



oextra
net

QUARTA-FEIRA, 05 DE ABRIL DE 2017

Mais

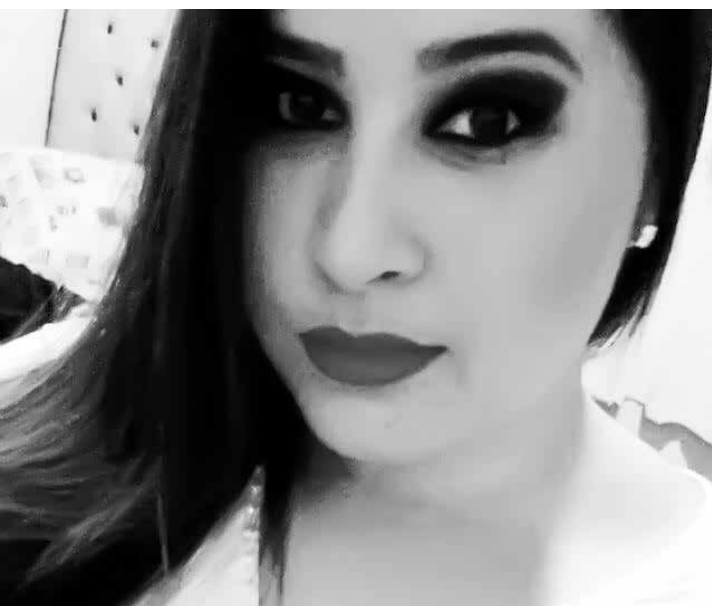


Chega ao fim o casamento de Marcelo Adnet e Dani Calabresa

Página B4

“Porque amor é justamente isso, é ficar inseguro, é ter aquele medo de perder a pessoa todo dia, é ter medo de se perder todo dia. É você se ver mergulhado, enredado, em algo que você não tem mais controle. Mas aí o que fazemos? Amamos com limite para não sofrer.”

■ FABRÍCIO CARPINEJAR - Jornalista e Poeta



Esta quarta será de muita festa ao lado dos amigos para **Angelica Oliveira!**



Sempre sorridente de bem com a vida, **Lorraine Marques** dá boas vindas à idade nova.



Segunda também foi dia dela, a bela **Milena Santos!** Felicidades!



A data de ontem foi especial para **Gabriel Lucas**, que completou idade nova.



A ruiva **Fran Costa** assopra velinhas hoje. Parabéns!



Talita Borges recebe felicitações de amigos e familiares pelo dia de hoje, data em que completa 23 anos.



Na última segunda, **Natalia Santos** comemorou a passagem de mais um aniversário, recebendo os parabéns da família e do namorado Augusto Caetano.



Destaque para o jornalista **Tiago Brito**, aniversariante de hoje.



Felicidades e muitos anos de vida para **Andy Petrowick Dias**, que hoje festeja mais um aniversário.



ASSINE oextra

net
SEU JORNAL DIÁRIO

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

PEÇA AGORA!

CUIDAMOS BEM DO SEU CELULAR



APINHA de CELULAR R\$ 14,99



GIGANTÃO



péliculas de vidro R\$ 7,99



SanDisk 32 GB microSD R15

Barato pra Caramba



oferta produtos a partir de R\$ 1,99 GIGANTÃO

REDE GIGANTÃO

O SHOPPING DO PREÇO BAIXO!

#EuAmoEconomizar

Lipoescultura: cirurgia redistribui a gordura localizada e modela o corpo

A lipoescultura envolve a combinação das técnicas de lipoaspiração e lipoenxertia. A lipoenxertia usa a gordura em excesso removida de alguma outra região do corpo através da lipoaspiração da própria paciente para “esculpir” o corpo, de modo a preencher, aumentar e modelar as estruturas flácidas, depressões ou áreas com pouco tecido adiposo.

■ **COMO É FEITA A CIRURGIA:** Primeiramente é infiltrada a solução de Klein - composta por soro fisiológico e adrenalina - para diminuir as chances de sangramento e, consequentemente, de trauma cirúrgico. As cânulas de lipoaspiração são introduzidas através da pele e chegam ao tecido adiposo (camada que vem logo após a pele), de onde aspiram - através de um sistema de vácuo - a gordura localizada. Os pontos em que são inseridas as cânulas variam de acordo com a anatomia do paciente e a técnica usada pelo cirurgião. A lipoaspiração pode ser feita com anestesia geral, peridural ou local, dependendo da quantidade de regiões abordadas. Caso a anestesia seja geral, há a necessidade de intubação orotraqueal e uso de aparelhos que ajudam a respiração. Em geral, as cicatrizes de lipoaspiração medem cerca de meio centímetro, mas podem ficar quase imperceptíveis com o tempo, e não causam incômodo. Em seguida a gordura é tratada - é feita a retirada de células de gordura rompidas, de sangue e de anestésico - e a gordura é enxertada em um novo local. O enxerto é colocado através de finas seringas no local desejado, dando volume e forma nova ao local. O procedimento cirúrgico dura, em média, duas horas.

■ **QUAIS PARTES DO CORPO?** A lipoaspiração pode ser realizada em qualquer região que haja gordura localizada. A princípio, em qualquer parte se pode enxertar a gordura, as áreas de maior procura por aplicação de gordura são glúteos, face, mãos e mamas. O especialista explica que é possível enxertar a gordura lipoaspirada em diferentes regiões do corpo em apenas um procedimento, no entanto é preciso cuidado para não aumentar excessivamente o tempo de cirurgia. Caso o paciente decida tratar diferentes áreas em cirurgias distintas, será necessário um intervalo mínimo de um mês entre as cirurgias. Caso deseje tratar a mesma área é necessário um intervalo mínimo de seis meses até que o inchaço da região desapareça.

■ **MELHORES RESULTADOS:** A lipoenxertia de face tem resultados mais impactantes, seguida pelo rejuvenescimento das mãos e aumento de glúteos. Os me-

lhores resultados acontecem quando a gordura localizada está sob uma região de pele de boa elasticidade e sem excesso. Locais de gordura localizada, mas com flacidez de pele aumentada devem ser acompanhadas da retirada de pele local.

■ **QUANTIDADE DE GORDURA REMOVIDA:** A quantidade de gordura removida depende do biótipo de cada paciente e, por isso, é muito variável. A quantidade máxima removida é de até 7% do peso corporal na cirurgia úmida (realizada com infusão de solução que diminui o sangramento e anestesia a região) e de 5% na cirurgia seca (sem a infusão da solução), segundo as normas do Conselho Federal de Medicina.

■ **INDICAÇÕES:** A lipoescultura está indicada para pacientes com acúmulo de gordura localizada e áreas que necessitem de preenchimento devido à falta de tecido gorduroso. É preferível que estas pessoas estejam dentro do peso normal, gerando resultados mais satisfatórios.

■ **RISCOS RELACIONADOS À LIPOESCULTURA:** Assim como qualquer procedimento cirúrgico, a lipoescultura também está sujeita a eventuais complicações. Essas complicações podem ser desde complicações mais leves como inchaço prolongado, seroma (que é o acúmulo de líquido no espaço que foi criado

pela lipoaspiração), infecções a complicações mais graves que vão desde a necrose da pele ou da gordura enxertada, o que pode levar a um abscesso, até perfurações de vísceras e embolia pulmonar.

As complicações específicas da lipoescultura são relacionadas, geralmente, ao resultado insatisfatório que possa se obter, como:

- Irregularidades (pele enrugada, ondulada, desnivelada);
- Problema de base, como depressões ou deformidades, não resolvidos;
- Hipercorreção do problema de base (caso o bumbum fique maior do que o esperado, por exemplo).

Sabe-se que a lipoescultura deu errado quando após o período de adaptação do organismo ao trauma cirúrgico não se obteve o resultado idealizado e projetado inicialmente.

■ **TRATAMENTOS PÓS-CIRÚRGICOS:** A drenagem linfática auxilia na redução do inchaço, evita o acúmulo de líquidos no espaço criado pela lipoaspiração (seroma), ativa a circulação sanguínea e alivia a dor. Ainda, através da drenagem linfática manual ou com aparelhos, é possível auxiliar na remoção de hematomas, acelerar o processo de cicatrização e recuperação pós-operatória, bem como, minimizar ondulações, irregularidades e prevenir o aparecimento de fibroses que possam eventualmente surgir no pós-operatório.



receita

Curau Cremoso

INGREDIENTES:

- 4 espigas de milho
- 3 xícaras de chá de leite
- 1 colher de sobremesa de margarina
- 1 lata de leite condensado
- canela para povilhar.



MODO DE PREPARO:

- Tire o milho do sabugo e bata no liquidificador com leite
- Leve ao fogo os 3 primeiros ingredientes
- cozinhe um pouco, retire do fogo e acrescente o leite condensado
- mexa e leve novamente ao fogo
- mexa até engrossar
- coloque numa travessa de vidro, espere esfriar e sirva

Alfarroba: conheça os benefícios e nutrientes desta semente

Entenda também os benefícios da alfarroba em relação ao chocolate e muito mais.

Os antigos gregos foram os primeiros a cultivar árvores de alfarroba, que agora estão presentes em diversas regiões do mundo. As árvores frondosas produzem vagens marrons escuras, com muita polpa e pequenas sementes. Estas vagens são secas e moídas em pó ou processadas e transformadas em uma espécie de goma. O pó de alfarroba tem aspecto e sabor muito semelhante ao pó de cacau, sendo naturalmente doce e usado como uma alternativa ao chocolate. A alfarroba pode substituir o cacau no preparo de qualquer receita.

■ **NUTRIENTES E MUITA**

FIBRA: Cem gramas de alfarroba em pó contêm 220 calorias. A alfarroba é rica em vitaminas do complexo B, como riboflavina, piridoxina e folato, e sais minerais como cálcio, potássio, magnésio, ferro e manganês. Ela contém 90% de carboidratos, 5% de proteínas e 1% de gordura. Além disso, a alfarroba é rica em fibras (40 gramas em 100 gramas) e taninos solúveis, que ajudam a eliminar toxinas e normalizar o trânsito intestinal.

■ **REGULA O COLESTEROL:** Em um estudo publicado no European Journal of Nutrition o consumo de produtos alimentares enriquecidos com farinha de alfarroba tem efeitos benéficos sobre o perfil lipídico, reduzindo o nível de colesterol LDL (colesterol ruim) e triglicerídeos. Isto aconte-

ce porque ela é rica em fibras insolúveis, e seu uso pode ser eficaz na prevenção e no tratamento da hipercolesterolemia (colesterol alto).

■ **ATIVIDADE ANTIOXIDANTE:** Segundo uma pesquisa publicada no Journal of Agricultural and Food Chemistry, o conteúdo de polifenóis da alfarroba (taninos, flavonóis e ácido gálico) exibe uma potente ação contra radicais livres. Isso mostra que o consumo de alfarroba ajuda a lutar contra a oxidação, podendo ser considerada um alimento funcional. Outro estudo veiculado na revista científica Plant Foods for Human Nutrition mostrou que extratos de alfarroba são ricos em compostos fenólicos com atividade antioxidante, ajudando a reparar células danifica-

das por radicais livres, e têm a capacidade de atacar células de câncer do colo do útero.

■ **AÇÃO ANTIDIARREICA:** O seu considerável conteúdo de taninos é o provável responsável pela eficácia da alfarroba no tratamento de diarreia e outros problemas de estômago. Os taninos evitam o crescimento de bactérias prejudiciais no intestino, enquanto os seus açúcares naturais ajudam a dar consistência ao bolo fecal. Um estudo publicado no Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition mostrou que o pó de alfarroba administrado a crianças com diarreia melhorou a condição após dois dias de tratamento. Alfarroba é uma forma segura e eficaz para tratar a diarreia não só em crianças, mas também em jovens e adultos.

ClimaCold

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 ½ polegada

Fabricação Própria

FERRAGENS PARA CONSTRUÇÃO

FONE: (17) 3442-1522

FAX: (17) 3442-1651

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

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

celebridades

Após acusação de assédio, Globo tira José Mayer de novela

Após as acusações de assédio sexual feitas por uma figurinista, a TV Globo decidiu tirar o ator José Mayer do elenco de uma nova trama da emissora que estreia no ano que vem.

O ator tinha sido reservado por Aguinaldo Silva para participar da próxima novela das nove, “O Sétimo Guardião”. Segundo a coluna de Fernando Oliveira, no jornal Folha de S. Paulo, a emissora deve tirar Mayer do ar por um tempo “para evitar desgaste”.

A TV Globo está acompanhando e apurando a denúncia de assédio de uma figurinista contra o ator José Mayer, no ar como um dos protagonistas da novela “A Lei do Amor”. A figurinista conta que o

assédio começou há oito meses, com elogios de Mayer, e descambou para abordagens grosseiras e insistentes. “Essa história de violência se iniciou com: ‘Como você é bonita!’”.

Ela diz ainda que negou com clareza as investidas do ator, que se sentia oprimida por ele e se arrepende de ter demorado até procurar a área de recursos humanos da TV Globo para denunciá-lo.

Procurado pela reportagem por meio da TV Globo, o ator não se manifestou. A emissora enviou nota em que esclarece que “repudia toda e qualquer forma de desrespeito, violência ou preconceito”. “E zela para que as relações entre funcionários e colaboradores da emissora se deem em

um ambiente de harmonia e colaboração, de acordo com o Código de Ética e Conduta do Grupo Globo. Todas as questões são apuradas com rigor, ouvidos todos os envolvidos, em busca da verdade.” A Globo termina a nota dizendo ainda que “não comenta assuntos internos”.

Em entrevista, Mayer afirmou que respeita muito as mulheres e pede que “não misturem ficção com realidade”. “As palavras e atitudes que me atribuíram são próprias do machismo e da misoginia do personagem Tião Bezerra de ‘A Lei do Amor’, não são minhas! Nesses 49 anos trabalhando como ator sempre busquei e encontrei respeito e confiança em todos que trabalham comigo.”



A Rede Globo está apurando o caso

Chega ao fim o casamento de Marcelo Adnet e Dani Calabresa



Casal estava junto desde 2007

Chegou ao fim o casamento de seis anos de Marcelo Adnet e Dani Calabresa. A notícia foi divulgada pelo colunista Ancelmo Gois.

Eles teriam deixado de dividir o mesmo teto, mas garantiram que “o carinho, a amizade e a parceria” continuam.

Os rumores de uma possível crise começaram quando os dois passaram o Réveillon separados.

Em 2014, Adnet foi flagrado trocando beijos com uma moça. Nas redes sociais, ele

pediu perdão pela sua atitude. “Errei e me arrependo. Minha atitude afetou a mulher mais importante pra mim. Eu e Dani estivemos sempre juntos. Ela é minha melhor amiga e o amor da minha vida. Nos amamos e vamos superar isso juntos e casados. Nada importa mais do que a nossa relação”.

Adnet e Calabresa estavam juntos desde 2007, mas oficializaram a relação três anos mais tarde, no dia 15 de maio de 2010.



Os dois foram flagrados várias vezes juntos

Tatá Werneck e Rafael Vitti mantêm romance e vão a centro budista

Tatá Werneck e Rafael Vitti não se desgrudam embora a atriz já tenha negado namoro com o ator. A apresentadora e o irmão de Francisco Vitti foram juntos a um Centro Budista, em Botafogo, na Zona Sul do Rio de Janeiro, neste domingo. No local, Tatá e Rafael posaram com amigos e fãs. Segundo informações, nesta segunda-feira (3), o local que recebe as reuniões fica perto da casa de Rafael.

Tatá e Rafael estão juntos desde fevereiro, quando foram clicados juntos em um aeroporto do Rio. Na ocasião,

a humorista embarcou para os EUA com Bruna Marquezine. No final do mês passado, Tatá afirmou que não está solteira, mas despiçou: “Estou com outro alguém, sim, mas não quero falar quem é”. Na ocasião, a apresentadora elogiou o ator. “O Rafael é um fofo, um doce de pessoa e temos vários amigos em comum. Saímos juntos algumas vezes, mas não estamos namorando, não. O mais absurdo é que um dia antes de anunciarem o meu namoro com ele, eu namorava o Thiago (Iorc)!”, declarou.

Juliana Paes e Paolla Oliveira brincam sobre parceria em novela: ‘Quase um casal’



Paolla Oliveira e Juliana Paes foram convidadas do programa “Fantástico” deste domingo (2) para falar sobre suas personagens na novela “A Força do Querer”, que estreia na segunda-feira e terá um revezamento de protagonistas para atender as agendas dos atores.

Com um corpo escultural, Paolla assumiu que ainda não teria coragem para lutar em um octógono assim como Jeiza. A personagem, que também é policial, trabalha com cães, assim como o pai da atriz no passado. “Meu pai vai ficar todo bobo porque eu vou mandar um beijo pra ele”, comemorou Paolla, contando ain-

da que sempre conviveu com os animais desde a infância. Juliana explicou que Bibi, sua personagem, existiu na vida real. “Mulher de um traficante, conhecida como Baronesa do Pó”, disse.

Pegando carona no título do folhetim de Glória Perez, os apresentadores perguntaram para Paolla e Juliana quando “A força do querer” foi mais forte em suas vidas. A mãe dos pequenos Pedro e Antonio, de 6 e 3 anos, respectivamente, logo declarou: “A decisão de ter filhos foi meu grande querer. A gente emenda um trabalho no outro, mas eu falei é agora ou nunca”.

horóscopo

ÁRIES
Antigas situações mal resolvidas são trazidas à tona pela retrogradação de Vênus para o setor de crise, o que lhe deixa mais reservado neste período. Procure se focar nos aprendizados, mas cuidado para não ficar preso nessas reflexões. Esteja aberto para as atuais e futuras oportunidades.

TOURO
Cuidado com os laços de dependência emocional com as pessoas mais próximas, neste momento em que Vênus transita em movimento retrógrado pelo setor de amizades. Conte com a ajuda das pessoas queridas, mas tenha o controle sobre si mesmo, especialmente em relação à superação de suas frustrações.

GÊMEOS
A retrogradação de Vênus pelo setor profissional lhe faz rever metas e conquistas sob a ótica das insatisfações neste setor de sua vida. Estude maneiras de conquistar seus objetivos, os quais devem estar claramente definidos. Evite ficar preso em devaneios, mantenha os pés no chão.

CÂNCER
Reveja seus projetos estudantis e profissionais, pois o movimento retrógrado de Vênus pelo setor espiritual alerta para a necessidade de eliminar equívocos. Uma maior compreensão poderá ser alcançada a partir da análise mais profunda acerca dos caminhos já percorridos. Não fique se lamentando.

LEÃO
Você se sente inquieto em relação às suas conquistas e decepções, pois Vênus retrograda para a oitava casa neste momento. Ainda que o processo de maturação seja um processo emocionalmente instável, será bastante enriquecedor. Mesmo que desagradável, confrontar os antigos fracassos pode ser libertador.

VIRGEM
Procure reavaliar o valor de certas pessoas em sua vida, neste momento em que Vênus retoma seu trânsito pelo setor de relacionamentos após um período de movimento retrógrado. Questões que ficaram mal resolvidas deverão ser apropriadamente esclarecidas. O diálogo será sua maior ferramenta para isso.

LIBRA
Momento de revisão de hábitos e estilo de vida, procurando adotar hábitos mais saudáveis, pois Vênus entra em retrogradação no setor de saúde hoje. Ainda que fique mentalmente sobrecarregado, você terá a oportunidade de retomar certas questões que envolvem os relacionamentos profissionais.

ESCORPIÃO
Você volta a ser confrontado com questões que se repetem ciclicamente, prejudicando sua autoconfiança nas interações pessoais, pois Vênus se movimenta retrogradamente no setor social. Permita-se resgatar sua criança interior e desfrutar das oportunidades de lazer, conciliando diversões e obrigações.

SAGITÁRIO
Questões emocionais relacionadas à vida doméstica são trazidas à tona por Vênus retrógrado no setor familiar. Questões que você julgava já resolvidas voltam a lhe aborrecer. Ainda que seja estressante lidar com questões repetitivas, conduza-as com atenção, redirecionando-as de maneira sensata.

CAPRICÓRNIO
Antigas atitudes que desestruturaram sua autoconfiança são trazidas à tona pelo movimento retrógrado de Vênus no setor de comunicação. Nutrir sua autoestima será um pré-requisito para as atividades sociais neste período. Será preciso também reavaliar sua forma de interagir com as pessoas.

AQUÁRIO
É momento de rever a maneira como você conduz seu gerenciamento financeiro, pois Vênus transita retrógrado no setor material. Sua instabilidade emocional pode lhe levar a gastar seu dinheiro de maneira inconsequente. Portanto, zele pela objetividade e detalhamento ao definir estratégias.

PEIXES
Você tende a agir de maneira mais individualista, neste momento em que Vênus retrograda em seu signo. Suas atitudes podem beirar o egoísmo, então tenha cuidado e saiba equilibrar os interesses individuais e coletivos. Harmonize-se com as pessoas, demonstrando atenção para as demandas delas.