

RAINHA DAS ASSOCIAÇÕES

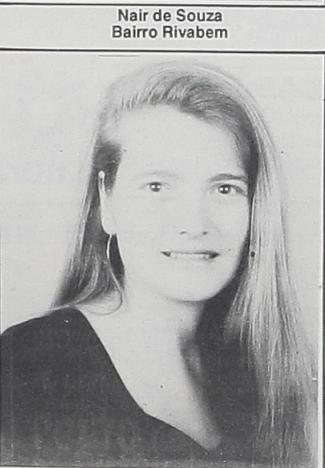
Neste domingo, dia 31, acontece a 1ª Festa de Confraternização das Associações de Moradores dos bairros de nossa cidade. Nesta Confraternização teremos uma gincana que começará às 9h e a escolha da Rainha das Associações de Moradores. A festa, que acontece no Ginásio de Desportos do Itaque, terá a animação dos Os Patriotas do Sul. As candidatas ao título são:



Eliane de Rocio Guarezi Jardim Social



Rosa de Castro Leal Jardim das Palmeiras e Florestas



Luciane Age Esmeralda e Jardim Paraíso

Beleza e Estética

O envelhecimento

Por que envelhecemos? Como ocorre esse processo que termina com a morte? As doenças da velhice são consequências do envelhecimento? Essas são algumas questões que ainda povoam as mentes dos cientistas mais renomados e geram polêmica entre os médicos. Teorias existem mas o caminho é longo até se chegar a resposta final: a verdade cientificamente comprovada.

Duas teorias mais aceitas para explicar porque envelhecemos, são a deterioração proteica e a do Relógio biológico. A 1ª acredita que o organismo vai se deteriorando por causa de erros primários que ocorrem durante a síntese de proteínas essenciais ao organismo. Esses erros podem levar à produção de proteínas anormais, que teriam suas funções comprometidas, e, assim, colocariam em risco todas as funções do organismo, já que tudo funciona de forma harmônica. Isso implicaria diversas alterações que levariam ao envelhecimento e seriam responsáveis pelo aparecimento de diversas doenças.

A 2ª teoria diz que existem genes responsáveis pelos fenômenos típicos de determinadas etapas da vida. Como já foi comprovada, no embrião aparece a hemoglobina fetal; na infância as dentições; e na puberdade surgem as caracteres sexuais. A velhice seria a continuação desse processo de diferenciação. Segundo a tese, alguns genes poderiam provocar o fenômeno da senescência, processo normal do envelhecimento, que termina com a morte.

Isso ocorre porque as células estão programadas para se dividir um certo número de vezes. Depois, param de se multiplicar e o organismo começa a entrar em decadência. Segundo os geriatras, não há como mudar esse processo. Acredita-se que a expectativa de vida esteja mudando, aumentando devido aos novos recursos da medicina. Mas, a idade máxima do ser hu-

mano continua a SETMA, FEIRA, DIA 20 aos 30.

Chegar a essa idade, no entanto ainda é um desafio. A expectativa de vida é de no máximo 78 anos nos países de 1º mundo e de 69 anos no Brasil. O processo normal do envelhecimento limita o idoso em suas funções e facilita o surgimento de diversas doenças. Uma das alterações normais da velhice é o endurecimento das artérias que atrapalha a circulação, abrindo caminho para doenças como a arteriosclerose, ou deposição de placas de gordura nas artérias, podendo obstruí-las levando ao infarto ou ao derrame cerebral.

Além disso, o idoso tem seu fluxo sanguíneo diminuído, pois o coração não consegue bombear a mesma quantidade de sangue de um jovem e isso impede a execução de exercícios físicos.

O rim também já não é o mesmo, pois circula menor quantidade de sangue afetando suas funções e comprometendo a eliminação de substâncias tóxicas. O intestino funciona de forma mais lenta e absorve menos nutrientes. Os órgãos dos sentidos perdem a sensibilidade, prejudicando a visão, o olfato, o paladar e a audição. Enfim, todo o organismo trabalha mais devagar, mas o ritmo dessas alterações varia de pessoa para pessoa, podendo ser retardadas naqueles que mantêm uma vida mais saudável.

Com todas essas mudanças, as doenças começam a aparecer e os médicos discutem aciradamente se elas provocam o envelhecimento ou se são decorrentes dele. Talvez estas questões não se excluam e o processo seja mútuo. Isso ninguém ainda sabe. O que não se nega é que os idosos são mais propensos a sofrer de doenças como a osteoporose, vários tipos de câncer, doenças do coração e do cérebro.

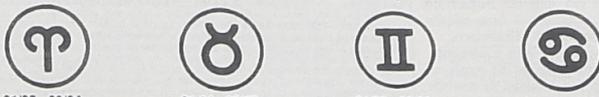
Texto: Maria Cláudia Polessello Fisioterapeuta - Esteticista

Maria Cláudia Polessello - Fisioterapia
Acupuntura e Estética Facial e Corporal.
Rua do Centenário, 2035 - Fone 292-3933
Particular e Convênios

CMA MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO
Você que vai construir ou reformar sua casa.
Celli tem de tudo do piso ao teto.
Venha conferir nossos preços.
BR 277 - Km 23 - Nº 2946
Fones: 292-1874 e 292-1834

HORÓSCOPO DA SEMANA

Por Quiroga, da Agência Estado.



21/03 - 20/04

ÁRIES: Enfrentar todas as tensões como se representassem um desafio à sua intrepida natureza pode não ser a solução mais agradável. Tentando ser direto e claro, você pode acabar criando mais problemas do que os que tenta resolver. Por isso, e apesar da sua natureza, tenha paciência e especialmentel tolerância.

21/04 - 20/05

TOURO: Por mais que você tente cobrir-se contra tudo o que lhe apresenta, não se deixe levar pelo impulso positivo. Coloque a criatividade a trabalhar e organize o seu trabalho, para que lhe renda mais e melhores frutos. Desta forma, todo o esforço que passa através de você conseguirá conduzi-lo a sucesso e não a mais um ataque de preguiça.

21/05 - 20/06

GÊMEOS: Já que o seu coração anda tomado por intensas emoções, cuide para que não seja afetado por conflitos difíceis de superar. Por isso, será necessário enfrentar as lutas de cabeça erguida. Sem amargura. Mas com a certeza de estar procurando o melhor para todos.

21/06 - 21/07

CÂNCER: Na procura de paz e sossego, as suas atitudes podem dar resultados completamente contrários. Não que não vá conseguir paz. Só que para atingi-la, você mesmo criou conflitos difíceis de superar. Por isso, será necessário enfrentar as lutas de cabeça erguida. Sem amargura. Mas com a certeza de estar procurando o melhor para todos.



22/07 - 22/08

LEÃO: Não há tranquilidade para o leão. Por isso, é melhor preparar-se para um período de tensão. Mas toda tensão é também a expressão de um poder que ainda não conseguiu encontrar o caminho certo. E por esta razão que não deve tomar os conflitos como meros incômodos que a vida lhe proporciona. Porque são em verdade comedores do seu caminho.



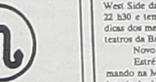
23/08 - 22/09

VIRGO: A ambição faz mais uma das suas jogadas. Desta forma não será possível manter a pose já que num determinado momento, que você saberá identificar bem, as suas palavras ultrapassarão toda a qualificação dos seus argumentos, que se torna tão forte, que os perturbações. As perturbações de ter que competir mesmo com aquelas pessoas que o acompanham intimamente no seu caminho. A vida é mesmo assim.



23/09 - 22/10

LIBRA: Ao seu ver, todas as atitudes que toma têm como objetivo tornar a sua vida mais fácil. Mas não leva em conta a ambição, que em alguns momentos se torna tão forte, que os perturbações. As perturbações de ter que competir mesmo com aquelas pessoas que o acompanham intimamente no seu caminho. A vida é mesmo assim.



23/10 - 21/11

ESCORPIÃO: Já sofreu bastante sozinho, e agora sente que chegou a hora de por a boca no trombone. Os resultados disto são imprevisíveis porque passou tanto tempo carregando o peso sozinho, que agora, qual que seja a pressão psicológica, pode endurecer críticas exageradas e que não são merecidas. Um pouco de diplomacia não lhe fará mal algum.



22/11 - 21/12

SAGITÁRIO: Apesar de todo o entusiasmo que a sua natureza dispõe, o mundo parece estar decaindo mesmo. As vezes, o entusiasmo não é a chave que abre as portas necessárias. Neste momento haverá de lutar como todos os outros mortais, com garra e sofrimento os altos e baixos normais de toda luta. Mas saiba que apesar da tensão, a sua vida se dirige ao sucesso.



22/12 - 20/01

CAPRICÓRNO: Tenha cuidado para não ficar surdo demais com as facilidades que se abrem à sua frente. Tais caminhos são e vão tanto enganar-se e você poderá comprovar isto rapidamente. O futuro imediato parece ter para você um pouco de tensão e desentendimento. As discussões entre amigos devem ser levadas em conta, porque falam diretamente a você.



21/01 - 19/02

AQUÁRIO: Esta é uma época de conhecimento. E o conhecimento irá animar o peso que alguns segredos criaram na sua alma. Mas não é momento de ficar parado contendo as revelações. Estas devem servir como impulso para esforçar-se e trabalhar com maior afinco em tudo o que significa o seu futuro.



20/02 - 20/03

PEIXES: Mesmo sem desejá-lo, dirige-se ao conflito. Este, apesar de tenso, pode significar a saúde definitiva de um período contínuo. Nem sempre a vida resolverá para você os problemas. Há momentos em que estes devem ser enfrentados com o máximo de abertura possível. Não tema a tragédia, porque esta desaparecerá à medida que enfrentar as dificuldades.

SEMANA NA TV

ANA PUROHI, da Agência Estado
SEXTA-FEIRA, DIA 25:
"O Último Desafio".
O sexto programa da série "Estética", que a Cultura leva ao ar nesta sexta-feira dia 25, mistura ficção e realidade. Uma reportagem, Valérie Dupont, tenta recuperar o espírito das ideias de Einstein. Ela relata os caminhos do cientista, passando pelo Japão e chegando ao arquipélago da Ilhéras, guardado na Ilha de Pórcia, em Ilhéras. O programa começa às 22h30, na Cultura.

SÁBADO, DIA 30:
"Nippon, O Milagre Japonês": segunda parte.
"A Recuperação" é o segundo episódio da série "Nippon, O Milagre Japonês" que a Bandeirantes exibe neste sábado, dia 30, às 21h30. O documentário, produzido pela NHK do Japão e BBC de Londres, mostra o que restou da base industrial japonesa depois da 2ª Grande Guerra. Os japoneses precisaram enfrentar muitos problemas para recuperar o país, como a falta de comida, o desemprego, a dificuldade em encontrar matérias-primas para produzir em suas indústrias totalmente destruídas.

"América On Line", na CNT.
"O América On Line" está sendo, dia 30, uma arquitetura, as avenidas do complexo de Nova York, o Central Park, o East e o West Side da cidade. O programa, que começa às 22h30 e tem apresentação de Lúcia Romano, mostra os melhores hotéis, restaurantes e mostra os teatros da Broadway.

"Novo Comando na Madrugada".
Estaria neste sábado dia 30 o novo "Comando na Madrugada" com apresentação de Goulart de Andrade. O programa tem quatro horas de duração e não é mais produzido pelo produtor independente de Goulart e sim pelo SBT. Novos quadros prometem. O "Mesa Redonda" é um deles, feito em estúdio e que conta com quatro ou cinco convidados que conversam com o apresentador sobre um determinado assunto. Segundo o diretor Hélio Vargas "o quadro não pretende fazer um debate de determinado assunto e sim trazer um verdadeiro painel da sociedade e do mundo".

O público adolescente não foi esquecido. Apoio Goulart de Andrade, filho do apresentador, mostra as novidades e alternativas de diversão para os jovens. Mulheres bonitas participam de outro quadro que vem sendo mantido em estilo pela produção. "Seriados Antigos", em preto e branco, com meia hora de duração e nos mesmos moldes de "O Misterioso Dr. Seal" (1942) também é um programa de vídeo que apresenta as melhores cenas de cinema e televisão, sem deixar de lado a postura crítica.

O diretor Hélio Vargas pretende trazer de volta o humorista Agildo Ribeiro que estava afastado desde o fracasso de "Não Pergunte Que Eu Respondo". Agildo, ainda contratado pelo SBT, poderá entrar de três a quatro vezes por programa, diretamente de alguma boite da moda, contando "causas". Mas, procurado pela AB, Agildo não confirmou nada. "Sem falar com Luciano Cagliari, não posso adiantar nada", explica o humorista.

DOMINGO, DIA 31:
"O Reino de Urso Polar".
O segundo episódio da série "O Reino do Urso Polar", "Nos Confins do Mundo" vai sobre a exploração da vida na Antártica e a primeira vez no Ártico. Num curto período de luz e calor a região exibe uma paisagem rara, com flores de cores vivas que brotam do chão gelado.

Avés e mamíferos procuram e encontram flocos de neve no lugar, apreciando o frio para se acurrar, e sobreviver ao longo período de inverno que retorna logo. A série, que é uma produção da BBC de Londres, vai ao ar às 18h30.

"I Love Lucy".
As 20 horas, a Cultura exibe mais um episódio de "I Love Lucy". Desta vez Ricky pede que Lucy o ajude a encontrar uma solução para sua crise de fé. Ela não sabe o que fazer, então ela escreve, escreve, remete e, finalmente, um empregado de montador.

SEGUNDA-FEIRA, DIA 01/11:
"UB40 no Hollywood Rock".
"Hollywood Rock Live Concert" desta segunda-feira, dia 1º, repetirá o show da banda UB40. A turnê "Family Affairs" apresenta grandes sucessos do grupo como "Pillows", "One In Ten", "Don't Break My Heart", "Foot For Thought" e outros. O show, que começa às 22h45 na Bandeirantes, foi realizado em junho de 92, ao ar livre, em Londres e reuniu mais de 30 mil pessoas.

Novo "CNT Jornal"
A partir desta segunda-feira, dia 1º, o "CNT Jornal" sofre algumas mudanças. Lúcia Ribeiro assume o telejornal direcionado de Curitiba e três jornalistas comandam a noite São Paulo/Maduroa/Brasília: Ana Maria Tahan, Ana Maria Nascimento e Silva e Patrícia Moutinho. O jornal continua sendo ao ar no mesmo horário, 21h45, com uma edição e vinhetas novas.

Paulo Lopes estreia no SBT.
"Debate na TV", que deveria ir ao ar no último dia 25, no SBT, teve problemas de caráter e

suas estreia foi adiada para esta segunda-feira, dia 1º, às 17h30. Paulo Lopes, responsável por uma audiência de mais de 500 mil votantes por minuto no Rádio Globo, transfere o seu debate diário para o programa.

TERÇA-FEIRA, DIA 2:
"República Federal" é uma minissérie que a Cultura começa a apresentar nesta terça-feira, dia 2. Este novo programa, o documentário mostra a história política da Argentina ao final da década de 20. O programa vai ao ar de terça a sexta, às 23h30, e tem reprise no dia seguinte, às 13 horas.

"Era Uma Vez... Terça" na "Terça Noite"
O pernilho "Retrato de Mulher" do ano, que vai ao ar nesta terça-feira, dia 2, logo após a novela "Renascença", mostra o conflito de Teresa (Regina Duarte) com um marido frustado, que por não ter tido uma festa de debutante resolve fazer, a todo custo, uma festa para sua filha Bruna (Alessandra Negrini). Mas o grande problema é que o casal marido e esposa não se dão bem.

QUARTA-FEIRA, DIA 3:
"O Grande e Único Groucho", na Cultura.
O "Cultura Geral" desta quarta-feira, dia 3, fala da vida e carreira de um dos maiores comediantes de cinema e tv: Groucho Marx. O programa: a produção vai selecionar vários filmes lançados no cinema e várias fitas de vídeo, procurando mostrar quem eram os melhores bonecos e quem era o teleespetador, sem deixar de lado a postura crítica.

O diretor Hélio Vargas pretende trazer de volta o humorista Agildo Ribeiro que estava afastado desde o fracasso de "Não Pergunte Que Eu Respondo". Agildo, ainda contratado pelo SBT, poderá entrar de três a quatro vezes por programa, diretamente de alguma boite da moda, contando "causas". Mas, procurado pela AB, Agildo não confirmou nada. "Sem falar com Luciano Cagliari, não posso adiantar nada", explica o humorista.

QUINTA-FEIRA, DIA 4:
"Tigres de Bengala no Ensaio".
Bianchi, Valéria Castaldi, Kláudia Zoli, Billie Forghieri (ex-Bibi), Lu e Dadi (ex-A Cor do Som) são componentes da banda "Tigres de Bengala" e estarão no "Ensaio de Rituais" em uma reedição independente do seu álbum sucooso e relembrado "Tigres de Bengala" (1974), com Valéria Castaldi, Bianca Vences e "Cassanova" (Riche e Bernardo Vilhena), "Lu e Estrela" (Valéria Castaldi) e "Meio Noite" (Cassanova).

"Cartão de Expressão", na Manchete.
A atriz e apresentadora Bruna Lombardi estrevará nesta quinta-feira, dia 4, a revista plástica de Yvonne Barrera de Melo, mulher do dono da rede de hotéis Ohno e madrinha de um grupo de meninos de rua, com idades entre 16 e 21 anos, que moram em alguma das ruas da comunidade de Capangaba, em Leme. Não apenas uma jornalista, tentava fazer ver. Ela já participou do Projeto Rondon, ajudou miseráveis em países estrangeiros, mostrou uma creche em Dique de Caxias e hoje polêmica meninos de rua, explicando a razão de estar no trabalho em que se encontra.

No último massacre de meninos, ocorrido na Candieiras, no Rio, Yvonne fez greve de fome e esculpou uma estátua para os meninos de rua. Ela também fez uma greve de fome em homenagem à mãe de um menino de rua. Ela já participou do Projeto Rondon, ajudou miseráveis em países estrangeiros, mostrou uma creche em Dique de Caxias e hoje polêmica meninos de rua, explicando a razão de estar no trabalho em que se encontra.

Yvonne Barrera de Melo
A atriz e apresentadora Bruna Lombardi estrevará nesta quinta-feira, dia 4, a revista plástica de Yvonne Barrera de Melo, mulher do dono da rede de hotéis Ohno e madrinha de um grupo de meninos de rua, com idades entre 16 e 21 anos, que moram em alguma das ruas da comunidade de Capangaba, em Leme. Não apenas uma jornalista, tentava fazer ver. Ela já participou do Projeto Rondon, ajudou miseráveis em países estrangeiros, mostrou uma creche em Dique de Caxias e hoje polêmica meninos de rua, explicando a razão de estar no trabalho em que se encontra.