



Sábado, 16 de dezembro de 2017

Conheça "inseticidas" naturais para proteger sua horta

Divulgação



Os inseticidas naturais estão longe de serem importantes apenas para produtores orgânicos. Eles vêm da época em que ainda não se utilizavam produtos químicos para controle de "pragas". Para os produtores que sofrem com esse problema e precisam saber como realizar o combate listamos alguns exemplos:

Hortelã: é um chá de hortelã (*Mentha spicata*) que, pulverizado sobre as plantas, acaba por protegê-la contra insetos, como, por exemplo, formigas.

Alho: (*Allium sativum*): útil para o controle e repelência de insetos, como a lagarta da maçã, pulgões, brocas, cochonilhas e ácaros, é interessante pois não deixa o cheiro do alho nas plantas, pois a solução pode ser preparada com sabão e óleo mineral.

Azeite de andiroba: é feito das sementes da árvore andiroba (*Carapa guianensis*) e controla

os insetos, principalmente vaquinhas.

Própolis: substância resinosa resultado da interação das abelhas com as árvores, é utilizado para o controle de doenças, para nutrição das plantas e para diminuir o estresse hídrico.

Extrato pirolenhoso: produto da condensação da fumaça na fabricação de carvão, pode ser utilizado para o combate às lagartas, percevejos, trips, gorgulho, ácaros, moscas, pulgões, gafanhotos, brocas do tomateiro e do café, cochonilhas, bicudo do algodoeiro, cigarrinha da cana e da pastagem e moscas.

Óleo: são vários tipos, como o de eucalipto, útil contra moscas e vespas; de Citrus, bom contra formigas, baratas e lesmas; e de Neem, que combate mais de 500 espécies de insetos.

Arruda: é um arbusto (*Ruta graveolens*) que atua no combate

a pulgões.

Cinamomo: uma árvore (*Melia azedarach* L.) que combate a pulgões com uma solução de suas folhas e frutos.

Crisântemo: é um chá feito das folhas de crisântemo (*Chrysanthemum* sp.) que tem ação no sistema nervoso dos insetos, deixando-os imóveis. Com óleo de Neem, sua efetividade é aumentada.

Agave: é um preparado com as folhas maceradas de agave (*Agave americana* L. e *Agave atrovirens*) e água que ajuda no combate às formigas, aplicado na entrada ou no "olho" dos formigueiros.

Cebola: a cebola (*Allium cepa*) é útil contra lagartas em beterraba, brocas, pulgões e ferrugem. Pode ser plantada ao lado das plantas de interesse para afastar brocas.

Fonte: ciclovivo.com.br

Dr. Jaime Barbosa
CRM 23.487
RQE 13399
TEOT 7325

SBOT SEBO

Especialista em cirurgia do joelho

- Reconstrução ligamentar artroscópica
- Artroplastias do joelho (próteses)
- Vídeioartroscopia
- 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.sbto.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 Medglia
Contatos: 8434-8146 (somente com hora marcada) - E-mail: jonata.junior@bol.com.br

Há 20 anos fazendo você se sentir bem.

20 anos
raiz 3

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

(55) 3313.1540 | Tiradentes, 1397 | Santo Ângelo

Para que servem as emoções?

Todas as emoções, são na essência, impulsos, legados pela evolução, para uma ação imediata, para planejamentos instantâneos que visam lidar com a vida. A própria raiz da palavra emoção é do latim movere – mover acrescentado do prefixo “e” que denota “afastar –se”, o que indica que em qualquer emoção está implícita uma propensão para um agir imediato.

Em nosso repertório emocional, cada emoção desempenha uma função específica, diante das novas tecnologias que permitem perscrutar o cérebro e o corpo como um todo, os pesquisadores estão descobrindo detalhes fisiológicos que permitem a verificação de como diferentes tipos de emoção prepararam o corpo para diferentes tipos de resposta. Na raiva o sangue flui para as mãos, tornando mais fácil sacar da arma ou golpear o inimigo, os batimentos cardíacos aceleram-se e uma onda de hormônios, a adrenalina gera uma pulsação, energia suficientemente forte para uma atuação vigorosa.

No medo, o sangue corre para os músculos do esqueleto, como os das pernas, facilitando a fuga, o rosto fica lívido, já que o sangue lhe é subtraído (daí dizer-se que alguém ficou gelido). Ao mesmo tempo, o corpo imobiliza-se ainda que por um breve momento, talvez para permitir que a pessoa considere a possibilidade de, em vez de agir, fugir e se esconder. Circuitos existentes nos centros emocionais do cérebro disparam a torrente de hormônios que põe o corpo em alerta geral, tornando-o inquieto e pronto para agir. A atenção fixa-se na ameaça imediata, para melhor calcular a resposta a ser dada.

A sensação de felicidade causa uma das principais alterações biológicas. A atividade do centro cerebral é incrementada. O que inibe sentimentos negativos e favorece um aumento da energia existente, silenciando aqueles que geram sentimentos de preocupação. Mas não ocorre nenhuma mudança particular na fisiologia, a não ser uma tranquilidade, que faz com que o corpo se recupere imediatamente do estímulo causado por emoções perturbadoras. Essa configuração dá ao corpo total relaxamento, assim como a disposição e entusiasmo para seguir em direção a uma grande variedade de metas.

O amor, os sentimentos de afeição e a satisfação sexual implicam estimulação parassimpática, o que se constitui no oposto fisiológico que mobiliza para “lutar ou fugir” o que ocorre quando o sentimento é de medo ou de ira. O padrão parassimpático, chamado de “resposta de relaxamento” é um conjunto de reações que percorre todo o corpo provocando um estado geral de calma e satisfação, facilitando a cooperação.

Livro consultado: Inteligência Emocional, a Teoria Revolucionária que redefine o que é ser Inteligente, Daniel Goleman, 2ª edição.



Liliane Ribeiro Ortiz
Psicóloga - CRP 07/23464
Contato: 55 98107-2593
Email: harmonizeclincapsi@gmail.com

Estrela-de-Natal (*Scadoxus multiflorus* (Martyn) Raf.)

Divulgação



BioFlora/URI

Acadêmicos de Ciências Biológicas - Bacharelado: Jordana Gabriele Vettorato
- Profa. Dra. Nilvane Ghellar Müller

Caros leitores, celebrando o Natal que se aproxima, hoje traremos a descrição de uma espécie vegetal que anuncia a chegada deste dia, conhecida popularmente pela comunidade Santo-angelense, em geral, como Estrela-de-Natal, Flor-de-Natal, Coroa Imperial e Lírio-Sangu-Salmão. Com sua beleza, enfeitada e encanta muitas residências nesta época do ano, fazendo parte, tradicionalmente, da ornamentação natalina.

A Estrela-de-Natal pertence à família botânica Amaryllidaceae, exótica, de origem da África, possivelmente chegou até o Brasil pelos escravos. Planta de cunho herbácea, perene, bulbosa, de crescimento e floração anual. Pode atingir cerca de 40 cm de altura, sendo que suas folhas saem diretamente do bulbo. Floresce no verão e pode ser cultivada em todo o país. Além disso, suas mudas normalmente são comercializadas em bulbos ainda dormentes ou em vasos já desenvolvida e iniciando a floração. Também, se o cultivo for realizado de forma correta, o bulbo poderá durar vários anos florescendo anualmente fora ou dentro de casa, desde que com uma boa iluminação. Após a floração esta planta adentra em estado vegetativo, para acumular reservas e assim, conseguir sobreviver durante períodos extremos, como o inverno, em torno de 6 meses, que é o período de dormência. No outono em geral perde as folhas, principalmente em regiões onde os invernos são de temperaturas mais baixas. Embora, podem-se tirar os bulbos após o final do ciclo para cultivo no final do inverno ou deixá-los sob a terra, para futura germinação. Este bulbo multiplica-se através de inúmeras divisões mitóticas, crescendo desordenadamente.

Entretanto, caro leitor, tenha muita atenção ao cuidar uma Estrela-de-Natal, pois, apesar de não existirem relatos na literatura de intoxicações causadas por esta espécie, sabe-se que muitos gêneros de Amaryllidaceae, são tóxicos. Estudos de princípios ativos destes bulbos em geral revelaram como majoritários alcaloides licorina e galantamina. A licorina pode causar vômitos, diarreia, colapso central e até mesmo a morte, devido à paralisia do sistema nervoso central, enquanto que a galantamina, é um poderoso inibidor de acetilcolinesterase, e tem sido bastante cogitada na utilização para com a doença de Alzheimer. Ainda, no Brasil, o gênero *Hippeastrum*, cujas espécies são conhecidas popularmente como açucenas, são responsáveis por envenenamentos que levam a fortes diarreias.

Dessa forma, a equipe BioFlora ressalta para se ter cuidado com este vegetal, visto que se conhecesse muito pouco ainda sobre esta plântula. Entretanto, se você quiser cultivá-la como ornamental, é muito simples, basta plantar seu bulbo em solo leve e solto, por inteiro, deixando-o apenas uma pequena ponta para fora da terra. O substrato a ser usado para seu cultivo deve ser rico em matéria orgânica, a meia-sombra e com umidade. Depois é só regar e aguardar. Pode ser cultivada em canteiros ou vasos. Certamente terá sua flor em poucos dias! É interessante começar a regar o bulbo semanas antes do Natal, visto que para esta data a sua inflorescência estará radiante e, assim, a plântula terá superado seu período de dormência.



Inflorescência



Bulbo da Estrela-de-Natal



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

Pele de verão: os cuidados que você deve ter

Não é novidade: cuidar da saúde da sua pele deve ser algo do ano todo! Mas o verão exige mais atenção ainda, afinal, é quando o sol está mais forte. E, claro, por ser férias, você quer aproveitar e acaba ficando mais exposta não só ao calor, mas também ao vento, água do mar/piscina e outros. Separamos as dicas mais essenciais para você proteger bem a pele durante esta época mais quente.

Comece a se hidratar por dentro: Pode até parecer estranho, mas o primeiro passo é beber muita água. Ela traz diversos benefícios, e um deles é deixar a sua pele mais saudável e bonita.

Use hidratante: Um bom creme também faz toda a diferença nessas horas. Mas, vale lembrar: existem vários tipos, escolha aquele que vai certinho com seu tipo de pele (oleosa, mista, normal).

Se proteja: A dica mais im-



Divulgação

portante e que nunca pode ficar de fora é a de usar protetor. É preciso, sim, usar – e muito – esse produtinho. Ele vai garantir a proteção que você precisa contra os raios solares. Inclusive, ajuda a prevenir queimaduras e até doenças de pele.

Outros cuidados

Evite esfoliar a pele com produtos muito agressivos du-

rante os dias em que estiver expondo a pele ao sol. Ela tende a ficar mais sensível nessa situação e o uso de esfoliantes pode ser prejudicial. Outra dica importante é abandonar produtos que contenham ácidos e ficar atento ao tempo de recuperação após tratamentos com laser ou peeling. Agregada a esses fatores, a exposição solar pode resultar em manchas na pele.



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

Branqueamento dos alimentos

A fim de evitarmos desperdício e aproveitarmos mais os alimentos, podemos utilizar estratégias de conservação para posterior consumo.


O branqueamento é um método simples, antecede ao congelamento e tem o “choque térmico” como o principal fator empregado no processo.

O método favorece : o aumento de vida útil dos vegetais; a inativação de enzimas que provocam o escurecimento dos vegetais; a fixação da cor; a manutenção das características organolépticas (sabor, aroma e textura); a preservação do seu valor nutricional.


Para branquear, comece higienizando adequadamente os vegetais retirando partes machucadas mantenha uma panela funda com água fervente reserve uma vasilha funda com água gelada e cubos de gelo corte os vegetais em pedaços menores (cubos, rodela, tirinhas) mergulhe-os na água fervente por 2-3 minutos retire da água fervente com auxílio de escumadeira transfira para a vasilha com água gelada até total resfriamento do alimento , assim interrompe o processo de cocção retire da água e coloque em saquinhos próprios para congelamento, identificados (nome do produto, data do congelamento) retire o excesso de ar da embalagem (saquinho) leve ao freezer/congelador

Para utilizar o alimento não se faz necessário descongelar, podendo ser colocado direto para completar o cozimento.

O prazo de validade do alimento branqueado pode variar de 3-6 meses.



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.





Aparelhos dentários
Discretos, inovadores e eficientes.

PaolaFlachPerim
CRORS 14122
odontologia especializada

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

INFORMAÇÃO COM UM A COLORIDO MAIS



Jornal e Revista
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

7 mitos sobre aparelhos auditivos e perda auditiva

Divulgação

A perda auditiva tem se tornado cada vez mais frequente na população mundial. Antigos aparelhos auditivos desconfortáveis e com aparência estética agressiva colaboraram para o surgimento de alguns mitos. Confira essa lista para desmascarar algumas afirmações equivocadas que ainda estão presentes em nossa sociedade.

1. "Somente os mais velhos possuem perda auditiva". Mito. A perda auditiva afeta pessoas de todas as faixas etárias. Imaginar que só a "terceira idade" é afetada por problemas auditivos é uma ideia equivocada. Uma pesquisa realizada pela OMS (Organização Mundial de Saúde) revelou que cerca de 360 milhões de pessoas sofrem com algum tipo de perda auditiva. Em países desenvolvidos, mais de 43 milhões de pessoas, entre 12 e 35 anos, já sofrem de surdez. O uso inadequado dos fones de ouvido é um dos fatores que pode estar colaborando para o aumento de casos de perda auditiva entre os mais jovens.

2. "Aparelhos auditivos fazem as pessoas parecerem "velhas" e "deficientes". Mito. Quem usa óculos parece mais "velho" ou "cego"? Evidentemente não. A mesma lógica pode ser aplicada ao uso de aparelho auditivo. Esse preconceito, que muitas vezes parte do próprio usuário, precisa ser eliminado. Os aparelhos evoluíram muito em termos de design e conforto, e sempre é preciso compreender que os benefícios do aparelho auditivo estão muito além das questões estéticas.

3. "O uso de aparelhos auditivos chama mais atenção do que a perda de audição." Mito. No convívio social e familiar, a surdez incomoda muito mais do que qualquer questão estética. Com dificuldade para escutar a pessoa fica pedindo para repetir, não entende histórias, brincadeiras e dá respostas equivocadas durante uma conversa. Acaba gradativamente perdendo a concentração e a vontade de se comunicar. Além disso, existe uma ampla linha de cores e modelos de aparelhos auditivos, até mesmo imperceptíveis, já disponíveis no mercado.

4. "A maior parte das perdas auditivas não têm nenhuma solução". Mito. Aproximadamente 95% das pessoas com perda auditiva neurosensorial podem escutar melhor com uso de aparelhos auditivos. Para casos mais graves, o implante coclear é outra alternativa. Somente após um diagnóstico, feito por um ou mais especialistas, que um caso específico de perda auditiva pode ser considerado sem solução. A ciência evoluiu muito e atualmente existem médicos e fonoaudiólogos especialistas em audiologia (audiologistas) extremamente capacitados para indicar possíveis tratamentos e soluções para os diferentes casos de perda auditiva.

5. "Aprender a viver escutando menos é o melhor caminho". Mito. Tentar esconder o problema de si mesmo e dos outros é o pior caminho. Quanto antes for realizado o diagnóstico e a busca por solução, melhores serão as possibilidades de tratamento, bem como de resultados satisfatórios. Como geralmente a perda auditiva é gradativa, muitas pessoas preferem



Drda. AuD. Carla Cristina Backes
Fonoaudióloga Clínica CRFa 7-9509
Audiologista pelo Conselho Federal de Fonoaudiologia - CFFA 6570/17
Membro da Associação Internacional de Audiologia - ISA
Palestrante da Fundação Otorrinolaringologia - FORL/SP
Doutoranda em Ciências Biomédicas/ Próteses Auditivas
Contato: 55 3313.1734
E-mail: carlacbackes@gmail.com

ir se acostumando com o fato de escutar menos. Essa atitude gera isolamento social podendo desencadear até a depressão. Não há motivos para adiar a procura por um especialista assim que os primeiros sintomas de perda auditiva se manifestem.

6. "Quem tem perda auditiva leve não precisa de aparelhos auditivos" Mito. Independente do estilo de vida de cada pessoa, a audição é um sentido fundamental para o desenvolvimento social e profissional. Assim como a perda auditiva grave, a perda auditiva leve deve ser levada a sério, ela é uma deficiência e pode ser atenuada. Para cada caso existe um aparelho auditivo específico. Escutar "um pouco" menos pode gerar obstáculos desnecessários na carreira profissional e criar barreiras no convívio familiar. Procurar um especialista enquanto a perda é leve pode retardar a evolução para uma perda auditiva grave.

7. "Não vou conseguir usar o celular com o aparelho auditivo" Mito. Atualmente existem vários aparelhos auditivos e acessórios que permitem conectividade através da tecnologia bluetooth, o que facilita muito o dia a dia do usuário. O som da televisão, músicas e ligações telefônicas podem ser transmitidas diretamente ao aparelho auditivo, sem complicações ou desconforto.

 **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
Doutor Técnico/CRM - R3 13-698

Avenida Rio Grande do Sul, 1133 - Santo Ângelo - RS
(55) 3312-0700
www.unimedmissoes.com.br
unimedmissoes



ANS - nº 31.141-B

Nascimento

Antonio Nascimento

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

Marcelo Nascimento

Credito 22.2127-F
Microfisioterapia - ENM
Hipnose Clínica
PNL - Programação Neurolinguística

Liamara Nascimento

Credito 7897
Microfisioterapia Evolutiva
Leitura Biológica - Osteopatia
Equilíbrio Neuromuscular



Elisandra Nunes Ferrazza

Credito 42.347
Pilates - RPG e Domiciliar

Raquel Lemes Erthal

Credito 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