

HORÓSCOPO

Por Naia Giannocaró



Naia Giannocaró
Terapeuta Integrativa/Consteladora
Atendimentos e Cursos
Instagram: @naia.terapeuta
WhatsApp: 011 96515-0414

De 25/10
a 1º/11

Áries - 21 de março a 20 de abril

A cautela será necessária para novos projetos. Procure harmonizar-se com os familiares.

Touro - 21 de abril a 20 de maio

Manter a organização ajudará nos empreendimentos. Agir com diplomacia nos assuntos afetivos.

Gêmeos - 21 de maio a 20 de junho

Mantendo a simplicidade chegará no seu objetivo. Necessidade de mudanças na vida social.

Câncer - 21 de junho a 20 de julho

Com disciplina no trabalho chegará ao êxito. A falta de equilíbrio pode gerar desconforto na família.

Leão - 21 de julho a 22 de agosto

Possibilidades de viagens à negócios com sucesso. O diálogo será essencial para a vida afetiva.

Virgem - 23 de agosto a 22 de setembro

Possibilidades de liderança na área profissional. Argumentar lhe fará bem nos assuntos amorosos.

Libra - 23 de setembro a 22 de outubro

Novos projetos com parceria e lealdade. A falta de otimismo poderá trazer conflitos.

Escorpião - 23 de outubro a 21 de novembro

Momento de repensar na área profissional. A paciência faz parte para atingir seus ideais.

Sagitário - 22 de novembro a 21 de dezembro

Novos desafios na carreira profissional. Momento de expor sentimentos na vida afetiva.

Capricórnio - 22 de dezembro a 21 de janeiro

A vitória profissional chegará no momento certo. Cuidado com intrigas nas amizades.

Aquário - 22 de janeiro a 19 de fevereiro

Boa fase para negociações e assinaturas de papéis. Momento de decisões na vida pessoal.

Peixes - 20 de fevereiro a 20 de março

Necessidade de reciclagem na área profissional. A falta de segurança trará dificuldades na vida afetiva.

A importância de se amar

Amar a si mesmo é o primeiro passo para uma vida equilibrada e saudável.

Muitas vezes, buscamos a aprovação dos outros, esquecendo que a mais importante é a nossa própria.

Reconheça suas conquistas,

valorize suas qualidades e, acima de tudo, seja gentil consigo mesmo.

O amor-próprio é a base para relações mais saudáveis e uma vida mais plena.

Tenham uma abençoada semana!

Faculdade SESI de Educação realiza evento e abre inscrição para o Vestibular 2025

A Faculdade SESI de Educação realizou nos dias 17 e 18 de outubro o “Dia da Faculdade Aberta” e recebeu cerca de 900 adolescentes de mais de 25 escolas. O evento incluiu oficinas dos cursos oferecidos pela instituição, passeios pelo campus e apresentações artísticas feitas por alunos. Os visitantes tiveram a oportunidade de conhecer os programas da faculdade, como a Residência Educacional e a Bolsa Permanência, além de conversar com ex-alunos sobre a carreira docente.

O destaque do evento foi a abertura das inscrições para o Vestibular 2025, que vai até terça-feira (29). A primeira fase, em 9 de novembro, envolverá a análise de um estudo de caso



Foto: Divulgação/Everton Amaro

A inscrição para o Vestibular 2025, vai até terça-feira (29), a primeira fase será em 9 de novembro

relacionado à prática docente. Luis Paulo Martins, diretor da faculdade, ressaltou a abordagem inovadora dos cursos, que integram teoria e prática desde o início da graduação. A faculdade

oferece cinco cursos de licenciatura presenciais: Ciências da Natureza, Ciências Humanas, Linguagens, Matemática e Educação Física, todos com duração de quatro anos.

Dia Mundial do AVC destaca informação sobre sintomas, prevenção e tratamento

Na próxima terça-feira, 29, Dia Mundial do AVC, os dados servem para alertar sobre os riscos e os cuidados necessários para evitar o Acidente Vascular Cerebral (AVC). Segundo a Organização Mundial do AVC, uma em cada quatro pessoas com mais de 35 anos terá um AVC ao longo da vida e 90% dos casos poderiam ser prevenidos com medidas simples de cuidado com a saúde.

O médico cardiologista dr. Roberto Yano, especialista em Estimulação Cardíaca Artificial, da Sociedade Brasileira de Cirurgia Cardiovascular e AMB, explica sobre as causas, sintomas e a importância da prevenção.

“O AVC acontece quando o fluxo sanguíneo para o cérebro é interrompido ou limitado, privando as células de oxigênio e nutrientes essenciais”, diz dr. Roberto Yano, que ainda esclarece que isso pode ocorrer por dois motivos principais:

AVC isquêmico: causado por uma obstrução, como trombose ou embolia, que bloqueia o fluxo de sangue.

AVC hemorrágico: quando há rompimento de vasos sanguíneos no cérebro, resultando em hemorragia.

Por isso é importante ficar atento aos sinais de alerta. Por isso, identificar os sintomas do AVC a tempo pode ser crucial para a sobrevivência e a redução de sequelas. Yano destaca cinco sinais de alerta:

• Fraqueza ou dormência súbita no rosto, braço ou



Foto: Divulgação

Segundo a Organização Mundial do AVC, uma em cada quatro pessoas com mais de 35 anos terá um AVC ao longo da vida

perna, especialmente de um lado do corpo;

- Dificuldade para falar ou entender;
- Perda ou alteração repentina da visão;
- Dor de cabeça intensa e inesperada;
- Dificuldade para andar, estupefação ou perda de coordenação.
- Prevenção: cuidados básicos.

Segundo o médico a prevenção é o melhor remédio contra o AVC.

“Incluir hábitos saudáveis na rotina é essencial. Mantenha uma alimentação equilibrada, com menos sal e gordura, pratique exercícios regularmente, evite o consumo excessivo de álcool e, se possível, pare de fumar”, recomenda o especialista.

Além disso, é importante monitorar condições de saúde como hipertensão e diabetes, que aumentam o risco de AVC.

O acompanhamento médico regular, especialmente para quem tem histórico de doenças cardíacas na família, também é fundamental.

Fatores de risco

Os principais fatores que afetam o risco de AVC, de acordo com o cardiologista, incluem:

- Hipertensão;
- Diabetes;
- Colesterol alto;
- Tabagismo;
- Obesidade.

Recuperação e tratamento

O tratamento de um AVC envolve atendimento médico imediato, e a recuperação pode ser lenta e complexa. Dr. Yano enfatiza a importância de terapias como fisioterapia e fonoaudiologia para reabilitar as funções comprometidas.

“A recuperação pode levar tempo, e algumas pessoas podem ficar com sequelas, como dificuldade de movimentação ou fala”, alerta.

Com prevenção e diagnóstico precoce, os riscos podem ser reduzidos significativamente, melhorando a qualidade de vida e reduzindo a chance de sequelas.

61 anos de Tradição sempre vigilante, sempre na primeira linha de combate, com independência e com lealdade.
www.gazetazn.com.br