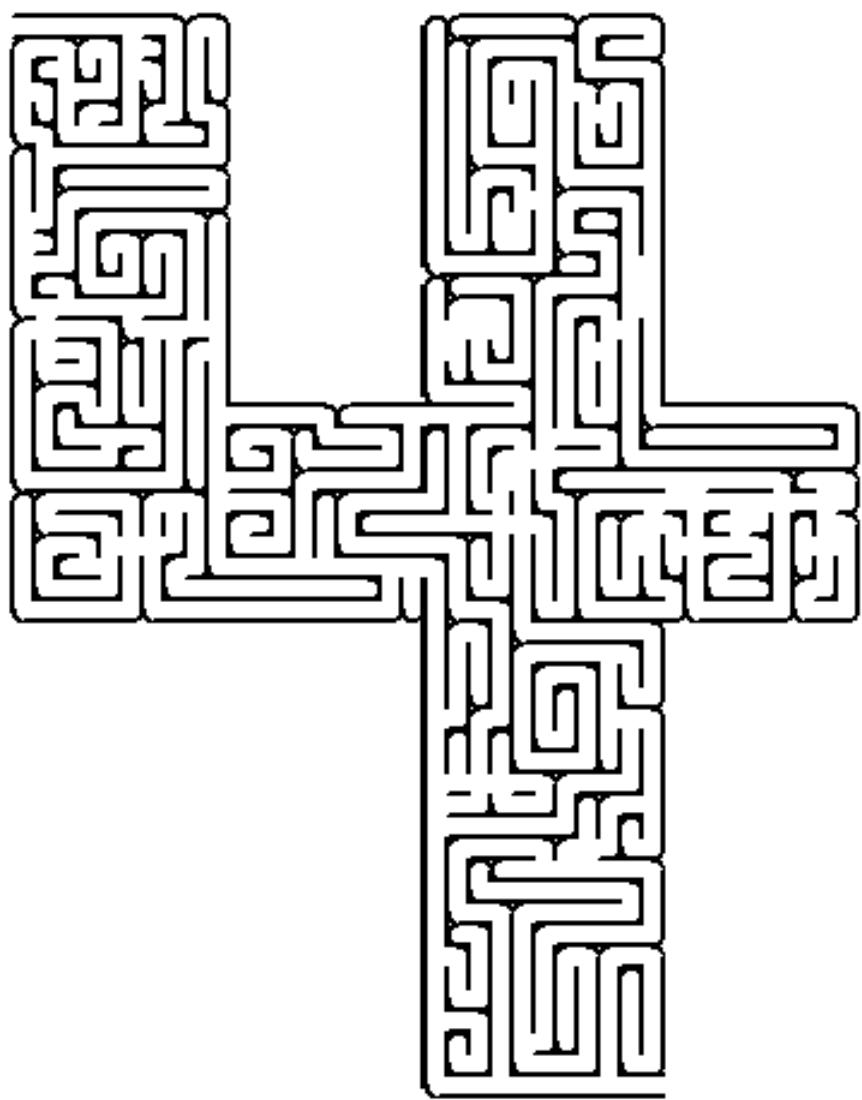
**FONE: (17) 3442-1522**

**FAX: (17) 3442-1651**

Av. Litório Greco, 95 - Jardim Iguatemi - Fernandópolis - SP.

**M.FER, Ligada ao cliente por um vínculo de AÇO**

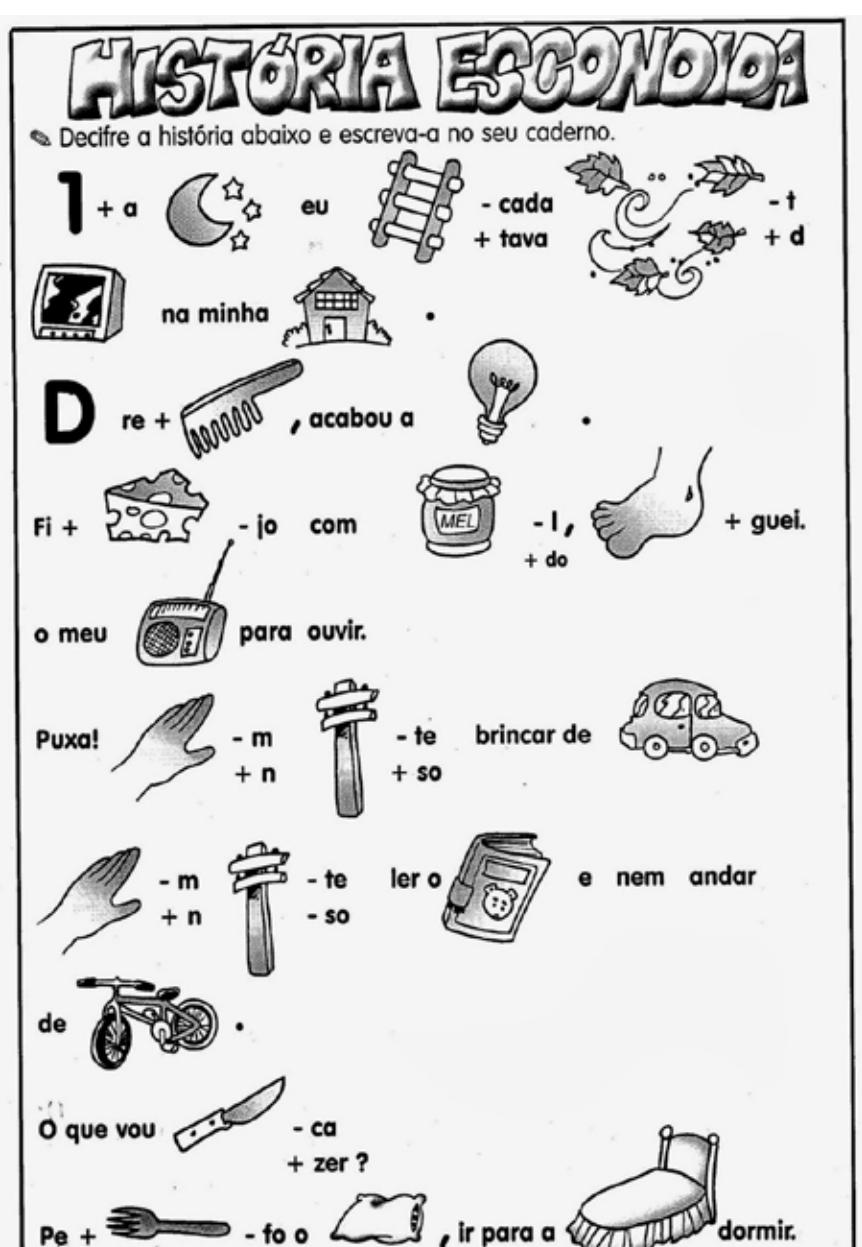
## Jogo do Labirinto



## Caça Palavras



## Jogo do Enigma



## Resumo de Novelas

### MALHAÇÃO

Quarta-feira, 17h30

Samurai expulsa Roger da loja. Miguel vai embora e Ana afirma que não haverá uma nova chance para o casamento deles. Rodrigo comenta com Lívia o que Samurai lhe disse sobre Ana e Tito. Miguel garante a Rodrigo e Lívia que Ana voltará para ele. Filipe descobre por Jéssica que Nanda quer alugar um apartamento. Nanda convida Filipe para morar com ela. Rodrigo e Luciana cuidam de Rodriguinho quando Samurai chega. Ana e Tito ficam juntos.

### ÊTA MUNDO BOM

Quarta-feira, 18h00

Candinho aconselha Anastácia a pensar melhor antes de aceitar a proposta de casamento de Ernani. Sandra e Ernesto tramam contra Maria e Celso. Cunegundes e Quinzinho comemoram a volta de Pandolfo ao trabalho na fazenda. Mafalda provoca Zé dos Porcos com Romeu. Um credor oferece comprar a loja de Severo para saldar suas dívidas. Diana acerta a venda da casa de Severo. Pirulito vê Sandra e Cara de Cão no ateliê de Ernesto. Anastácia recusa a proposta de Ernani e pede Panacrício em casamento.

### CÚMPLICES DE UM RESGATE

Quarta-feira, 20h30

Navarro e Vargas tentam fugir da cadeia, mas são recapturados pela polícia. Dóris diz para a mãe que acha que Mateus e Sabrina estão namorando, pois ele não dá mais tanta atenção para ela. Benjamin vê Omar trabalhando na lanchonete e estranha. Omar mente e diz que está lá por uma decisão do pai. Regina não gosta de saber que Julia e Joaquim estavam no hospital com Otávio e nem que o homem ainda está vivo.

### VELHO CHICO

Quarta-feira, 21h00

Encarnação garante a Carlos que luta contra ele. Sophie e Miguel tentam resgatar sua história de amor. Afrânia comenta com Carlos que pensa em expandir os negócios da fazenda. Afrânia destrata Sophie, mas Tereza e Encarnação defendem a menina. Ceci aconselha Beatriz a se afastar de Martim e ficar com Bento. Isabel e Luzia provocam Miguel e Santo ao falarem de Tereza. Santo confessa a Olívia que teme pelo futuro da cooperativa. Afrânia diz que precisa de Tereza. Santo e Olívia acolhem Sophie em sua casa. Santo ameaça se separar de Luzia.

### HAJA CORAÇÃO

Quarta-feira, 19h15

Adônis inventa para Nair que foi assaltado e por isso não pode pagar as contas da casa. Shirlei participa de uma entrevista de trabalho sem saber que se trata da casa de Felipe. Felipe pede uma sessão de fotos com Camila. Giovanni recebe seu primeiro trabalho no novo emprego: cuidar do setor de informática da Peripécia. Cris avisa a Felipe que já contratou uma faxineira. Leonora sofre com os efeitos de um procedimento estético. Tancinha se disfarça e tenta entrar na mansão dos Abdala, que preparam o velório de Teodora. Apolo diz a Francesca que Tancinha invadiu a mansão dos Abdala. Rebeca avisa a Leonora, Penélope e Dinalda que se casará com Pedro Bertolucci. Fedora flagra Tancinha em seu quarto.

### A TERRA PROMETIDA

Quarta-feira, 22h15

Tibar encontra Liora e avisa que lhe dará um castigo. Em conversa com Noemi, Calebe alerta sobre a responsabilidade que Josué carrega. Sem conseguir dormir, Aruna se lembra das humilhações de Samara. Ela se pergunta sobre seu próprio passado e decide sair para dar uma volta. Josué encontra a moça e os dois conversam sobre a vida. O líder hebreu conta sobre a ida de Samara ao seu quarto. Merodaque afirma que o sacrifício garantirá a derrota dos hebreus. Em uma espécie de gaiola, Nobá é conduzido ao sacrifício. Presa na massmorra do palácio, Raabe se apavora ao notar que o irmão está sendo conduzido à morte. Iru e Maquir iniciam a terceira e última luta. Iru provoca Maquir e acaba vencendo o confronto.

## Humor

### COMPRA DE BILHETE

O Manuel vai pela primeira vez ao cinema. Chega na bilheteria e compra um bilhete. Dai a pouquinho, volta e pede mais uma. não passam mais dois

minutos, vem comprar outra. A bilheteira chia:

– Po, meu! Por que você não compra todas de uma vez?

– não me culpe, senhorita! E que tem um gajo ali na porta que, toda vez, me toma o bilhete e rasga!

### EMPREGO EM PORTUGAL

João é brasileiro e mora em Portugal. Ele se candidata a um emprego numa empresa portuguesa. Manoel é o único candidato português para a mesma vaga. Eles são chamados

para responderem um questionário que deverá selecionar um dos dois.

Os dois preenchem o formulário e o devolvem. Ambos erraram uma pergunta e responderam corretamente as outras. O gerente chama Manoel e diz:

– Obrigado pelo seu interesse, mas decidimos ficar com o outro candidato.

– Mas o senhor não pode! – responde Manoel

– Ambos tivemos nove perguntas corretas. Estamos em Portugal. Eu sou português. O senhor deve me dar preferência!

O gerente responde:

– Nossa decisão foi tomada não pelas respostas corretas, mas sim pela que vocês erraram.



Manoel questiona:

– O senhor poderia me dizer por que uma resposta incorreta é melhor do que outra?

– Simples – responde o gerente

– O Sr. João respondeu "eu não sei" na pergunta 5, e o senhor respondeu "eu também não".

### QUANTAS VEZES POR SEMANA

O médico interroga o senhor Antônio:

– Senhor Antônio, quantas vezes por semana o senhor faz sexo com sua esposa?

– Duas vezes, doutor?

– Duas? Mas outro dia a sua esposa esteve aqui e disse que fazia sexo de dez a quinze vezes por semana!

– Sim, é verdade, mas é só até a gente terminar de pagar o apartamento.

### PRESENTE DO AVÔ

O menino liga para o avô e agradece pelo presente de aniversário.

– Vô, a bateria que você me deu é ótima. O vizinho me paga 10 reais todo dia só pra não tocar ela.



# celebridades

## Silvio Santos alfineta Patricia Abravanel sobre polêmicas: 'malhada na internet'

**P**atricia Abravanel voltou a ser alvo de polêmicas na noite deste domingo (10). Depois de ser acusada de preconceito na internet ao falar de relacionamentos homoafetivos, a filha de Silvio Santos foi provocada pelo apresentador durante o Jogo do Pontinhos. Na brincadeira, ele perguntou a Patricia que idade deveriam ter os pretendentes de Flor.

"Se eu fosse ela, na idade dela, eu ia mirar nos mais velhos", começou ela, que se redimiu depois da polêmica com os homossexuais. "Eu com a (Helen) Ganzarolli não seria um bom par?", continuou Silvio, eleita a personalidade mais admirada pelos brasileiros. "Se eu falar aqui que sou contra, vão me massacrar na internet", retrucou Patricia.

"Você tá sendo malhada na internet. Falou mal dos gays, agora falou também dos africanos", disse o apresentador, referindo-se a um vídeo que circulou recentemente na web, no qual Patricia critica as religiões de origem africana. "Coisa de anos atrás. Internet, eu sou um ser humano, poxa! Eu vou enviar o meu amor para vocês, porque, carumba...", reclamou ela.

Silvio continuou a brincadeira com a filha e mais uma vez citou Helen, a quem fingiu beijar em outro programa. "Eu com a idade que eu tenho, tô com 85, a Helen tem 35, a diferença é pequena, 50 anos só. Você tem alguma coisa contra os homens de 85 saindo com meninhas de 30 anos?", indagou.

"Eu vou falar minha opinião

(risos). Relacionamento sem vínculo de verdade, sem liga, é igual a sexo sem compromisso. É superficial, vai ser um relacionamento de cada um buscar o seu próprio interesse. Você quer uma mulher para desfilar... ah, eu não acho legal! Parem de me encher o saco com essas perguntas cabeludas que eu tô ficando nervosa", continuou Patricia, que por fim, acabou opinando sem papas na língua:

"Eu não acho que seja problema, mas eu acho que todo lugar que vocês entrassem o pessoal ia julgar. Tipo: 'olha esse velho com essa novinha. Isso daí é puro interesse. Coitado desse velho, ela não deve nem dar as horas para ele'", disparou. "Patrícia, você já falou mais do que devia", disse Silvio, encerrando o quadro.



Patrícia volta a ser destaque na net por expor suas opiniões tradicionalistas



Musa do vôlei brasileiro, Jaqueline Carvalho posa de topless em ensaio

Aos 32 anos e há 15 jogando na seleção, Jaqueline Carvalho segue como musa do vôlei brasileiro. A jogadora, que acaba de ser campeã do Grand Prix, na Tailândia, revela sua beleza num ensaio para o fotógrafo Gilberto Haider. No clique, a atleta aparece de topless se-

gurando uma bola de ouro. Jaqueline, apesar das recentes contusões, é praticamente certa na Olimpíada do Rio, defendendo a seleção brasileira, bicampeã olímpica. Mãe do pequeno Arthur, de 3 anos, ela é casada com Murilo Endres, jogador da seleção brasileira de vôlei masculino.



Gisele Bündchen e Elza Soares na cerimônia de abertura da Olimpíada do Rio

### Olimpíada do Rio: Gisele Bündchen desfila e Elza Soares fará aparição surpreendente

Emoção e glamour na cerimônia de abertura da Olimpíada do Rio, no dia 5 de agosto, no Maracanã. Aos 79 anos, Elza Soares ganhará uma homenagem no momento que promete ser um dos mais surpreendentes da festa. A cantora vai surgir num cenário representando as favelas cariocas. A surpresa será que Elza não aparecerá no palco junto ao gramado, mas num local surpresa do estádio, prometendo levantar o público presente.

Outro detalhe da cerimônia é a presença de Gisele Bündchen, uma das brasileiras mais famosas no mundo. A top vai atravessar, com seu marcante passo, uma passa-

rela futurista. A modelo aceitou o convite desta vez, depois da recusa em participar do encerramento da Olimpíada em Londres, em 2012. O futuro, aliás, será o tema principal de toda a cerimônia de abertura dos jogos.

Fernanda Montenegro também estará presente. Mas num vídeo que será transmitido nos telões do estádio. A atriz, carioca, nascida no Caminho, gravou uma mensagem em homenagem ao Rio.

Faltando menos de um mês para o início da Olimpíada, a produção corre contra o tempo. Os ensaios já acontecem tendo o próprio Maracanã como cenário, sob o comando da coreógrafa Deborah Colker.



Maria Casadevall musa do visual

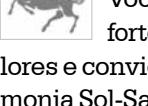
### Maria Casadevall muda os cabelos e exibe fios em tom acinzentado

Esqueçam os fios escuros que antes eram exibidos por Maria Casadevall. Para seu novo trabalho na TV, a atriz vai aparecer diferente. O corte ainda é o mesmo, mas a cor mudou, e ela já ostenta por aí o novo tom, acinzentado. A mudança foi realizada neste fim de semana num salão em São Paulo.

O trabalho mais recente de

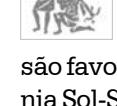
Maria Casadevall na televisão foi na novela "I love Paraisópolis". A atriz, que sempre evitou confirmar o relacionamento com Caio Castro, disse numa entrevista no mês passado que havia terminado um casamento há pouco tempo. "Sempre tive relacionamentos longos. Relações efêmeras não são para mim", disse Maria à revista "TPM".

# horóscopo



## ÁRIES

Você assume mais fortemente seus valores e convicções, com harmonia Sol-Saturno entre seu signo e sua área espiritual. Defina planos estratégicos em relação a certos assuntos, pois é hora de registrar e organizar suas ideias!



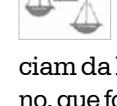
## GÊMEOS

As conversas profundas e os acordos são favorecidos pela harmonia Sol-Saturno, que traz um fortalecimento da cumplicidade nos relacionamentos. Saiba ceder, mesmo quanto a questões vitais para você. Facilite as coisas!



## LEÃO

Procure relaxar a mente e reorganizar os pensamentos, refletindo sobre os seus projetos de vida, pois é hora de amadurecer-los! A harmonia Sol-Saturno lhe aconselha a buscar opções seguras para a concretização dos mesmos!



## LIBRA

As conversas e conciliações se beneficiam da harmonia Sol-Saturno, que fortalece os processos comunicativos, especialmente nas relações de confiança. Esteja aberta para o diálogo e ajude as pessoas que precisam de seu auxílio!



## SAGITÁRIO

Você tende a se destacar nos grupos dos quais participa, pois Sol e Saturno se associam entre o setor social e seu signo. O momento é de discrição, mas você tende a atrair pessoas confiáveis, pois também transmite segurança a elas!



## AQUÁRIO

Sua área de amizades continua harmonizada por Sol e Saturno, favorecendo a solidez das relações. Reflita sobre a qualidade das pessoas que você tem atraído em sua vida, e perceba como suas atitudes contribuem ou atrapalham nisso!



## TOURO

Mantendo a harmonia interior, você encara os desafios e dificuldades mais difíceis, pois Sol e Saturno se harmonizam no setor de crise. Você encara os problemas de forma lúcida e se preenche de uma renovação emocional e espiritual!



## CÂNCER

Ao se harmonizarem, Sol e Saturno aguçam sua capacidade intelectual e seu senso de oportunidades, favorecendo o ordenamento dos interesses profissionais e uma maior maturidade. Planeje suas iniciativas e avalie parcerias!



## VIRGEM

A harmonia Sol-Saturno traz um momento de maturação emocional, em que você avalia os desejos que está deixando de dar prioridade em função de outras questões. O recolhimento e a companhia dos mais íntimos lhe fortalecerão!



## ESCORPIÃO

A sinergia e a coletividade são fortalecidas pela relação Sol-Saturno, beneficiando as parcerias de trabalho. Bom momento para debater novas ideias e articular parcerias. As diferenças passam a ser encaradas com complementariedade!



## CAPRICÓRNIO

Esta fase é marcada pelo seu amadurecimento pessoal, ainda que ele venha por meio de experiências nem sempre agradáveis, atrelado a crises. Sol e Saturno associados lhe aconselham a encarar os desafios com o máximo de consciência!



## PEIXES

Bom momento para concretizar iniciativas materiais. A harmonia Sol-Saturno entre as áreas financeira e profissional alerta que ainda que a realização pessoal seja importante, é preciso ser mais exigente quanto aos próprios resultados!