

Cliente: Dr. Vladimir Shraibmann
 Veículo: Jornal É Notícia
 Data: 07.05.10

9 Sexta - feira, 07 de Maio de 2010 **Papo de mulher** **é notícia**

Coleção Outono – Inverno 2010 Impala

A chegada da temporada outono-inverno é sinônimo de cores escuras e quentes que sempre transmitem sofisticação e elegância. E como não poderia ser diferente, em 2010 este conceito invade os guarda-roupas, as cores de make-up e, claro, dos esmaltes para unhas. As estações prometem também muita ousadia e contrastes, já que é possível misturar cores cremosas com tons metalizados para modernizar ainda mais o look. Para mulheres com um estilo único, totalmente a frente de seu tempo, a Impala Cosméticos apresenta a Coleção Impala Muito Luxo, inspirada no surrealismo dos anos 20. São 12 cores novas e exclusivas:

- Sala Justa: cereja avermelhado cremoso;
- Royal: azul anil cremoso;
- Paparazzi: azul marinho perolado;
- Nude Clássico: bege cremoso;
- Maria Flor: cereja cremoso;
- Madame: vermelho escuro cremoso;
- L'Amore: rosa escuro cremoso;
- Chocolamora: marrom chocolate cremoso;
- Café Creme: bege escuro cremoso;
- Café Café: berinjela com toque marrom cremoso;
- Boneca de Luxo: vermelho cremoso;
- Santo Luxo: verde escuro cremoso com toque perolado.



Preço sugerido: R\$ 1,80.

A vencedora da promoção "Dia das Mães É Notícia" é **Evair Galtarossa Giraldes. Parabéns!**

Neste dia das Mães...

Donna

...sinta-se Donna de toda sua beleza!

Rua Lúcio Seabra, 596 - Tatui. Tel.: 3305.1623

Saúde e bem-estar: Como melhorar a imunidade com dieta?

Quando se fala em DIETA, muitas pessoas logo se assustam, pois pensam nas restrições alimentares para perder os quilinhos a mais. Entretanto, a palavra dieta não está relacionada apenas ao sobrepeso. Uma alimentação balanceada tem relação direta com o fortalecimento da imunidade do organismo, ou seja, com a saúde e o bem-estar.

"O estado nutricional de uma pessoa é determinante para garantir o bom funcionamento do sistema imunológico. Os alimentos possuem substâncias bioativas que atuam sobre as células de defesa do sangue, aumentam a resistência do organismo à ação de microorganismos nocivos e, dessa forma, evitam doenças", afirmou Dr. Vladimir Schraibman (CRM-SP 97304), mestre e doutor em Ciências Médicas pelo Departamento de Cirurgia da Universidade Federal de São Paulo - Escola Paulista de Medicina. Membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Videolaparoscópica (Sobracil) e médico colaborador do Setor de Fígado, Pâncreas e Vias Biliares do Departamento de Cirurgia da Universidade Federal de São Paulo.

As principais vitaminas e minerais que ajudam a fortalecer o sistema imunológico são as vitaminas A, C, E, o ácido fólico e os minerais zinco e selênio. "O zinco colabora para a diminuição de resfriados, gripes e outras doenças comuns do inverno. Por isso, é fundamental o consumo de abacate, abacaxi, ameixa, abóbora, acelga, alface, agrião, arroz integral, soja, aveia, dentre outros alimentos, ricos desse nutriente", explicou.

O médico ressaltou também que "as fibras alimentares são importantes, porque mantêm o intestino regulado e também desempenham um papel vital na ativação do sistema imune, evitando doenças como câncer de intestino, hipercolesterolemia, hipertrigliceridemia, entre outros".

que mantêm o intestino regulado e também desempenham um papel vital na ativação do sistema imune, evitando doenças como câncer de intestino, hipercolesterolemia, hipertrigliceridemia, entre outros".

"O betacaroteno, presente em alimentos como cenoura, abóbora e mamão, estimula células imunológicas protetoras que combatem as infecções. Por outro lado, a ingestão excessiva de gorduras reduz a atividade das células protetoras e prejudica a resposta imunológica. No entanto, alguns tipos de gorduras podem ser neutras ou até benéficas, como as gorduras monoinsaturadas presentes no azeite, pois são consideradas gorduras insaturadas as quais exercem aumento do colesterol bom, o HDL, genese de hormônios em geral e de funções antioxidantes", finalizou.



Divulgação

WWW.PORALATATUI.NET

NOTÍCIAS COBERTURA DE EVENTOS GOLA COMERCIAL

TELE/FAX 015-62814707

EMUITO +

Dia das Mães

Mãe Amada

Compre nas Lojas Participantes, retire cupons e concorra a 2.500 reais em Vales Compras.

Participe!

Sorteio dia 14/05 - 17h

Início da promoção: 08/04/2010