

Estética & Saúde



Palestra na Acipi

O Conselho da Mulher Empresária da Acipi realiza, durante o 65º Encontro da Mulher Empresária, a palestra "Check-up da vida: você já fez o seu?", com o médico cardiologista do Emcor, Humberto Magno Passos. O evento acontece dia 29, a partir das 7h30. Inscrições pelo telefone 3417-1766, ramal 717.

Sempre jovem

Botox na hora certa

Com quantos anos deve-se começar a utilizá-lo? Ele tem função preventiva?

PRISCILLA PEREZ
 Da Gazeta de Piracicaba
 priscilla.perez@gazetadepiracicaba.com.br

É tempo de botox, um dos procedimentos estéticos mais cobijados no Brasil. Mas, qual é a idade certa para começar a receber a aplicação? De uns tempos para cá, é cada vez mais comum, ouvirmos histórias sobre mulheres jovens fazendo uso da tecnologia da beleza para prevenir rugas. Isso ajuda ou prejudica a pele?

"Receber aplicações de toxina botulínica, na casa dos vinte anos, fará com que você não precise de um lifting facial, quando for mais velho? Pensar assim é uma tendência completamente equivocada. Se a intenção for prevenir o aparecimento de rugas, saiba que elas não existem quando você tem 20 anos", explica o cirurgião plástico Ruben Penteado, diretor do Centro de Medicina Integrada.

Segundo o médico, a aplicação de toxina botulínica em pessoas muito jovens deve ficar restrita à correção de alguns problemas de saúde, tais como blefaroespasmos, excesso de sudorese e casos de assimetria facial provocados por uma lesão no nervo. "Não con-

cordo com o uso do produto como uma medida preventiva para evitar que as rugas apare-

çam. Não existem estudos que comprovem esta ação preventiva da substância. Se você come-

çar a fazer as aplicações de toxina botulínica numa idade precoce, irá enfraquecer o músculo facial", observa o médico, membro titular da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica.

dados, conferem mais autoconfiança aos pacientes. Mas, é preciso selecionar muito bem os pacientes jovens que realmente precisam de uma intervenção cirúrgica precoce", defende o médico.

Para Penteado, as cirurgias estéticas na adolescência devem ser discutidas pelo pediatra clínico e pelo cirurgião plástico, com o objetivo de se atingir um julgamento cirúrgico adequado, devendo ser valorizados aspectos como: idade ideal para correção; inserção social; estabilidade emocional; autoestima e autoimagem; e higidez física.



Fotos: Divulgação

Aplicação de botox não deve ser feita para prevenir as rugas

VEGETAIS MILAGROSOS

Há diversos vegetais frescos que podem melhorar a aparência da pele, pepinos nos olhos são apenas o começo. A batata crua, cortada, pode ser esfregada nos olhos para amenizar inchaços e olheiras. É só deixar a fatia por cinco minutos sobre a pele e depois trocar por uma nova. Outra dica é guardar a água de cozimento do repolho, que pode funcionar bem, quando armazenada em uma garrafa na geladeira, como um tonificador da pele. A água de cozimento do espinafre, da couve e do brócolis podem ter o mesmo fim. As dicas são da dermatologista Cristine Carvalho.



SEMENTE DE CHIA

A queda na temperatura colabora com o consumo excessivo de comidas pesadas e faz com que muitas pessoas deixem de ir à academia, o que pode causar aumento do colesterol e indesejado ganho de peso. Originária do México e Colômbia, a semente de chia é rica em fibras e auxilia no emagrecimento. Essa herbácea impede a absorção de gorduras durante a refeição, dá sensação de saciedade, pois possui aminoácidos essenciais como metionina e fenilalanina e, também, tem fibras

dietéticas que dão a sensação de plenitude no estômago. Rica em ômega 3, vitaminas C e do complexo B, zinco, potássio, cálcio, fósforo e cobre, a chia é um excelente antioxidante, melhora a glicemia, repõe o ferro e estabiliza a coagulação. Além disso, é rejuvenescedora, antienvelhimento, ajuda na hipertensão arterial, no aumento de colesterol bom, no diabetes, nas doenças do coração e ainda combate à obesidade devido às propriedades antiinflamatórias do ômega

Problemas de Coluna? Hérnia de Disco?

ITC Vertebral

www.herniadedisco.com.br

GLOBAL

Preço Especial: R\$ 1.990,00 (R\$ 2.200,00 + R\$ 200,00 de desconto)

Meu filho vive no "Mundo da Lua"...

Ao chegar à sua casa, você abre a porta e pega seu filho, que deveria estar estudando, deitado no sofá assistindo TV ou brincando no computador e seus livros jogados em cima da mesa.

Você chama a atenção e ele responde: - eu já fiz, já estudei! E na verdade nem mexeu nos estudos.

Muitos pais ficam na dúvida se o filho é preguiçoso ou se realmente apresenta alguma dificuldade neurológica, pois perceberam que ele não presta atenção, não se concentra.

O processo de desenvolvimento da concentração é muito mais complexo do que imaginamos e não ocorre de forma imediata, pois está relacionado diretamente com a mudança de comportamento e disciplina.

Sabe que seu filho pode simplesmente estar com alguma dificuldade como qualquer outro, pois cada um tem um ritmo, uma rotina, uma genética diferente. Mas, os pais devem ficar atentos, pois o desinteresse ou distração podem estar relacionados ao Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH).

Crianças e adolescentes com TDAH apresentam a liberação desregulada de neurotransmissores relacionados à atenção, que dificulta a concentração e atrapalha o desenvolvimento, dentre outros aspectos, que podem permanecer até a fase adulta. Geralmente, a escola é a primeira a detectar o transtorno, porém, para um diagnóstico preciso, muitos critérios devem ser analisados pelos pais em conjunto com um especialista.

A preguiça de pensar das crianças e, principalmente, dos adolescentes, é muito presente nos dias de hoje, inclusive, no ambiente escolar, fato que pode ser, às vezes, mal interpretado. Por isso, é preciso estar alerta para não deixar que a tal desculpa explique ou se confunda com o TDAH, sem que seja previamente avaliada a situação.

Se existir ou não alguma dificuldade, seja comportamental ou neurológica, é preciso exercitar o cérebro estimulando a atenção focada e aumentando o tempo de concentração, inclusive, dentro da própria rotina familiar. Os pais podem auxiliar o filho modificando o ambiente de estudo ou estimulando a leitura de um livro, ao invés de longos períodos no videogame, no computador e assistindo TV ao mesmo tempo.

Independente de preguiça de pensar ou TDAH, por meio da ginástica cerebral é possível ativar as partes adormecidas do cérebro e ensiná-lo a funcionar de forma mais eficiente e duradoura!

SUPERA 
 Ginástica para o Cérebro

Juliana Campos Santiago Cesarin
 Rua Santo Antonio, 400 - Centro
 (ao lado do Hipermercado Estão)
 Telefone: (19) 3375.7487

