



FEIRA, 13 DE SETEMBRO DE 2016

Marina Ruy Barbosa fala sobre rumores de silicone nos seios: 'Cresci e meu corpo se transformou'

Página B4

"A função geral dos sonhos é tentar reestabelecer a nossa balança psicológica, produzindo um material onírico que reconstitui, de maneira sutil, o equilíbrio psíquico total. É ao que chamo função complementar dos sonhos na nossa constituição psíquica."

■ CARL GUSTAV JUNG, psicanalista (1875-1961)



Carol Nogueira está em festa, comemorando idade nova. No click ela aparece o lado do cantor Mateus, da dupla Jorge e Mateus.



Muita festa hoje para Dj Aleks Carvalho, recebendo o carinho da galera na comemoração do seu niver.



O jovem cantor Elian Flores também está em festa nesta terça, muitíssimo homenageado pelos amigos e fãs.



A simpaticíssima Gislaine celebra hoje a chegada de mais um aniversário. No click ao lado do maridão Pachola.



Gustavo Dacrocce dando boas vindas à idade nova. Parabéns!



Ontem também foi dia de Natália Ferreira assoprar velinhas, recebendo muitas felicitações.



Close da bela Mariana Guerra Ribeiro, que ontem recebeu inúmeras felicitações pelo seu niver.



O professor de Informática da Etec, Luiz Fernando Segato dos Santos também aniversaria hoje, em ritmo de muitas comemorações.

**Quando a APAE ligar
diga SIM!**

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

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

APAE
Fernandópolis/SP



MINI CHURROS
R\$ 0,79

PUDIM
R\$ 3,99

BATATA COM CHEDDAR E BACON
R\$ 9,90

Dommus EXPRESS



GIGANTINHO
DENTRO DO GIGANTÃO
Tudo por
R\$ 1,00 APENAS

O SHOPPING DO PREÇO BAIXO
GIGANTÃO
#BaratoPraCaramba

FERNANDÓPOLIS | VOTUPORANGA | CATANDUVA



■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

O que é o TDAH e como podemos ajudar as crianças que sofrem?

OTDAH ou ABDA é um transtorno que se estima poderia sofrer uma de cada 10 crianças na sala de aula e afeta quase igualmente meninos e meninas. O TDAH faz com que as crianças tenham problemas no momento de se concentrar e é que os estudos realizados demonstram que as crianças com TDAH carecem de filtros naturais que os demais, sim têm. Estes filtros naturais são aqueles que nos permite nos concentrarmos em algo e nos afastam das distrações que existem ao nosso redor, algo que crianças e adultos com TDAH não podem fazer.

TDAH: SINTOMAS E TIPOS MAIS FREQUENTES QUE DEVEMOS DIFERENCIAR:

O TDAH pode ocorrer isoladamente ou se apresentar combinando outros transtornos. Por isso, podemos dizer que existem quatro grandes grupos em que podemos encaixar as pessoas que sofrem deste transtorno:

Déficit de atenção: um primeiro grupo é aquele em que a pessoa apenas apresenta falta de atenção e se distrai com facilidade, mas sem outros sintomas a destacar.

Impulsividade: no segundo grupo, encontramos crianças que sofrem de déficit de atenção e, por sua vez, são pessoas impulsivas, o que as torna mais propensas a ter acidentes e problemas por não pensar antes de fazer as coisas.

Hiperatividade: também nos encontramos com crianças que apresentam um déficit de atenção e, por sua vez, que apresentam hiperatividade, o que faz com que seja ainda mais complexo para eles poder se concentrar e costumam ter mais problemas com os professores e os colegas por serem incapazes de ficar quietos em sala de aula.

Combinado: é um tipo de TDAH em que vemos falta de atenção, a impulsividade e a hiperatividade em uma mesma pessoa. Este é um tipo de TDAH que resulta ser algo mais complexo no momento de tratar, mas que com as estratégias necessárias, das quais falaremos mais tarde, podemos dar uma

educação completa para as crianças, assim como as estratégias necessárias que vão precisar para superar todos os problemas que se encontram no caminho.

TRATAMENTO

PARA TDAH OU ABDA:

Existem diferentes tipos de tratamento para as crianças com esta desordem por isso são muitos os profissionais que se envolvem na educação dessas crianças, assim como os que buscam uma melhor qualidade de vida tanto para eles como para os pais. Tratamento com medicamentos: um dos tratamentos mais utilizados atualmente e controlados pelos psiquiatras especialistas nesta desordem são os medicamentos com metilfenidato, entre outros. Devemos dizer que este é um tratamento que os médicos prescreverão no caso de que outros tratamentos não tenham produzido os efeitos desejados.

Terapia em família: outro tratamento que devemos considerar são as terapias com psicólogos. Os psicólogos avaliam as crianças e detectam suas deficiências. Neste sentido, ajudará a desenvolver estratégias que vão bem com as crianças e que, assim, possam seguir adiante. Outro fator importante é que os psicólogos possam trabalhar, e muito, a autoestima das crianças, a qual costuma estar sempre bastante baixa.

UMA EDUCAÇÃO ADEQUADA PARA AS CRIANÇAS COM TDAH:

Quando falamos de TDAH em crianças, uma das primeiras preocupações (e causas das visitas a profissionais) é que as crianças costumam ter problemas no momento de trabalhar em casa, seja porque

são



confusos, porque não se concentram no que devem fazer, porque estão pensando em outras coisas, etc.

Se queremos que nosso filho faça progressos nos estudos, devemos formar uma equipe com os médicos especialistas, com os professores e em casa para ajudar nossos filhos a avançarem seguros na estrada da educação. Então, o que devemos fazer para que nosso filho possa avançar na escola? Vamos ver:

■ **1. Buscar a medicação** adequada para que a criança possa se concentrar na classe. Nós já mencionamos alguns dos tratamentos que estão disponíveis, mas você deve consultar com um psiquiatra sobre as necessidades do seu filho.

■ **2. Métodos alternativos:** há pais que não querem medicar seus filhos em uma idade tão jovem, e para eles, os médicos dão-lhes estratégias a parte para que trabalhem com a criança em casa.

■ 3. Reuniões na escola e planos individualizados:

é importante que a escola e o centro em que levamos o nosso estejam em contato, já que ambos devem saber como evolui a criança e, nesse sentido, os pais vão estar no meio coordenando todos os especialistas. É importante que os médicos estabeleçam o tratamento mais adequado para a criança e a escola deve conhecer o tratamento que a criança faz. Por outro lado, a escola avaliará, como um psicólogo, as deficiências educacionais da criança e será traçado um plano para que esta possa, trabalhando de forma personalizada, alcançar os mesmos níveis que os colegas. É importante ressaltar que estas crianças podem ter necessidades educativas especiais, como um fonoaudiólogo, um psicólogo fora da escola, etc. Assim, os professores podem trabalhar de forma mais aprofundada nas áreas que mais necessita a criança, como a língua, os trabalhos em grupo ou matemática. Estes planos individualizados podem ser completos ou afeitar somente alguns dos assuntos e na maioria dos casos, a criança segue na mesma classe e evolui em sua própria maneira, mas atingindo os níveis necessários para ir superando os cursos.

No entanto, devemos dizer que o TDAH é um distúrbio que pode ser superado, mas do qual é necessário continuar falando para ver o que os pais podem fazer para melhorar o relacionamento com os filhos, o que podem fazer em caso de mau comportamento, etc.

receita

Charutos Especiais

INGREDIENTES:

- 1 unidade de repolho pequeno
- 400 g de carne moída
- 100 g de bacon picado
- 2 colheres (sopa) de azeite
- 1 unidade de cebola pequena picada
- 1 dente de alho amassado
- 1 colher (sopa) de salsa picada
- 1 colher (chá) de sal
- 2 colheres (sopa) de vinho branco seco
- 1 xícara e meia (chá) de arroz lavado e escorrido
- 1 tablete de caldo de legumes
- 2 colheres (sopa) de extrato de tomate



MODO DE PREPARO:

■ A fervente o repolho, desprenda as folhas e reserve. À parte, misture a carne moída com o bacon, tempere com o azeite, a cebola, o alho, a salsa, o sal e o vinho branco. Junte o arroz e misture muito bem. Abra as folhas do repolho reservadas, recheie-as com colheradas da mistura de carne e enrole bem formando os charutos. Arrume-os em uma panela, bem próximos uns aos outros, para que não desmanchem. Reserve. Dissolva o tablete de caldo de legumes em duas xícaras (chá) de água fervente e o extrato de tomate, despeje sobre os charutos e leve a panela ao fogo baixo, destampada, por 20 minutos aproximadamente. Sirva a seguir, acompanhados com pão.

■ **DICA:** O repolho pode ser substituído por um maço pequeno de couve-manteiga.

CANAL 10
A 1ª TV de Fernandópolis
www.canaldez.com.br

Acompanhe a nossa programação também pelo site que foi totalmente remodelado.

TRENZINHO DA FANTASIA

A primeira escola ninguém esquece...
EDUCAÇÃO INFANTIL

Av. Eurípedes José Ferreira, 779

3442-2945/3442-5060

Se o ensino
é COC,
a escola
é top.



ClimaCold
Ar Condicionado

Climatizando com estilo



Ligue e faça
um orçamento
sem compromisso



SAMSUNG



SAMSUNG

celebridades

Revelado em novela, **Gabrielzinho do Irajá**, de 20 anos, prepara novo disco após cantar na abertura Paralímpica

Guem assistiu à novela "América", em 2005, se lembra do sambista-mirim Gabrielzinho do Irajá. O menino participava das rodas de samba da trama e era amigo da personagem de Bruna Marquezine, cega como ele. Aos 20 anos, Gabrielzinho mantém o apelido, mas virou Gabrielzão. A paixão pelo samba, porém, continua a mesma. "Faço shows, estou começando a trabalhar num novo CD, tudo dentro do planejado", conta ele.

Sim, Gabrielzinho é uma destas pessoas determinadas a fazer o que acredita. A cegueira foi consequência do nascimento prematuro.

"Nasci aos 7 meses. Tive três paradas cardíacas e 48 paradas respiratórias. Com a quantidade de oxigênio que entava no meu corpo, minha retina foi prejudicada e nunca enxerguei", descreve.

Gabrielzinho, porém, nunca sentiu ou deixou que sentissem pena dele. O cantor participou da abertura da Paralímpíada e acredita que hoje os deficientes são muito mais respeitados. "Mudou muita coisa, estamos inseridos na sociedade, no mercado de trabalho", argumenta ele.

A música entrou na vida do rapaz através de discos de nana Caymi. "Sou apaixonado pela família Caymi. Escutava desde os 2 anos de idade",

A arte foi o escape de Gabrielzinho. E sua inserção no mundo. "Nesse mundo dito normal nunca me senti um ser diferente. Estudei em escolas com 47 alunos em sala de aula e eu sendo o único portador de necessidades especiais. Não tinha tempo para me lamentar", observa ele, que só foge da pergunta clássica sobre seu atual estado civil: "Nunca tive dificuldades para me relacionar, mas é melhor pular esta parte".



Gabrielzinho do Irajá em 2005 e hoje, aos 20 anos

'Nem só de pernas vive o homem', diz ex-modelo amputado após cair com parapente



Ranimiro Lotufo: ex-modelo perdeu a perna esquerda em acidente de parapente há 21 anos

Ranimiro Lotufo, de 55 anos, era um desses deuses apolíneos quando sofreu um acidente com o parapente que guiava. Era 1995, ele tinha 27 anos e acabava de voltar da Europa, onde fotografou e desfilou para todas as grandes grifes masculinas da época. Sem mais nem menos, durante uma competição de parapente, se viu num emaranhado de fios de alta tensão. Lotufo teve a perna direita amputada.

Três meses após sair do hospital, ele recomeçou a vida. "Antes do acidente, estava com a cabeça péssima. Acho que Deus me deu um recado. Se me perguntarem se eu troco a vida que tenho hoje por aquela com duas pernas, digo não. Nem só de pernas vive o homem", diz ele, que continua a voar de parapente e se aventurar em esportes radicais.

O ex-modelo, hoje dono de uma empresa multimídia que faz vídeos institucionais para empresas, tem um senso de humor para poucos. Faz piada com a prótese mecânica e diz que preconceito ele tinha consigo mesmo. "Não era o outro que me olhava torto. Eu me olhava. E tive que trabalhar isso. Passei a perceber que as dificuldades quem impunha era eu. Tem sempre alguém disposto a ajudar um deficiente", avalia: "A primeira coisa foi botar a prótese de fora. Não escondê-la".

Hoje, casado há 16 anos e avô de dois netos, Lotufo dá palestras motivacionais e tem sempre uma pergunta a fazer a quem quer que seja, portadores de necessidades especiais ou não: "Por que dizer não consigo se você nem tentou?".

Símbolo sexual dos anos 80, **Claudia Egito** mora no exterior e hoje é artista plástica

Com os cabelos curtinhas, seios pequenos e um maiô marcante da época, Claudia Egito virou sensação ao posar nua aos 23 anos, anunciada como musa do verão de 1986. Trinta anos depois, ela é até hoje lembrada como uma das mais belas mulheres que posaram nestes 41 anos de "Playboy" no Brasil.

O tempo passou e atualmente Claudia desfila sua beleza, aos 53 anos, na cidade do Porto, em Portugal, onde vive

há alguns anos. O trabalho de modelo ficou no passado. "Estou tendo a oportunidade de mostrar o quanto minha mente é colorida", diz ela no Facebook ao justificar seu ofício atual como artista plástica.

Mãe de uma filha de 15 anos, Claudia chegou a morar também na Itália antes de se mudar de vez para terras lusitanas. Até hoje ela ainda é reconhecida todas as vezes que vem visitar o Brasil, provando que deixou mesmo saudade.



Claudia Egito na "Playboy" em 1986 e atualmente com 53 anos



Marina Ruy Barbosa e as mudanças do corpo

Marina Ruy Barbosa fala sobre rumores de silicone nos seios: 'Cresci e meu corpo se transformou'

Marina Ruy Barbosa começou na televisão aos 9 anos de idade. De lá para cá, o público acompanhou sua transformação. Não só profissional. Hoje, com 21 anos, ainda tem gente que se surpreende com aquela menina cresceu. As mudanças no corpo da atriz fizeram até surgir rumores de que ele teria colocado silicone nos seios.

"Não tenho silicone, são naturais. Não sei de onde tiraram isso. Cresci e meu corpo se transformou. Quando vejo algumas fotos mais antigas,

também percebo a diferença, mas são meus mesmo (risos). Se tivesse colocado, falaria", garante Marina.

O corpo, aliás, nunca tinha ficado tão em evidência como nas recentes cenas da série "Justiça". Cenas essas que Marina tirou de letra: "É a primeira vez em que apareço nua. Foi tranquilo. Meu corpo estava a serviço do meu trabalho, contando a história da Isabela. Foi mostrado o que todo mundo tem: bumbum, perna, barriga... não é novidade".

horóscopo

ARIES

Que tal deixar o cotidiano mais estimulante? O trânsito da Lua por sua área material e o trígono com Plutão lhe trazem habilidade crítica diante dos desafios no trabalho e lhe deixam maleável para as mudanças. Seja criativa!

GÊMEOS

Uma maior estabilidade emocional é trazida pela entrada da Lua em sua área de crise e pelo trígono com Plutão. Você mostra equilíbrio, mesmo diante de situações que costumam lhe abalar. Bom momento para realizar mudanças!

LEÃO

O trígono Lua-Plutão lhe traz uma nova visão acerca da vida profissional. Una-se a pessoas talentosas de diversas áreas para fortalecer seus projetos. Expanda os horizontes em seus conhecimentos e oportunidades!

LIBRA

Uma maior maturidade diante das crises é trazida pelo trígono Lua-Plutão, entre suas oitava e quarta casas. Você encontrará as respostas que busca dentro de si. Dedique-se ao autoconhecimento, isso lhe trará serenidade!

SAGITÁRIO

Sua vida prática é dinamizada pela passagem da Lua por sua sexta casa, e o trígono com Plutão traz uma clareza que lhe permite compreender situações obscuras e mais inusitadas. Encare os desafios com criatividade!

AQUÁRIO

Você questiona certos aspectos da vida, com o trígono Lua-Plutão entre suas áreas familiar e de crise. As dificuldades para atingir seus objetivos entram em foco. Procure ser realista e madura ao definir novas estratégias!

TOURO

Você demonstra acomodamento em suas relações, pois a Lua entra hoje em seu signo. O trígono com Plutão lhe deixa mais sensível ao que está ao seu redor, tornando o momento ideal para melhorar as relações e a vida como um todo!

CÂNCER

Que tal fazer novos contatos e promover uma renovação em seu meio social? A conjunção Lua-Plutão entre suas áreas de amizades e de relacionamentos indica que as trocas de ideias lhe trarão novas perspectivas de vida!

VIRGEM

Suas percepções de vida são modificadas pela harmonia que o trígono Lua-Plutão promove entre suas nona e quinta casas. Você tende a ousar em seu visual e em sua maneira de agir. Traga a tona seus potenciais e saia de mesmice!

ESCORPIÃO

A harmonia Lua-Plutão entre suas áreas de amizades e comunicação traz um momento de proximidade com as pessoas queridas e lhe estimula a conhecer melhor o que elas sentem. Isso lhe ajudará a compreendê-las mais profundamente!

CAPRICÓRNIO

Você questiona certos aspectos da vida, com o trígono Lua-Plutão entre suas áreas familiar e de crise. As dificuldades para atingir seus objetivos entram em foco. Procure ser realista e madura ao definir novas estratégias!

PEIXES

Você percebe como mais clareza o que se passa dentro das pessoas, pois a Lua entra hoje em sua área de comunicação, formando trígono com Plutão. As sinergias nas parcerias são ressaltadas, o que deve fortalecer-las!