

O maior guia de saúde do Brasil

viva saúde

DOR NO JOELHO TEM SOLUÇÃO
Treino em casa traz alívio rápido para quem já tentou de tudo

O curioso
elo entre
o jeito de
caminhar
e o seu
humor

ASMA NA GRAVIDEZ
Nova terapia afasta as crises da futura mãe

Intestino
bem mais
saudável
depende
de FIBRAS
CERTAS



NUMERO 142 - PREÇO R\$ 9,90



Sucos naturais ANTI-INCHAÇO

Mix de frutas, vegetais e ervas reduz a retenção de líquidos no abdome e a sensação de peso nas pernas

TÁ NA MENOPAUSA?

Reposição hormonal já é feita sem o medo dos efeitos colaterais

MUITO QUENTE

Alimentos que aliviam o calor de dentro para fora

CÂNCER DE PRÓSTATA

O que se come afeta diretamente a eficácia de todo o tratamento



Nova espécie de ave voa baixo nos ares paulistas

Nos arredores das nascentes dos rios Tietê e Paraíba do Sul vive o bicudinho-do-brejo-paulista (*Formicivora paulistola*). A espécie é a primeira com ocorrência apenas no estado de São Paulo, segundo Luis Fábio Silveira, pesquisador do Museu de Zoologia da Universidade de São Paulo (USP). O primeiro a ver e registrar os sons da ave foi Dante Renato Corêa Buzzetti, do Centro de Estudos Ornitológicos, uma ONG de São Paulo. Os bicudinhos têm 11 cm, peso médio de 9 g e alimentam-se de insetos. Eles vivem em casal e têm voo limitado, de apenas 25 metros, o que explicaria viverem em uma única região entre os municípios de Mogi das Cruzes, Salesópolis, Britânia-Mirim, São José dos Campos e Guararema. Com a descoberta do bicudinho paulista, o gênero *formicivora* soma nove espécies, sendo que o bicudinho-do-brejo, classe irmã, vive na faixa costeira do Paraná ao norte do Rio Grande do Sul. Mas, apesar da boa notícia, a nova população da ave chega só a 620 exemplares, número considerado criticamente ameaçado de extinção.

O potencial de geração de energia limpa e renovável tende a ser maior, considerando o horizonte de tempo de 2009 a 2039, ou seja, 30 anos. Isso porque o País terá, segundo a Política Nacional de Resíduos Sólidos, que universalizar a destinação final dos resíduos, já que quase 30 milhões de toneladas por ano ainda não têm tratamento adequado

CARLOS SOUSA FILHO, DIRETOR EXECUTIVO DA ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE EMPRESAS DE LIMPEZA PÚBLICA E RESÍDUOS ESPECIAIS (ABRELPE)

Beleza natural

Para ter unhas fortes

Com óleos de andiroba e vegetais em sua composição o creme hidrata as unhas, diminui a queda e o fracionamento e auxilia o tratamento de micoses. O produto da ANA TERRA é 100% vegetal e sem petróleo. À venda por **R\$ 30,90**



Opção para cabelos tintos

De uso diário, o shampoo Amazônia Preciosa Buriti (Suryal) é uma opção para quem tem cabelos tingidos e danificados. Rico em vitamina A e óleo de buriti bloqueia a ação dos raios UV. À venda por **R\$ 85,42**



Ligação de sabonete

Para quem está atento aos componentes dos sabonetes, mas não abre mão do perfume, a linha SOU (Natural) tem textura cremosa e ingredientes de fonte renováveis de biodiversidade brasileira. À venda por **R\$ 4,70**

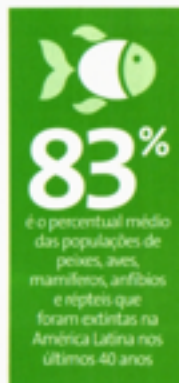


IMAGEM: CARLOS SOUSA FILHO/ABRELPE; CARLOS SOUSA FILHO/ABRELPE; ANA TERRA; SURYAL