



Gretchen rebate críticas à aparência, aos 57 anos: 'Ainda sou toda linda'

Página B4



Felicidades para a bela e sorridente **Beatriz Fortunato**,
que hoje assopra velinhas.



Breno de Lima Lopes também comemora seu niver hoje, muitíssimo homenageado.



*Close da aniversariante **Karen Rissati**, recebendo
hoje o carinho da família e amigos.*



Hoje é dia de festa também para **Leandro Souza**, celebrando idade nova e recebendo felicitações.



Muitos anos
de vida para
Lucas Drake,
também
na lista dos
homenageados
de hoje.



Parabéns para
Luiz Paulo
Rezende,
também
homenageado
hoje pela
galera



Click da bela **Maria Fernanda**, fotografada pelas lentes de Célia Souza.



A
simpaticíssima
Tainara Cunha
também apaga
velinhas hoje.
Felicidades!



A última segunda-feira foi de muitas homenagens para **Vanderlei Pinho Júnior**, que aniversariou em ritmo de muita alegria.

ASSINE o extra

Fones: (17) 3462-1727 / 3442-2445
E-mail: assinatura@extra.net

**PEÇA
GORA!**



■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

Remédios caseiros para tratar o linfoma

Os linfomas são um grupo de cânceres em que as células do sistema linfático se tornam anormais e começam a crescer descontroladamente. O tecido linfático se encontra em muitas partes do organismo, de modo que os linfomas podem afetar praticamente qualquer órgão.

O sistema linfático consiste em túbulos ou condutos que transportam a linfa para todas as partes do organismo. A linfa é um líquido leitoso que contém linfócitos.

Estes, juntamente com os monócitos e os granulócitos, compõem os leucócitos ou glóbulos brancos, que são responsáveis pela luta contra a infecção do sangue. Os órgãos em forma de ervilha que existem ao longo da rede de vasos linfáticos se denominam nódulos linfáticos e sua principal função é a de servir de local de armazenamento para os linfócitos. Encontram-se agrupamentos de gânglios linfáticos na região pélvica, axilas, pescoço, tórax e abdômen.

O baço (órgão situado na parte superior do abdômen), amígdalas e timo (pequeno órgão situado atrás do esterno) também fazem parte do sistema linfático. Os linfócitos se encontram no tecido linfóide, até que chegam à linfa através dos gânglios.

Existem dois tipos principais de linfócitos: as células T e as células B. Os linfomas se desenvolvem a partir destes dois tipos de células. Os linfomas de células B são mais frequentes em adultos, enquanto que, em crianças, a incidência de linfomas de células B e T são praticamente idênticas.

As células B e T desempenham diferentes tarefas no sistema imunológico. Quando um agente infeccioso penetra no organismo, as células B produzem algumas proteínas conhecidas como anticorpos, que se ligam às bactérias e apontam para posterior destruição por parte de outras células do sistema imunológico. As células T ajudam a proteger o corpo contra os vírus.

Quando um vírus entra em uma célula, geralmente produz determinadas proteínas que se projetam sobre a superfície da célula infectada. As células T reconhecem estas proteínas e produzem citocinas para destruir as células infectadas. Algumas citocinas atraem outros tipos de células que podem digerir as cé-

lulas infectadas por um vírus. As células T também podem destruir todas as células cancerosas.

Os linfomas, podem ser divididos em dois tipos principais: o linfoma de Hodgkin e linfoma não Hodgkin. Existem pelo menos dez tipos de linfoma não Hodgkin, que são classificados de acordo com a sua agressividade: de crescimento lento, de crescimento intermitente e de crescimento rápido.

A maior parte dos linfomas não Hodgkin começam nos gânglios linfáticos. Aproximadamente 20% começam em outros órgãos, como os pulmões, o fígado e o trato gastrointestinal. Quando os linfomas aparecem, as células malignas se multiplicam descontroladamente e não realizam suas funções normais, o que afeta a capacidade do organismo para combater as infecções.

Além disso, as células malignas podem invadir a medula óssea e, dependendo do estágio, evitam a produção de glóbulos vermelhos, glóbulos brancos e plaquetas normais. A baixa contagem de glóbulos vermelhos provoca anemia, enquanto que uma redução no número de plaquetas torna a pessoa suscetível à hemorragia significativa. As células cancerosas também podem invadir outros órgãos do sistema circulatório linfático, produzindo um mau funcionamento do mesmo.

A causa exata dos linfomas não Hodgkin não é conhecida. Em geral, os homens têm um risco mais elevado do que as mulheres, e também, o risco aumenta com a idade. Embora possa afetar pessoas com menos de 40 anos, o maior risco se encontra entre 60 e 69 anos. Além disso, o número de casos de linfomas não Hodgkin tem aumentado significativamente nos últimos anos, em grande parte devido ao aumento da SIDA (por motivos não muito bem compreendidos, os pacientes com SIDA são mais propensos a desenvolver linfoma não Hodgkin).

As pessoas expostas a determinados pesticidas e radiação ionizante apresentam uma maior probabilidade de desenvolver esta doença. Por exemplo, tem-se observado um aumento da incidência de linfomas em sobreviventes da bomba atômica em Hiroshima e aquelas que tenham sido submetidas à terapia de radiação agressiva.

Aqueles com deficiência



imunitária, além dos que foram tratados com fármacos imunossupressores por transplantes de coração ou renais, e doenças como artrite reumatoide e outras doenças autoimunes, mostram um aumento do risco de desenvolver a doença.

Alguns estudos encontraram uma associação entre os retrovírus, como o HTLV-I, e algumas formas raras de linfomas. O vírus de Epstein-Barr tem sido associado com o linfoma de Burkitt na África. No entanto, não foi estabelecida uma relação direta de causa e efeito.

Os sintomas dos linfomas costumam ser vagos e inespecíficos. Os pacientes podem experimentar perda de apetite, perda de peso, náuseas, vômitos, desconforto abdominal e indigestão. O paciente pode queixar-se de uma sensação de plenitude, que é o resultado do aumento do tamanho dos gânglios linfáticos no abdômen. Outro sintoma é a dor ou pressão na região lombar.

Em estágios avançados, o paciente pode ter dor óssea, dor de cabeça, tosse constante e congestão anormal na face, pescoço e parte superior do tórax. Alguns mostram febre e suores noturnos. A maioria dos pacientes procura um médico para verificar a presença de gânglios inchados no pescoço, axilas ou virilhas.

Todos estes sintomas são comuns a muitas doenças, por isso é essencial para procurar atendimento médico se algum

deles persiste durante duas semanas ou mais. Apenas um médico qualificado pode diagnosticar corretamente se os sintomas se devem a um linfoma ou outra doença.

O linfoma compromete a vida do paciente, e é essencial um tratamento médico. Os remédios caseiros e naturais podem ajudar, de forma complementar, a reduzir a dor e promover o relaxamento e a cura.

REMÉDIOS CASEIROS PARA LINFOMA:

Despeje um punhado de folhas de salsa em um litro de água e deixe ferver por 10 minutos. Tome ao longo do dia. Os fatores de crescimento são a principal causa de linfoma e de outros tipos de câncer, mas felizmente, a salsa tem sido relacionada com a inibição do crescimento epitelial, protegendo assim o corpo contra o linfoma, ou abrandando a sua propagação.

Despeje 1 colher de sopa de folhas de oliveira em uma xícara de água que está fervendo. Cubra e deixe esfriar. Tome uma xícara por dia. Este remédio é rico em polifenóis e flavonoides que são extremamente importantes na defesa que tem o organismo contra o câncer.

Consuma 3 xícaras de chá verde por dia. Este chá é rico em catequinas e epicatequinas; substâncias naturais contra o câncer e antitumorais, de modo que os efeitos concentrados do chá verde resultam eficazes no que protege



de uma grande variedade de cânceres, incluindo linfomas.

Despeje 1 colher de sopa de raiz de gengibre e outra de raiz de astrágalo em meio litro de água e deixar ferver por 10 minutos. Cubra e deixe esfriar e tome ao longo do dia. Este remédio ajuda não apenas a combater as náuseas causadas pela quimioterapia, mas também reforça o sistema imunológico.

Recomendações: Procurar sessões de terapias como acupuntura, hipnoterapia e imaginação guiada, já que podem ser ferramentas úteis para tratar a dor dos linfomas.

A acupuntura utiliza uma série de pequenas agulhas localizadas na pele em lugares determinados. Em teoria, isso harmoniza o fluxo de energia no organismo e pode ajudar a melhorar a função do sistema imunológico.

Na imagem dirigida, os pacientes criam imagens mentais que promovem o relaxamento e melhoram a sua capacidade de lidar com o desconforto e a dor. Outra técnica

de imaginação guiada envolve a criação de uma imagem mental da dor. Quando a dor se visualiza, os pacientes podem ajustar a imagem para torná-la mais agradável.

Naturalmente, qualquer outra atividade que favoreça o bem-estar, como o exercício físico, redução do estresse, meditação, ioga e tai chi, também pode beneficiar o paciente. A nutrição adequada e algumas dietas especializadas podem ajudar a curar os linfomas.

Embora o risco de apresentar câncer possa ser reduzido, seguindo uma dieta adequada e um estilo de vida saudável, atualmente não se conhece nenhuma forma de prevenir os linfomas, nem existem testes especiais para detectá-los de forma precoce.

Devemos prestar atenção imediata aos sinais e sintomas desta doença e consultar o seu médico se persistirem. Esta é a melhor estratégia para o diagnóstico precoce e a que permite uma maior chance de cura.

receita

Doce de Mamão em anel

INGREDIENTES:

- 1 kg de mamão verde
- 1 pitada de bicarbonato de sódio
- 1 kg de açúcar



MODO DE PREPARO:

- Rale levemente a casca do mamão, tire as sementes e corte em fatias finas.
- Deixe de um dia para o outro sobre uma peneira.
- No dia seguinte, lave as fatias sob água corrente.
- Enrole cada fatia.
- Coloque linha em uma agulha e "costure" os rolinhos, emendando-os como um colar.
- Coloque o mamão na panela e cubra com 2 litros de água.
- Junte o bicarbonato e cozinhe até ficar macio.
- Deixe a panela coberta com um pano de prato limpo.
- Escorra e deixe esfriar. Depois, lave bem.
- Em uma panela, junte o açúcar, 2 xícaras (chá) de água e leve ao fogo médio (170 °C a 190 °C) até o açúcar dissolver.
- Junte o "colar" de mamão e cozinhe até engrossar ligeiramente.
- Retire do fogo e deixe esfriar.
- Remova a linha e guarde na compoteira.

Clima Cold
Ar Condicionado

Climatizando com estilo

Ligue e faça um orçamento sem compromisso

Av. da Saudade, 282

Higienópolis

Fernandópolis - SP

e-mail: climacold.arcond@gmail.com



Jeferson

vivo 17 99628-6060

claro 17 99168-5170

17 3442-7088

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

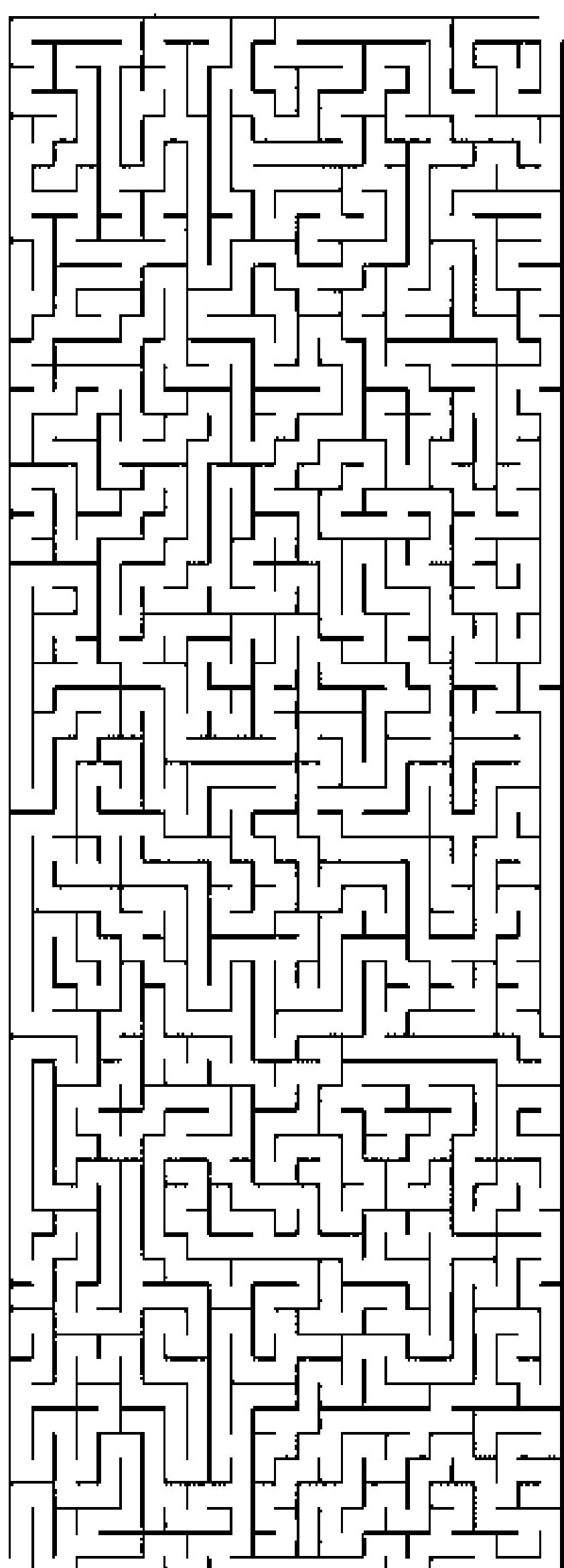
FONE: (17) 3442-1522

FAX: (17) 3442-1651

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

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

Jogo do Labirinto



Caça Palavras

| | |
|-------------------------------------|---------------------------|
| I R K Y I F Z S M G Z E T A R L T J | L I Q U I D I F I C A R |
| T R E P E R G U N T A R Q C A R R Y | I M P O P U L A R I Z A R |
| S M U A A X B L Y O N X R H I A A D | M O T O R I Z A R |
| O R A Z D B I J U B K A B S C C O E | D E S E S P E R A N A R |
| E A R P A V A I B N Z I O I N I D S | D E S E N C O R D O A R |
| C E A S I O E L E I F E B E E F R E | R E D A R |
| X H R Y C L V R R U W L S G G I O S | I T E R A R |
| I C E T K V H A B O V P Y M I D C P | R E P E R G U N T A R |
| R A T G K R L E S I A G P U L I N E | M O L I F I C A R |
| J C I D R U P Q R P A D J W G U E R | A D V E R B I A L I Z A R |
| J Q J E P Y D Y F I D L E H E Q S A | N E G L I C E N C I A R |
| T K D O G G B S Y W A Q I L N I E N | P I L H E R I A R |
| F A P R I K E S L A V R P Z A L D A | C A C H E A R |
| R M K X G R A C I F I L O M A L X R | A B A L R O A D E L A |
| I Y P F M L R A Z I R O T O M R U V | |



CIRURGIA DE CATARATA (FACOEMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIÓPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO

DR. JOÃO VICTOR SANTICCHIO FERRAREZI
OFITALMOLOGIA - CRM 139.658
J.V.FERRAREZI@HOTMAIL.COM

FONE: 17-3462 2835
AV. MILTON TERRA VERDI, 813 - CENTRO - FERNANDÓPOLIS-SP

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Quarta-feira, 17h30

Joana confronta Irene. Ricardo conta para Jorjão que Joana pode ser sua filha. Juliana combina de estudar com Jabá e Lucas em casa. Tânia enfrenta Tita. Glauco critica Nanda por estar namorando Rômulo. Belinha discute com Luiza por causa de Lucas. Joana não conta para Giovane sobre a conversa que teve com Irene. Jabá se desentende com Lucas e Juliana sai em defesa do grafiteiro. Nanda fica furiosa ao saber que Jéssica levou Rômulo para visitar o túmulo de Felipe. Juliana e Lucas se beijam. Bárbara tira satisfações com Joana.

SOL NASCENTE

Quarta-feira, 18h00

Milena afirma a Lenita que não aceitará que Vittorio se relacione com outra mulher. Cesar acerta com Massao o esquema sobre a lavagem de dinheiro através da empresa de Tanaka, e Sínhá comemora. Mario revela a Alice que Carolina está grávida. Cesar exige que Carolina separe Mario e Alice. Carolina conta para Ana que está grávida. Mario diz à família que não se casará com Carolina. Lenita avisa a Vittorio que Milena tem esperanças de ver os pais juntos novamente. Mario conta para Chica sobre a gravidez de Carolina e ela estranha a notícia. Alice termina o namoro com Cesar.

HAJA CORAÇÃO

Quarta-feira, 19h15

Giovanni fica ansioso para saber o que aconteceu com Guido e avisa a Tancinha que deseja ver o pai. Apéricio revela a Agilson que Dinamite fez uma delação premiada envolvendo seu nome. Leozinho confessa a Fedora que pensava em tirar sua vida, mas acabou apaixonando por ela. Teodora expulsa Agilson da mansão. Apéricio enfrenta Teodora e avisa que lutará pelo Grand Bazaar. Nair tenta fazer com que Apolo desista de investigar o que aconteceu na noite da véspera de seu casamento com Tancinha. Agilson e Leozinho alugam um quarto para morar. Beto emociona Penélope e Henrique ao convidá-los para serem padrinhos do seu casamento.

CÚMPLICES DE UM RESGATE

Quarta-feira, 20h30

a banda "A Turma da Meire" vai até a gravadora Top Records para tentar falar com Paola. Vicente revela para Arthur e Safira que Andrês e André são a mesma pessoa. Otávio diz para Rebeca que está preocupado com o fato de Maurício ser o novo pastor da igreja. Um perfil falso na internet diz que quem canta na C1R é a Manuela e não a Isabela. Meire vai até a casa de Paola para pedir para entrar na gravadora. Téo volta para a banda. Otávio vai falar com Maurício e diz que espera que ele se afaste. Maurício garante que não vai desistir de Rebeca e que ele ainda é casado com ela. Meire compra votos. Otávio questiona Rebeca o motivo dela não ter ido atrás de anular o casamento feito no papel com Maurício.

A LEIDO AMOR

Quarta-feira, 21h00

Helô se preocupa com a possibilidade de Tiago gostar de outra moça. Yara entra em pânico ao saber que Ritinha passou mal. Isabela admite que se sentiu atraída por Tiago. Helô enfrenta Tião para impedir-lo de agredir Edu. Pedro tenta descobrir com Tiago quem é Isabela. Letícia constata que Jéssica furtou sua pulseira e o relógio de Tiago. Os auditores contratados por Pedro chegam à tecelagem e Ciro se revolta. Letícia acusa Jéssica de roubo e Salete defende a filha. Helô tenta se consolar com Yara. Salete aceita ser vice na chapa de Hércules pela Prefeitura. Zelito sugere que Tiago vá à sua casa conversar com Isabela. Ciro exige que Magnólia escolha entre ele e Pedro para assumir a diretoria da tecelagem.

A TERRA PROMETIDA

Quarta-feira, 22h15

Kruga chega e avisa que o rei deseja ver o mensageiro. Durgal pede para Arauto lhe contar uma história para dormir. Kalu e Kira conseguem achar um buraco no muro do palácio e chegam até a masmorra. Rafi se surpreende ao ver a filha em sua cela. Kamir conversa com Melina e diz que os plebeus servem para o deleite dos governantes. A moça não entende o posicionamento cruel de seu pai. Samara e Léia dizem acreditar na separação do casal. Aruna se despede de Ioná. Kamir diz que em breve se tornará rei e ameaça Melina. Salmon conversa com Orias. Raabe agradece a hospitalidade de Aruna. Kamir diz que Melina é obrigada a casar com Yussuf. Eleazar diz que Boá precisará cuidar bem das duas esposas. Aruna leva Raabe para conhecer Inês.

Humor

SOLTEIROS X CASADOS

O chefe do departamento de pessoal da grande empresa justificava ao jovem solteiro, de belo currículo, o motivo de não o contratar:

– Desculpe, mas nossa empresa só admite homens casados.

– Por quê? Por acaso, os homens casados são mais inteligentes e competentes que os solteiros?

– Não, mas estão mais acostumados a obedecer.

MENINO BOCA SUJA

Jucquinha falava muitos palavrões. Então sua mãe resolveu chamar o pa-

dre que fez um trato com o moleque:

– Para cada palavrão que você falar, serão descontados 10 centavos de sua mesada, tudo bem?

– Tudo bem, seu padre – respondeu o garoto.

No fim da semana eles vão acertar as contas e o padre diz:

Você falou 99 palavrões, portanto tem que me dar R\$ 9,90.

Jucquinha tira uma nota de R\$ 10 do bolso e dá ao padre que diz:

– Eu não tenho R\$ 0,10 de troco.

– Então o senhor vai pra p*** que

p*** e estamos quites.

O CASEIRO ATRAPALHADO

O sujeito estava no maior ronco, quando toca o telefone, em plena madrugada:

- Aqui é o Aristides, o caseiro da sua fazenda!

- O que houve Aristides, aconteceu alguma coisa grave?

- Nada não, doutor! Eu só queria avisar que o seu papagaio morreu!

- Meu papagaio? Aquele que ganhou o concurso no mês passado?

- Sim, este mesmo!

- Puxa, que pena! Eu havia pago uma pequena fortuna por ele... mas ele morreu de quê?

- Comeu carne estragada!

- Carne estragada? Quem deu carne estragada para ele?

- Ninguém... ele comeu de um dos cavalos que estavam mortos.

- Que cavalos?

- Dos seus cavalos puro-sangue!

Eles morreram de cansaço, puxando a carroça d'água.

- Puxando a carroça d'água? Que água?

- Para apagar o fogo!

- Fogo? Onde?

- Na sua casa... uma vela caiu na cortina e ela pegou fogo.

- Vela? Mas quem foi acender velas lá em casa, se tinha eletricidade?

- Foi uma das velas do velório!

- Velório?!

- É... o velório da sua mãe... ela chegou lá de madrugada sem avisar e eu atirei nela, pensando que era um ladrão!



Quando a APAE ligar diga SIM!



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



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



CRECI 67022
IMOBILIÁRIA OUROESTE

Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

Rua Bartolomeu Bueno, 1309 - Centro - Ouroeste - SP
e-mail: imobiliariaouroeste@hotmail.com

