

Réveillon 2023

Tendências para você arrasar na virada

Ainda dá tempo de se inspirar em combinações confortáveis da moda. Páginas 4 e 5



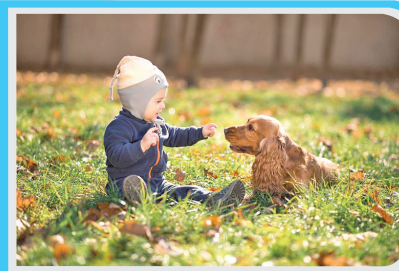
Fotos: Divulgação

Reprodução



Mega-Sena
Economista simula sugestões de como administrar o maior prêmio da história. Página 02

Reprodução



Amparo emocional
Especialista orienta pais na procura de cães como “amigos” de filhos com necessidades específicas. Página 06

MEGA SENA

Economista simula sugestões de como administrar o maior prêmio da história

Bruna Marques

Bastam apenas R\$ 4,50 e muita sorte para tornar-se um multimilionário. Está chegando a Mega-Sena da Virada 2022, que este ano pagará o maior prêmio da história, estimado em R\$ 450 milhões, já descontado o imposto de renda. O valor é calculado com base no acumulado ao longo dos sorteios deste ano de 2022. As apostas já podem ser feitas e o sorteio será em 31 de dezembro.

Diferente dos outros, este sempre acaba com um ou mais vencedores. Aquele que conseguir acertar os seis números é o grande vencedor, sendo que dividirá de maneira igualitária entre os outros que também acertarem. Se não houver ganhadores na faixa principal, o prêmio será dividido entre os acer-

tadores da 2ª faixa (com o acerto de 5 números) e assim por diante.

Mas o que fazer com tanto dinheiro? A forma de investimento, segundo o professor da Estácio, Hugo Meza, diz que basicamente há três tipos de perfil de investidor: conservador, moderado e arrojado. Para cada perfil, ele simula algumas sugestões, que vai desde a poupança para aqueles que não são arrojados até investir em ações para os que não são nem conservador e nem moderado.

Com base no valor do prêmio da Mega Sena da Virada, 450 milhões, Meza simula algumas sugestões baseadas às condições atuais da economia (novembro de 2022): ou seja, Selic de 13,75% ao ano. São elas, de acordo com os três perfis de investidor:



TABELINHA

Conservador

Poupança: 40% - R\$ 180.000.000,00
Renda Fixa (0,9% ao mês): 20% - R\$ 90.000.000,00
Tesouro Direto: 10% - R\$ 45.000.000,00
Imóveis: 30% - R\$ 135.000.000,00
Total: 100% - R\$ 450.000.000,00

Moderado

Poupança: 20% - R\$ 90.000.000,00
Renda Fixa: 22% - R\$ 99.000.000,00
Tesouro Direto: 20% - R\$ 90.000.000,00
Fundos de ações: 15% - R\$ 67.500.000,00
Dólar: 8% - R\$ 36.000.000,00
Imóveis: 15% - R\$ 67.500.000,00
Total: 100% - R\$ 450.000.000,00

Arrojado

Renda Fixa: 20% - R\$ 90.000.000,00
Tesouro Direto: 10% - R\$ 45.000.000,00
Dólar (renda variável): 10% - R\$ 45.000.000,00
Ações (renda variável): 30% - R\$ 135.000.000,00
Ações estrangeiras BDRs (renda variável): 10% - R\$ 45.000.000,00
Fundos de Investimentos Imobiliários FIIS (renda variável) 20% - R\$ 90.000.000,00
Total: 100% - R\$ 450.000.000,00





SAÚDE OCULAR NA infância

Até os 2 anos de idade é importante que as consultas médicas sejam realizadas a cada 6 meses

Bruna Marques

O período do final do ano, marcado pela chegada do verão e das férias escolares, costuma causar um aumento da preocupação dos pais com seus filhos pequenos, que tendem a passar mais tempo entretidos com atividades dentro e fora de casa. É nesta época que muitos adultos aproveitam para resolver pendências e realizar os importantes check-ups de saúde nas crianças. O bem-estar visual também entra nessa equação, mas é muitas vezes esquecido pelos pais.

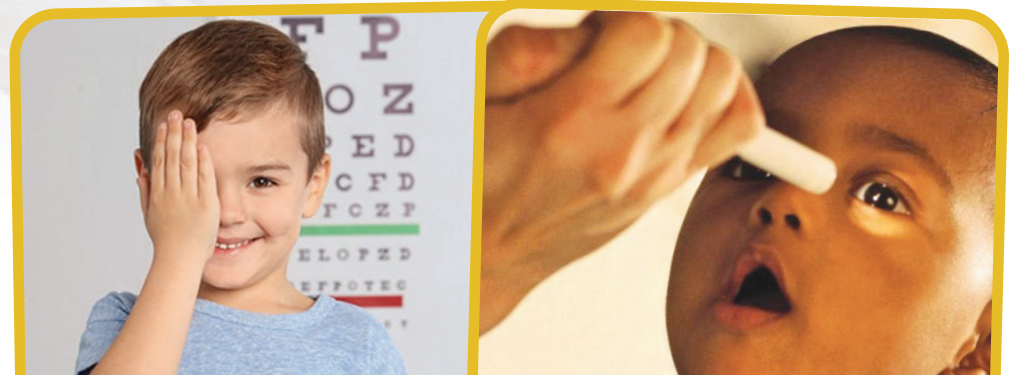
É importante que o acompanhamento oftalmológico seja realizado desde o nascimento do bebê.

“Nas primeiras horas de vida, o recém-nascido deve ser submetido ao Teste do Olhinho, exame que avalia o reflexo da luz no fundo do olho da criança e pode apontar doenças como catarata e câncer. Até os 2 anos de idade é importante que as consultas médicas sejam realizadas a cada 6 meses, já que é nesta fase que os olhos se desenvolvem melhor. Após esse período é indicado que as crianças visitem o oftalmologista anualmente”, afirma Kleyton Barella, médico oftalmologista e especialista em catarata, glaucoma e cirurgia refrativa.

Diferentes estudos apontam que os índices

de miopia, por exemplo, que é uma das disfunções visuais mais comuns em todo o mundo e caracteriza-se pela dificuldade na focalização de imagens a longa distância, tem crescido a cada ano, sobretudo entre a população de crianças e jovens, graças ao uso desenfreado de aparelhos eletrônicos. Segundo uma pesquisa publicada em 2021 pela revista científica The Lancet, o contato com as telas durante o período de pandemia fez com que a miopia progredisse cerca de 40% entre os jovens de 5 a 18 anos.

Outros estudos, como um levantamento recente publicado pelo jornal



ESCOLHENDO AS LENTES CERTAS PARA CRIANÇAS

Para os casos em que a disfunção visual dos jovens pacientes possa ser solucionada a partir da prescrição de um óculos de grau, é importante escolher lentes que proporcionarão a correção adequada, a proteção necessária e que sejam resistentes ao dia a dia infantil. “Optar por materiais mais resistentes e leves vão ga-

rantir uma vida útil maior aos óculos e proporcionar mais tranquilidade aos pais. Materiais como o policarbonato, por exemplo, são 10 vezes mais resistentes e 30% mais finos e leves que as lentes de acrílico”.

Atualmente, é possível encontrar diferentes opções de óculos bloqueadores no varejo óptico. “A

saúde ocular não pode ser deixada de lado, sobretudo para as crianças, que por conta da idade e do pouco desenvolvimento do corpo, correm ainda mais riscos de sofrerem danos visuais. É importante que o consumidor exija os tratamentos para lentes de marcas confiáveis e de boa procedência”, finaliza.

Ophthalmology, também indicam que crianças míopes possuem maior tendência a doenças como ansiedade e depressão do que aquelas que não possuem problemas de visão.

“Mesmo que apresente alguma disfunção visual, é comum que a criança não consiga perceber sozinha a necessidade de visitar um oftalmologista. Por isso, é

imprescindível que os pais fiquem atentos a qualquer sintoma de incômodo ocular e a atitudes como aproximar demais os objetos do rosto ou franzir a testa para tentar enxergar algo a média e longa distância”, ressalta Barella.

Além disso, independentemente da idade, os pais e responsáveis devem ficar sempre atentos ao compor-

tamento e às queixas dos pequenos. “Os sintomas mais comuns de que algo pode estar errado com o sistema ocular dos mais novos são: lacrimejamento em excesso, presença de secreções anormais nos olhos, vermelhidão, coceira, inflamação, dores de cabeça constantes, alta sensibilidade à luz, entre outros”, complementa.

Réveillon 2023

Tendências para você arrasar na virada

Ainda dá tempo de se inspirar em combinações bonitas e confortáveis da moda

Bruna Marques

O ano novo está chegando e vestir branco para a virada é tradição. A cor também é escolhida por representar paz e alto-astral, por isso predomina nas confraternizações e festas de fim de ano.

Para garantir sucesso na escolha das peças, a consultora de imagem, Larissa Almeida, trouxe dicas do que é tendência para arrasar no look da virada de ano.

Segundo a especialista de moda, calças, saias, vestidos de crochê e trico estão bombando nas coleções de alto verão 2023. Além disso, paetês e franjas também são grandes apostas para arrasar nas comemorações de fim de ano.

“Estou vendo bastante até nas fast fashion como Renner”, explica Larissa.

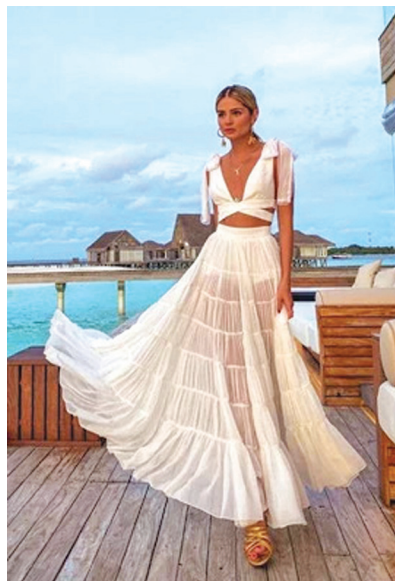
Peças no tule, com transparências e hot pant por baixo; amarrações e recortes nas roupas também estão em destaque. O branco é tradicional para esta época. “O rosa chiclete, verde limão e o laranja estão em todas as coleções de alto verão”, aponta.

Larissa afirma que, apostar em mix de acessórios coloridos com roupas brancas e off-white, deixa a produção mais elegante. “Combinar rosa com verde e laranja com rosa também fica show. Além disso, acessórios de acrílico e com penduricalhos, tipo pulseiras com muitos pingentes também deixam a produção mais bonita”.

CUSTOMIZE O QUE JÁ TEM NO GUARDA-ROUPA

A customização é uma opção interessante. Está na moda a barra cortada a fio, ou seja, sem costura. Por isso, Larissa acredita que fica mais fácil mexer nas peças em casa. “Vale pegar camisetas e blusas de malha canelada e transformar em cropped, cortar as calças jeans e deixá-las mais curtas, tipo cigarrete, e deixar a barra desfiada, para dar cara nova à calça”, ensina.

O cós dos jeans também está sendo retirado, então é uma transformação que vale para aquela calça antiga parada no armário. “Além disso, incrementando os looks que já tem com muitos acessórios coloridos”, recomenda.



Fotos: Divulgação

Dicas para lavagem perfeita das peças

Para garantir que nenhum imprevisto atrapalhe sua escolha do look perfeito, é importante se preparar com antecedência, por isso, a lavagem correta das roupas é essencial para garantir que nada estrague esse momento especial.

Lavagem separada – Essa é a principal regra quando se fala em lavar roupas brancas. É indispensável a separação de peças claras e escuras ao iniciar qualquer ciclo de lavagem. Esse cuidado é importante para evitar que a tinta de tecidos mais escuros saia durante a lavagem e manche as peças mais claras ou até mesmo faça uma transferência de cor e mude completamente a tonalidade das peças, como o rosa no branco, por exemplo.

Manchas – O aparecimento de manchas indesejáveis é comum com o tempo, assim como amarelamento. Nesses casos, o uso de produtos profissionais faz toda diferença. Alvejantes sem cloro também são uma opção. Vale lembrar que cada tipo de tecido tem recomendação específica e é importante ficar atento às instruções na etiqueta.

Armazenamento – Guardar as peças corretamente depois de usá-las também faz parte do processo de conservação. O armazenamento em sacos de tecido que permitam a ventilação é o mais recomendado. Essa é a melhor maneira de evitar acúmulo de pó e mofo e faz com que as roupas brancas permaneçam sempre com aspecto de novas, prontas para o próximo réveillon.

Dica de ouro: Caso apareça alguma manchinha indesejável na peça branca que você vai usar na festa de Réveillon, a consultora de imagem trouxe uma receita caseira, para ajudar você se livrar do problema e arrasar com o seu look.

“Em um balde, acrescente para cada 5 litros de água (de preferência quente), 1 copo de álcool, mais 2 colheres de sopa de bicarbonato e 2 colheres de sopa de sabão. Deixe a roupa de molho nesta mistura, no sol, por uns 30 minutos e pronto”, finaliza.



SANTA LUZIA

ESCOLHA A SUA MODALIDADE

- ✓ MUSCULAÇÃO
- ✓ FUNCIONAL
- ✓ JUMP
- ✓ HIDROGINÁSTICA
- ✓ RITMOS
- ✓ MUAYTHAI

ESPAÇO AMPLO

Com o espaço estendido a unidade Santa Luzia, possui mais que 1.000m², com muito mais espaço para os seus treinos.

EQUIPAMENTOS

Com muitos equipamentos novos, agora são mais de 160 equipamentos, para deixar o seu treino muito mais completo.

PAGAMENTO

Aceitamos pagamento no dinheiro, no cartão de crédito e no cartão de débito. Não cobramos taxa de manutenção, matrícula ou anuidade. Não temos fidelidade no plano mensal.

AVENIDA SÃO NICOLAU, 757 - VILA SANTA LUZIA
(67) 9 9208-8922 / (67) 3365-4714

CÃES COMO AMPARO EMOCIONAL

Especialista animal orienta pais na procura de animais como “amigos” de filhos com necessidades específicas

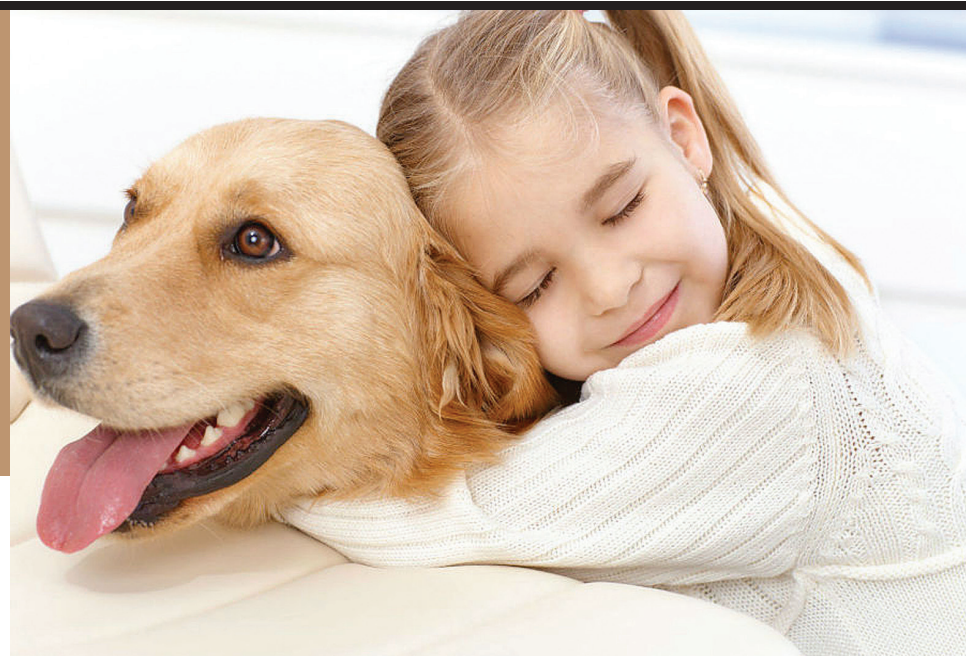
Da redação

Além da alegria que os pets podem proporcionar, é preciso falar do impacto terapêutico percebido na proximidade com eles. Esse amparo emocional é também notável nos casos de crianças PNE (Portadoras de Necessidades Específicas). Isso porque a troca emocional estabelecida entre eles, possibilita às crianças, maior desenvolvimento cognitivo, além de habilidades sociais e mecanismos para a redução e a prevenção de crises de stress e de ansiedade.

Na medicina e na psicologia, acredita-se que o contato com os cães é capaz de despertar potencialidades. Alguns pesquisadores que desbravaram o avanço desse estudo foram a psiquiatra brasileira Nise da Silveira que, na década de 50 abordou o “aspecto catalisador” dos cães, como agentes transformadores no tratamento dos seus pacientes. Já o psicólogo Boris Levinson, que documentou as experiências da atividade assistida por cães no artigo “O cão como co-terapeuta” (1962), levava cachorros

para seu consultório, especialmente para o atendimento de crianças, por reconhecer a melhora no desenvolvimento.

Cleber Santos, especialista em comportamento animal, conta que já fez treinamentos com crianças PNE envolvidas, e que é um desafio maior. “Atendi uma família que tinha um filho com Síndrome de Down. Foi um treinamento diferenciado, porque o cão precisava estar muito bem treinado para não reagir mal a alguma necessidade emocional da criança”, comenta o especialista.



MAS, COMO ESCOLHER ESSE PARCEIRO?

Segundo Cleber Santos, é importante que as famílias de crianças PNE permitam a elas, desde pequenas, o convívio com um cão. No entanto, ele alerta aos pais que considerem questões como a raça que melhor se adapta à necessidade específica de cada criança.

“A maioria das raças - ou mesmo os cães sem raça definida - podem ser treinados a dar assistência na realização de tarefas do dia a dia desta criança. Também existem

raças consideradas mais colaborativas, como os Golden, que usam muito a boca, mas de maneira suave, e têm a pele bem resistente à dor, portanto podem atuar bem com os pequenos que precisam de contenção corporal durante crises (de pânico, ansiedade, epilepsia, entre outras)”, explica Santos. Se preocupar com o porte do cão é importante, pois cães pequenos são mais frágeis e sensíveis a toques”, completa.

Para esse processo de

escolha da raça, o especialista recomenda que os pais busquem orientação com o pediatra ou profissional que acompanha o pequeno, com a de um adestrador ou especialista em comportamento animal.

“Juntos, eles podem unir o aval clínico com o conhecimento sobre a relação humano/animal. O adestrador deve treinar e socializar esse cão antes mesmo de chegar à família, se possível,

RELAÇÃO DO CÃO COM OS TIPOS DE NECESSIDADES ESPECÍFICAS

Os benefícios da convivência com o animal valem para os mais diversos tipos de necessidades específicas, sejam físicas, cognitivas ou de âmbito emocional.

*Para crianças com deficiência visual, os cães ajudam no desenvolvimento motor, emocional e social. O cão se comunica latindo, cutucando, fazendo sons com as patas. Para brincar com o cachorro, a criança vai aprender a desenvolver sua sensibilidade pelos sons presentes no ambiente.

*Crianças com autismo

também têm ótima relação com os animais. Isso porque eles as ajudam na regulação do comportamento e aumentam a capacidade de relacionamento social e empatia. Para as que apresentam dificuldade na fala, também são estimuladas a imitar seus sons, chamá-los pelo nome, o que contribui para a evolução da comunicação verbal.

*Quanto às crianças com alguma deficiência física e/ou motora, o animal é um aliado na manutenção do condicionamento podendo, com brincadeiras,

estimular movimentos tais como: segurar e jogar brinquedos, pentear o cão, dar petiscos, ou mesmo passear – ações que proporcionam agilidade e força nas mãos e nas pernas, além de equilíbrio e coordenação.

*No âmbito das doenças psicológicas, o fato de ter um cão no lar, estimula os pacientes a saírem do isolamento ou de quadros de instabilidade e de trauma. “Os cães apresentam uma sensibilidade incrível e podem perceber a tristeza de seus tutores. Isso pode ajudar as crianças a

conversarem com os cães assuntos que talvez não consigam abordar com seus familiares ou terapeutas”, destaca.

“Além disso, o contato com o animalzinho aumenta os níveis de endorfina no organismo, reduzindo os quadros depressivos. Amor e carinho são sempre a dose complementar para qualquer acompanhamento ou tratamento. E, quando falamos de animais, essa é uma fonte inesgotável que pode promover mudanças transformadoras nos pequenos”, frisa Santos.



NA HORA DE TORCER, NENHUM PET PRECISA SOFRER

Movimento social “Chega de fogos” retrata reações reais de animais amedrontados para gerar conscientização

Da redação

O mundial de futebol início no dia 20 de novembro. Seguindo um padrão histórico de comemorações, o momento foi repleto de barulhos excessivos causados pela queima de fogos de artifício. Nesse contexto, os tutores de pets vivenciaram – novamente – as consequências graves de um sério problema que aflige a maior parte da população animal: o pá-

nico causado pelo estampido dos rojões.

A problemática é tão real que, nas redes sociais, o medo dos animais durante a queima de rojões aparece entre os termos mais mencionados em épocas de final de ano e, também, durante as partidas da modalidade esportiva – principalmente em finais de campeonato e no período da competição internacional, que acontece a cada quatro anos. Importante destacar que não

apenas os pets sofrem com a questão, como, também, as crianças, os bebês e pessoas dentro do espectro autista – entre outros.

Uma pesquisa inédita, realizada pela Petlove entre os meses de setembro e outubro, indica que quase 85% dos pets sofrem com o barulho intenso proveniente de rojões e, também, que esse medo desenfreado pode ter como resultado acidentados fatais. Portanto,

como desdobramento desses dados e compreendendo seu papel ativista, a Petlove se uniu a potências da proteção animal, como AMPARA Animal, Instituto Luisa Mell e Delegado Bruno Lima, para o lançamento do movimento #Chega-defogos, que tem como objetivo conscientizar, promover informações, dar dicas de proteção e acolhimento aos pets, esclarecer dúvidas e mitigar os riscos desse problema.



#CHEGADEFOGOS

Para a criação de uma campanha baseada em fatos e problemáticas reais, a Petlove realizou uma pesquisa que evidencia a quantidade de pets e tutores que sofrem em consequência do estampido dos fogos de artifício. Com mais de mil respondentes, o estudo demonstrou uma verdade já esperada: quase 85% dos cães e gatos têm medo de rojão. Mais do que isso: cerca de 72% dos animais tentam, desesperadamente, se esconder em lugares seguros do barulho excessivo.

Os dados são alarmantes e as principais reações apresentadas pelos pets estão relacionadas a tremores em decorrência do pânico (52,3% dos tutores alegam esse tipo de demonstração de medo paralisante). Tentativas de fuga e busca por colo dos humanos também são destaque na pesquisa e aparecem, respectivamente, em 37,2% e 36,1% dos casos. Ainda, todas as respostas e dados coletados têm um denominador comum: a possibilidade de acidentes fatais como consequência, seja pelas tentativas de se esconder ou evitar ouvir os fogos ou pela intensa carga de estresse que pode sobrecarregar todo o organismo.



PROMOÇÃO

RAÇÃO FAMINTUS
CÃES ADULTOS - 20 KG

R\$ 149,90
7,90 por unidade

CADA UNIDADE

PROMOÇÃO VÁLIDA ENQUANTO DURAREM OS ESTOQUES



- LOJA 1 CAPIBARIBE**
AV. CAPIBARIBE, 822
3314-7200
- LOJA 2 TAMANDARÉ**
AV. TAMANDARÉ, 2957
3305-0580
- LOJA 3 MATA DO JACINTO**
RUA JAMIL BASMAGE, 1070
3305-4100
- LOJA 4 TIJUCA**
RUA SOUTO MAIOR, 1832
3314-7201
- LOJA 5 ALPHAVILLE**
RUA DO SELENITA, 542
99927-3031
- LOJA 6 BOM PASTOR**
RUA BOM PASTOR, 894
3305-3800

ENTREGA GRÁTIS
 ACIMA DE R\$ 30,00


MARANATHA
PET SHOP



Nova primavera

A linda diretora da FCDL, Inês Conceição Santiago, comemorou mais um ano de vida na quinta-feira (8). Querida por todos a sua volta, recebeu carinho e cumprimentos. Desejamos saúde e muito sucesso.

COLUNA Viver Bem

Aniversariantes da semana

Parabéns



Vida longa

O querido presidente da Fecomércio, Edison Ferreira de Araújo celebra na segunda-feira (12), mais um ano de vida. Desejamos para o novo ciclo vida longa, saúde e muitas bênçãos. Feliz aniversário!



Trabalho de excelência

Na última segunda-feira (5) foi a vez do querido e excelente médico, Dr. Antonio Cruz, celebrar mais um ano de vida. Ele que faz um belo trabalho no Hospital Evangélico, merece um ciclo cheio de saúde e amor.



Mil felicidades

A querida Adalcina Nilvia Nogueira dos Santos, comemorou mais um ano de vida na última segunda-feira (5). Essa é uma homenagem de seu amado pai, José Barbosa e amigos. Desejamos sucesso e saúde.



Parabéns para a mamãe

Luciana Abes, proprietária do restaurante Yallah, comemorou com seus funcionários mais um ano de vida na segunda-feira (5). Na foto ela com o maior presente que a vida lhe deu, seu querido filho. Parabéns



Novos caminhos

A jornalista Sandra Luz comemorou mais um ano de vida no sábado (10). Ela que recentemente lançou na internet a página "Doce Vida", merece muito sucesso no novo projeto e saúde na caminhada.



Esposo e pai amado

Na sexta-feira (9) foi a vez do Arthur Falcão celebrar mais um ano de vida. Essa é uma homenagem de sua companheira de vida, Francielle e de seus amados filhos. Desejamos vida longa, saúde e muita prosperidade.



Celebração dupla

Os gêmeos Michelly e Matheus Cassiano comemoraram na segunda-feira (5), mais um ano de vida. Seus pais Naurizete e Isaías Cassiano desejam muitos anos de vida e saúde na caminhada. Parabéns!



Trajatória abençoada

Segunda-feira (12) será o dia da querida Denise Lima comemorar mais um ano de vida. Muitos anos de vida, saúde, prosperidade e bênçãos dos céus em sua trajetória. Feliz aniversário e sucesso.



Tempo de celebrar

Segunda-feira (12) é dia da querida repórter de economia, Evelyn Thamaris Lima Ferreira soprar velinhas, em celebração a mais um ano de vida. Desejamos muita saúde, paz, amor e sucesso na caminhada.