



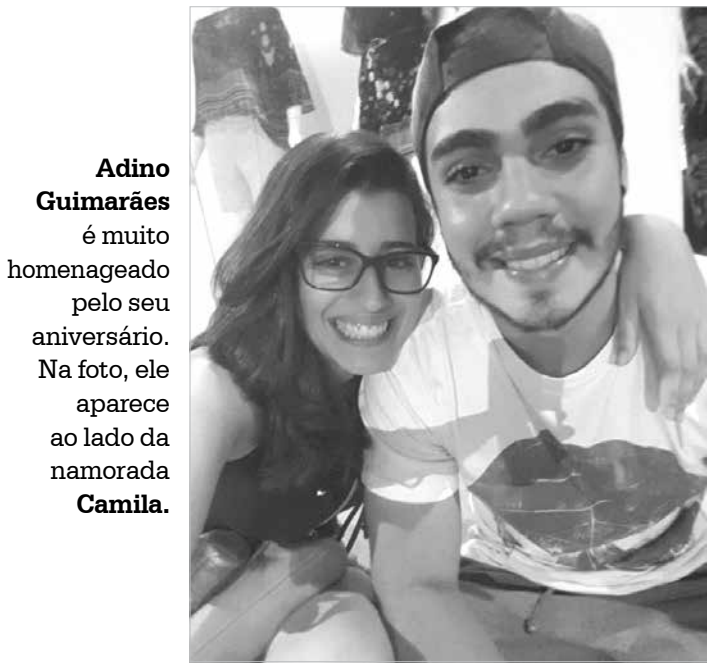
Eduarda Giantomassi celebra a passagem de mais um ano de vida. Felicidades!



Sempre de bem com a vida, **Helbia Castilho** festeja a data em grande estilo.



O professor de Informática da Etec, **Marcelo Tadeu Boer**, completa idade nova nesta quarta-feira. Na foto, ele aparece com ex-alunos de Informática na colação de grau.



Adino Guimarães é muito homenageado pelo seu aniversário. Na foto, ele aparece ao lado da namorada **Camila**.



Isabella Giacometti também está na lista dos aniversariantes homenageados de hoje.



Gui Chacra Villela recebe os parabéns de amigos e familiares.



O querido **Igor Bota** é muito felicitado pela data.



Muitos anos de vida para ele, **Paulo Antonias**.



O auxiliar docente de Informática da Etec, **Paulo Henrique de Oliveira Fachin**, recebe muitas felicitações pela data especial.

**HOMENAGEIE** seu ente querido com
AS MAIS LINDAS FLORES e ARRANJOS PERMANENTES



FINADOS



Febre maculosa: o que é, sintomas e tratamento

Febre maculosa brasileira é uma doença transmitida pelo carrapato-estrela ou micuim da espécie *Amblyomma cajennense* infectado pela bactéria *Rickettsia rickettsii*. Esse carrapato hematófago pode ser encontrado em animais de grande porte (bois cavalos etc.), cães, aves domésticas, roedores e, especialmente, na capivara, o maior de todos os reservatórios naturais.

SINTOMAS

Quando a bactéria cai na circulação causa vasculite, isto é, lesa a camada interna dos vasos (endotélio). Os primeiros sintomas aparecem de dois a quatorze dias depois da picada. Na imensa maioria dos casos, sete dias depois.

A doença começa abruptamente com um conjunto de sintomas semelhantes aos de outras infecções: febre alta, dor no corpo, dor da cabeça, inapetência, desânimo. Depois, aparecem pequenas manchas avermelhadas, as máculas, que crescem e tornam-se salientes, constituindo as maculopápulas.

Essas lesões podem apresentar o componente petequial (petéquia é uma pintinha hemorrágica parecida com uma picada de pulga) e, às vezes, ocorrem peque-



nas hemorragias subcutâneas no local das maculopápulas petequiais.

A erupção cutânea é generalizada e manifesta-se também na palma das mãos e na planta dos pés, o que em geral não acontece nas outras doenças exantemáticas (sarampo, rubéola, dengue hemorrágica, por exemplo).

TRATAMENTO

A febre maculosa brasileira tem cura desde que o tratamento com antibióticos (tetraciclina e clorafenicol) seja introduzido nos primeiros dois ou três dias. O ideal é manter a medicação por dez a quatorze dias, mas logo nas primeiras doses o quadro começa a regredir e evolui para a cura total.

Atraso no diagnóstico e, consequentemente, no início do tratamento pode provocar complicações graves, como o comprometimento do sistema nervoso central, dos rins e pulmões, das lesões vasculares e levar ao óbito.

RECOMENDAÇÕES

Evite o contato com carrapatos. Se, por acaso, estiver numa área em que eles possam existir, tome as seguintes precauções:

- Examine seu corpo cuidadosamente a cada três horas pelo menos, porque o carrapato-estrela transmite a bactéria responsável pela febre maculosa só depois de pelo menos quatro horas grudado na pele;

- Use roupas claras porque facilitam enxergar melhor os carrapatos;
- Coloque a barra das calças dentro das meias e calce botas de cano mais alto nas áreas que possam estar infestadas por carrapatos;
- Tenha cuidado ao retirar o carrapato que estiver grudado em sua pele;
- Não se esqueça de que os sintomas iniciais da febre maculosa são semelhantes aos de outras infecções e requerem assistência médica imediata. Esteja atento ao aparecimento dos sintomas comuns a vários tipos de infecção e procure um médico para diagnóstico diferencial.

Melanina: o que é e qual sua função?

É comum ouvir falar que alguém possui mais ou menos melanina no corpo, mas afinal de contas, o que isso realmente significa? A resposta é cor! Em termos gerais, essa proteína é responsável por garantir coloração à pele, cabelos e outros pelos no corpo - mas essa não é sua única função.

Nos tecidos, a melanina também tem a responsabilidade de proteger a pele da ação prejudicial dos raios UV, mantendo o DNA intacto dentro das células. Quer saber mais? Veja quais são os tipos de melanina e saiba como melhorar a produção no corpo por meio da alimentação!

TIPOS DE MELANINA: SAIBA AS DIFERENÇAS ENTRE AS CONSTRUTIVAS E FACULTATIVAS

Para entender como a concentração de melanina consegue dar cor à pele, é importante saber que ela se divide em dois tipos dentro do corpo. Enquanto a quantidade de melanina construtiva é determinada pela genética (definindo se a pele será clara, morena ou negra), a melanina do tipo facultativa é produzida apenas quando nos expomos ao sol, causando o

bronzado reversível. Na lógica, quanto mais melanina, mas escura será a coloração da pele, pelos e cabelos.

MELANINAS AUMENTAM DE PRODUÇÃO PARA PROTEGER A PELE EXPOSTA AO SOL

Sabe aquele belo bronzado que fica no visual após um dia de praia ou piscina? Ele tem significado: a cor nada mais é do que uma reação do organismo para proteger o corpo e o DNA dentro das células. Assim, quando os raios solares entram em contato com a derme, a produção da melanina facultativa aumenta para resguardar o material genético e, por consequência, a cor do corpo é momentaneamente alterada.

QUEM TEM MAIS MELANINA ESTÁ NATURALMENTE PROTEGIDO DO EFEITOS DO SOL?

No entanto, é importante esclarecer uma confusão comum: peles negras - que indicam maior presença de melanina - não estão mais protegidas de problemas graves causados pelo sol apenas por causa do excesso da substância, viu?

Ainda que a quantidade de melanina mais elevada dei-

xe o corpo mais protegido e resistente à vermelhidão e formação de rugas, o excesso de exposição ao sol pode causar a diminuição das defesas orgânicas do corpo, provocando manchas, perda de brilho natural e outros efeitos colaterais.

Portanto, as recomendações de proteção em dias ensolarados são as mesmas: todos os tipos de pele devem:

- Se expor ao sol preferivelmente no horário recomendado;
- Usar filtro no FPS adequado;
- Investir em chapéus e bonés;
- Manter a hidratação constante tanto durante quanto após a exposição solar.

ALIMENTOS PODEM MELHORAR A PRODUÇÃO DE MELANINA NO CORPO

É importante lembrar que para manter o bronzado em dia - além de evitar irritação, vermelhidão e outras reações causadas pela ação dos raios UV - é possível recorrer aos alimentos que estimulam a produção de melanina. Em geral, os mais recomendados são os ricos em betacaroteno, vitamina A, C e E, tais como:

- Cenoura;
- Tomate;
- Mamão;
- Couve;
- Agrião;
- Abóbora
- Espinafre



**DOE SANGUE
DOE VIDA**

Apoio:
oextra

**PARCELE SUA
TATTOO
NO CARTÃO DE
CRÉDITO**

Thonny Tattoo

SUA TATTOO
SEU ESTILO.

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

VISA VISA Electron

receita

Bolo de Cacau

INGREDIENTES:

- 2 xícara de farinha de trigo ou integral
- 1 xícara de açúcar
- 1 ovo
- 1/2 xícara de cacau (uso 100%)
- 1/2 xícara de óleo
- 1 xícara de água morna
- 1 colher (sopa) fermento

MODO DE PREPARO:

- Misture todos os ingredientes
- Leve ao forno por 40 minutos a 180° C

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



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

ACESSE:
www.oextra.net



**Informação com
credibilidade**

celebridades



Atriz conta que já está com o cabelo curto há quase 15 dias

Deborah Secco desfila na SPFW e fala de novo visual: “Cria um renascimento”

Deborah Secco teve seu dia de modelo nesta segunda-feira (22) na São Paulo Fashion Week: a atriz participou do desfile da marca Torinno com o novo visual, adotado após cena intensa em “Segundo Sol”, novela na qual interpreta Karola. “Estou me amando! E já estou com esse cabelo há um supertempo, embora pra vocês pareça recente, pra mim já não é tanto. Fiquei usando um boné com cabelo costurado para esconder por quase 15 dias”, disse em entrevista.

O cabelo curtíssimo, entretanto, não é uma novidade para Deborah. “Tive esse cabelo quando fiz a novela Vira-Lata, eu tinha 15 anos e foi muito mais traumático

do que dessa vez. Mas adoro mudar de visual e adoro quando tenho personagens que exigem essa entrega. Já emagreci 11kg, já engordei 20kg, já fiquei loira platinada, que é um cabelo que jamais teria por opção própria. E agora poder fazer uma transformação na frente do público é muito legal, porque geralmente a gente se transforma no pré ou pós-novela, mas diante do público é muito lindo, uma experiência artística única. E é muito gratificante receber esse carinho das pessoas que entendem o nosso desapego com a estética, vaidade e escolhas por uma questão muito maior, que é a arte”, argumentou a atriz, cuja filha, Maria Flor, reagiu de forma fofa ao novo visual.



Graciele foi parar no hospital após participar de um evento

Graciele Lacerda conta que se afastou da web após infecção: “Estava no hospital”

Sempre ativa nas redes sociais, Graciele Lacerda “sumiu” do Instagram e explicou o motivo nesta segunda-feira (22). Em seu Instagram, a mulher de Zezé Di Camargo, com quem já oficializou o relacionamento, contou que foi parar no hospital após participar de um evento na semana passada com o sertanejo: “Oi, gente. Sumida, né? Vou explicar porque sumi. Não foi porque eu quis. Foi porque na quinta-feira, depois do evento com o mô na Praia Grande, eu fui direto para o hospital com muita febre. Eu fiz os exames básicos na hora. Só que como eu não estava sentindo nada, não tava gripada, com tosse, dor no estômago, precisava descobrir o motivo da febre. Porque eu não tinha sintoma algum”.

A capixaba, garantiu que está bem após realizar exames para descobrir a raiz do problema: “Na sexta eu fiquei em casa quietinha, a febre ia e voltava e ficou assim. Dava febre, eu tomava remédio e passava. Depois, eu tava bem e voltava a febre. Eu passei sábado e domingo no hospital fazendo uma bateria de exames. Me viraram do avesso. Nos exames descobriram que eu estava com uma infecção. Mas fiz todos exames e nada. Estava tudo tranquilo. Só está faltando meu exame de vírus que só sai amanhã. Mas estou bem. Desde ontem que não tenho febre. Estou zerada. O médico fala que provavelmente foi algum vírus e o próprio corpo expulsa”.

Fátima Bernardes responde carta de fã sobre separação

Fátima Bernardes surpreendeu um internauta que publicou uma carta falando sobre sua separação de William Bonner e do seu relacionamento com Túlio Gadêlha – com quem já declarou não perder tempo com discussão. No texto, Rafa, como se apresenta, usa uma foto da apresentadora com o pernambucano para parabenizá-la sobre a forma como tratou o término do casamento de 26 anos com o âncora do “Jornal Nacional”. “Vocês nos mostraram que grandes histórias também chegam ao fim, e que um novo amor pode estar nos esperando em um futuro próximo”, escreveu o dono do perfil “Precisava escrever”. Nos comentários, Fátima escreveu: “Obrigada pela mensagem, pelo carinho. Fiquei realmen-

te emocionada. Um beijo. E se atualmente não dou mais boa noite, fique com o meu bom dia”.

Na carta, o internauta escreveu: “Oi, Fátima! A gente ainda não se conhece. Quer dizer... Tudo bem que trocamos aqueles “boa noite” durante anos, toda vez que eu te respondia enquanto você estava encerrando o Jornal Nacional, mas acho que isso também acontecia com milhares de outras pessoas. Como não se sentir íntimo de alguém que estava na sala de casa todos os dias? Alguém que fazia os meus pais se sentarem religiosamente em frente à TV. Alguém que foi para o Japão e ajudou a trazer o Penta pro Brasil. É por essas e outras que eu sinto um carinho especial por ti. Recentemente vi uma foto sua com o

atual namorado e senti vontade de te escrever. Sei lá... A impressão que eu tenho é que o seu sorriso naquela foto serve como uma linda lição. Eu falo isso porque sou um dos que fiquei um tanto assustado quando veio a notícia da sua separação. Não era algo que eu esperava. Eu senti um aperto no peito como se fosse o casamento de alguém muito próximo chegando ao fim. Foi complicado pra mim, que acompanhava tudo de longe, imaginar que mais ainda pra você e pra sua família. Mas foi aí que veio a parte mais bonita, o real motivo dessa carta”. Fátima Bernardes e William Bonner foram casados de 1990 a 2016 e são pais dos trigêmeos Laura, Beatriz e Vinícius Bonemer.



Fátima e Bonner foram casados de 1990 a 2016

horóscopo



ÁRIES

O seu regente Marte é ativado consideravelmente e o auxiliará em decisões, principalmente na sua atuação em projetos. Existe uma urgência para mudar e virar a página. Calma, você está no caminho certo, mas precisa usar suas posturas com consciência das mudanças que estão por vir. É importante desapegar de comportamentos controladores.



TOURO

Inicia o dia com abertura para interagir com sócios, com clientes e com o cônjuge. Um ângulo forte com Urano indica que não é tudo que está no seu controle; e os imprevistos, afastamentos ou mudanças podem ocorrer. É um dia bom para tomar decisões profissionais, entretanto existem situações que podem conflitar com suas decisões e afetar seu emocional.



GÊMEOS

Esteja aberto às mudanças que afetam sua rotina ou sua atuação no trabalho. Um ângulo com Saturno indica que você será capaz de organizar tudo. É importante salientar que o trabalho em equipe está em conflito e todos passam por mudanças, as quais afetam os resultados. Entretanto, você será auxiliado por uma pessoa que vem para trazer soluções.



CÂNCER

Com o ingresso do Sol em Escorpião, você será levado a perceber melhor o seu valor, iluminando o campo afetivo. Existem mudanças que afetam amigos e projetos, mas são necessárias ao seu desenvolvimento. Está mais consciente das mudanças e das decisões que precisa tomar para direcionar as metas. É importante entender que o seu controle não é absoluto.



LEÃO

O cenário ilumina mudanças significativas para o seu crescimento profissional e também para o “modelo de vida atual”. Há colaboração para tomar decisões e, se estiver casado, o cônjuge participa ativamente dos movimentos. Mas é importante salientar que precisa tomar decisões essenciais para transformar sua rotina e sua atuação profissional.



VIRGEM

Sente a necessidade de se afastar de algumas pessoas, seja por falta de tempo, ou por conta da incompatibilidade de ideias. O céu deixa muito claro que você precisa assumir o controle de sua atuação no trabalho e Marte te auxilia nas decisões. Por outro lado, saia de posturas controladoras que afetam negativamente as suas relações.



LIBRA

Existe a necessidade de inovar a forma de olhar para o seu dinheiro e para possíveis investimentos. Pode ter a sensação de não haver controle e de estar “pisando em ovos”. Não tenha medo, siga em frente com os mesmos propósitos, tudo vai dar certo. O cônjuge toma decisões favoráveis para o desenvolvimento de ambos.



ESCORPIÃO

Com o ingresso do Sol em seu signo, tudo fica mais iluminado e acentua a sua percepção sobre si mesmo e seus desejos. Mas é importante entender que as mudanças são inevitáveis ao seu desenvolvimento, portanto inove suas ações. É um dia bom para tomar decisões no trabalho, entretanto você sente dificuldades para atuar à sua maneira.



SAGITÁRIO

Há mudanças em sua percepção sobre o trabalho. O céu indica que é importante inovar e estar aberto a possíveis mudanças em sua atuação. Isso mexe muito com o seu emocional. Uma pessoa o auxilia a tomar decisões que favoreçam sua autoestima. O namoro segue iluminado. Atenção com o controle que é prejudicial ao seu desenvolvimento.



CAPRICÓRNIO

Há mudanças em sua atuação em equipe ou com amigos. O céu indica que a inovação é necessária ao seu desenvolvimento em grupo. É inviável manter uma postura controladora com pessoas próximas. Examine suas posturas. Independentemente dos desafios, você encontra um cenário bom para encaminhar decisões financeiras para a família ou para o imóvel.



AQUÁRIO

Com o ingresso do Sol no signo de Escorpião, há aberturas para o setor profissional. Mas é importante saber que existem mudanças e possíveis afastamentos com pessoas muito próximas a você. É um dia bom para tomar decisões que promovam a sua imagem e interesses pessoais. O desafio ainda é o emocional, pois está sendo testado a buscar sua liberdade.



PEIXES

Mudanças na sua forma de pensar e interagir geram cortes ou afastamentos de pessoas. Isso já acontecia, entretanto com o ingresso do Sol em Escorpião ficou mais claro e evidente. Está ótimo para estudar e focar em sua filosofia de vida. Uma decisão é importante para expressar informações valiosas ao seu desenvolvimento.