

CADASTRAMENTO

Rejeitado veto do Governo a projeto que regulamenta comércio de ambulantes no Serra Dourada

Reprodução/internet

A matéria proíbe ao poder público dispensar tratamento diferenciado ao comércio ambulante em decorrência do ramo de atividade desenvolvida ou do tipo de mercadoria comercializada, salvo quanto ao grau de risco estabelecido pelo órgão nacional de vigilância sanitária



PÁGINA 03

FAMOSOS PÁGINA 04

Samantha Schmütz e Marcus Majella brigam feio nos bastidores e são apartados por equipe



Justin Timberlake se explica após flagra com atriz: "Bebi demais"





Pipoca e Sofá

Filmes da semana nos canais abertos



DOMINGO TEMPERATURA MÁXIMA

Jack - O Caçador de Gigantes - Jack é um fazendeiro que adquire grãos de feijão com a única recomendação de que não devem ser molhados. Obviamente, isto acaba ocorrendo e criando um enorme pé de feijão que vai dar em um mundo de gigantes. Em meio a tudo isso, a princesa Isabelle é sequestrada pelos gigantes e Jack se unirá ao rei numa cruzada para a salvar a jovem.

**DOMINGO MAIOR
XXX: Reativado** - Xander Cage desiste de sua aposentadoria quando Xiang, um guerreiro alfa mortal, coloca suas mãos em uma arma indestrutível chamada de "Caixa de Pandora". Xander recruta os melhores soldados do mundo para destruir o vilão e, paralelamente, tem que enfrentar uma resistência formada por governos corruptos de todo o mundo.

CINEMAÇO

Maré Vermelha - Em um submarino nuclear americano acontece um choque entre o primeiro oficial Ron Hunter, um militar flexível, e outro tradicional, Frank Ramsey, o capitão, quando paira a dúvida se devem ou não bombardear russos rebeldes que se apoderaram de um míssil nuclear que pode ser usado contra os Estados Unidos. A tensão aumenta quando a ordem de disparo contra os rebeldes é seguida de uma mensagem incompreensível, que poderia ser um cancelamento da ordem anterior. Enquanto um deseja disparar, o outro acha prudente esperar a confirmação e um conflito interno se estabelece pelo controle do submarino.

CORUJÃO

Violação de Conduta - Quando um grupo de forças especiais do exército é dado por desaparecido em treinamento no Panamá, durante a iminência de

um violento furacão, um investigador da polícia militar é encarregado de interrogar os dois únicos sobreviventes. Assim, ele descobre que o grupo estava envolvido no tráfico de drogas, mas os depoimentos são contraditórios.

SEGUNDA SESSÃO DA TARDE

Até Que a Sorte nos Separe 2 - Três anos depois, Tino e Jane estão mais uma vez em dificuldades financeiras. O saldo bancário do casal é salvo graças ao inesperado falecimento de tio Olavinho, que deixou uma herança de R\$ 100 milhões, a ser dividida igualmente entre Jane e sua mãe, Estela. Já que o último desejo do tio foi que jogassem suas cinzas no Grand Canyon, Tino aproveita para levar a esposa e dois de seus filhos para conhecer Las Vegas. Entretanto, ele se empolga com a jogatina de um cassino e perde todo o dinheiro ganho por Jane na mesa de pôquer. Para piorar a situação,



ainda fica devendo US\$ 10 milhões a um capanga da máfia mexicana, que deseja receber o dinheiro a todo custo.

TELA QUENTE

Transformers: O Último Cavaleiro - Os humanos estão em guerra com os Transformers, que precisam se esconder na medida do possível. Cade Yeager é um de seus protetores, liderando um núcleo de resistência situado em

um ferro-velho. É lá que conhece Izabella, uma garota de 15 anos que luta para proteger um pequeno robô defeituoso. Paralelamente, Optimus Prime viaja pelo universo rumo a Cybertron, seu planeta-natal, de forma a entender o porquê de ele ter sido destruído. Só que, na Terra, Megatron se prepara para um novo retorno, mais uma vez disposto a tornar os Decepticons os novos soberanos do planeta.



CINEMA Gretel & Hansel



O clássico conto universal de 'João e Maria', criado pelos irmãos Grimm em 1812, já foi retratado em livros, desenhos animados e filmes diversas vezes e em versões infantis, delicadas e de ação – como no filme 'João e Maria: Caçadores de Bruxas', lançado em 2013 e que ganhou uma sequência no início de 2019. Mas agora, é a vez da história ganhar um tom mais sombrio e se tornar um filme de suspense e terror.

A nova adaptação se chama 'Gretel & Hansel' e tem um clima mais sombrio, como se pode ver no primeiro teaser trailer divulgado pela produção do filme. Na conhecida trama, uma menina (vivida por Sophia Lillis, ruivinha que ficou conhecida em 'It: A coisa' 1 e 2, e na série 'Sharp Objects') e seu irmão mais novo (Sammy Leakey) saem de casa numa época em que o mundo sofre com peste e fome. Perdidos em uma floresta, eles encontram um caçador gentil (Charles Babalola, de 'Maria Madalena' e da série 'Black Mirror') e depois encontram abrigo e comida na casa de uma misteriosa senhora (Alice Krige, da série 'The AO'), que é a temida bruxa.

'Gretel & Hansel' tem e roteiro de Rob Hayes e é dirigido por Oz Perkins, que já dirigiu 'A Enviada do Mal'. Ele escolheu realizar as filmagens do filme na Irlanda, num lugar chamado The Hell Fire Club, que é um pavilhão de caça que está em ruínas que, dizem, é amaldiçoado. A intenção deve ter sido realmente criar uma atmosfera de suspense e terror desde as filmagens. O filme tem previsão de estreia para o dia 31 de janeiro de 2020.



CADASTRAMENTO

Rejeitado veto do Governo a projeto que regulamenta comércio de ambulantes no Serra Dourada

A matéria proíbe ao poder público dispensar tratamento diferenciado ao comércio ambulante em decorrência do ramo de atividade desenvolvida ou do tipo de mercadoria comercializada, salvo quanto ao grau de risco estabelecido pelo órgão nacional de vigilância sanitária

Reprodução/internet



ROTA JURÍDICA - Os deputados goianos rejeitaram o veto do governador Ronaldo Caiado (DEM) a projeto que regulamenta comércio de ambulantes na área externa do Estádio Serra Dourada. A proposta, de autoria do deputado estadual Vinícius Cirqueira (Pros), prevê critérios mais seguros e objetivos, estabilidade e segurança jurídica aos vendedores ambulantes. Pela matéria, a venda

de produtos dependerá de prévio cadastramento e o órgão gestor terá o prazo máximo de 30 dias para emitir o certificado com validade de dois anos, podendo ser renovado.

Vinícius Cirqueira explicou que, com o atual quadro de desemprego no País, o comércio ambulante se tornou um dos principais meios de complementação da renda de inúmeros trabalhadores.

“Algumas famílias da região Metropolitana de Goiânia exercem, há décadas, o comércio ambulante no estacionamento do estádio Serra Dourada, nos dias de eventos esportivos e culturais. Já passou da hora de regulamentarmos essa atividade”. Segundo ele, as constantes mudanças na gestão do estádio criam um estado de permanente insegurança jurídica para os comerciantes que,

a qualquer momento, podem ser impedidos de permanecerem trabalhando.

Pelo texto, os itens comercializados no local deverão estar em bom estado de conservação e mantidos em condições adequadas de armazenamento, com estrita obediência às exigências da legislação sanitária. O texto determina ainda que detritos decorrentes do comércio ambulante e do consumo dos

produtos comercializados devem ser corretamente acondicionados pelo comerciante, atendendo à padronização estabelecida pelo órgão gestor do estádio Serra Dourada.

A matéria proíbe ao poder público dispensar tratamento diferenciado ao comércio ambulante em decorrência do ramo de atividade desenvolvida ou do tipo de mercadoria comercializada, salvo

quanto ao grau de risco estabelecido pelo órgão nacional de vigilância sanitária. “A Secretaria de Esportes do estado parece querer perseguir pessoas que sustentam suas famílias trabalhando no estádio e as impedirem de ficar no pátio do Serra Dourada. É urgente a necessidade de regularizar essa atividade que garante o sustento de tantas famílias”, afirmou o deputado.

PESQUISE ONLINE A
EXISTÊNCIA DE PROTESTOS.



Acesse: ieptbgo.org.br
e consulte um CPF ou CNPJ
gratuitamente.

 **CARTÓRIOS DE
PROTESTO GO**
INSTITUTO DE PROTESTO - IEPTB



Corte

■ **Maria Reis**
mariareisjornalista6@gmail.com

Dois tempos

1. Hoje, domingo (8), às 11h, o Centro Cultural Oscar Niemeyer receberá apresentação da Orquestra Sinfônica de Goiânia (OSGO). O concerto executará a sinfonia no 2 de Gustav Mahler – Ressureição, sob a regência do maestro francês Benoit Fromanger.

2. É a primeira vez que a obra é apresentada pela OSGO e a segunda execução na cidade. Como solista, o concerto terá a soprano Ludimilla Bauerfeldt e a mezzo-soprano Ana Lucia Benedetti. O maestro Benoit Fromanger rege a OSGO pelo segundo ano consecutivo.

Mobilização

Na manhã de hoje, às 8h30, acontece uma caminhada pelo fim da violência contra as mulheres, no Parque Vaca Brava. A ação integra os “16 dias de Ativismo pelo Fim da Violência contra as Mulheres” uma campanha internacional da ONU de combate à violência contra mulheres e meninas. Pede-se ir de roupa ou camiseta amarelo.

Domingo de festa

Hoje, a partir das 10h, o coordenador-geral do Aterro Sanitário, Ormando Pires e colegas, promovem uma festa de confraternização, para a família dos servidores do Aterro, amigos e convidados. Haverá almoço típico goiano, sorteio de brindes, boa música e brinquedos para as crianças.

Jonathan Mateus



PETITE COMITÊ

Noite dessas, o gastrônomo Ricardo Avelino (centro) promoveu uma noite de jantar protagonizada pelo Azeite Experience, na Casa Conceito do Plateau d'Or. Os empresários, Gregory Kravchenko e Tereza Penna, estavam na lista de convidados

Raquel Pinho



ANFITRIÕES

Os empresários Ricardo Reis, Fernando Razuk e Adriano Carrijo promoveram um café descontraído somente para convidados no residencial Talk Marista

Clênia Marques



SALDO POSITIVO

Os empresários, Tiago Furtado, Marciovan Evangelista e Hélio Vicente organizadores da segunda edição do Goiânia Cal Preview, comemoram o sucesso da feira, realizada no Centro de Convenções de Goiânia

Samantha Schmütz e Marcus Majella brigam feio nos bastidores e são apartados por equipe



O tempo fechou nos bastidores do 'Vai Que Cola'. Colegas de elenco, Samantha Schmütz e Marcus Majella brigaram feio no fim das gravações da nova temporada do programa exibido pelo Multishow.

Segundo uma fonte, presente no momen-

to da briga, a discussão teria começado a partir de uma provocação da atriz. Samantha e Majella chegaram a sair no tapa e precisaram ser apartados pela equipe.

Os dois já vinham se estranhando há algum tempo e mal se falavam

nos bastidores do programa. O clima ruim entre eles culminou com o episódio da briga, ocorrida no dia 13 de novembro, durante uma gravação no Riocentro. No dia seguinte, como já era previsto, foram encerradas as gravações da próxima temporada.

Justin Timberlake se explica após flagra com atriz: “Bebi demais”

Casado com a atriz Jessica Biel, Justin Timberlake se manifestou na última quarta-feira (4) sobre os rumores de traição. Recentemente, o ator e cantor foi flagrado de mãos dadas com Alisha Wainwright, com quem contracenava nas gravações do filme 'Palmer'. Os colegas de elenco foram vistos em clima íntimo em um bar de Nova Orleans, nos Estados Unidos. Na ocasião, Timberlake também não usava aliança.

Em texto publicado no Instagram, o artista diz que fez um julgamento errado há algumas semanas, mas que nada aconteceu entre ele e Alisha.

“Bebi demais naquela noite e me arrependo do meu comportamento. Não é esse exemplo que eu quero dar para o meu filho”, escreve.

Justin Timberlake ainda pediu desculpas à família por colocá-los em uma situação constrangedora. “Estou focado em ser o melhor



marido e pai que eu posso ser”, completa. Ele e Jessica são pais do pequeno Silas Randall, de apenas 4 anos. Confira o texto na íntegra:

“Eu mantenho distância das fofocas sempre que posso, mas pela minha família, acho importante falar dos rumores recentes que estão magoando as pessoas que amo. Há algumas semanas, tive um lapso de julgamento, mas - me deixem explicar - nada aconteceu entre mim e minha colega de elenco. Bebi demais naquela noite e me arrependo do

meu comportamento. Eu deveria saber. Esse não é o exemplo que quero dar para o meu filho. Peço desculpas à minha mulher maravilhosa e familiares por colocá-los em uma situação constrangedora e estou focado em ser o melhor marido e pai que posso ser. Não foi nada daquilo. Tenho um orgulho imenso em trabalhar em 'Palmer'. Não vejo a hora de continuar com as filmagens desse filme e estou empolgado para que as pessoas assistam.”

Justin Timberlake e Jessica Biel são casados desde 2012.

Gazeta
Grupo Exata de Comunicação Ltda

CNPJ: 04.471.978/0001-92

Alameda do Contorno, 1508, Qd. 37, Lt. 05,
Santo Antônio, CEP: 74.853-120, Goiânia-GO

DIRETOR PRESIDENTE
Adão dos Reis Gonçalves
adao@gazetadoestado.com.br

VICE PRESIDENTE
Helvislane Martins Gonçalves
helvislane@gazetadoestado.com.br

COMERCIAL
Tel: (62) 3249-8883 / (64) 3453-8883
comercial@gazetadoestado.com.br

PUBLICAÇÃO LEGAL
Tel: (62) 3249-8883
editais@gazetadoestado.com.br

REDAÇÃO
WhatsApp: (62) 9 9118-3777
redacao@gazetadoestado.com.br

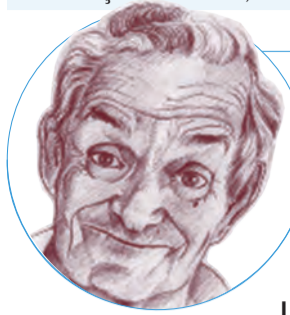
DISTRIBUIÇÃO
go@gazetadoestado.com.br
df@gazetadoestado.com.br
(62) 9 8300-4318

DIREÇÃO GRÁFICA
Érika Sandra

DIAGRAMAÇÃO
Gabriela Nunes

DIREÇÃO DE JORNALISMO
Adão Gonçalves
MTB 3719/GO

EDITOR DE REPORTAGEM
Luís Carlos Castro
MTB 3697/GO
luisgazetadoestado@gmail.com



TEIXEIRA MENDES CONTA

O português observava os patos nadarem em um lago da cidade, quando de repente

os patos saíram do lago e foram para o gramado, então o português exclamou indignado: -Ora pois, além de aquático eles também são gramáticos!!

RECEITAS PRÁTICAS E FÁCEIS

TORTA DE LIMÃO COM CHOCOLATE BRANCO



INGREDIENTES

Massa:
200 g de bolacha tipo maisena
160 g de bolacha tortinhas sabor limão
3 colheres (sopa) cheias de margarina
Primeiro Creme:
395 g de leite condensado
200 g de creme de leite
1/2 copo (americano) de suco de limão taiti
Segundo Creme:
135 g de chocolate branco
200 g de creme de leite

MODO DE PREPARO

Massa:
Triture a bolacha maisena e deixe-a igual farinha. Em um recipiente, misture a bolacha triturada com a margarina em "ponto pomada". Coloque a mistura em uma forma de fundo falso

e asse por 5 minutos a 200° C.
Retire do forno e coloque as bolachas tortinhas em volta da forma.
Primeiro Creme:
No liquidificador bata o leite condensado, o creme de leite e o suco de limão por 1 minuto. Coloque a mistura sobre a massa já assada.
Segundo Creme:
Aqueça o chocolate branco no micro-ondas de 30 em 30 segundos até derreter.
Tire do microondas, mexa, misture com uma caixinha de creme de leite e mexa bem novamente. Adicione essa mistura por cima do primeiro creme. Acrescente as raspas de limão por cima. Cubra a forma com papel-alumínio e coloque na geladeira por mais ou menos 5 horas, e depois sirva!

Papel e Açúcar

Decoração com Balões, Doces e Lembrancinhas

Ronise Mamede

98267-7191

Licores Pierre, a tradição do genuíno licor artesanal produzido com a legítima cachaça, trazendo requinte ao seu paladar!

Contato Denise Pierre 62.9846-2265

NÉLIO FREITAS

A CIDADE EM DESTAQUE

O seu programa de **Domingo!**
Entrevistas, show de prêmios, temas, participações musicais ao vivo e em pauta os problemas da cidade e região.
Participe: (61) 9.9404-1302

DOMINGO - 08H ÀS 12H
ACOMPANHE AO VIVO:
WWW.LUZIANIAFM.COM.BR

FALA POVO, FALA CIDADE
SEGUNDA A SEXTA
07:00H. ÀS 08:00H.

luziânia FM 98.1
faz parte do seu dia!

(61) 3601-4573
www.luzianiafm.com.br
luzianiafm
Luziânia FM

criartsgesso.com.br

MATERIAIS E FERRAMENTAS VENDA E MONTAGEM DECORATIVO//3D ACARTONADO//COMUM

(64)98416-2783 (Oi/Whatsapp)
contato@criartsgesso.com.br

Rua 20, Qd 45, Lt 4-A - Caldas do Oeste

Página Bonita

Érika Sandra
kasacoza@gmail.com



os cabelos. Composta por Shampoo, Condicionador, Máscara, Leave-In e Spray Reparador, a Treat Repair atua de forma inteligente, reparando os cabelos danificados por processos químicos, mecânicos e por desgaste natural. Devolvendo a massa e densidade dos fios, revitalizados e muito mais resistentes, resgatando a saúde e brilho natural. Shampoo Regenerador e Condicionador

Preço Médio:

Ultraselante Pós Química – R\$ 27,65 (cada) | Máscara Reparação Intensiva Pós Química –

R\$ 32,10 | Leave-In Multifortalecedor Pós Química – **R\$ 29,10**

| Spray Reparador Intensivo Pós Química –

R\$ 29,15

SAC: (11) 3934-4570 sac@lacan.com.br | Site:

<http://www.lacan.com.br/>

■ Fluido Matizador – Felps

Com ação imediata, corrige instantaneamente o tom amarelado dos loiros e ainda age como termoprotetor, protegendo os cabelos do calor excessivo de aparelhos como secador e chapinha. Atuando também no controle do frizz, o Felps Fluido Matizador trata e repara os cabelos, já que possui proteínas e óleos em sua composição. A linha chega com quatro tons: Black (efeito cinza), Green (efeito bege), Violet (efeito pérola) e Rosé (efeito champagne).



frizz,

Preço médio: **R\$ 44,80** | Site <https://www.felps.com.br/> | SAC: (11) 3941-7572

■ Loção Hidratante Corporal Forever – Lonkoom

Com óleo de amêndoas e silicone, a Loção Hidratante Corporal da Lonkoom promove uma pele mais macia, hidratada e cheirosa. Com notas florais orientais de pêssego, rosa, bergamota, violeta, musk e Patchouli o hidratante exala um aroma romântico e feminino. O produto pode ser usado em toda a pele do corpo.

Preço Médio: **R\$29,99** | SAC: (11) 5083-2350 | Site: www.lovmecosmeticos.com.br

■ Primer Facial Efeito Baphônico – Dote Makeup

Com a função de minimizar os poros, deixando a pele mais livre, uniforme e pronta para receber a base, o primer facial é o primeiro item coringa que toda mulher deve usar. Pensando nisso, a Dote apresenta o seu produto denominado de Massa Corrida. O primer além de ser oil free, contém uma textura leve e aveludada, garantindo uma pele com acabamento uniforme e livre de oleosidade.

Preço Médio: **R\$27,00** | SAC: (19) 3886-2272 ou (19) 3886-4378 | Site: www.dotecosmeticos.com.br

■ Gloss OMG – Dote Makeup

Com alta pigmentação, efeito brilho, secagem rápida e longa duração, o Gloss OMG da Dote promete revolucionar o conceito de gloss que está voltando com tudo. O produto contém 6 cores variadas passando pelos tons de nude, rosa, vermelho intenso e vinho, além de nomes engraçados, como: Tô Bege, Lacrei, TBT, Tô Passada, Tô Rica e Divei.

Preço Médio: **R\$21,00** | SAC: (19) 3886-2272 ou (19) 3886-4378 | Site: www.dotecosmeticos.com.br

■ Glov On The Go – GLOV

Remover a maquiagem nunca ficou tão fácil, ainda mais em épocas festivas. Indicada para todos os tipos de pele, a Glov On The Go funciona apenas com água e substitui o uso de até 5 produtos diferentes, como: demaquilante, água micelar, esfoliante, tônico facial e algodão. Suas fibras são antibacteriana, hipoalergênicas e auxiliam na circulação sanguínea enquanto mantém o pH da pele em nível ideal.

Preço Médio: **R\$57,00 a R\$69,00** | SAC: sac@romanodistribuidora.com.br | Site: <https://www.glov.com.br/>

■ Glov Quick Treat – GLOV

Perfeita para limpar o famoso batom, delineador e rímel borrado. Com apenas 8 centímetros de comprimento, ela é perfeita para se carregar na bolsa e limpar a maquiagem borrada com eficiência e praticidade em qualquer lugar.

Preço Médio: **R\$19,00 a R\$29,00** | SAC: sac@romanodistribuidora.com.br | Site: <https://www.glov.com.br/>

■ Perfume em Creme Unique Style – Natural Pet

Manter os pets limpos e cheirosos em épocas de viagem é sempre um desafio. Pensando nisso, a Natural Pet desenvolveu o Perfume em Creme Unique Style que além de perfumar, mantém a fragrância por mais tempo, já que ela é liberada gradativamente todas as vezes que a pelagem for tocada ou escovada.

Isso acontece por conta da essência micro encapsulada que faz parte da composição do produto, permitindo que o animal preserve por muito mais tempo um aroma fresco e agradável.

Preço Médio: **R\$68,40** (250g) | SAC: 11 2940-3228 | 11 2352-0372 |

Site: <https://naturalpet.com.br>



O fim de semana do Gazeta é assim. Com cuidados para saúde e beleza

Verão e fios saudáveis

Linha Top 10 da G.Hair Cosméticos traz dez benefícios para os cabelos

1) Linha Botânica + Top 10

Para diferentes tipos de cabelo, o segredo é combinar shampoo e condicionador da Linha Botânica que, sem ingredientes de origem animal, sal e sulfatos, é ideal para os dias de verão, os quais costumamos lavar os cabelos com mais frequência. Em diferentes versões, a linha oferece cuidados para fios coloridos, mistos e normais, com ingredientes como: óleo de semente de uva, flor de laranjeira, vitamina C, óleo de rosas e aloe vera. A finalização fica por conta do Leave-In Top 10, que pode ser usado em todos os tipos de cabelo e age controlando, protegendo e reparando os fios.

2) Perfect Blond + Top 10

Quem tem fios loiros também pode aproveitar ao máximo os dias de praia. A dica é apostar no Shampoo e Condicionador da linha Perfect Blond, que, além de fortalecer a fibra capilar dos fios loiros, naturais ou não, com mechas ou grisalhos, mantém a cor impecável, luminosa e confere maciez aos cabelos. Já o Leave-In Top 10 proporciona o toque final perfeito aos fios, pois sua fórmula enriquecida com óleo de Crambé, e ácidos graxos como ômega 3, 6 e 9, melhoram a maciez, flexibilidade e condicionamento aos fios.

3) Kit Completo Top 10

Shampoo, Condicionador, Leave-In e Máscara Reparadora, oferecem benefícios aos fios como: controle do frizz, redução de volume, brilho, hidratação, prevenção de pontas duplas, reparação capilar, maior maleabilidade e proteção térmica e filtros UVA e UVB. Tudo isso com perfume suave e sem pesar os fios.

Estes e outros produtos da marca podem ser encontrados no e-commerce: www.ghaircosmeticos.com.br.

A G.Hair é uma marca que se consagrou no mercado de cosméticos devido a qualidade da sua linha profissional, tendo como principais produtos a G.HAIR Escova Alemã e a Marroquina, referências no segmento e exportadas para diversos países. Com o aumento de seu Market Share, a marca passa a investir no mercado varejo e conta com uma linha completa de tratamento home care voltada para cada tipo de cabelo, além de uma linha exclusiva para homens. Para manter um crescimento orgânico sustentável, a G.HAIR investe em pesquisa, realiza testes de eficácia e segurança, utiliza matérias-primas naturais e com alto padrão de qualidade, não realiza testes em animais e utiliza tecnologia de ponta em busca da formulação ideal para seus produtos. Os produtos G.HAIR podem ser encontrados em perfumarias, farmácias e e-commerce especializados.

SAC 11 4771-2117 | sac@ghaircosmeticos.com.br |

www.ghaircosmeticos.com.br | @ghair_oficial

Itens que não podem faltar em sua mala de viagem

Confira alguns produtos essenciais para as suas férias de verão

■ Água Dermo Revigorante – Extratos da Terra

Refresca, hidrata, reduz vermelhidão e pode ser utilizada sem moderação, antes da maquiagem, por exemplo, e até mesmo nos cabelos, para dar brilho e recuperar os fios danificados. É indicada também para uso após a prática de exercícios físicos - repondo os minerais perdidos e evitando a desidratação - pós-depilação e pós-barba. Testada dermatologicamente, é ideal para ser utilizada em peles sensibilizadas. Contém Extrato de Aloe Vera, Extrato de Algas, Sulfato de Magnésio, Artêmia e Oligomix.

Preço Médio: R\$ 69,00 | SAC: (48) 3342-0087 | Site: www.extratosdaterra.com.br



■ Pó Iluminador – Lalalu

O Pó Iluminador da Lalalu é bem pigmentado e estão disponíveis nas versões: Bronze (acobreado), Golden (dourado) e Pearly (champagne). Versáteis, eles podem ser usados não apenas como iluminadores, mas como pigmentos para maquiagens nos olhos,

por exemplo, ou em locais que peçam mais brilho.

Preço Médio: **R\$ 22,00** | SAC: (11) 2896-9589 | sac@lalalumakeup.com.br

■ Linha Treat Repair – Lacan

Com Ácido Hialurônico, Spirulina e Provitamina B5, a nova linha da Lacan possui a tecnologia Treat Repair - uma sinergia de ativos de altíssima qualidade, ricos em proteínas, vitaminas, sais minerais, açúcares e ácidos graxos, que nutrem e reparam





Artigo

Um perigo chamado Obesidade

■ **Diego Dias**

O CRESCENTE AUMENTO DOS ÍNDICES DE SOBREPESO E OBESIDADE TRAZ UM ALERTA À COMUNIDADE MÉDICA, governantes e população em geral, no sentido da necessidade imediata de mudanças nos nossos hábitos alimentares e da prática de exercícios físicos.

Dados recentes liberados pelo Ministério da Saúde, por meio de Pesquisa de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vigitel), apontam mudanças na prevalência de obesidade, que vinha se mantendo estável nos últimos anos, com média em 18,9%, conforme dados de 2015, tendo agora em 2018, subido para 19,8%.

Analisando os números da pesquisa, notamos que a faixa de maior crescimento está nos adultos de 25 a 34 anos e entre 35 e 44 anos, com 84,2% e 81,1% respectivamente, ou seja, boa parcela da população economicamente ativa. Devemos

lembrar que os maus hábitos nessa faixa etária refletirão em doenças crônicas, como diabetes e doenças cardiovasculares no futuro. A alarmante elevação traz, inclusive, a preocupação com os gastos em saúde pública nos próximos anos no tratamento dessas doenças.

Percebemos também que o consumo de frutas e hortaliças teve um pequeno aumento passando de 20%, em 2008, para 23,1%, em 2018. A prática de exercícios físicos também aumentou 25,7% entre 2009 e 2018, mas nada que ainda seja expressivo.

Nos perguntamos então se mesmo com essa melhora dos hábitos, porque tivemos elevação nos índices de obesidade. A explicação está ainda no crescente consumo de produtos ultra processados, açúcares e itens com alto teor de gorduras. É preciso alcançar melhores índices de consumo de alimentos saudáveis e aumentar ainda mais os dados relacionados à prática de atividades físicas.

Para tanto, políticas públicas são importantes para incentivar essa mudança, porém a população também

precisa se conscientizar em relação à necessidade de novos hábitos. Muitas vezes não é apenas a desinformação o fator relacionado a não realização de boas práticas. Existem fatores como o sedentarismo e maus hábitos alimentares decorrentes de um estilo de vida repleto de atividades estressantes, que são a realidade de boa parte das pessoas hoje.

Pensemos nos próximos dez anos de vida, sejamos conscientes e imaginemos como queremos estar no futuro. Tirar alguns minutos do dia para se exercitar e trocar as idas às lanchonetes de fast food pela feira são simples ações que podem proporcionar grandes mudanças no nosso organismo.

DIEGO DIAS É MÉDICO DO ESPORTE, COM FORMAÇÃO PELA UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS (UFG), COM PÓS-GRADUAÇÃO EM MEDICINA INTENSIVA PELA ASSOCIAÇÃO DE MEDICINA INTENSIVA BRASILEIRA, PÓS-GRADUAÇÃO EM BODY BUILDING COACH PELO INSTITUTO LA VERITA E TITULAÇÃO EM MEDICINA DO EXERCÍCIO E ESPORTE PELA SOCIEDADE BRASILEIRA DE MEDICINA DO EXERCÍCIO E DO ESPORTE



Artigo

Campanha Dezembro Laranja no combate ao Câncer de Pele

■ **Alessandra Serquiz**

COM A INTENÇÃO DE ESTIMULAR A POPULAÇÃO NA PREVENÇÃO E NO DIAGNÓSTICO AO CÂNCER DA PELE, NO ÚLTIMO MÊS DO ANO, a Sociedade Brasileira de Dermatologia realiza diferentes para informar a população sobre as principais formas de prevenção e a procurar um médico especializado para diagnóstico e tratamento. Em 2019 serão enfocados os sinais do câncer de pele para o diagnóstico e tratamento precoces.

O câncer da pele é o tipo da doença mais incidente no Brasil, com cerca de 180 mil novos casos ao ano. Isso significa que 1 em cada 4 casos novos de câncer no Brasil, é de pele. Quando descoberta

no início, a doença tem mais de 90% de chance de cura.

Este tipo de câncer é provocado pelo crescimento anormal das células que compõem a pele. Existem diferentes tipos de câncer da pele que podem se manifestar de formas distintas, sendo os mais comuns denominados carcinoma basocelular e carcinoma espinocelular – chamados de câncer não melanoma – e que apresentam altos percentuais de cura se diagnosticados e tratados precocemente. Um terceiro tipo, o melanoma, apesar de não ser o mais incidente, é o mais agressivo e potencialmente letal.

Em todos eles, a exposição excessiva e sem proteção ao sol é o principal fator de risco que pode desencadear a doença, que pode se manifestar como uma pinta ou mancha, geralmente

acastanhada ou enegrecida; como uma pápula ou nódulo avermelhado, cor da pele e perolado (brilhoso); ou como uma ferida que não cicatriza.

Em 2019, uma das ações que assume maior relevância ocorrerá no dia 7 de dezembro, quando cerca de quatro mil médicos dermatologistas e voluntários prestarão atendimento gratuito para diagnóstico do câncer de pele. As consultas serão realizadas em cerca de 130 postos espalhados pelo Brasil. Vale lembrar que o mutirão de consulta é realizado desde 1999 e já beneficiou mais de 600 mil pessoas. Este ano, na 21ª Campanha Nacional de Prevenção do Câncer da Pele da SBD, a previsão é de que 30 mil pessoas sejam beneficiadas pela iniciativa.

ALESSANDRA SERQUIZ – MEMBRO DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE DERMATOLOGIA



Artigo

Introdução alimentar

■ **Ribamar Cruz**

UMA DAS FASES MAIS MÁGICAS E DIFÍCEIS DA MATERNIDADE É A INTRODUÇÃO ALIMENTAR, QUE OCORRE A PARTIR DOS SEIS MESES DE VIDA DA CRIANÇA, conforme recomendação da Organização Mundial de Saúde (OMS) e do Ministério da Saúde. O termo é usado para designar a fase em que a alimentação dos bebês começa a incorporar outros alimentos além do leite materno. Até essa idade, o aleitamento materno deve ser exclusivo e não há necessidade de nenhum outro alimento, nem mesmo água,

já que o leite da mãe supre também as necessidades de hidratação do bebê.

Muitas dúvidas podem surgir nesse momento, como, por exemplo, quais os alimentos que podem ser oferecidos às crianças. Nesse momento, é importante procurar por uma orientação médica, seja do pediatra da criança, de um nutrólogo ou nutricionista. Algumas mães ainda sofrem com a rejeição de alguns alimentos por parte do filho.

É importante que os pais tenham consciência de que os filhos aprendem pelo que os veem fazendo. Isso vale também para alimentação. A nutrologia para pais e filhos ajuda a criar novos hábitos alimentares em

casa. O saudável pode ser gostoso para todas as idades. A alimentação complementar deve ser introduzida de maneira lenta e gradual. Algumas crianças podem estranhar no início e recusar determinados alimentos, o que é normal, pois trata-se de uma experiência totalmente nova para elas.

Uma dica é se a criança não aceitou, não insista, não force e não agrade. Às vezes, ela recusa, e isso é normal. É importante que o alimento seja novamente oferecido em outra ocasião. De acordo com informações do Ministério da Saúde, é necessário oferecer um alimento de oito a dez vezes, em média, até que a criança o aceite.

TRIBAMAR CRUZ É NUTRÓLOGO



Artigo

Motive seus filhos na reta final dos estudos

■ **Leonardo Chucrute**

O FIM DO ANO ESTÁ PRÓXIMO E COM ISSO O FINAL DO ANO LETIVO.

Nessa época, muitos alunos estão com o pensamento já nas férias, mas quem ainda não alcançou a pontuação necessária para passar de ano pode estar morrendo de medo da recuperação. Nesse momento, é muito importante que o aluno continue motivado para alcançar seu objetivo de aprender e passar de ano. Além dele mesmo, pais e professores devem ajudar e apoiar nesse momento.

No entanto, é normal os jovens darem uma relaxada no final do ano, tanto os bons quanto os que precisam melhorar sua nota. O efeito vem do fato dos alunos que se dedicam mais durante o ano letivo, conseguem garantir sua aprovação nos primeiros

bimestres ou trimestres. Com isso, ele se sente mais confortável perto do final do ano. Porém, é importante manter o hábito de tirar boas notas.

Por outro lado, quem já sabe que está de recuperação, precisa se esforçar mais. Esse é o momento de entender a importância de criar o hábito de estudar o ano inteiro e não só quando precisa. Vale ressaltar que o professor está ali para medir o conhecimento e não para prejudicar o aluno. Portanto, converse com o professor, foque nos principais assuntos que foram cobrados nas provas, analise as últimas provas e estude para obter o resultado que vai ajudar a passar.

É fundamental também que os alunos tenham determinação, busquem mentalizar coisas boas e acreditar que é capaz. O primeiro passo de todo sonhador é imaginar, idealizar o sonho, então sonhe que isso é importante e se dedique. Tenha disciplina! Tenha um planejamento de estudo para todos os momentos da sua vida. Isso vai

aumentar seu rendimento. Verifique onde você está crescendo ou está diminuindo.

Nessa reta final, os pais têm um grande papel no apoio. Não adianta ficar pressionando. A maneira correta é se mostrar parceiro em uma conversa franca. Mostre a seriedade do estudo, como a educação transforma vidas. Fale de exemplos reais de pessoas que começaram a estudar e mudaram de vida. Muitas vezes, uma palavra de apoio pode fazer seu filho mudar a concepção de estudo.

Outro conselho aos pais é evitar comparações. Entenda que a vida é um jogo, onde tem pessoas que jogam e torcem contra ou a favor. Não torça contra. Use palavras positivas. Diga que vai dar certo, que tem como melhorar. Com certeza, isso irá ajudar bastante. O estudante passará de ano e, o mais importante de tudo, guardará os ensinamentos.

LEONARDO CHUCRUTE, DIRETOR-GERAL DO COLÉGIO E CURSO PROGRESSÃO



Artigo

Um novo ciclo para o investimento em imóveis

■ **Fernando Razuk**

A ECONOMIA BRASILEIRA ESTÁ VENCENDO UM NOVO MOMENTO, E A CONJUNTURA ESTÁ INDICANDO O INÍCIO DE UM NOVO CICLO PARA O MERCADO IMOBILIÁRIO. A taxa de juros básica do país está em seu menor patamar histórico, e com tendência de baixa. Economistas estão

projetando juro real zero e, em consequência, os tradicionais investimentos conservadores, como fundos de investimentos lastreados em DI, resultarão em ganho real zero. Como investir nesse cenário?

Se de um lado não está fácil ganhar dinheiro com aplicações financeiras, de outro a conjuntura atual do mercado imobiliário desenha uma excelente perspectiva para o investimento em imóveis. O mercado imobiliário vivenciou um

período difícil durante a crise econômica dos últimos anos. Em Goiânia, particularmente, o pior ano para as incorporadoras foi o ano de 2016, no qual o mercado de lançamentos vendeu menos de R\$ 1 bilhão durante o ano. Apesar de 2019 estar sendo o terceiro ano de alta expressiva nas vendas de imóveis em Goiânia, os preços ainda não se recuperaram na mesma proporção, e o preço médio do metro quadrado dos apartamentos em Goiânia continua sendo um

dos menores do Brasil. Mas a valorização dos imóveis deve se intensificar nos próximos anos.

Acompanhando a taxa de juros geral da economia, as taxas de juros dos financiamentos imobiliários também encontram-se no menor patamar da história do Brasil. Com a queda da taxa de juros, o valor das parcelas diminuem e mais pessoas passam a ter condições de comprar. Em outras palavras, com a queda da taxa de juros a demanda aumenta significativamente, aquecendo o mercado e intensificando a valorização dos imóveis. Segundo os dados de pesquisas da Ademi-GO, re-

alizados pelos institutos de pesquisa Grupom e Brain, nos anos de “boom” do mercado imobiliário, os imóveis em Goiânia valorizaram-se acima de 15% ao ano. Nos anos de crise, os imóveis continuaram se valorizando, porém em menores proporções, mantendo uma média de 5% ao ano. No cenário atual, de preços ainda “achatados” em função da crise econômica dos últimos anos, e aumento da demanda em função da taxa de juros baixa, estimamos que os imóveis possam voltar a se valorizar acima de 10% ao ano nos próximos anos. Para aqueles que investirem em imóveis para

locação, pode-se imaginar um ganho de 5 a 12% ao ano com os aluguéis, que serão acrescidos à valorização do próprio imóvel.

Portanto, o momento não poderia ser melhor para se investir em imóveis. Além da compra estar facilitada, com preços de venda ainda baixos e taxa de juros idem, o momento é o ideal para se ganhar com a valorização imobiliária. Afinal, o melhor momento de se investir em qualquer ativo, é comprar no momento de preços baixos, com grande tendência de valorização! **FERNANDO RAZUK É VICE-PRESIDENTE DA ADEMI-GO E CEO DA SOMOS DI**

