



Sábado, 18 de novembro de 2017

# Encontrada espécie de pássaro rara na Região das Missões

Divulgação



No dia 29 de outubro, a bióloga e mestranda do Programa de Pós Graduação em Ambiente e Tecnologias Sustentáveis (PP-GATS) da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS) – Campus Cerro Largo, Adelita Rauber, encontrou uma espécie de pássaro nativo brasileiro e ameaçado de extinção: a Patativa-tropeira (*Sporophila beltoni*). A espécie foi encontrada durante sua pesquisa de campo que avalia a importância dos banhados da região das Missões para a avifauna.

A patativa-tropeira (*Sporophila beltoni*) é um raro songbird (aves cantoras) migrante austral de longa distância que se reproduz nos campos de altitude do sul do Brasil. Nenhuma hipótese na literatura poderia prever a possibilidade de registro desta espécie no Município

de Santo Angelo, já que como foi observado pelo biólogo Márcio Repenning, um dos responsáveis pela descrição da ave. “Ela necessita de áreas específicas para se reproduzir e que invariavelmente estão próximas a matas ciliares ou entremeadas com manchas de capões de florestas típicos dos campos com araucárias”. A patativa-tropeira passa o período mais quente do ano, de novembro a março, nas regiões onde se reproduz. Quando os dias frios se aproximam, a partir de abril, com menos alimento disponível, ela migra para centro-oeste, principalmente em Minas Gerais, onde permanece até outubro. A rota de migração coincide com a rota por onde tropeiros conduziam rebanhos e carne seca entre o Sul e Sudeste, desde o século 18, e foi batizada

devido à essa característica.

“Mas a natureza é imprevisível e mais uma vez fomos surpreendidos. O registro desta ave tem gerado um alvoroço entre os ornitólogos, que agora estão tentando desvendar o motivo pelo qual ela foi registrada na nossa região, já que não é rota migratória da espécie. Uma das possíveis hipóteses é que essa espécie migratória por algum motivo se “desgarrou” do bando, e se juntou a um bando de Caboclinhos-branco (*Sporophila pileata*), que migram anualmente para os banhados da região das Missões”, explica Adelita.

Agora o objetivo da estudante, que também pertence ao Grupo Aves Missões, será monitorar essa espécie para verificar até quando ela ficará em Santo Angelo e tentar explicar a presença desta ave na região.

**Dr. Jaime Barbosa**  
CRM 22.482  
RQE 13399  
TEOT 7325

SBOT SEBO

**Especialista em cirurgia do joelho**

- Reconstrução ligamentar artroscópica
- Artroplastias do joelho (próteses)
- Vídeoartroscopia
- Osteotomias
- Instabilidade patelar

**Ortopedia e Traumatologia geral**

**Artroplastias do quadril (próteses)**

**Ortotrauma Clínica**  
ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA

Rua XV de Novembro, 1168 - Santo Ângelo - RS  
☎ (55) 3313-5656 - Cel. (55) 9976-8717  
E-mail: drjaimebarbosa@terra.com.br

**Harmonize**  
Clínica Psicológica

**PSICÓLOGAS**

Greice Quelle C. da Costa - CRP: 07/22.690 - (55) 9.8445.7579  
Liliane Ribeiro Ortiz - CRP: 07/23.464 - (55) 9.8107.2593  
Magali Mariana Andreola - CRP: 07/23.259 - (55) 9.9955.6642

Rua 3 de Outubro 256, Sala 704 - Edifício Executivo - Centro  
harmonizeclinicapsi@gmail.com

**DORES NO CALCÂNEO?**

Pode ser Esporão ou Fascite Plantar Crônica. Venha saber mais sobre:

**Tratamento por Ondas de Choque**

**Dr. Enio Cadore**  
Médico da SBTOC

Rua 15 de Novembro, 1068 Sala 108  
www.sbtoc.org.br Santo Ângelo - 3312.5033

**Farmácia Santo Ângelo**  
Rua Mal. Floriano, 1500 (Em Frente à Praça do Brique)

TELENTREGA  
3312.6611

**Tchê FARMÁCIAS**  
Na vida tudo tem remédio.

Você se cuida *você brilha*

Com a fórmula de emagrecimento do Chá do Sol + Cápsulas de Psyllium que reduzem a absorção de gorduras, seus quilos extras estão com os dias contados. Comece a tomar hoje mesmo!

**EMAGREÇA ATÉ 10kg em 30 dias**

**Jonatã Ferreira**  
Psicólogo - CRP 07/208839

Atendimento Clínico a Adultos e Adolescentes

Rua Marquês do Herval, 1634, sala 402 - Edifício Médigia  
Contatos: 8434-8146 (somente com hora marcada) - E-mail: jonata.junior@bol.com.br

# Há 20 anos fazendo você se sentir bem.

**20** anos  
**na** **3**

NATAÇÃO - HIDRO  
SPINNING - MUSCULAÇÃO  
TREINAMENTO FUNCIONAL  
GAP - JUDÔ  
FUNCIONAL DANCE

(55) 3313.1540 | Tiradentes, 1397 | Santo Ângelo

## Indisciplina na escola

A indisciplina tem sido uma preocupação constante nos últimos anos entre os professores, em virtude de perderem muito tempo buscando resgatar a disciplina, restando prejudicada a interação do aluno com a aprendizagem. Mas apesar disso, é importante mencionar que a indisciplina possui algo a dizer sobre o ambiente escolar e a necessidade de evolução pedagógica e institucional.



Greice Quelle da Costa  
Psicóloga - CRP 07/22690  
Contato: 55 98445-7579  
Email: harmonizeclinicapsi@gmail.com

Dentre as várias formas que a indisciplina é manifestada, encontram-se as conversas paralelas, dispersão, bagunça, desrespeito com professores e colegas, entre outros. Mas afinal, o que é indisciplina? Ao contrário do que muitos pensam, não podemos ver a indisciplina como algo restrito à dimensão comportamental.

Garcia (1999) define a indisciplina como uma incoerência entre os critérios e expectativas criados pela escola (e provavelmente pela comunidade escolar) no que diz respeito não só ao comportamento, mas as atitudes, socialização, relacionamentos e desenvolvimento cognitivo, e aquilo que os estudantes apresentam.

Desta forma, é importante que se considere o quadro real das condições de desenvolvimento dos alunos e suas necessidades, garantindo condições adequadas ao sistema de ensino-aprendizagem. Um dos fatores que pode desencadear resistências e expressões de indisciplina é a falta de participação dos estudantes nos processos decisórios da escola que os afetam direta ou indiretamente.

No entanto cabe mencionar que as diversas causas da indisciplina escolar podem estar relacionadas a fatores externos e internos. Os fatores externos incluem violência social, ambiente familiar, entre outros. Enquanto que os fatores internos incluem o ambiente escolar, condições de ensino-aprendizagem, relacionamento humano e a capacidade de adaptação aos esquemas da escola.

Assim, em cada caso deve-se questionar o grau de participação da escola na geração da indisciplina e não apenas sugerir que o problema se origina somente na atitude dos estudantes.

Por fim, para Garcia (1999) devemos superar a noção que indisciplina é apenas uma questão de comportamento, enquanto a escola se preocupa unicamente em resolver "problemas de comportamento", em suas palavras, a indisciplina nunca se resolverá.

### Referências:

GARCIA, Joe. Indisciplina na Escola: Uma reflexão sobre a dimensão preventiva. Rev. Paranaense de Desenvolvimento. Curitiba, n.95, jan./abr.1999, p.101-108. Disponível em: <<http://www.ipardes.pr.gov.br/ojs/index.php/revistaparanaense/article/view/275/229>> Acesso em: 16 de nov. 2017.

## Urtigão (*Urtica baccifera* L. Gaudich)

Divulgação



BioFlora/URI  
Acadêmica de Ciências Biológicas: Jordana Gabriele Vettorato  
Profa. Dra. Nilvane Ghellar Müller

A fitoterapia ou o uso de plantas medicinais para cura de doenças permite que o ser humano se reconecte com o ambiente, reconheça o poder da natureza, ajudando o organismo a normalizar suas funções fisiológicas prejudicadas, para assim, promover a desintoxicação e o rejuvenescimento do mesmo. Nesse sentido, caros leitores, hoje, falaremos de uma planta cujo potencial medicinal é interesse de todos, o Urtigão.

O Urtigão (*Urtica baccifera* L.) é uma espécie vegetal pertencente à família botânica Urticaceae, de nomes populares como urtiga-vermelha, cansação, urtiga, urtiga-roxa, entre outros, surgidos a partir do fato de suas folhas e caules serem recobertos por pelos urticantes. É nativa do Brasil, sendo encontrada na Amazônia, Cerrado e Mata Atlântica, em florestas úmidas, matas ciliares e florestas semidecíduais, associadas também a solos residuais a partir de rochas ácidas e calcárias.

Alguns estudos mencionam a espécie como indicadora de áreas degradadas, já que frequentemente é encontrada em locais com histórico de queimadas, um exemplo seria na Mata Atlântica do sudeste brasileiro. Também apresenta ampla distribuição desde o México, passando pela América Central e Antilhas, até a Argentina, Bolívia, Peru e Brasil.

Considerando a fitoterapia deste vegetal, o arbusto é popularmente utilizado para condições inflamatórias, quando as folhas ou raízes são usadas para infusão e topicamente. Também existem relatos sendo usada como diurética, depurativa, antirreumática, antianêmica, anti-diabética, hemostática, anti-hemorroidária, antissifilítica, adstringente e revulsiva; recomendada para o tratamento de gota, afecções da pele, leucorréia, anúria, disúria, infecções micóticas da pele, úlceras, feridas, hidrocefalia, afta, queda de cabelos, diarreia, edema, hiperplasia de próstata e artrite. Além disso, segundo pesquisas, a capacidade antioxidante deste vegetal, nas folhas e raízes, foram mensuradas e consideradas moderadas.

Suas partes utilizadas mais comumente para decocção são as folhas jovens, rizoma e raízes.

Na medicina da cultura dos índios guaranis, a infusão das raízes e folhas é utilizada nos casos de infecções urinárias e para aumentar o leite das lactantes. As folhas, após passadas na água quente para retirar a urticância, também são utilizadas como hortaliça em algumas regiões.

Na América Central é comumente cultivada como cerca-viva, devido a seus acúleos e tricomas urticantes. No México, durante o império Inca, era cultivada para obtenção de papel a partir do caule.

Esta espécie é utilizada juntamente com cerca de outras 10 espécies, em misturas, na composição de uma bebida fermentada e refrescante de consumo tradicional em Cuba, nomeada de Pru. A parte do urtigão utilizada no preparo desta bebida é a porção subterrânea espessada, denominada de raiz ou túbero. No Brasil e no RS, principalmente, há relatos populares sobre o potencial desta porção engrossada subterrânea do tronco, como fonte de água.

Na fitoeconomia, por seus caules fornecerem excelentes quantidades de fibras, são utilizadas para fabricação de instrumentos musicais de corda, principalmente na Argentina, por descendentes de índios Guaranis.

Ainda, além de ser um vegetal muito nutritivo, contém ferro (Fe) e boro (B), nitrato de potássio, acetilcolina, histamina, ácido fórmico e gálico, caroteno, vitamina C, tanino, silício, potássio, cálcio, magnésio e enxofre. Quanto a questões de contraindicações, conforme estudos, há registros de que suas sementes são tóxicas, se consumidas sem controle. Dessa forma, a equipe BioFlora destaca o quão importante é conhecer o material botânico antes de uso, justamente para seu adequado uso.



**30 Anos**  
**Bela Forma**

30 anos prestando os melhores serviços do fitness.  
Todos os ambientes climatizados

**Novidade!**  
**Venha conferir...**

Treino rápido e eficiente de 30 minutos;  
Foco no emagrecimento;  
Treinos motivantes e diferenciados;  
treinos coletivos ou personalizados;

**Perca Peso!  
Não perca Tempo!**

PROGRAMA DE EMAGRECIMENTO

**BF30**  
EMAGRECIMENTO

APARTIR  
**R\$75,00**

VAGAS LIMITADAS

Rua Duque de Caxias, 1280 - ☎ (55) 3313.3971 - Fan Page: Academia Bela Forma

## Cimento feito com caroço de azeitona é criado por estudantes brasileiros e espanhóis

Um cimento fabricado com as cinzas do caroço de azeitona e dos resíduos liberados nos alto-fornos. É isso que propõem alunos brasileiros da Universidade Estadual Paulista (UNESP) em parceria com os espanhóis da Universidade Politécnica de Valência (UPV).

Para a sua fabricação, o processo consiste em pegar os resíduos da combustão dos caroços de azeitona e dos fornos e moê-los para depois adicionar água. Nos testes realizados até agora, o cimento continha aproximadamente 20% de cinzas de azeitona e 80% de outros resíduos. Imagine o sucesso que poderia fazer com as sobras das pizzarias, por exemplo. Os testes também mostraram que o desempenho mecânico foi bom muito bom e que o material consegue ser suficientemente resistente para ser usado comercialmente pela construção civil.

“Este novo cimento se destaca especialmente por sua baixa pegada de carbono; seu impacto, em termos de efeito de estufa, é muito menor em relação aos cimentos



Divulgação

atualmente utilizados. Além disso, este trabalho abre um novo caminho de negócios para o uso e recuperação de energia de uma biomassa, como é o caso dos caroços de azeitona, bem como os resíduos dos altos-fornos” afirma Jordi Payá, pesquisador do Instituto de Ciências e Tecnologia de Concreto (ICITECH) da UPV.

O desenvolvimento – em es-

cala de laboratório – deste novo produto é o último resultado do trabalho realizado há quase 10 anos pelo grupo de pesquisa em Química de Materiais de Construção da ICITECH-UPV. A pesquisa completa do material pode ser conferida no site: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0167577X17308716>

Fonte: Redação Ciclo Vivo

**Kelly Kercher**  
Graduada de Nutrição / Unijui  
kellyunijui@outlook.com

### Os benefícios da beterraba para os atletas

*A beterraba é um alimento rico em nutrientes como carboidratos complexos, fibras, vitamina A, vitaminas do complexo B, potássio, fósforo, zinco, ferro, cálcio... Mas você sabia que, além de todos esses benefícios, a beterraba traz vantagens específicas para os atletas e para quem faz atividade física de uma maneira geral?*

*Ela é rica em nitrato, um dos precursores do óxido nítrico, substância que promove vasodilatação. Ou seja, aumenta o calibre dos nossos vasos, levando mais nutrientes e oxigênio para os músculos. Essa vasodilatação é interessante na prática de exercícios físicos porque otimiza o uso do oxigênio, auxiliando na melhora do desempenho durante os treinos. Com maior perfusão sanguínea, os nutrientes distribuem-se de forma mais eficaz para todo o corpo, o que deixa a recuperação muscular mais eficiente.*

*Outro benefício da beterraba é que ela é rica em betacaroteno, que aumenta a imunidade do organismo, além de exercer ação antioxidante, combatendo radicais livres, responsáveis pelo envelhecimento celular.*

*Não parando por aí, a beterraba tem betaína, que em atletas, reduz a fadiga e colabora para o aumento da força muscular. Ela reduz a ação inflamatória, o que é muito importante para pessoas que praticam exercícios intensos ou de longa duração. Isso porque atividades muito pesadas geram uma quantidade ainda maior de radicais livres. Vem daí a importância do consumo de antioxidantes e agentes anti-inflamatórios.*

*Para aproveitar tudo isso, o ideal é que ela seja consumida crua. Você pode comê-la no pré-treino, para melhorar a recuperação, uma boa opção é utilizar o suco dela, junto a alguma fruta como laranja.*

**Dra. Lislaine Bomm**  
Dermatologista  
CREMERS 37528 - RQE 25135

**Dermatologia clínica e estética**  
Adultos, crianças e idosos

Rua Marquês do Herval, 1145  
Santo Ângelo-RS - Fone: 55 3313.5709  
E-mail: lislainebomm@gmail.com

**Dra. Lisoneide Terhorst**  
Clínica Médica (RQE 20147)  
Hematologia e Hemoterapia (RQE 20190)  
CREMERS 28774

---

**Anemias, Alterações série branca e plaquetária, Coaguloplastias, Leucemias, Linfomas, Mielodisplasias, Mieloma múltiplo, Trombofilias.**

---

**Fone: (55) 3312-8118**  
Rua Bento Gonçalves, 526

demonstre harmonia.

**PaolaFlachPerim**  
odontologia especializada

**Aparelhos dentários**  
Discretos, inovadores e eficientes.

Edifício Leonardo da Vinci  
Rua 15 de Novembro, 1203  
Sala 403 - Tel.: 55 3314 0312

INFORMAÇÃO COM UM COLORIDO A MAIS

**O Mensageiro**  
A Realidade dos Fatos

55 3313-4887 | comercial@jom.com.br | www.jom.com.br

**LABORATÓRIO**  
*Missões*  
ANÁLISES CLÍNICAS E TOXICOLÓGICAS  
REALIZAMOS COLETAS DE URGÊNCIA

Exames Toxicológicos para concursos com preços diferenciados



SANTO ÂNGELO - RS | Rua Antunes Ribas, 1199 - Fone/Fax (55) 3314-1391  
ENTRE-IJUIS - RS | Rua Integração, 305 - Sala 02 - Fone/Fax (55) 3329-1103  
EUGÊNIO DE CASTRO - RS | Rua Alfredo Bechoner, 1099 - Fone/Fax (55) 3335-1263

 **CLÍNICA DE OLHOS VERONESE**  
Clínica e cirurgia de olhos, Lentes de contato  
Especialista em Oftalmologia pela A.M.B.

Lentes de contato, Lentes de contato coloridas com grau, Auto Kerato, Refrator computadorizado, Campo visual computadorizado, Tonômetro computadorizado de não contato para medida da pressão intra-ocular-teste de Glaucoma, Equipamentos de última geração.

**Dr. Pedro Veronese**  
CREMERS 02336 - RQE 26449

Rua Marquês do Herval, 1331 - Centro / ☎ (55)3312-2187 - Santo Ângelo - RS

## Cerca de 205 milhões de mulheres têm diabetes no mundo, alerta OMS

No Dia Mundial do Diabetes, lembrado na terça-feira, dia 14, a Organização Mundial da Saúde (OMS) alertou que cerca de 8% das mulheres - ou 205 milhões - vivem com diabetes em todo o mundo. O tema da campanha deste ano é "Mulheres e Diabetes: nosso direito a um futuro saudável", que tem como foco promover o acesso a medicamentos e tecnologias essenciais para todas as mulheres com diabetes e com risco da doença, além de levar informações qualificadas para que elas fortaleçam sua capacidade de prevenir o diabetes tipo 2.

Para o diretor da Sociedade Brasileira de Diabetes, Márcio Krakauer, o diabetes afeta a mulher em vários aspectos, o principal deles é o gestacional. Além disso, as mulheres passam pela menopausa, que é um momento em que a doença precisa ter um controle diferenciado.

### Prevenção e tratamento

No mundo, 422 milhões de adultos têm diabetes, que é responsável por 1,6 milhão de mortes a cada ano. São dois os tipos de diabetes. O tipo 1 é uma doença autoimune, quando pouca insulina é liberada para o corpo e a glicose fica no sangue, em vez de ser usada como energia. Esse tipo se concentra entre 5% e 10% do total de pessoas com a doença.

Já o tipo 2 é quando o organismo



Divulgação

não consegue usar adequadamente a insulina que produz, ou não produz insulina suficiente para controlar a taxa de açúcar no sangue. Esse tipo é causado principalmente pela obesidade. Cerca de 90% das pessoas com diabetes têm o tipo 2.

Segundo Márcio Krakauer, cerca de 70% das pessoas podem prevenir o tipo 2 da doença. "A prevenção é por mudança de estilo de vida, foco na perda de peso, na atividade física e na boa alimentação para que se possa reduzir o risco", explicou. O especialista alertou ainda que metade das pessoas que têm diabetes não sabe que tem. O diabetes é uma das principais causas de cegueira, insuficiência renal, ataque cardíaco, acidente vascular cerebral e amputação de membros inferiores. Adotar uma dieta saudável, praticar atividade física e não fumar são atitudes que podem prevenir ou retardar a doença do tipo 2.

<http://agenciabrasil.etc.com.br>

 VOCÊ ESCOLHE A **UNIMED MISSÕES** E A GENTE CUIDA DE VOCÊ!

A Unimed Missões/RS é uma referência em atendimento na região, oferecendo várias especialidades para procedimentos de alta complexidade. O Hospital Regional Unimed Missões dispõe de infraestrutura e tecnologia para garantir a tranquilidade, segurança e o atendimento humanizado

SERVIÇOS ESPECIALIZADOS

-  ASA COMPLEXIDADE PARA TRATAMENTOS DO CORAÇÃO
-  SERVIÇOS DE DIAGNÓSTICO POR IMAGEM
-  MODERNO BLOCO CIRÚRGICO
-  UTI

Dr. Luis Cláudio Madureira  
Diretor Técnico/CRM - R3 13-698

Avenida Rio Grande do Sul, 1133 - Santo Ângelo - RS

(55) 3312-0700

www.unimedmissoes.com.br

unimedmissoes



ANS - nº 31.161-B

## Nascimento

**Antonio Nascimento**  
Cirurgião-Dentista - CRO 6874  
Cirurgia e Traumatologia Buco-Maxilo-Facial  
Enxertos, Implantes, Exodontias complexas, lesões bucais

**Marcelo Nascimento**  
Crefito 22.2127-F  
Microfisioterapia - ENM  
Hipnose Clínica  
PNL - Programação Neurolinguística

**Liamara Nascimento**  
Crefito 7897  
Microfisioterapia Evolutiva  
Leitura Biológica - Osteopatia  
Equilíbrio Neuromuscular



**Elisandra Nunes Ferrazza**  
Crefito 42.347  
Pilates - RPG e Domiciliar

**Raquel Lemes Erthal**  
Crefito 126.027-F  
Pilates - Terapia Manual e Domiciliar  
Acupuntura Estética  
Acupuntura Sistêmica

**Fisioterapeutas**  
Atendimento personalizado e individualizado





Fones: (55) 3312-5333  
98458-4266  
Rua 7 de Setembro 571  
Santo Ângelo - RS