



extra
net

QUINTA-FEIRA, 18 DE JANEIRO DE 2018

Mais

Cauã Reymond pôs ponto final em namoro; Mariana Goldfarb faz mudança aos poucos

Página B4

“A vida é uma enorme loteria; os prêmios são poucos, os malogrados inúmeros, e com os suspiros de uma geração é que se amassam as esperanças de outra.”

■ Machado de Assis - Escritor (1839 - 1908)





A bela **Sarah Soares** já está em ritmo de comemorações para seu aniversário amanhã.



Cheia de estilo, **Jéssica Morealli Esteves** dá boas vindas à idade nova hoje.



Layane Foschi comemorou com muita festa a passagem de mais um ano de vida.



Sempre sorridente, **Luzia Zampieri** também está na lista dos homenageados do dia.



Esbanjando fofura, as gêmeas **Anelise** e **Ana Laura** completaram nesta semana 2 aninhos de idade. Elas recebem o carinho especial dos papais Leizyane e Caio.



Felicidades e muitos anos de vida para **Tais Mantelli**!



Selfie do jovem **Guilherme Fantini**, completando idade nova nesta quinta.



A data de hoje é especial para **Bruno Cesar**!



Elaine Barboza apagou velinhas na última segunda.



todo MUNDO compra AQUI

2018

SUA CASA completa

GIGANTÃO
REDE
O SHOPPING DO PREÇO BAIXO



As 7 dúvidas mais comuns na hora de tomar remédio

Tomar remédio às vezes parece mais difícil do que sugerem as ordens médicas. Podemos ou não podemos, por exemplo, ingerir o dito cujo em jejum? E eu posso cortar as drágeas e comprimidos para engoli-las com mais facilidade? Pois bem: conheça as respostas a essas e outras das principais dúvidas que as pessoas têm sobre esse assunto:

1. POSSO CORTAR DRÁGEAS E COMPRIMIDOS AO MEIO?

Melhor não. Nada garante que as duas metades ficarão iguais. Isso só está liberado para aqueles comprimidos que possuem um sulco no meio. A prática, porém, deve ser orientada pelo médico.

2. E ABRIR CÁPSULAS?

De jeito nenhum! A capinha ser-

ve para evitar que a droga seja atacada pelo suco gástrico. Se você tem dificuldades de deglutir, veja se não há outras apresentações do mesmo princípio ativo.

3. COM QUE LÍQUIDO DEVO ENGOLIR?

O bom e velho copo d'água é, de longe, o mais indicado. Existem compostos que são sensíveis à acidez da laranja ou do leite e acabam se deteriorando prematuramente.

4. POSSO ENGOLIR A SECO, SEM NENHUM LÍQUIDO?

Por mais que algumas pessoas tenham facilidade, não é muito indicado fazer isso. Há o risco de o comprimido grudar no esôfago e provocar uma grave irritação na parede desse tubo.

5. BEBER ÁLCOOL CORTA O EFEITO?

Álcool e remédios podem levar a uma sobrecarga do fígado quando consumidos em conjunto. Além disso, alguns fármacos têm seus efeitos potencializados ou neutralizados pelos drinques.

6. DEVO TOMAR EM JEJUM OU DE BARRIGA CHEIA?

A recomendação está escrita na bula. Certos medicamentos precisam do estômago vazio para funcionarem, enquanto outros causam até gastrite se não houver um alimento junto.

7. E SE EU TOMAR FORA DE HORA?

O ideal é sempre respeitar o tempo prescrito. Se você esquecer, tome assim que lembrar. Caso tenham se passado muitas horas, comece a contar um novo intervalo a partir dali.

Pantenol pode ajudar no crescimento das sobrancelhas?

A aplicação tópica do produto pode ajudar em alguns casos, entenda quais

As sobrancelhas são a moldura do olhar, pois são capazes de revelar a personalidade, através de traços que exprimem força, expressam determinação, leveza ou criatividade. Por esse motivo, essa pequena região do rosto é alvo de constantes intervenções e ainda temos a influência da moda, traduzida pelas sobrancelhas das celebridades que estão em alta em determinado momento. A pinça e a depilação foram muito utilizadas na década passada para afinar a região. E agora que a palavra da vez é ter sobrancelhas mais cheias, muitas mulheres estão arrependidas e querem uma solução para o retorno dos fios!

PRODUTOS COM PANTENOL AJUDAM NESSES CASOS?

O pantenol é a pró-vitamina B5, muito utilizado em produtos cosméticos, por absorver água e, portanto, possuir um alto poder de hidratação. Ele é absorvido pela pele e sofre transformação química, o que leva a formação da vitamina ativa: o ácido pantotênico. A vitamina B5 é encontrada em todas as células humanas e participa dos processos que garantem energia para as células. Essa propriedade da vitamina é importante na renovação celular e cicatrização das feridas. Também é bastante utilizada em produtos capilares porque a hidratação dos fios garante a maleabilidade e a boa aparência dos fios. Alguns compostos vitamínicos orais contêm a B5 com o objetivo de melhorar o crescimento dos cabelos e unhas, justamente por conta dessa ação energética que ela possui: sabemos que a produção

dos cabelos é um processo que envolve bastante gasto energético!

No entanto, aplicar um produto com pantenol topicamente nas sobrancelhas pode não levar a um efeito de crescimento desses fios. Existem muitos fatores envolvidos na falha das sobrancelhas e algumas situações podem ser irreversíveis, como no caso de cicatrizes. Além disso, temos doenças dermatológicas, como a alopecia areata. Nessa doença, que pode estar presente no couro cabeludo, na barba, nas sobrancelhas, temos a perda dos fios por conta de um problema imunológico. Esse tipo de condição deve ser examinado e conduzido por um médico dermatologista capacitado.

FORMAS MAIS GARANTIDAS DE PREENCHER AS SOBRANCELHAS

A micropigmentação pode ajudar a disfarçar falhas e melhorar o aspecto

geral das sobrancelhas, mas o procedimento tem que ser muito bem pensado e conduzido por um profissional capacitado para que o resultado fique harmônico e não seja definitivo. A injeção do pigmento deve ser feita nas camadas mais superficiais e há que se tomar cuidado extremo com a higiene e com as condições de aplicação para que não haja contaminação e risco de doenças infecto-contagiosas.

É muito recomendado também a maquiagem e o uso de medicações que estimulem a fase anágena (de crescimento): isso pode ajudar bastante na recuperação desses pelos. Por fim, para aqueles que sofreram acidentes e possuem cicatrizes no local, há o transplante de sobrancelhas. É um procedimento extremamente delicado, com resultados interessantes, que deve ser feito por um médico com bastante experiência.



receita

Bolo Mármore para Lanche

INGREDIENTES:

- 4 ovos
- 2 xícaras de açúcar
- 4 colheres de sopa de margarina
- 1 xícara de leite
- 3 xícaras de farinha de trigo
- 2 colheres de sopa de chocolate em pó
- 1 colher de sopa de fermento em pó



MODO DE PREPARO:

- Bata as gemas com açúcar e a margarina
- Acrescente o leite, a farinha de trigo
- Por último coloque as claras em neve e o fermento
- Coloque a massa numa forma de furo central untada, deixando um pouco da massa para misturar o chocolate
- Coloque essa mistura sobre a massa que já está na forma
- Forno por 40 a 50 minutos

SOSEmpresas

Medicina Ocupacional e Segurança do Trabalho

A saúde de sua empresa em nossas mãos.

EXAMES CLÍNICOS OCUPACIONAIS
Admissional / Periódico / Demissional
Troca de função / Retorno ao Trabalho

EXAMES COMPLEMENTARES
Laboratoriais / Audiometrias / Espirometria
Radiografia / Eletroencefalograma-EEG
Eletrocardiograma-ECG / Acuidade Visual

ELABORAÇÃO DE PCMSO
ELABORAÇÃO DE PPRA
ELABORAÇÃO DE LTCAT
ELABORAÇÃO DE PPP
TREINAMENTOS EM GERAL
sos.empresas@hotmail.com
(17) 3442-3751 (17) 98801-2763
Rua José Camargo Arruda, 433
Coester - Fernandópolis - SP

Exames
pré-agendados
TODOS
OS DIAS

B
I
M
M

FERRO VELHO S. PAULO
Comércio de Sucatas em Geral

VENDE-SE PORTEIRAS PARA BRETE,
MATA-BURROS, CORDOALHAS PARA CURRAL,
ANDAIME, TUBOS E METALON

TEL. (17) 3442 2708 - (17) 3442 5050
AVENIDA LUIZ BRAMBATTI, 1124
DISTRITO INDUSTRIAL - FERNANDOPOLIS-SP

CRECI 67022

IMOBILIÁRIA OUROESTE
Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

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

[DOE SANGUE]
[DOE VIDA]

celebridades

Cauã Reymond pôs ponto final em namoro; Mariana Goldfarb faz mudança aos poucos

Mariana Goldfarb ainda não saiu totalmente da casa de Cauã Reymond. Há pouco mais de um ano, os dois passaram a dividir o apartamento triplex na Joatinga e a modelo levou tudo o que era dela para lá. Na última segunda-feira, Mariana foi vista no condomínio. Ela passou o dia no imóvel arrumando sua mudança, que está sendo feita aos poucos.

Na mesma data, Cauã só voltou para casa tarde da noite, após as gravações de “Ilha de ferro”, seriado que vai estrelar e não cruzou com Mariana. Ontem, fotos do ator meditando nu dentro de casa vazaram e viralizaram na internet.

Amigos do ex-casal contam que a crise entre os dois já se arrastava há alguns meses e ficou incontornável em dezembro, após uma crise de ciúme de Mariana. “Apesar de terem passado o réveillon juntos, até achamos que durou muito”, conta uma pessoa próxima à modelo.

O término partiu de Cauã, mas o ator está bastante mexido com a situação porque gosta muito de Mariana. Segundo fontes da coluna, o ator não sabia mais lidar com a imaturidade da namorada.

Cauã Reymond e Mariana Goldfarb decidiram, em comum acordo, não darem declarações sobre o término do namoro. As assessorias de imprensa do ator e da modelo recorrem ao “não falamos da vida pessoal deles” para encerrar o assunto.



Apesar de ter terminado, Cauã Reymond está bem mexido com a separação



Barbara Cunha: frase filosófica e venda de camarote

Desempregada, Monique Evans desabafa: “Fui contra o teste do sofá e olha onde acabei?”

Monique Evans usou as redes sociais nesta terça-feira para fazer um desabafo sobre estar desempregada, aos 61 anos. No texto publicado no Instagram, ela diz que sempre existiu assédio no meio artístico, afirma que nunca fez o famoso teste do sofá e critica a falta de espaço para quem tem talento. “E rolam aqueles dias que queremos fugir da realidade. Queremos entender algumas injustiças, o porquê de alguns terem tanto enquanto outros ralam tanto pra terem tão pouco. O porquê de gente talentosa estar fora da mídia, enquanto temos tanta merda fazendo sucesso... Não entendo! Falam de bundas e peitos e esquecem do verdadeiro talento, de quem estudou e se dedicou anos para aprender a profissão”, postou ela, que é casada com a DJ Cacá Werneck.

“Muitos se vendem, muitos trabalham de graça ou cobram muito pouco, querendo aparecer. E tiram o lugar de grandes profissionais! Assédio, isso rola porque sempre foi aceito em troca de um lugarzinho ao sol. Enquanto quem é determinado, leva a sério seu trabalho é discriminado! Sei bem como é isso! Sempre fui contra o teste do sofá, e olha onde acabei (risos)? Mas o mais importante é dormir sem culpa. Saber do seu valor! Saber que tudo que você conseguiu foi com seus méritos. Posso dormir tranquila! Desempregada, mas tranquila. O sono dos justos!”, finalizou.



Ela fez desabafo após ficar desempregada

Filha de Eduardo Cunha faz bico vendendo vagas em camarote da Sapucaí no Rio








Bárbara Cunha, a Babu, filha de Eduardo Cunha, está fazendo um bico. A loira está vendendo vagas num camarote da Marquês de Sapucaí para o carnaval 2018.

Com o código promocional babuc é possível conseguir um desconto, diz a moça em suas redes sociais. Os preços variam de R\$ 500 (vaga simples num dia menos bombado) a R\$ 7.290,00 mais taxas de R\$ 437,00 (pacote com cinco dias de Sapucaí e mais uma feijoada). Com o código da moça,

o valor total fica em R\$ 7.227,40. Praticamente uma pechincha!

Um dia antes do Ministério Público Federal se manifestar sobre a prisão do ex-deputado Eduardo Cunha - pedindo 386 anos de prisão para ele por crimes de corrupção ativa e passiva, prevaricação e lavagem de dinheiro - Babu postou em seu perfil no Instagram uma frase de Martin Luther King, em inglês. “Eu decidi ficar com o amor. O ódio é um fardo muito grande para se carregar”.

horóscopo

<div>ÁRIES</div> <p>Sol, Lua, Vênus e Plutão continuam associados na décima casa, pois impulsionam sua performance no trabalho, lhe trazendo poder criativo e carisma. A Lua passará amanhã para o setor de amizades, levando suas atenções para as atividades em grupo. Cerque-se de companhias positivas.</p>	<div>GÊMEOS</div> <p>Sol, Lua e Vênus estabelecem conjunção na oitava casa, fortalecendo os laços de intimidade e a maneira como você lida com aspectos relacionados à sua infraestrutura de vida. A Lua adentrará a nona casa em breve, fortalecendo seu lado mais humano e beneficiando seus relacionamentos.</p>	<div>LEÃO</div> <p>Que tal aproveitar os prazeres que já fazem parte de sua vida e curtir a vida cotidiana? A associação de Sol, Lua e Vênus na sexta casa, aguçá seu olhar para as coisas boas da vida, então aprecie o que está à sua volta! A entrada da Lua ainda hoje na quinta casa lhe deixa mais aberto e sociável.</p>	<div>LIBRA</div> <p>Você se mostra mais atencioso quanto às demandas dos familiares, neste momento em que Sol, Lua e Vênus se harmonizam, favorecendo as relações com os entes queridos. Cuide carinhosamente de sua casa, promovendo a boa estruturação cotidiana, pois a entrada da Lua na quinta casa estimulará a vida social.</p>	<div>SAGITÁRIO</div> <p>Sua criatividade no gerenciamento material é aflorada pela associação de Sol, Lua e Vênus, que exalta também suas habilidades de gestão da vida prática. A convivência se torna mais agradável, pois você demonstra generosidade. A Lua adentra o setor de comunicação tornando a vida ainda mais prazerosa.</p>	<div>AQUÁRIO</div> <p>Encarar as dificuldades da vida se torna mais fácil, neste momento em que Sol, Lua e Vênus se assepectam no setor de crise, fortalecendo sua autoestima e sua capacidade de adaptação. A entrada da Lua em seu signo direciona suas prioridades, que se voltam para as demandas pessoais.</p>
<div>TOURO</div> <p>Sua atuação nos estudos e nas interações pessoais é impulsionada pela associação de Sol, Lua e Vênus na nona casa, que aflora o tom de inovação em suas ideias. A Lua adentra amanhã o setor profissional, trazendo criatividade para suas ações. Permita-se mostrar seus talentos.</p>	<div>CÂNCER</div> <p>A associação de Sol, Lua e Vênus na sétima casa exalta as complementariedades em suas relações, promovendo um momento de maior afeto. A iminente entrada da Lua na oitava casa traz um período em que seu grau de exigência quanto à qualidade da vida íntima tende a se intensificar.</p>	<div>VIRGEM</div> <p>A vida social é melhor aproveitada, neste momento em que Sol, Lua e Vênus se associam na quinta casa e lhe deixam mais otimista e de bem com a vida. A Lua migrará ainda hoje para a sexta casa, trazendo suas atenções para o bem-estar na vida cotidiana, que se beneficia com sua positividade.</p>	<div>ESCORPIÃO</div> <p>A associação de Sol, Lua e Vênus no setor de comunicação exalta seu lado mais doce, promovendo um maior bem-estar com as pessoas à sua volta. Você tende a se mostrar mais carinhoso, e a entrada da Lua no setor familiar beneficia especialmente os relacionamentos da vida cotidiana.</p>	<div>CAPRICÓRNIO</div> <p>Você mostra seu lado mais simpático e sua beleza interior aflora, pois Sol, Lua e Vênus se associam. Sua imagem pessoal é projetada, e a passagem da Lua para a segunda casa ainda hoje lhe deixará mais generoso e criativo quanto ao gerenciamento, sejam em casa, no trabalho ou nas finanças.</p>	<div>PEIXES</div> <p>Sol, Lua e Vênus se assepectam na décima-primeira casa, exaltando a amizade em suas relações pessoais. Aproveite para curtir bons momentos em grupo, mas selecione suas companhias, prezando a confiança, pois a entrada da Lua no setor de crise pela manhã traz a necessidade de suporte emocional.</p>