

Mion faz reflexão sobre filho autista: “Não trocaria o Romeo por criança alguma”

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)



Lucas Dias é muito felicitado pela data. Ele recebe o carinho especial de sua amada **Isabela Maldonado**.

A simpática **Bruna Evangelista** brinda à passagem de mais um aniversário. Parabéns!



Sandra Moreno posa para as fotos de preto do curso de Psicologia.



Pedro Lucas de Lima Souza festeja mais um niver ao lado da mamãe **Monaisa Viegas**.



A **TXIII turma de Medicina de Fernandópolis** posa para um click especial na festa dos 100 dias.



Muitos anos de vida e muitas felicidades para **Fábio Amaral**.

Cássio Araújo recebe os parabéns especial da querida **Joyce Fernandes**. Felicidades!



André Madalosso esteve em ritmo de festa ao celebrar seu aniversário no último domingo (30).



Alex dos Santos recebe muitas homenagens de amigos e familiares pela data especial.

GRANÇAS

os melhores **BRINQUEDOS** você só encontra aqui no **GIGANTÃO!!!**



Saiba como proteger o seu filho da bronquiolite

Nove em cada 10 mães com bebês recém-nascidos tem medo dessa palavra, principalmente aquelas que tem filhos que nasceram (ou vão nascer) no outono ou inverno. Mas o que é patologia? Como posso identificar no meu filho os sinais de gravidade?

Todas as mães tem horror só de pensar em levar seu filho ao pronto socorro e correr o risco de pegar esta temida doença. E com razão! Afinal, a bronquiolite é a principal causa de internação entre os bebês menores de 2 anos nos meses mais frios do ano.

A bronquiolite é a inflamação dos brônquios . Esses brônquios são a parte mais fininha da via aérea responsáveis por levar o ar aspirado dos brônquios aos alvéolos pulmonares. Durante a bronquiolite, esses brônquios incham e ficam inflamados com muco dentro, dificultando a troca de ar de dentro para fora dos pulmões.

A maioria das bronquiolites são causadas pelos vírus sincicial respiratório (VSR). No entanto, vários outros vírus podem causar essa condição como metapneumovírus, parainfluenza e influenza. Esses vírus são os responsáveis pelas gripes e resfriados comuns mas, nos bebês, além do resfriado, podem “ atacar os pulmões”, causando a inflamação nos



brônquios e dificultando a respiração destas crianças.

Crianças de até 2 anos são as vítimas preferenciais da bronquiolite, pois seu sistema imune ainda não está maduro o suficiente para combater o agente viral.

COMO É TRANSMITIDO A BRONQUIOLITE?

Os vírus são transmitidos através de contato com secreções de outras pessoas contaminadas. Portanto, é importante lavar as mãos do bebê e do cuidador com frequência para diminuirmos o risco de transmissão, além de manter o ambiente arejado e evitar lugares com muitas pessoas.

FATORES DE RISCO

- Menores de 2 anos
- Preamturos
- Aleitamento artificial
- Cardiopatas

- Contato com muitas crianças (creches)
- Carteira de vacinação desatualizada

SINTOMAS

A bronquiolite começa como uma leve infecção respiratória, um resfriado comum mesmo. Na maioria dos bebês vai se resolver normalmente porém, em outros, pode atingir o pulmão, levando a mudança do quadro “ benigno” para uma piora dos sintomas.

Essa piora geralmente ocorre até o terceiro dia de evolução da patologia e pode se caracterizar com chiado no peito, dificuldade para respirar, falta de ar, tosse, retrações intercostais (músculos ao redor das costelas que afundam à medida que a criança tende a respirar).

TRATAMENTO

A grande maioria dos ca-

sos de bronquiolite pode ser tratada em casa com inalações com soro fisiológico e limpeza nasal (acompanhada ou não de aspiração nasal). Os antibióticos não são eficazes neste tipo de patologia por não se tratar de uma infecção bacteriana. Eles são aceitos somente se houver em complicações no quadro (como pneumonias). Para evitar a desidratação, certifique-se de que seu bebê esteja tomando muito líquido no período. Geralmente em 7 dias a criança está recuperada da bronquiolite!

Mantenha sempre seu filho com a carteira de vacinação atualizada e tenha consultas periódicas com seu pediatra. É ele quem pode te ajudar e orientar nos primeiros sinais da bronquiolite e de qualquer doença no seu filho.

receita

Bolinho de Carne Moída Simples

INGREDIENTES:

- 1/2 kg de carne moída
- 1 ovo
- 1/2 colher de sopa margarina
- 1 colher de café de leite
- Tempero a gosto
- Salsa e cebolinha picadinha
- 1 colher de chá de molho shoyu
- Farinha de rosca até dar o ponto de fazer bolinhos ou bifeinhos
- Óleo para fritar



MODO DE PREPARO:

- Coloque em uma vasilha a carne moída, ovo, margarina, leite e o tempero
- Misture tudo com a mão, depois de tudo misturado coloque molho shoyu e a farinha aos poucos até dar ponto para enrolar
- Depois da massa pronta fazer em forma de bolinho ou bife
- Colocar óleo para esquentar e coloque para fritar
- Essa receita serve como alμόndega também.

Quantas vezes por semana pode esfoliar o rosto? Saiba a frequência ideal e confira dicas

Você já deve saber que a esfoliação é uma parte essencial da rotina de cuidados com a pele. Ela limpa mais profundamente, retirando impurezas acumuladas e eliminando células mortas, além de promover a renovação da pele. Mas você sabe quantas vezes por semana deve fazer a esfoliação do rosto - e como fazer da melhor forma?

Esclarecemos essas dúvidas e ainda separamos algumas dicas para você aprender a esfoliar o rosto e conquistar aquela pele lisinha e perfeita.

POR QUE É IMPORTANTE ESFOLIAR A PELE DO ROSTO?

A sua pele está sempre se renovando e a esfoliação ajuda no processo ao eliminar as células mortas do rosto. Além de deixar sua pele macia e bonita, a prática ajuda a reduzir manchas e marquinhas. Esfoliar o rosto também ajuda a desobstruir os poros, reduzindo a chance do aparecimento de acne.

Como a esfoliação estimula a circulação do sangue no local, ela também contribui para a aparência jovem e descansada. Por isso, ela é indicada para todos os tipos de pele, seja oleosa, mista, seca ou mesmo sensível. Para garantir os efeitos positivos, não se esqueça de hidratar o rosto depois de esfoliar.

DE QUANTO EM QUANTO TEMPO A ESFOLIAÇÃO DEVE SER FEITA?

É verdade que a esfoliação traz muitos benefícios para a sua pele e ajuda a deixá-la bem mais linda e saudável. Mas não é indicado esfoliar o rosto com muita frequência, já que isso pode deixar a pele mais sensível e até mesmo ressecada.

O intervalo ideal vai depender do seu tipo de pele. As donas de pele oleosas podem fazer a esfoliação no rosto até duas vezes por semana - mas não mais por isso. Já quem tem pele mais seca deve esfoliar apenas uma vez por semana ou a cada 15

dias. Exagerar na frequência pode deixar o rosto ressecado e até mesmo causar o efeito rebote, aumentando a produção de óleo.

CONHEÇA ALGUNS TIPOS DE ESFOLIAÇÃO

A esfoliação é recomendada para todos os tipos de pele. Mas, além da frequência, os tipos de esfoliantes usados para cada tipo de pele também podem variar. O primeiro passo é escolher um produto próprio para o rosto, já que os esfo-

liantes corporais têm grãos maiores e podem machucar a pele.

Os esfoliantes também podem surgir em gel, creme ou mesmo na forma de máscaras, sendo indicados para as peles oleosas, normais e mistas. Já se o seu rosto é sensível ou com muita acne, pode ser mais indicado optar pela esfoliação química. Ela não contém grãos e a esfoliação é feita com a ação dos componentes químicos, o que evita que o produto machuque a pele.



[DOE SANGUE
DOE VIDA]

Apoio:
oextra

PARCELE SUA
TATTOO
NO CARTÃO DE
CRÉDITO

Jhonny L'attoo

SUA TATTOO
SEU ESTILO.

(17) 3463-1609
Rua Bahia 1446 - Centro - Fernandópolis-SP

VISA
Elo

SENHOR
FAZ TUDO

CNPJ: 28.784.053/0001-60

MANUTENÇÃO E INSTALAÇÃO DA CASA

ELÉTRICA | HIDRÁULICA | ESGOTO
REPARO DE TORNEIRAS E VÁLVULAS HIDRA
VARAL DE PAREDE E TETO | CORTINAS
PAINEL E SUPORTE PARA TV's
LIMPEZA PÓS-OBRA | INTERFONE
VENTILADORES E LUSTRES
LIMPEZA DE CAIXA D'ÁGUA | TERRENOS
MONTA DESMONTA MÓVEIS | REPINTURA

RICARDO JESUS

(17) 99745 2459 | 99742 2459

TRABALHAMOS COM MUDANÇA

B
BIM
M

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 - FERNANDOPOLIS-SP

celebridades

Nicole Bahls intensifica treinos e faz lipo para casamento: “Gordura incomodava”

Nicole Bahls subirá ao altar em breve. Noiva de Marcelo Bimbi, com quem vai oficializar a união no dia 4 de dezembro na Igreja da Candelária, no Centro do Rio de Janeiro, a assistente de palco do “Ferdinando Show”, no Multishow, conta como está preparando o corpo para a festa. “Retirei do cardápio o carboidrato, prin-

cipalmente no jantar. Cortei fritura, carboidrato só depois das 14 horas, mas continuo comendo proteínas e legumes”, fala. A modelo, no entanto, confessa que foge do cardápio de vez em quando e abusa de algumas guloseimas: “Sou louca por bolo de chocolate com coco, bolo de cenoura e bolo de champanhe. Às vezes não aguento e acabo me deliciando”.

Segundo Nicole, ela também que pretende eliminar alguns quilinhos para o grande dia. “Desde quando comecei a dieta eu perdi só cinco quilos, preciso perder mais cinco até o casamento”, relata. A atriz até intensificou os treinos para o casamento, assim como Karina Bacchi. “Faço musculação três vezes por semana e aulas de ginástica localiza-

da todos os dias”, comenta a repórter, satisfeita com sua boa forma: “Fiquei dois anos sem uma rotina rígida de treinos estou voltando com tudo”. A influenciadora digital, inclusive, ganha o incentivo de Bimbi na malhação. “Marcelo sempre me ajuda muito na dieta e me incentiva muito malhar, ele tem uma rotina e segue a risca, é muito regrado”, fala.



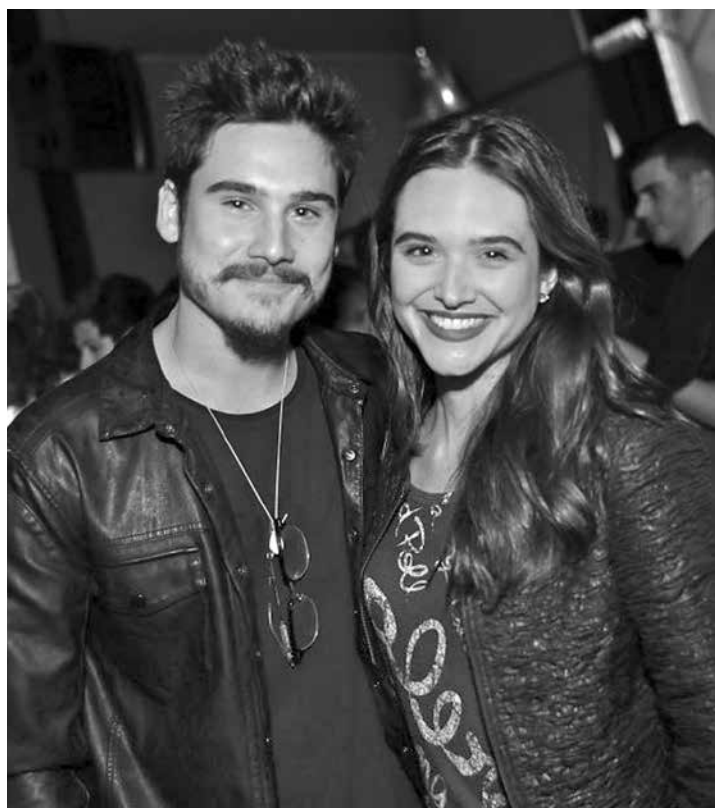
Ela subirá ao altar no dia 4 de dezembro

Nicolas Prattes assume ser fã de Juliana Paiva

Nicolas Prattes e Juliana Paiva, sem rotular o relacionamento, participaram do “Mais Você” desta terça-feira (2). No papo com Ana Maria Braga, o ator assumiu a admiração pela colega de elenco: “Eu já acompanhava o trabalho dela, já era fã dela. A gente se conhecia de longe. A gente se cruzou pela vida algumas vezes”. A apresentadora mandou indireta sobre o romance do casal, fotografado aos beijos em diversas ocasiões: “Vocês são muito bonitinhos juntos”. Porém, a atriz despistou ao ser

questionada sobre o shipp deles: “Samurocas”.

Na novela “O Tempo Não Para”, Samuca e Marocas estão separados. Porém, a atriz torce pela reaproximação do casal: “Existe uma admiração mútua e um respeito grande ali. Eles vão tentar tocar a miudeza sem misturar as coisas”. “Mesmo separados, eles são muito parecidos. Sempre digo que eles tiveram um encontro de almas e têm coisas em comum. Acho que não vai demorar muito”, completou Prattes.



Atualmente, os dois estão na novela ‘O Tempo Não Para’



Marcos Mion com os filhos

Marcos Mion faz reflexão sobre filho autista: “Não trocaria o Romeo por criança alguma”

Pai coruja, Marcos Mion prestou uma homenagem ao filho Romeo, de 13 anos. Em seu perfil no Instagram, o apresentador de “A Fazenda 10” compartilhou um vídeo em que aparece ganhando carinho do primogênito, clicado dançando clássico do rock com ator. “Algum tempo atrás contei no programa do Danilo Gentili sobre ter quebrado com o amor uma barreira específica do autismo, que é evitar e não gostar do toque e do enlace. Que amor foi esse? Foi uma força maior

que tudo que me guiava para segurar o Romeo, pequeno em meus braços, quando ele não queria nenhum tipo de abraço”, relatou ele, que também é pai de Donatella, 10, e Stefano, 9, fotografados em momentos em família.

APRESENTADOR CITA SUPERAÇÃO COM FILHO

Mion contou também como driblou as dificuldades. “Sabe quando você ‘ativa’ o amor e consegue sentir o coração quente enquanto ele emana uma energia de

amor? Já tentou fazer isso? Juro que dá! Era sentindo isso que eu o segurava em meus braços e ia acalmando o nervoso que ele sentia. Perdi a conta de quantas vezes e por quanto tempo fiz isso. Mas a dedicação de toda minha família, a minha não aceitação de uma condição, hoje me dá o prazer de ter meu Romeo assim comigo o dia inteiro! Fui parado muitas vezes na rua por pessoas que passam pelo mesmo e que encontraram no meu depoimento a força

e motivação pra lutar. E por que quem tem uma criança especial tem que lutar? Porque a evolução é possível! Autismo não é uma doença, é uma condição neuro comportamental, isso quer dizer que pode evoluir ou regredir. E uma parte da evolução depende de profissionais capacitados, mas a maior parte, os grandes responsáveis, são os pais! Esses tem que colocar tudo de lado e se entregarem a cuidar e encerrar o presente que Deus deu”, disse o marido de Suzana Gullo.

horóscopo



ÁRIES

As relações são desafiadas com cônjuge, sócios ou parceiros. Uma pessoa significativa para a experiência encontra-se em desafio e mexe com o seu estado de segurança e bagagens familiares. A experiência lhe permite obter bem-estar e equilíbrio espiritual. Ainda está ansioso.



TOURO

É desafiador para você lidar com pessoas do trabalho ou com pessoas do seu ambiente próximo. O cenário é tenso e exige de você despreendimento e superação. Mas, desde alguma forma, sente-se reconhecido em atividades com amigos ou projetos que esteja envolvido.



GÊMEOS

Sente-se desafiado para equilibrar as finanças ou assuntos que envolvam investimentos. É necessário desenvolver o seu valor, para integrar as atividades com a satisfação pessoal. Podem ocorrer intrigas e desafios fortes. Mas os caminhos estão ampliados para focar na carreira e na profissão.



CÂNCER

Está sendo testado em suas posturas em família e com uma pessoa importante para a experiência. É necessário usar a expressão para eliminar os desafios com superação. Apesar dos desafios, o cenário lhe traz abertura para o campo afetivo e para a seguir com leveza perante a vida.



LEÃO

É desafiador para você elaborar emoções que se relaciona com pessoas do seu convívio e a forma de interagir com a sua saúde ou rotina. É necessário virar a página com entendimento e sabedoria. Mas existem cura e leveza para limpar processos emocionais que interferem em sua autoestima.



VIRGEM

É desafiador para você interagir com amigos ou grupos nos quais esteja envolvido. A falta de compatibilidade pode interferir nas relações de trabalho e numa nova visão sobre a realização financeira. Apesar dos desafios, o céu lhe oferta boas relações, principalmente para o campo afetivo.



LIBRA

Assumir as rédeas de sua vida vem exigindo muito de você e o coloca em desafio com familiares ou pessoas que se relacionam com o seu contexto de vida e futuro. Seja sábio, agindo com desapego e sabedoria. O cenário profissional segue em destaque e lhe proporciona crescimento e autoestima.



ESCORPIÃO

Analise com sabedoria o seu julgamento sobre as experiências que vem passando com parentes ou pessoas do seu convívio. A situação mexe muito com o seu emocional e exige de você maturidade. Mas está ótimo para receber o melhor da vida e desfrutar da vida com mais leveza e reconhecimento.



SAGITÁRIO

O desapego de experiências é essencial para o seu desenvolvimento. Examine os projetos com entendimento. Mas o cenário é de cura e boas relações com pessoas que considera da família e que lhe traz paz e leveza. A autoestima passa por intervenções favoráveis.



CAPRICÓRNIO

Sente dificuldade para expressar o que pensa no relacionamento ou com uma pessoa especial para a experiência. O cenário indica que o controle é prejudicial para o seu desenvolvimento, mas que precisa ter força e foco. Apesar dos desafios, uma pessoa está presente e deseja ficar em sua vida.



AQUÁRIO

É desafiador lidar com assuntos do trabalho e da sua rotina. Atenção com documentos ou com o seu campo de visão, que deve ser ampliado com entendimento e sabedoria. Tudo isso lhe traz muito desgaste e irritação. Mas a ideia é encontrar o seu ponto de equilíbrio.



PEIXES

É desafiador para você lidar com a autoestima, com assuntos de namoro e filhos. Examine a experiência para tomar uma decisão sábia perante aos conflitos apresentados. Virar a página é necessário. Mas o cenário lhe proporciona equilíbrio e leveza para encontrar o eixo emocional e espiritual.