



Tatá Werneck detona seguidora que apontou as celulites dela: “Cuido quando tiver a fim”

Página B4

“Se você falar com um homem numa linguagem que ele comprehende, isso entra na cabeça dele.
Se você falar com ele em sua própria linguagem, você atinge seu coração”

■ Nelson Mandela - Advogado, líder rebelde e presidente da África do Sul (1918 - 2013)



Destaque para o Personal Trainer **Lucas Moraes**, completando idade nova hoje.

Sempre com um sorriso no rosto, **Joice Fabiele Xavier** dá boas vindas à idade nova.



Tanlin Valverde é homenageada pela data. Felicidades!



Hoje o dia é de comemorações para **Alessandro Rodrigues**.



Sucesso e realizações para **Priscila Paschoalini**!



Fabiano Luiz recebe os parabéns de amigos e familiares, em especial, da noiva **Polyanna Florian**.



Selfie do aniversariante **Lucas Boni**.

Wender Casale recebe felicitações da galera.



Recebendo o carinho especial dos filhos **Vinicius** e **Guilherme**, **Rotil Souza** celebra a passagem de seu aniversário.

OVOS de PÁSCOA

R\$ 4,90 100 gramas

mais BARATO sempre!

GIGANTÃO O SHOPPING DO PREÇO BAIXO

SUA CASA completa

GIGANTÃO O SHOPPING DO PREÇO BAIXO

receita**Mousse de Queijo com Goiabada****INGREDIENTES:**

- 1 lata de leite condensado
- 1 lata de creme de leite
- 1/2 queijo branco
- 1 sachê de gelatina sem sabor e incolor
- 5 colheres de sopa de água
- 300 g de goiabada em pedaços
- Água o suficiente para derreter a goiabada

**MODO DE PREPARO:**

- Bata no liquidificador o leite condensado, o creme de leite e o queijo até que os ingredientes se misturem muito bem
- Coloque a gelatina em pó sobre a água e espere até que ela fique hidratada
- Esquente em banho-maria até que a gelatina se dissolva completamente (sem ferver) e acrescente ao liquidificador batendo sempre
- Coloque em uma forma de buraco no meio untada com óleo e leve à geladeira
- Em uma panela no fogo baixo, derreta a goiabada com um pouco de água até que ela fique cremosa
- Sirva com a mousse

**Quinta-Feira
22/03 às 20h**
Teatro Municipal
Info. 3442.3797

Ponto de vendas
WIZARD by Pearson R. Espírito Santo 1556, Centro

Ingressos antecipados com desconto: www.billetteriaexpress.com.br

Apoio Cultural:
oextra **Sharcos** **Peteca**

Apresentam
A Fabulosa História do Patinho Feio
Adaptação e Direção: Daniel Nunes
Música: Adaptação e Arranjo: Bento Nunes
Apresentação: Cíntia Andrade

Apresente este cupom e ganhe R\$10,00 de desconto
desconto válido na compra do ingresso online

**Quinta-Feira
21/03 às 20h**
Teatro Municipal
Info. 3442.3797

Ponto de vendas
WIZARD by Pearson R. Espírito Santo 1556, Centro

Ingressos antecipados com desconto: www.billetteriaexpress.com.br

Apoio Cultural:
oextra **Sharcos** **Peteca**

Leitura Obrigatória
FUVEST/UNICAMP 2019
O CORTICO
Adaptação e Direção: Daniel Nunes
Música: Cíntia Andrade

Apresente este cupom e ganhe R\$10,00 de desconto
desconto válido na compra do ingresso online

B
BIMM

FERRO VELHO S. PAULO
Comércio de Sucatas em Geral

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

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

**Lanches e Sucos
RODOVIÁRIA**
LANCHES, SALGADOS
TORTAS E SUCOS

Tel: (17) 99723-1809

AVENIDA ANGELO DEL GROSSI, 90
BOX 4 - FERNANDÓPOLIS-SP

**Lanches e Sucos
RODOVIÁRIA**
LANCHES, SALGADOS
TORTAS E SUCOS

Tel: (17) 99723-1809

AVENIDA ANGELO DEL GROSSI, 90
BOX 4 - FERNANDÓPOLIS-SP

Melhore sua autoestima!

Autoestima é a opinião e o sentimento que cada pessoa tem por si mesma; é a capacidade de respeitar, acreditar e amar a si mesma. A autoestima é um trabalho diário e exige dedicação na mesma proporção que se dá aos filhos, ao companheiro, ao conhecimento, à carreira, à saúde e à beleza.

Para manter a autoestima, faça a si mesma o que você faz aos outros: incentivar, admirar, elogiar, desejar o melhor, tratar bem, com carinho e atenção. Ao se proteger, você preserva sua dignidade, não permitindo abusos. Se alguém te "atacar", terá forças para reverter o problema a tempo, pois quem tem autoestima reconhece sua capacidade e confia nela.

A autoestima elevada é a condição vivida por pessoas que são elogiadas, apoiadas, autoconfiantes, que têm amor próprio, não vivem em conflito e não são ansiosas e inseguras. A baixa autoestima é o sentimento que se manifesta em pessoas inseguras, criticadas, indecisas, depressivas e que buscam sempre agradar outras pessoas.

BAIXA AUTOESTIMA

A baixa autoestima revela uma pessoa que não expressa os seus sentimentos, que os guarda a sete chaves. Na tentativa de ocultar os seus senti-

mentos para os outros, ela acaba tornando-se mentirosa para si mesma.

QUAIS SÃO AS CARACTERÍSTICAS MAIS COMUNS DESSAS PESSOAS?

- Possuem tendências perfeccionistas e precisam se sentir no controle de tudo o que acontece a sua volta — o que provoca altos níveis de stress.
- Tendem a ser negativas.
- Preocupam-se demais com o que os outros vão pensar dela.
- Culparam os outros pelos seus problemas.

- Têm pouca concentração e geralmente são causadores de problemas.
- Não pensam em si, somente nos outros.
- Evitam emitir suas opiniões, gostos, valores, pensamentos e sentimentos.

Perde-se a autoestima quando se passa por muitas deceções, frustrações; ou em situações de perda, ou quando não se é reconhecido por nada. Também quando não somos valorizados ou nunca recebemos elogios.

O que nos abala na realidade não é a falta de reconhecimento por parte de alguém, mas principalmente a falta de reconhecimento por nós mesmos! Desse modo, sua autoestima, no final das contas, é determinada

por você mesma: pare de culpar seus pais, parentes, amigos ou colegas pela deterioração da sua auto-imagem. Quem tem que se preocupar com ela é você, não os outros; não permita que eles a contaminem.

COMO AUMENTAR A AUTOESTIMA?

As pessoas que possuem uma autoestima alta e positiva são capazes de superar qualquer situação que traga uma dificuldade ou desafio todos os dias. No outro lado da moeda, quem mantém uma autoestima baixa só se permite limitar e fracassar. Confira algumas dicas para melhorar a sua autoestima:

- Nunca se esqueça de agir de forma coerente com o que você pensa e sente. Acima de tudo, nunca deixe de confiar em si mesma. Lembre-se de todas nós temos nossa própria percepção da realidade, e por isso não precisamos nos preocupar tanto com o que os outros pensam.
- Acostume-se a perceber e a valorizar as características boas que você tem e das quais sente orgulho. Os seus pontos fortes e fracos são um tesouro, pois fazem com que você seja extraordinário e único para qualquer outra pessoa.

tidas por indesejáveis dores na parte abdominal, que incomodam antes ou durante a menstruação. A dismenorreia, termo científico para a cólica menstrual, varia bastante em intensidade da dor de mulher para mulher. Para algumas, é um verdadeiro incômodo que pode acabar com o dia.

O corpo feminino possui estruturas reprodutivas, tais como o útero, os ovários e as trompas, que todo mês se preparam para receber um bebê. Nessa preparação, cria-se uma camada dentro do útero chamada endométrio, responsável por nutrir o embrião. Quando o corpo percebe que o óvulo não foi fecundado e, então, não precisará suprir o tal embrião, começa o processo inverso — o próprio endométrio reconhece que não mais será utilizado e libera a prostaglandina. Esta substância fará o útero contrair-se para que o endométrio seja, então, eliminado do organismo. As contrações do útero comprimem os nervos e os

vasos sanguíneos à sua volta, causando dores no baixo-ventre. E é assim que, finalmente, surge a cólica menstrual.

TRATAMENTO

Por se tratar de uma síndrome, não existe tratamento 100% eficaz já que os sintomas variam muito para cada mulher. Entretanto, existem medidas que ajudam muito:

Como a TPM está ligada à ovulação, muitas mulheres podem se beneficiar do uso da pílula anticoncepcional (que suspende a ovulação).

Opte por alimentos mais saudáveis, incluindo na sua dieta mais folhas verdes e frutas, além de praticar atividades físicas.

Desintoxicação do fígado: O objetivo da desintoxicação é evitar um desequilíbrio nos níveis hormonais, principalmente entre o estrogênio e a progesterona. As funções metabólicas do fígado são muitas: ele está diretamente envolvido no metabolismo dos carboidratos, gorduras e proteínas, além de armazenar vitaminas e minerais na produção de colesterol e hormônios.

A desintoxicação inclui aumento da ingestão de líquidos, fibras, frutas e vegetais. Além disso, deve-se evitar a ingestão de alimentos que aumentam a formação de toxinas, como carboidratos, gordura trans, açúcar, álcool e café em excesso.



Criptograma

Dica para a palavra-chave oculta: Documento brasileiro obrigatório.

Ao redor.	✿	♪	⌚	♪	⌚	⌚	♪
Oposto; contrário.	⌚	⌚	♥	♥	★	✿	★
Relativo aos cabelos.	✿	★	⌚	★	⌚	⌚	♪
Ressoar, ecoar.	♪	★	♥	⌚	⌚	⌚	♪
Característica marcante de um cachorro.	✿	★	⌚	⌚	⌚	⌚	★
Adjetivo gentílico (fem.).	⌚	⌚	⌚	⌚	⌚	⌚	⌚
O que passou do limite.	★	⌚	⌚	★	⌚	⌚	♪
Delícia gelada (pl.).	✿	♪	×	⌚	♥	★	✿
Título de nobreza (fem.).	⌚	⌚	×	⌚	⌚	⌚	⌚
Lugares aonde moravam os escravos.	✿	★	⌚	⌚	⌚	⌚	✿
Mina com ouro.	⌚	⌚	×	⌚	⌚	⌚	⌚
Conserta carros (fem.).	⌚	★	⌚	⌚	⌚	⌚	⌚
Trabalha nos jornais.	×	★	⌚	♪	×	★	×
Meio de comunicação.	♥	★	⌚	★	⌚	⌚	★
Ajustar.	✿	⌚	⌚	⌚	⌚	⌚	×

Sudoku

1		2			4			
	2			3	9			
9	7				5			
		4				5	7	
			5	4	1			
3	5					1		
		3			7	9		
		1	4			8		
9			2			6		

Caça Palavras



CAVALO
CHAVE
COMPUTADOR
CORTINA
CORUJA

CRONOMETRO
CUPIDO
CORACAO
DADOS
DEDO

Lavanderia Ouroeste
Fornecemos Nota Fiscal
Lavamos e passamos qualquer tipo de roupa
Buscamos e entregamos em Domicílio
vivo 17 99646-9916
Claro 17 99222-8789
Rua Antonio Raposo, 1229 - Centro - Ouroeste - SP
Av. Artur de Oliveira, 258 - (em frente a Ind. Tébarrot) - Valentim Gentil - SP

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Quinta-feira, 17h30

Rosália repreende Maria Alice por querer trabalhar enquanto estuda. Gabriela pede que Flora e Alex a ajudem a encontrar Kavaco. Mel sente falta da atenção da mãe. Gabriela encontra Kavaco e Melissa se irrita com a atitude da professora. Brigitte tenta chamar a atenção de Breno. Alex convida Maria Alice para sair. Jairo e Melissa estranham o aparecimento de dinheiro em casa e desconfiam de Kavaco. Tito luta por Flora, que está mais próxima de Érico. Melissa confronta Kavaco.

TEMPO DE AMAR

Quinta-feira, 18h00

Eva entrega a Teodoro desenhos da casa de Conselheiro. Eunice pede que Isolina seja sua parteira. Edgar e Carolina se casam. Olímpia volta ao Brasil e anuncia que lançará um livro. Vicente tenta convencer Maria Vitória a velejar com ele em seu barco. Celeste Hermínia convida Inácio para acompanhá-la em seu recital. Firmino revela a José Augusto as maldades de Delfina contra sua família. José Augusto enfrenta Delfina. Alzira afirma que Artur será um bom marido para Celina. Celina e Artur se casam. Emilia decide ir para Paris com Fernão.

DEUS SALVE O REI

Quinta-feira, 19h15

Afonso, Amália e família procuram por Levi sem sucesso. Osiel é forçado por Lucrécia a pintá-la. Catarina avisa a Rodolfo que, enquanto ele não se separar de Lucrécia, não acontecerá mais nada entre eles. Brumela aceita contratar Ulisses como assistente de cozinha. Catarina manda Luciola ameaçar Emídio, caso ele não cumpra o acordo. Romero não gosta de saber que Ulisses trabalhará na cozinha do castelo. Emídio encontra Levi escondido em uma carroça. Amália e Afonso avisam a Emídio que Levi não irá com ele. Rodolfo flagra Lucrécia abraçada a Orlando.

SBT CARINHA DE ANJO

Quinta-feira, 20h30

Inácio resolve conversar para Diana a respeito das fotos. Cassandra coloca água fervente na orquídea de Estefânia para matar a planta. Dulce Maria dá parabéns para Madre Superiora após Bárbara e Frida dizerem para ela que a religiosa está grávida. Madre Superiora desmaia. Estefânia fica chateada ao ver a maneira estranha e rápida com que sua orquídea murchou. Cassandra pede desculpa para Rogério e diz que foi grosseira com ele após cair no papo de Bruna. Miguel hipnotiza Madre Superiora para conversar com Diana a respeito das fotos.

O OUTRO LADO DO PARAÍSO

Quinta-feira, 21h00

Clara confronta Renato. Sophia provoca Mariano por causa de Johnny, mas afirma que contratará o irmão do garimpeiro. Renato confessa a Clara que tramou seu assassinato com Sophia, e que seu único interesse eram as esmeraldas. Patrick agride Renato ao descobrir que ele causou a morte de Beatriz. Gael ajuda Clara e aparta Patrick e Renato. Mercedes conforta Josafá. Clara pede que Patrick não a deixe. Melissa decide trabalhar no bordel e Leandra a apresenta às mulheres. Laura se consulta com Nalva. Amaro pede perdão a Estela e diz que sente sua falta, mas a professora o expulsa de sua casa. Amaro pede ajuda a Mercedes para reconquistar Estela. Renatoarma com Sophia para destruir Clara e decide ir para o Rio de Janeiro.

Humor

VELHO MORTO

O velho acaba de morrer.
O padre encomenda o corpo e faz muitos elogios:

- O finado era um ótimo marido, um excelente cristão, um pai exemplar!!!...

A viúva se vira para um dos filhos e lhe diz ao ouvido:

- Vai até o caixão e veja se é mesmo o seu pai que está lá dentro...

QUEM É ESSA AÍ, PAPAI?

A mãe pede ao filho para ligar para o celular do pai avisando a hora do jantar.

- E aí, meu filho, o que ele disse?
- Mãe, já liguei 3 vezes e sempre quem atende é uma mulher.

- Deixa aquele safado! Ele vai ver quando chegar em casa...

Mal o pai aparece na frente da casa, ela parte pra cima dele, dá a maior surra no marido.

Os vizinhos se aproximam pra ver o que está acontecendo.

Ela gritando como louca:

- Safado, cafajeste, vagabundo!!! Venha cá meu Filho. Fale pra todo mundo o que aquela mulher falou para você ao telefone.

O Filho, diz:

- Ah Mamãe , ela disse "O número para o qual você ligou encontrou-se desligado ou fora de área."

PESCANDO NO HOSPÍCIO

No hospício, o doido sentado num banquinho, segura uma vara de pescar mergulhada num balde de água.

O médico passa e pergunta:

- O que você está pescando?

- Otários, doutor. - Responde o doido

- Já pegou algum?

- O senhor é o quinto.

O AMIGO DO JOÃOZINHO

A mãe pergunta ao Joãozinho:

- Joãozinho, por que é que você

já não passa tempo com o seu amigo Pedro?

Joãozinho responde:

- Mãe, você gostaria de passar tempo com alguém que fuma, bebe e fala palavrões o tempo todo???????

- Claro que não, Joãozinho!

- Pois é mãe, o Pedro também não gosta.



INSTITUTO DE OLHOS
CIRURGIA DE CATARATA (FACOMELISFAÇÃO), 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

CRECI 67022
IMOBILIÁRIA OUROESTE
Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

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

celebridades

Tatá Werneck detona seguidora que apontou as celulites dela: "Cuido quando tiver a fim"

Tatá Werneck se irritou com uma seguidora no Instagram que apontou para a sua celulite em uma foto da participação da atriz e humorista no programa "Altas Horas", que foi ao ar no último sábado. "Meu Deus, olha as celulites da Tatá, Jesus...", escreveu a internauta na rede social.

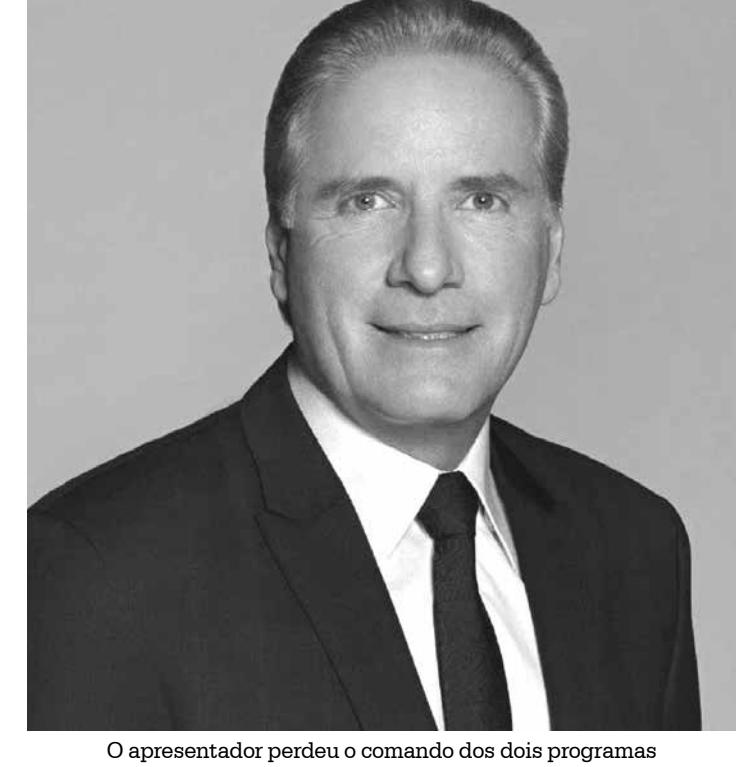
A atriz de "Deus Salve o Rei" não gostou do que leu e deu uma resposta direta: "Jesus está olhando pela minha saúde, minha família, minha segurança. Seria pedir demais que, com tantos problemas no mundo, Ele olhasse pra celulites. Se nem eu olho... Só olha gente que não quer olhar pra si. Vamos deixar Jesus cuidar do mundo doente, das mentes más. Das minhas celulites, quando tiver a fim, eu cuido".

A estrela também opinou sobre beijo técnico. "Eu sempre dei beijo técnico na vida... Eu nunca vi a necessidade de não ser técnico e, hoje em dia, ainda mais que eu namoro um ator, eu exijo por lei que seja sempre técnico", concluiu Werneck.

A intérprete da princesa Lucrécia de Deus Salve o Rei revelou que já simulou estar sentindo prazer na hora do sexo e que se arrepende. "Não fingindo eu estou ensinando os homens a serem menos egoístas e só parar quando eu estiver satisfeita", avaliou a humorista.



Atriz participou do "Altas Horas" no último sábado



O apresentador perdeu o comando dos dois programas

Roberto Justus perde espaço para Gugu e fica sem contrato com a Record

Roberto Justus, em breve, não fará mais parte do elenco da Record TV. A emissora decidiu que não renova o contrato com o apresentador, que ficou sem programas desde que o 'Power Couple' e, possivelmente, 'A Fazenda', foram parar nas mãos de Gugu.

Para a Record, em nenhum dos programas que comandou, Justus conseguiu reper-

tir o sucesso de 'O Aprendiz', que apresentou entre 2004 e 2014. Além disso, o empresário se recusou a renegociar o salário diante da crise na TV, segundo o Notícias da TV.

O contrato de Justus vence no meio do ano e ele já articula a compra dos direitos do formato de 'O Aprendiz', além dos planos de ter sua própria produtora.



Paulo Gustavo se declara ao marido: "Nossa família vai aumentar já já"

Casado com o dermatologista Thales Bretas desde 2015, o humorista Paulo Gustavo não economizou nas palavras de amor para o marido no seu aniversário de 30 anos.

"Hoje é aniversário do cara mais incrível do mundo! Eu sou tão feliz, reali-

zado de ter ele comigo! Eu acordo TODOS OS DIAS e agradeço a Deus por esse presente! Um cara alegre, generoso, estudioso, cuidadoso, parceiro, amigo e muito do bem. Um cara totalmente família, dedicado aos pacientes e amigos! Um ser humano integral, verdadeiro! Thales você merece TUDO, TUDO que você desejar, porque eu sei que você

só deseja coisas boas, não só pra você, mas pra todos que estão a sua volta!", disse Paulo.

"Vocês são incríveis! Parabéns ao amor da minha vida! 30 Aninhos... affffff.... Muita coisa linda ainda vai acontecer! Todos nós morremos de orgulho de você! Nossa família vai aumentar já já! Quero essa casa cheia de Thalesinho correndo sem parar! Te amo!

"Feliz Aniversário", escreveu o ator de 39 anos.

Paulo Gustavo e Thales Bretas já tentaram ter filhos através de um barriga de aluguel, mas a mulher, supostamente, perdeu os bebês gêmeos. Pouco depois, foi revelado que o casal sofreu um golpe. O ator se manifestou dizendo que não deixaria o problema abalar sua vontade de ter uma família.

horóscopo



ÁRIES

Sua mente é dinamizada pela entrada de Mercúrio em seu signo, o que favorece as atividades que estimulam o intelecto. Você anseia por novos desafios e é impulsionado a uma alta produtividade. Não se sobrecarregue mentalmente e evite preocupações. Com planejamento você tornará esta fase agradável.



GÊMEOS

A companhia de pessoas mais velhas se mostra mais atraente, pois você busca pessoas que possam lhe passar sabedoria, neste momento em que Mercúrio entra na décima primeira casa. Esta troca será valiosa e gratificante, representando algo extremamente útil em sua vida.



LEÃO

Os aspectos subjetivos de sua vida são exaltados pela entrada de Mercúrio na nona casa. Estudos mais complexos e assuntos voltados para a espiritualidade entram em foco. As questões relacionadas ao autoconhecimento demandam uma organização mental, então, esteja atento a este aspecto.



LIBRA

Os relacionamentos pessoais passam por momentos de bom entendimento e boa articulação mental acerca das tarefas coletivas. Ao entrar na sétima casa, Mercúrio deixa sua atitude mais racional e analítica ao lidar com os relacionamentos. Procure agir de maneira a promover e facilitar conciliações.



SAGITÁRIO

O lazer se associa ao intelecto, neste momento em que Mercúrio passa a transitar pela quinta casa. Uma vez mais consciente de seu próprio poder criativo, você tende a buscar estímulos em atividades introspectivas e de cunho cultural, ou na companhia de pessoas seletas.



AQUÁRIO

O ingresso de Mercúrio na terceira casa exalta as atividades de cunho intelectual e traz maiores responsabilidades no âmbito profissional. Você se fortalece internamente a partir de sua autoconfiança e sensibilidade, sentindo-se seguro para defender ideias. Procure parcerias para suas iniciativas.



TOURO

Você se sente mais seguro de si para encarar os desafios que demandam planejamento estratégico. Ao entrar no setor de crise, Mercúrio indica que você se destaca pela sua obstinação, mas inspire cuidados, pois você pode acabar ficando obcecado pelo trabalho. Procure equilibrar esta tendência.



CÂNCER

A Lua em Aquário recebe um ótimo aspecto de Urano indicando um dia de movimento agradável em seu mundo emocional. Um relacionamento importante pode aprofundar-se. O momento é ótimo para acordos e negociações que envolvem um empréstimo, uma sociedade ou uma parceria financeira.



VIRGEM

Nutra sua harmonia interior e vivencie os desafios do dia a dia de maneira cautelosa e racional, neste momento em que Mercúrio adentra a oitava casa. Os assuntos voltados ao seu universo interior, como seus desejos e temores, são alvo de suas reflexões mais profundas neste período.



ESCORPIÃO

As rotinas e demandas da vida prática são encaradas de maneira lúcida, neste momento em que Mercúrio ingressa na sexta casa. Reveja suas prioridades e aprimore a qualidade de sua vida cotidiana. Harmonize os relacionamentos com os companheiros profissionais, tirando proveito das parcerias e resultados.



CAPRICÓRNIO

Que tal colocar a vida doméstica nos eixos? Ao passar pela quarta casa, Mercúrio aguça seu poder de organização e sua autocritica. Hoje, prefira ambientes mais organizados e a companhia de pessoas mais maduras, pois isso lhe ajudará a harmonizar suas emoções.



PEIXES

A entrada de Mercúrio na segunda casa aguça seu poder empreendedor, estimulando a organização da vida material. Sua percepção clara acerca das demandas e do potencial dos investimentos favorece a definição de estratégias que lhe ajudam a otimizar os interesses. Aproveite!