



saúde  
&  
estilo

www.saudeeestilo.com.br

Lazer e conhecimento  
ao alcance de sua mão!

Itabira | João Monlevade | Sta Mª de Itabira

Setembro 2022 | Ano 5 | N°54



**NAYARA BIJUTERIA:**  
LINDA LOJA NO CAMINHO  
NOVO, EM ITABIRA, MG Ver Pág. 03

**BELEZA** Pag. 03

**ODONTOLOGIA** Pag. 04

**CURIOSIDADES CARROS** Pag. 05

**MATÉRIA EXCLUSIVA** Pag. 07

**TOPA TUDO  
DO GI**

31 99781-0102

Rua Prof. Virgílio Quintão, 990 - 12 de março - Itabira/MG

**CONSULTÓRIO VETERINÁRIO**

**DRA. MARGARIDA GUERRA**  
Médica Veterinária CRMV - MG 3031

3831 3982  
99963 5474

**Revisa Pneus auto center**

PEÇAS E SERVIÇOS  
PNEUS  
ALINHAMENTO  
BALANÇAMENTO  
TROCA DE ÓLEO  
SUSPENSÃO

Rua Israel Pinheiro, 578 - Major Lage  
Itabira Minas Gerais

31 3833 4150

**16 DE MARÇO**  
DROGARIA & PERFUMARIA

3831 5054  
97185 6776

Rua João Camilo de Oliveira Torres, 24 Loja 12 - Juca Rosa  
www.farmacia16demarcao.com.br

**Clínica veterinária**

**Mundo Animal**  
Agora com veterinário  
PET SHOP

(31) 3831-1702  
Av. João Pinheiro, 194  
Centro - Itabira-MG

**Só Sorriso**  
Implante e Estética

RT: LAURA CARVALHO  
CRO-MG-40.713

31 3831-2301 | 9 8941-4889

Rua Juca Machado, 141 - Centro - Itabira  
(Em frente a Igreja da Graça - entre a Dismacon e o Sicoob).

**CLÉBER**  
MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO

Areia - Pedra - Brita - Terra  
Serviços de Terraplanagem  
Locação de Máquinas e Caminhões

Felipe  
(31) 9 9963.1930 - 9 8623.6230 9 9811.1930  
Av. Alberto Lima, 2516 - B. Sion - João Monlevade - MG

**JK**

MÓVEIS SOB MEDIDAS E PLANEJADOS ALTO PADRÃO DE QUALIDADE

jkmoveisplanejados2  
jksnhosplanejados@gmail.com  
(31) 9 8694-5125 // (31) 9 8842 1761  
RUA DONA VITALINA, N°40 - LAMBARI - SANTA MARIA DE ITABIRA, MG

**NAYARA**  
BIJUTERIAS

31 9 8494 3081  
@bijusnayaraitabira

Rua Prof. Virgílio Quintão, 238 - Caminho Novo

Deposito

**FERMAC**  
material de construção  
3851-6850

Rua Duque de Caxias, 139  
Bairro José Eloi

**Bitu's**  
RESTAURANTE

(31) 3851-7757  
Av. Wilson Alvarenga, 1852 - Carneirinhos

**Cia da Empada**  
A empada mais famosa de Itabira

3831-5500  
Av. João Pinheiro, 336 A - Centro - Itabira/MG

**TRECOS**

Fone: 3834-4463  
lojastrecos@bol.com.br  
Rua Raimundo de Souza, 62 - Bela Vista - Itabira - MG

**SAUDENSE**  
MECÂNICA E AUTO PEÇAS

99417 4184 | 99556 8390  
Av. Wilson Alvarenga 3, Loja 2, Belmonte

**CENTRO DE FORMAÇÃO DE CONDUTORES**

**MOURA**

31 3838-1116  
Rua Casemiro Andrade, n°190  
bairro Centro - Santa Maria de Itabira

31 99731-1116  
Av. Amíl Soares de Carvalho, n°74  
bairro São Cristóvão - Ferros/MG

# O CACHORRO CRESCE ATÉ QUE IDADE?



O cachorro cresce até que idade? Para responder essa pergunta, a idade do cão não é a única variável que deve ser considerada. De fato, existem outros fatores, como nutrição, exercício, cuidados e genética, que são essenciais a considerar.

Como regra geral, ao completar um ano de idade, raças de cães pequenos e médios atingem seu tamanho final. Cães pertencentes a raças grandes, no entanto, continuarão a crescer por mais um ano. Lembre-se de que, mesmo que seu cão tenha atingido a altura padrão, ele continuará crescendo em músculos.

Quando o cão ainda é um filhote, ele cresce rapidamente. Aqui também, as raças menores e médias crescem mais rápido que as raças grandes. Esse processo pode ser padronizado até 6 meses em raças pequenas e médias e até cerca de 18 meses em raças grandes.

Após cerca de seis meses os cães pequenos ou médios estabilizam, enquanto cães grandes podem continuar a crescer por até um ano e

alguns meses. Cães de raças gigantes podem crescer até dois anos.

O cachorro cresce até que idade?

O crescimento está ligado à genética

Outro fator que pode nos dar pistas sobre o crescimento de um cão é a composição genética. Assim, além da raça a que pertence, devemos também olhar para os pais e seu tamanho.

A herança também pode ser usada quando o criador especificar o tamanho aproximado do cão e, com base nos estágios de crescimento, será possível ter uma referência.

Crescimento relacionado à raça

A raça do cão é um dos fatores determinantes para saber quanto o cão crescerá, além do patrimônio genético e origem do cão:

Raças pequenas: ao nascer, são bastante pesadas em relação ao peso adulto. Mas cerca de três meses o filhote atinge metade do seu peso adulto. Cães pequenos (menos de 10 kg) têm uma taxa de crescimento bastante rápida e crescem até 10 meses. Desde o nascimento

até os 10 meses de idade, seu peso se multiplica por 20.

Raças médias: seu crescimento varia muito de acordo com a raça a que pertencem. Após oito meses, o desenvolvimento será mais lento, enquanto sua altura e volume serão alcançados após cerca de um ano ou um ano e meio. Cães de tamanho médio (11 a 25 kg) já têm um crescimento mais regular e crescem até 12 meses; quando terminam de desenvolver, pesam 50 vezes o peso que tinham quando nasceram.

Raças grandes: o peso ao nascer é relativamente baixo comparado à idade adulta. Seu tamanho aumenta em um período médio a longo. Assim, um filhote de raça grande atinge metade do seu peso entre 5 e 6 meses. Cães grandes crescem mais lentamente. Cães de 26 a 44 kg crescem até 15 meses de idade, quando atingem 70 vezes o seu peso do que quando nasceram.

Raças gigantes: cães com mais de 45 kg crescem cerca de 18 a 24 meses em duas fases distintas: durante os primeiros 8 meses crescem a um ritmo surpreendente. A segunda fase de crescimento, é mais lenta e é o período em que o animal começa a desenvolver seus músculos.

O cachorro cresce até que idade: tabela de raças

O reconhecimento da raça do cão que estamos prestes a adotar pode nos ajudar a determinar quanto ele pode crescer. Propomos abaixo uma pequena tabela que mostra a raça do cão e sua idade de desenvolvimento:

Até que idade o Pequinês cresce? Até 9 meses, do sexo masculino até 12 meses

O Dachshund cresce até 8 meses, então depois eles continuam a crescer em largura

Até que idade o Chihuahua cresce? Até 8 meses

Até que idade o Pug cresce? Varia de 6 a 9 meses, enquanto ganha peso

O Yorkshire terrier cresce até 7-8 meses

Até que idade o Pastor Alemão cresce? Até 12 meses

Até que idade o Rottweiler cresce? Até 12 meses

Fonte: (Portal do Dog)

**HOSPITAL**  
**Animal**  
DE ITABIRA 24h

**31 3066 4669**

Rua Desembargador Drummond, 05  
Campestre - Itabira/MG

**EXPEDIENTE:**

REPORTAGEM: 31 99739 7676 | DIAGRAMAÇÃO: 31 98605 5345

**FAZEMOS COBERTURA DO SEU EVENTO E FESTA DE ANIVERSÁRIO!**

## NAYARA BIJUTERIA: LINDA LOJA NO CAMINHO NOVO, EM ITABIRA, MG



Há mais de 5 anos ajudando as mulheres a ficarem ainda mais belas, a Nayara Bijuterias é uma das mais lindas e completas lojas da cidade de Itabira, MG.

Localizada no Caminho Novo, Nayara Bijuterias oferece às suas clientes bolsas, maquiagens, inúmeros acessórios femininos e, claro, bijuterias das melhores qualidades. Além disso, a loja ainda trabalha com uma linha exclusiva de brincos para noivas.

Nayara Bijuterias

A loja da mulher moderna e que gosta de ser linda.

Rua Prefeito Virgilino Quintão, 238  
Caminho Novo.

Ligue: 31 - 9 8494-3081

*Da Redação*

### Tele Uteis

Polícia Militar - 190

Bombeiros - 193

Disque Denúncia - 181

Denúncia contra  
violência às mulheres - 180

Costureira: Rosário 31 9 8679-7316

# ENTENDA COMO A SAÚDE BUCAL AFETA O BEM-ESTAR DO SEU CORPO



Como outras áreas do corpo, a boca está repleta de bactérias – principalmente inofensivas. A região é o ponto de entrada para o sistema digestivo e o sistema respiratório, e algumas dessas bactérias podem causar doenças.

Normalmente, as defesas naturais do corpo e os bons cuidados com a saúde bucal, como escovação diária e uso do fio dental, mantêm as bactérias sob controle. No entanto, sem uma higiene oral adequada, as bactérias podem atingir níveis que podem levar a infecções orais, como cáries e doenças gengivais.

Além disso, certos medicamentos – como descongestionantes, anti-histamínicos, analgésicos, diuréticos e antidepressivos – podem reduzir o fluxo de saliva. A saliva lava os alimentos e neutraliza os ácidos produzidos pelas bactérias na boca, ajudando a protegê-lo dos micróbios que se multiplicam e levam à doença.

Estudos sugerem que bactérias orais e a inflamação associada a uma forma grave de doença gengival (periodontite) podem desempenhar um papel em algumas condições. E certas doenças, como diabetes e HIV/AIDS, podem diminuir a resistência do corpo à infecção, tornando os problemas mais graves de saúde bucal.

## ENDOCARDITE

Essa infecção do revestimento interno das câmaras ou válvulas cardíacas (endocárdio) geralmente ocorre quando bactérias ou outros germes de outra parte do corpo, como a boca, se espalham pela corrente sanguínea e se ligam a certas áreas do coração.

## DOENÇA CARDIOVASCULAR

Embora a conexão não seja totalmente compreendida, algumas pesquisas sugerem que derrame, doenças cardíacas e artérias entupidas podem estar ligadas à inflamação e infecções que as bactérias orais podem causar.

## COMPLICAÇÃO DA GRAVIDEZ E DO PARTO

A periodontite tem sido associada ao parto prematuro e ao baixo peso ao nascer.

## PNEUMONIA

Certas bactérias na boca podem ser puxadas para os pulmões, causando pneumonia e outras doenças respiratórias.

Outros problemas que podem estar ligados à saúde bucal incluem distúrbios alimentares, artrite reumatóide, certos cânceres e um distúrbio do sistema imunológico que causa boca seca (Síndrome de Sjogren).

É fundamental que a pessoa informe ao seu dentista sobre os medicamentos que toma e sobre mudanças na saúde geral, especialmente se esteve doente recentemente ou tem uma condição crônica, como diabetes.

Para proteger a saúde bucal, a prática de uma boa higiene bucal diariamente é primordial. O ideal é escovar os dentes pelo menos duas vezes ao dia por dois minutos e utilizar uma escova de cerdas macias e creme dental com flúor. Passar fio dental diariamente e usar enxaguante bucal para remover as partículas de alimentos deixadas após a escovação e uso do fio dental também é importante.

Ter uma dieta saudável e limitar os alimentos e bebidas açucaradas ajuda no cuidado dentário. Substituir a escova a cada três ou quatro meses, ou mais cedo, se as cerdas estiverem espalhadas ou desgastadas. Agendar check-ups e limpezas dentárias regulares.

Por fim, evitar o uso de tabaco é indicado, além de entrar em contato com um dentista assim que surgir um problema no local. Cuidar da saúde bucal é um investimento na saúde geral, mental e física.

*Foto destaque: A importância dos cuidados com a saúde dental.  
(Reprodução/UPK)  
Fonte: (Lorena)*

CRECI-PJ 3464



**Portal  
Imóveis**

Entre e se realize.  
Venha para a Portal

A Portal Imóveis agradece os clientes a parceria ao longo desses 16 anos. Trabalhamos para realizá-los.

www.portalimoveisitabira.com.br



## OPORTUNIDADES

Apartamento Sala, bairro Bela Vista  
03 quartos, banho social, cozinha planejada, área de Lote Belvedere  
serviço c/ wc \$85.000,0

Portal Imóveis Creci/MG 3464  
3834-0608/98837-8500

# SAIBA A IMPORTÂNCIA DE TER UM MECÂNICO DE CONFIANÇA

**Caverley**  
 Motores e câmbios automáticos  
 31 3852 8784  
 31 99384 5801  
 Av. Armando Fajardo, 456 - Loanda - João Monlevade/MG



Para ajudá-lo e garantir que qualquer problema no seu carro seja solucionado o quanto antes e de maneira correta.

Arriscar um conserto sem ter noção ou propriedade no assunto pode ser muito perigoso e danoso ao seu carro. Além de ser um tanto quanto imprudente, já que pode causar danos reais tanto ao seu carro quanto ao trânsito.

Mecânicos bons e de confiança podem passar um diagnóstico muito mais preciso, sem enrolações ou enganações. Por isso, devemos valorizar essa profissão tão importante e significativa. Sem eles, imagina só a quantidade de carros parados e sem conserto?

Assim como em qualquer outra profissão, um bom mecânico precisa passar por cursos técnicos ou profissionalizantes e atualizações constantes sobre o assunto. Isso porque os veículos renovam constantemente e só experiência e anos de trabalho não são suficientes para garantir um bom conserto do seu carro.

Por que procurar apenas um mecânico certificado?

Há pessoas nesse ramo que não se importam em tirar vantagem quando percebem que seu cliente não tem conhecimento sobre o assunto. Por isso, muitas vezes, arrumam problemas onde não existe para que o orçamento fique ainda maior.

Assim, é de extrema importância pesquisar um mecânico certificado e com boas referências no mercado.

Estamos em 2021, os carros estão cada vez mais completos e tecnológicos. Ou seja, é necessário confiar em um mecânico que esteja sempre se atualizando e se especializando em veículos tanto antigos quanto atuais.

Áreas e especialidade da engenharia mecânica  
 Na mecânica simples e do dia a dia, alguns são especializados em

junta do cabeçote, outros em motor, troca de filtro de ar, óleo, parte elétrica e por aí vai.

Entretanto, há mecânicos automotivos que são especializados em marcas específicas de veículos, como Ford, Citroen, Peugeot, Jeep, Fiat, etc.

Uma boa dica é ter paciência para fazer uma pesquisa minuciosa e profunda. Um mecânico de confiança pode aumentar anos na vida útil do seu veículo e um mau mecânico pode fazer exatamente o contrário disso.

Como escolher um bom mecânico?

Se você não tem ideia de onde começar, uma boa alternativa é pedir indicações. Faça pesquisas, pergunte aos seus amigos e familiares e vá em mais de um profissional.

Conforme você faz pesquisas mais aprofundadas e vai em mais de um profissional, há mais chances de sentir segurança.

Atente-se

Quando estiver pesquisando, procure se atentar em algumas coisas, por exemplo: o que ele está te passando é, de fato, o que será feito no seu automóvel?

Depois que o orçamento for passado, converse com outros profissionais para saber se as informações batem.

Outras características, como: humildade, proatividade, simpatia e persistência também expressam qualidades de um bom profissional.

É claro que a proatividade é importante em qualquer profissão. Mas isso também significa que o mecânico muito provavelmente terá mais atenção e cuidado com o seu automóvel. Isso também será possível de analisar numa visita à oficina para saber se ela é boa e de confiança.

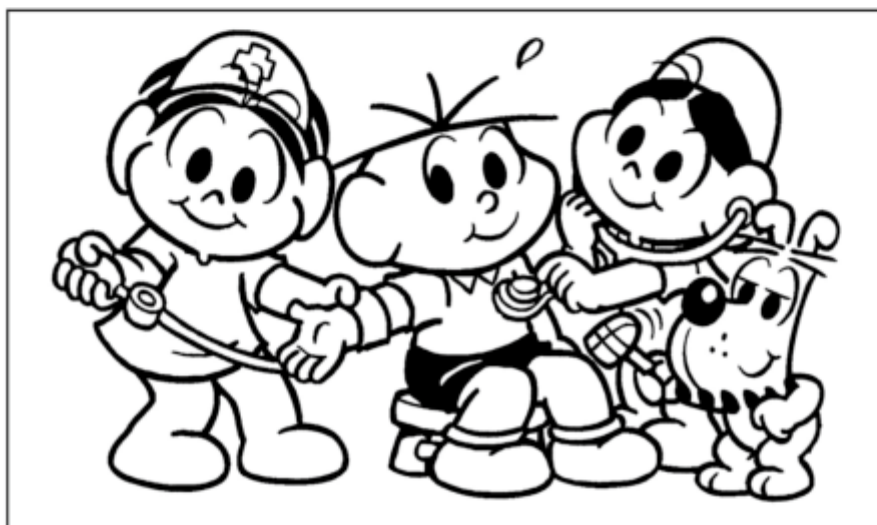
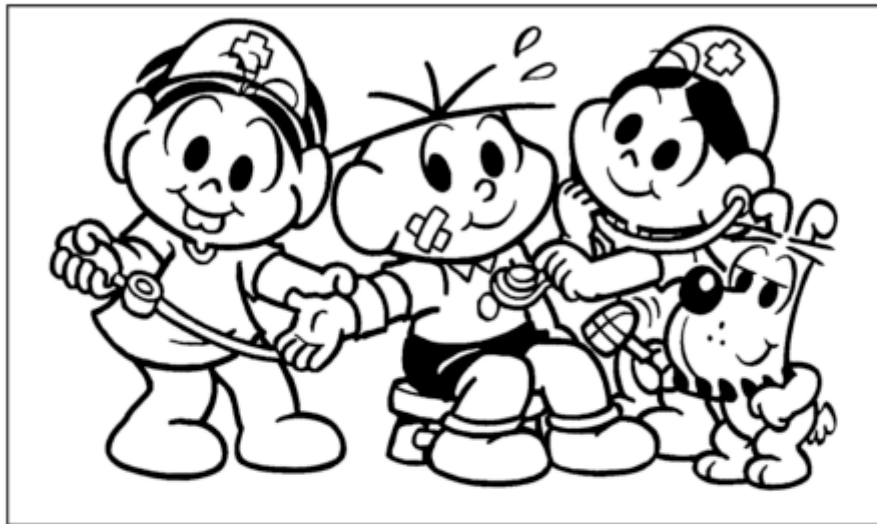
Mecânicos automotivos que costumam ser minuciosos e atentos a detalhes são ótimos profissionais. Eles prezam por ir a fundo nos problemas e, dessa forma, detectam outras oportunidades de conserto do seu automóvel.

E, por último, não esqueça: um seguro auto de qualidade é de extrema importância para te socorrer em momentos imprevisíveis.

**O SAÚDE E ESTILO INDICA AUTO-MECÂNICA  
 CAVERLEY MOTORES E CÂMBIOS AUTOMÁTICOS**

Fonte: (blog.thinkseg.com)

# JOGO DOS FERVIÇOS



## PIADINHA



# Palavra de Deus

## PROFECIA DE EZEQUIEL SOBRE RETORNO DE PEIXES AO MAR MORTO ESTÁ SE CUMPRINDO

Uma brasileira que é guia turística em Israel publicou um vídeo em que mostra um mergulho no Mar Morto em que são vistos peixes, e lembrou que há uma profecia bíblica no livro do profeta Ezequiel sobre o retorno dos animais às águas excessivamente salgadas do local.

No capítulo 47 do livro de Ezequiel há uma profecia de que o Mar Morto voltará ter peixes, já que o excesso de sal na água impede a geração de vida na região, e o texto bíblico acrescenta que ao redor do mar crescerão árvores frutíferas.

Aline Szewkies, uma guia turística brasileira que mantém o canal Israel com Aline no YouTube, gravou um vídeo em um mergulho nas águas do Mar Morto mostrando que a profecia já está se cumprindo.

De acordo com informações do JM Notícia, Aline vive em Israel e gravou o vídeo ao lado do também guia turístico Shlomi Lobaton, mostrando árvores frutíferas e peixes que aos poucos se multiplicam nas águas do Mar Morto.

O vídeo, publicado no último domingo, 07 de agosto, tem quase 1 milhão de visualizações e mostra a emoção dos dois guias turísticos de ver a profecia bíblica se cumprindo diante dos olhos.

Aline provou uma tâmara muito doce plantada às margens do mar, citando que a profecia diz que os frutos não perecerão e que há sementes de tâmaras milenares que foram encontradas em escavações ao longo dos últimos anos, que depois de terem sido plantadas, floresceram.

Ao mergulhar, o guia Shlomi Lobaton glorifica a Deus ao mostrar os bolaines, crateras gigantescas que enchem de água, e explica que essas formações no terreno se multiplicam de forma sobrenatural apenas do lado de Israel, pois na parte da Jordânia o fenômeno não é comum.

“Esse fenômeno começou só em 1980 e devagar se criaram aqui muitos bolaines cheios de água e diferentes minerais”, explicou Lobaton, acrescentando que dois novos bolines surgem a cada dia e já somam mais de 9 mil ao todo.

Fonte: (Gospel +)

## PEIXES NO MAR MORTO?!



## APAIXONADOS POR ANIMAIS, CONHEÇA ESSA GALERA



O grupo de proteção de animais, Apaixonados por Animais, foi criado por pessoas que são verdadeiramente apaixonadas pelos animais.

Nasceu do desejo de poder ajudar animais de rua, carentes, que não tenham ou tiveram um tutor, e agora vivem em situação de abandono e de maus tratos, esquecidos da sociedade.

A OrNG Apaixonados por Animais, foi criado há 8 anos, nas redes sociais, porém já existiam protetores que faziam esse trabalho como independentes, resgatando, cuidando e direcionando os animais resgatados para adoção.

Somos pessoas que não compactuamos com o descaso aos animais, e nos dispusemos a ser a voz e lutar por desses anjos." - disse Eliane Andrade, presidente da ONG. 'Contamos apenas com a ajuda de pessoas que assim como nós, se sensibilizam com a dor dos animais.' - concluiu.

O grupo vive de doações, quem puder ajudar siga a página no Facebook e instagan:  
Apaixonados por animais/Itabira

*Da Redação*



(Eliane Andrade à direita)

## EM 30 DIAS DE CRISE, SIMONE GANHA 230 MIL SEGUIDORES ENQUANTO SIMARIA PERDE MAIS DE 84 MIL



Simone e Simaria anunciaram o fim da dupla sertaneja que carregava o nome das duas nesta quinta-feira (18), mas a crise em torno da parceria delas já vem acontecendo desde o início de junho, quando Simaria divulgou uma pausa na carreira, alegando para isso problemas médicos.

No mês passado, os rumores em torno de uma suposta briga entre as irmãs se intensificaram quando a irmã mais velha bloqueou a esposa de Kaká Diniz no Instagram, além de ter dado unfollow em todos os perfis que seguia na plataforma.

Houve também boatos de que Simaria teria vivido um affair com o marido de Simone.

Segundo os dados métricos da Social Blade sobre engajamento e seguidores no Instagram, todo esse bafafá em torno do relacionamento delas resultou em perdas e ganhos para elas.

Nos últimos 30 dias, Simone teria ganhado 231.330 seguidores na plataforma, enquanto Simaria teria perdido 84.480.

Fonte: (R7)

**NOVA 93 FM**  
www.nova93fm.com.br  
(31) 3831-2818

**IGREJA da GRAÇA**

Participe das nossas reuniões e tome posse da sua bênção!

<b>1ª</b> DOMINGO	REUNIÃO DOS FILHOS DE DEUS 07h - 15h - 18h
<b>2ª</b> FEIRA	CRESCIMENTO FINANCEIRO 09h - 14h - 19h30
<b>4ª</b> FEIRA	SAGRADA FAMÍLIA 09h - 14h - 19h30
<b>6ª</b> FEIRA	LIBERTAÇÃO TOTAL 09h - 14h - 19h30

Oração e informações:  
(31) 3835-1291

SEDE REGIONAL  
Rua Juca Machado, 144 - Centro, Itabira/MG  
(Próximo à Rodoviária)

**Gráfica Carneirinhos**  
Gráfica e Editora  
graficacarneirinhos@gmail.com  
3851-7937 / 98617-4122  
Avenida Getúlio Vargas, 699 - Santa Bárbara - João Monlevade/MG

**TONI LANTERNAGEM**  
31 3834 3319  
31 9 8597-0402  
Rua Gameleira, 67 - Hamilton

**JUNINCAR**  
COMPRA-VENDE-TROCA-FINANÇIA  
www.junincar.com.br 3852-6878  
Av. Gentil Bicalho, 34 - Carneirinhos

**NA BOA**  
LAN HOUSE  
3834-4452

**Barracharia e Oficina Souza e Santos**  
Serviço de Mecânica e manutenção em automóveis, caminhões, vans e caminhões.  
31 9 9547 6560  
Rua, 7 n° 20 - Barreiro - Itabira/MG

**Divino Pastel**  
O pastel mais gostoso da cidade acompanhado com caldo de cana e muito mais.  
VENHA CONFERIR!  
31 98984 4491  
Rua Desembargador Drummond, 61 - Campestre (em frente à praça)

**TOLDOS BRILHO DO SOL**  
Toldos - Capotas - Cobertura Residenciais e Comerciais  
97152-5073  
98701-5231  
Av. Prefeito Li Gueta, Bairro Praia n. 422

**SERRALHERIA MWS**  
metal and welding structures  
**Rodrigo Vargas**  
(31) 9 8017-0888 (31) 9 9392-4642 (31) 9 9877-7609

**Despachate MATILDE**  
3831 - 4648