



FAMOSOS

Familiares e amigos de Elza Soares se despedem no velório da atriz e cantora



Elza Soares morreu e deixou um enorme legado, além de tristeza no coração de diversos brasileiros. A cantora foi velada e teve enterro fechado para familiares mais próximos

A atriz e cantora Elza Soares morreu na última quinta-feira (20), e teve velório, cortejo e sepultamento no dia seguinte. De fim tranquilo e pacífico, restou a tristeza aos que ficaram. Sua filha não aguentou durante a cerimônia do velório e caiu no

choro. Taís Araújo e Lázaro Ramos também compareceram ao evento e se mostraram tristes e bem abalados com a partida do ícone.

O corpo foi velado em cerimônia aberta ao público no Theatro Municipal, no Rio de Janeiro. Elza foi homenageada pelo prefeito Eduardo Paes, que compareceu ao evento e declarou luto de 3 dias na cidade. Integrantes da Mocidade Independente de Padre Miguel e

do grupo "Elzas" também prestaram homenagem à cantora no local.

Elza Soares morreu aos 91 anos de causas naturais. Uma de suas netas relatou que a cantora sabia que o fim estava próximo e disse pacificamente que "iria morrer" e "eles estavam chegando". O enterro foi fechado para familiares. A diva tinha agenda lotada para o ano de 2022.

ELZA SOARES GRAVOU ÁLBUM E DVD DE MEMÓRIAS DOIS DIAS ANTES DE MORRER

Elza Soares tinha acabado de fazer dois shows ainda esta semana, e gravou DVD no Theatro Municipal de São Paulo, na segunda e na terça-feira. Além disso, ela tinha nove shows marcados ao longo dos próximos meses, antes de se tornar mais uma das celebridades que morreram já este ano. De acordo com o "Folha de São Paulo", Mestre da Lua, percussionista que trabalhava com Elza Soares desde 2017, garante que a cantora deixou um álbum de memórias gravado, além do DVD.

"Planejávamos gravar este DVD desde o início da pandemia, mas acabamos protelando.

Quando a gente conseguiu, ela logo nos deixou. Mas foi um grande privilégio, porque ela estava bem, feliz para caramba, se entregando de corpo e alma", lembrou ele.

"É claro que, aos 91 anos, ela tinha suas limitações. Mas estava muito disposta. Estava muito disponível para fazer o melhor trabalho possível", acrescentou à publicação, afirmando que já esperavam que este seria o último grande projeto de Elza.

ELZA SOARES TERÁ DOCUMENTÁRIO LANÇADO NO STREAMING

As gravações do DVD também serão mostradas em um documentário dedicado à vida da artista. O álbum de memórias tem 16 faixas e será lançado em março deste ano, mas ainda não se sabe se após a morte de Elza Soares os planos serão mantidos.

Além do documentário, a vida de Elza também é tema do enredo da Mocidade de Padre Miguel, e por isso veio a homenagem em seu velório da última sexta-feira. A biografia "Elza", escrita por Zeca Camargo, também marca mais um dos retratos de sua vida nas artes.

'The Masked Singer' tem participante revelada! Saiba qual cantora está na segunda temporada

O "The Masked Singer" estreou neste domingo (23) e já teve as fantasias dos 14 participantes divulgadas. No entanto, assim como na edição do ano passado, em que a campeã Priscilla Alcântara e os outros competidores mascarados vazaram antes da final, a primeira famosa da nova temporada já foi confirmada.

De acordo com o colunista Leo Dias, do "Metrópoles", Negra Li faz parte do grupo que compete na segunda temporada do programa e será avaliada pelo time de jurados renovado, assim como o grupo de apresentadores, exceto Ivete Sangalo, que se mantém no comando do programa.

A primeira música cantada pela atriz, cantora Pop e rapper, foi "Cheguei", hit de Ludmilla. Após quatro anos de hiato na carreira, Negra Li pretende lançar um novo álbum este ano.

FANTASIAS DA NOVA TEMPORADA DO 'THE MASKED SINGER' SÃO DIVULGADAS

A Globo já divulgou algumas informações sobre o programa antes da estreia, inclusive a polêmica saída da ex-BBB Camilla de Lucas como repórter. Entre elas, os detalhes das fantasias dos participantes, que vão ser julgados por Taís Araújo, Rodrigo Lombardi e Eduardo Sterblitch, além de Tatá Werneck, em substituição à Simone.



A Rosa é feita de tafetá e glitter, a Motoqueira usará uma roupa de couro e vinil e cabelo cor rosa, além de um guidão e farol de motocicleta. Lâmpião e Maria Bonita são a primeira dupla do talent show usam roupa de couro, camurça e linho.

Camaleão, Caranguejo, Pavão e Dragão são outros fantasiados. O animal marinho exibirá aparelho ortodôntico nos dentes, enquanto o pavão terá roupa de renda e o camaleão fará jus

ao nome com brilho, bordado, cristal e pedraria. O look do Dragão vai mesclar brilho, veludo e paetê. As outras fantasias são: Bebê, Boto, Coxinha, Abacaxi, Borboleta, Robô e Urso. Veja fotos na galeria acima!

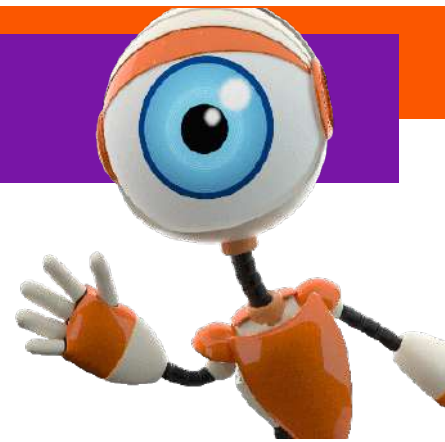
TATÁ WERNECK ENTRA NO TIME DE JURADOS DO 'THE MASKED SINGER'

O programa, que começa às 15h45 e vai até 17h30, terá a grande novidade de Tatá Wer-

neck no time de jurados. No Instagram, ela avaliou a estreia. "Estou muito animada pra trabalhar num programa que amei tanto assistir! E não gostaria que fosse como mascarada devido à rinite", disse a atriz, fã assumida da atração.

Priscilla Alcântara também vai aparecer aos domingos no "The Masked Singer" para entrevistar os participantes, tendo estado no lugar deles no passado recente.

DESTAQUES DO BBB



'BBB 22': Luciano é o primeiro eliminado do reality show. 'Devo ter tido algum bloqueio'



O primeiro Paredão do "BBB 22" teve seu eliminado! Luciano perdeu a chance de conquistar o prêmio de R\$ 1,5 milhão nesta terça-feira (25). O brother, que disputava contra Natália e Naiara Azevedo, saiu com 49,31% dos votos, enquanto a modelo recebeu 34,89% e a cantora 15,8%.

Em uma rápida conversa com Tadeu Schmidt, que revelou estar

ansioso com o primeiro Paredão, Luciano desabafou: "Que doideira. Foi muito doido. Pouco tempo, mas aproveitei na medida do possível e como consegui. Provavelmente eu devo ter tido algum bloqueio ou vários gatilhos e acabei expondo isso. Essa palavra 'fama' era algo que minha mãe usava com tanto carinho pra mim. Era uma palavra muito simples e ao mesmo tempo

muito importante pra mim. Algumas pessoas viram como uma coisa traiçoeira".

Em entrevista exclusiva ao Purepeople, Fabíola Hillesheim, namorada de Luciano, analisou a postura de Naiara Azevedo ao puxar o namorado ao Paredão. "Achei hipócrita a postura dela, pois ela puxa ele e após comenta que não queria votar nos Pipocas. Foi uma ótima jogada pra ela lá dentro e aqui fora, porém não concordo. Foi muito incoerente".

'BBB 22': NAIARA AZEVEDO CHEGOU A PEDIR PARA SER ELIMINADA, MAS VOLTOU ATRAS

Mesmo não agradando a alguns dentro do "BBB 22" e virando meme nas redes sociais, Naiara Azevedo era apontada como a menos votada para o primeiro Paredão do reality em enquetes online. Nas pesquisas, a sertaneja aparecia com 26,02%, seguida por Natália, com 30,23% e Luciano com 43,75%.

Vale lembrar que, no domingo, ao ser indicada ao Paredão, a cantora pediu para ser eliminada. No dia seguinte, a sertaneja voltou atrás

com um pedido de desculpas.

"Eu quero ficar. Se vocês optarem por não [me deixarem na casa], tá tudo bem também, porque esse é o jogo. Se vocês me derem uma oportunidade, é óbvio que vai ser importante para mim para que eu possa evoluir, me descobrindo e mostrando mais para mim e pra vocês sobre quem eu sou. Não sei se eu tenho esse direito mas, por favor, se possível, eu quero a oportunidade de continuar vivendo o 'Big Brother Brasil'. Se não, qualquer coisa, família, essa semana ainda, 'tamo' junto", brincou no raio-x de segunda-feira (24).

Após o pedido de saída e desculpas da sister, Boninho utilizou as redes sociais para, sutilmente, falar sobre o comportamento da cantora. O diretor do reality compartilhou um vídeo motivacional, que mostra uma corrida de bicicleta entre várias crianças. Um dos competidores caiu logo na largada, mas reage, corre em alta velocidade e consegue se consagrar vencedor. "Esse vídeo fala tudo. Entrar no 'BBB' pra desistir? Vai entender!", escreveu o diretor.

'BBB 22': beijo, choro de Brunna Gonçalves, Bárbara bêbada e surto de Natália agitam festa

A primeira festa do líder do "BBB 22" teve direito a muito drama com as ameaças de desistência por parte de Natália, por conta do primeiro beijo da edição, protagonizado entre Lucas e Eslovênia. Além disso, outra sister que caiu no choro foi Brunna Gonçalves, pelo fato de não ter tocado nenhuma música de sua mulher, Ludmilla.

Bárbara também ficou bastante bêbada e divertiu os fãs ao balbuciar palavras e frases sem sentido no quarto, enquanto Laís não entendia nada que a amiga estava dizendo. Jade Picon abriu o jogo sobre as pessoas com quem fica, ao rejeitar romance com Paulo André.

Eslovênia e Jessilane se entenderam após a Miss criticar a professora, acreditando que, assim como Natália, ela estava falando mal da sister para os outros, além de dar emoji de cobra para ela, quando, na verdade, havia sido Rodrigo quem a definiu dessa forma no "Queridômetro" mais cedo. Lucas, por sua vez, desabafou sobre o fim da amizade com o gerente comercial.

BEIJO DE LUCAS E ESLOVÊNIA ANIMA PEDRO SCOOBY NO 'BBB 22'

Lucas e Eslovênia foram o primeiro casal oficialmente no programa, e animaram os colegas ao ficarem na festa. Pedro Scooby e outros amigos foram comemorar a primeira aproximação do casal após muita conversa, incentivada por Vyni, que pediu um beijo entre os dois como presente de aniversário. "Lindos! Agora que beijou, beija direito e aproveita esse momento, caralh*", disse o maior apoiador dos casais da edição, já tendo revelado na primeira festa que pretendia juntar os dois.

Uma que não ficou feliz com o beijo foi Natália, que imediatamente entrou na casa e deu trabalho

aos amigos, bêbada. Ela disse que queria "ir embora", que as emoções estavam "muito fortes" e queria ver sua mãe. Apesar das ameaças de desistência, os participantes conseguiram fazer Natália mudar de ideia e dormir.

NAIARA AZEVEDO E LINN DA QUEBRADA SE DESENTENDEM AO ACONSELHAR NATÁLIA NO 'BBB 22'

O surto de Natália desencadeou no apoio de suas amigas, Jessilane, Linn da Quebrada e Naiara Azevedo, que a aconselharam e ajudaram até o momento em que dormiu, chorando.

No entanto a situação gerou uma desavença entre Linna e Naiara, por discordarem na forma de lidar com a amiga. A sertaneja estava projetando a si mesma nas falas de Natália e se explicando, até que a atriz se estressou. "Isso não é sobre você, Naiara. É sobre o que ela tá sentindo", disparou, em dado momento.

JESSILANE E ESLOVÊNIA SE ENTENDEM E FAZEM AS PAZES NO 'BBB 22'

Antes de ajudar a amiga, Jessilane e Eslovênia bateram papo sobre sua relação. Lucas esteve por perto o tempo todo e chegou a ser chamado de "chato" pela amiga, já que tentava tirar a Miss do assunto. A professora de Biologia garantiu para ela que não foi quem deu o emoji de cobra no "Queridômetro".

Em dado momento, as duas ainda comentaram sobre a aproximação. "Agora eu estou bêbada, não sei o que une a gente.", disse Eslô. "Talvez o Lucas. Estou brincando.", riu Jessilane. "Mana, não é o Lucas, não. É algo com nós duas (...) Com você é leve.", afirmou a Miss. Lucas conversou com Jessilane sobre a amizade dos dois e o novo romance com



Eslovênia, e a professora disse que poderia se afastar dele pelo fato de que agora está ficando com a sister que votou nela. "Não vai deixar de ser meu amigo (...) uma coisa não tem nada a ver com a outra", disse Jess.

LUCAS RELEMBRA BRIGA DE RODRIGO E CHORA AO DESABAFAR COM ELIEZER

A postura foi similar à adotada por Eliezer, quando Lucas desabafou sobre seu atrito com Rodrigo, de quem o designer é próximo. "Ele foi chutado do outro quarto, você sabe. A gente acolheu ele e ele tentou arrumar confusão com a gente.", confidenciou Lucas.

"Eu já deixei muito claro, eu e Rodrigo somos brothers mas ele vai por um lado e eu vou pelo contrário. Eu já pedi pra ele me respeitar e ele me respeita. Ele não fala comigo sobre isso.", afirmou Eliezer. Lucas chorou e pediu para que Eliezer não o julgasse de falso, como Rodrigo está fazendo. O designer tranquilizou o amigo, que afirmou que "vai dar briga" para o

paulista, se é o que ele quer.

"Eu não sei o que ele quer. (...) Passei a mão na cabeça dele ao máximo. Ele quer jogar, arrumar briga, arrumar lado A e o B, e, se ele quer, vou dar para ele", concluiu.

BÁRBARA DIVERTE POR FALTA DE COERÊNCIA DEVIDO AO ALCOOL

Enquanto isso, a maior parte das mulheres curtiu a festa ao máximo, dançando, bebendo e conversando. Foi o caso de Bárbara, cuja importância por Rodrigo na última festa foi lembrada após a briga dos dois.

A modelo se esbaldou e, no fim, não estava conseguindo formar frases coerentes antes de dormir. "Estou amando essa prova", disse Bárbara. "O que você está falando, amiga?", confundiu-se Laís. "Eu vou ser pai", falou a amiga, em seguida. "É verdade! Tem razão, é isso que vou fazer!", acrescentou a gaúcha. "Fazer o que?", respondeu a médica, sem entender. "Um espírito falou", comentou Bárbara, entre as frases sem sentido.

PROVA DO LÍDER

Tiago Abravanel é o novo Líder do BBB 22 e Pedro Scooby está imune

Depois da Final da Prova do Líder Levíssimo Seara, Tadeu Schmidt conversou com a dupla vencedora: Tiago Abravanel e Pedro Scooby. O apresentador avisa que os dois precisam decidir quem terá a liderança e quem terá a imunidade. Tiago pergunta se pode ser ele, e Scooby diz: "Claro, irmão."

O Líder comemora e pega a pulseira da liderança. "Gostaria de trazer pessoas que não tiveram no VIP", diz logo depois. Ele faz sua divisão e divide a casa em VIP e Xepa.

Tadeu anuncia que ele terá direito a seis pulseiras para o VIP e Tiago, então, escolhe cinco participantes

para ir desfrutarem dos benefícios junto com ele: Pedro Scooby, Douglas Silva, Arthur Aguiar, Linn da Quebrada e Jade Picon.

Portanto, ficam na Xepa nesta semana: Bárbara, Brunna Gonçalves, Eliezer, Eslovênia, Jessilane, Laís, Lucas, Maria, Naiara Azevedo, Natália, Paulo André, Rodrigo e Vinicius.





Hidrofobia capilar: saiba o que é e como cuidar

Talvez você nunca tenha ouvido falar sobre o assunto e até passa por isso e não sabe. Basicamente, se você aplica um creme e sente que o mesmo não penetrou, sendo expelido pelo cabelo, pode ser um sinal de que ele está hidrofóbico. Essa é uma patologia que ocorre devido ao acúmulo de resíduos no couro cabeludo, onde até a água é rejeitada, você sabia? Se não, fica por aqui, pois, convidamos a terapeuta capilar Carol Maia para nos ajudar a entender sobre esse assunto e como tratar. Vem ver:

O que é hidrofobia capilar?

A hidrofobia capilar é uma alteração que pode atingir todos os tipos de cabelos e texturas, pois, se trata da incapacidade do fio de absorver água, devido ao excesso de produtos usados na finalização ou na revitalização do fio, feita no day after. "O uso de produtos derivados de petróleo, silicone, solúvel e insolúvel em água também causam hidrofobia capilar", ressalta Carol, lembrando que a maioria dos cremes capilares contam com ingredientes petroderivados que podem causar esses danos ao couro cabeludo.

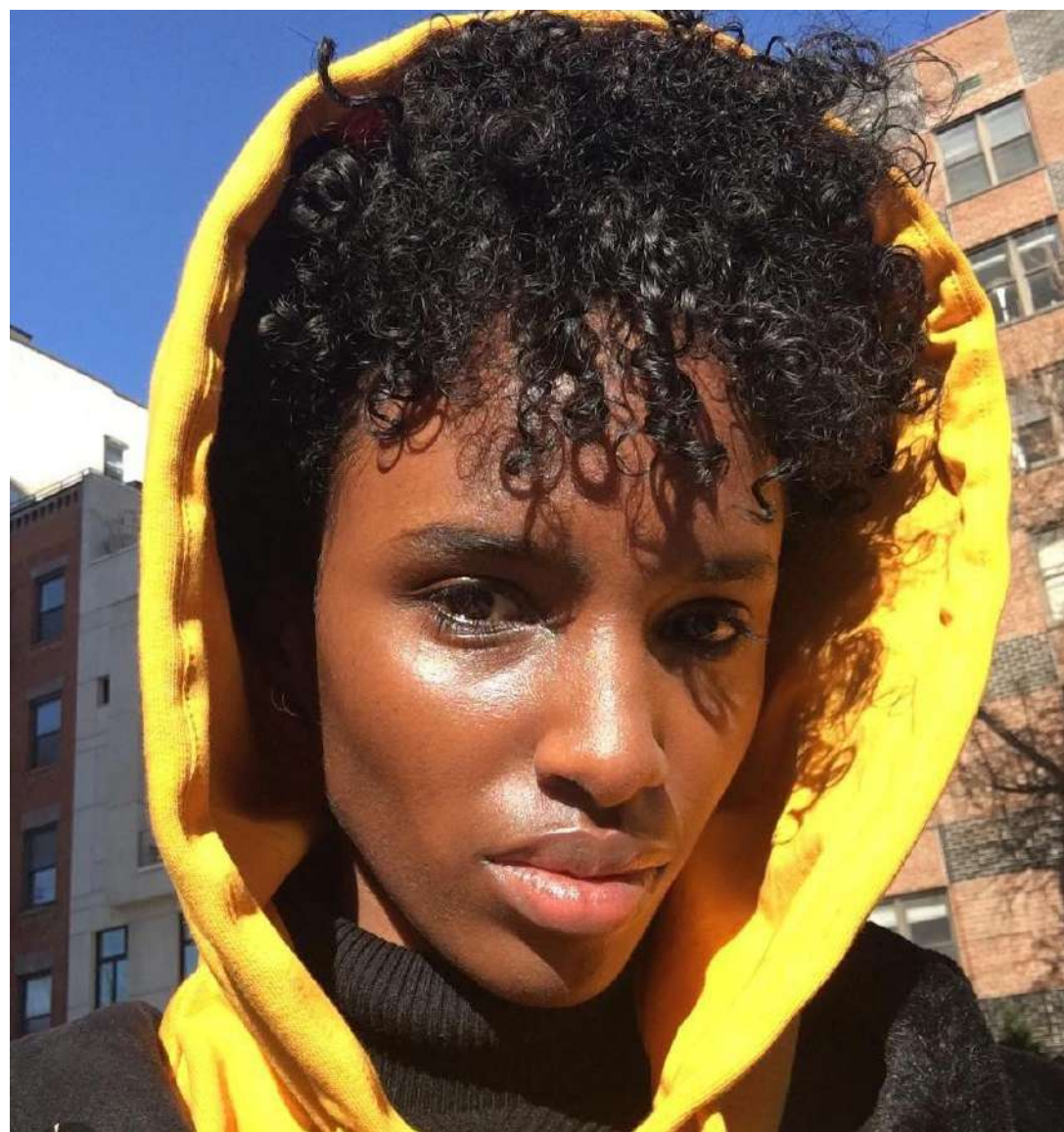
Existe uma forma de ser identificado?

Se você observar que ao aplicar um produto com o cabelo molhado ele passa tempos pingando, não

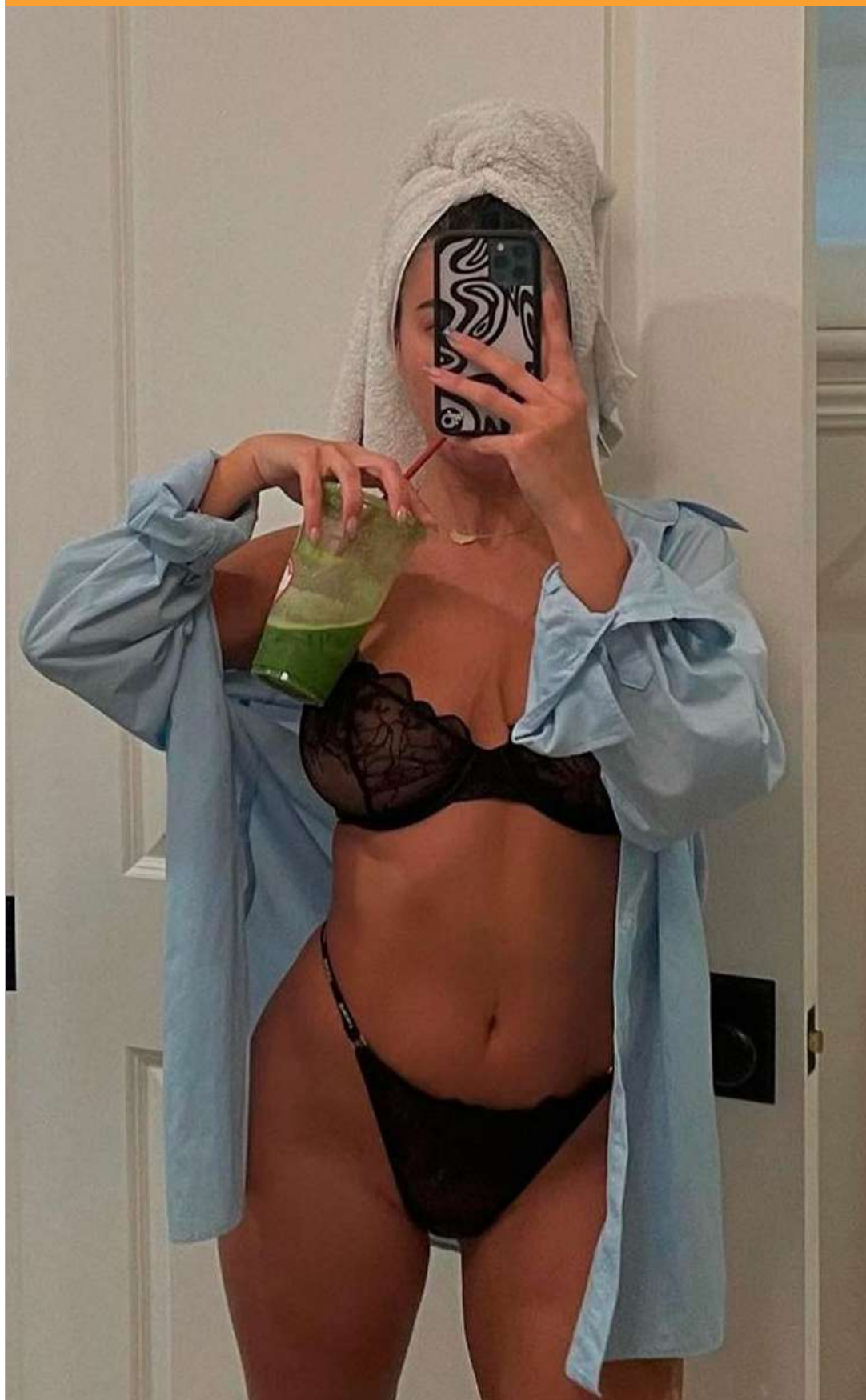
absorve a água e nem responde aos tratamentos, finalizações, certamente você está com hidrofobia capilar. "Para evitar é preciso higienizar com frequência e buscar ajuda imediata de um especialista para manusear de forma correta uma limpeza profissional do couro cabeludo. E os terapeutas capilares são os mais indicados para o tratamento", diz a profissional.

Como é feita a limpeza hidrofóbica?

"Sempre que possível opte por produtos naturais, com ativos indicados para a necessidade do fio, mas de forma geral, a limpeza hidrofóbica é feita com argila, sendo um tratamento muito direcionado". Outras opções para acabar com a hidrofobia capilar é usar shampoo detox, que realiza uma limpeza mais profunda dos fios e fazer esfoliação, para eliminar todas as impurezas acumuladas que impedem o cabelo de absorver os nutrientes necessários para se manter saudável. "No mesmo momento que se faz o tratamento profissional já podemos ver o resultado da higienização. Percebemos um cabelo hidrofílico novamente, contudo, se estiver com alguma outra patologia, ou alta porosidade, scab hair, precisamos de mais alguns meses de tratamento para reequilíbrio", conclui Carol Maia.



Inchaço abdominal: causas, sintomas e como evitar



Todo mundo já se sentiu inchada no final de um longo dia, certo? Principalmente quando falamos de inchaço abdominal. Uma alteração diária da circunferência abdominal é a realidade da grande maioria das mulheres. Recentemente, o assunto virou pauta nas redes sociais, e diversas influencers e celebridades usaram suas plataformas e suas vozes para

compartilhar suas experiências com o bloat - termo em inglês usado para explicar o fato - e como sofriram com as mudanças corporais repentinas.

Diversas mulheres relatam que a partir do momento que elas fazem a primeira refeição do dia, a aparência abdominal já é outra, e depois de algumas horas, ou após ingerir um certo tipo de alimento, o inchaço é

tremendo, se assemelhando quase a uma gravidez - não, não é exagero! Para entender melhor o inchaço abdominal, o que o causa, como evitá-lo e o que ele pode indicar, entrevistamos a nutricionista Milena Hernandez e ela nos explicou tudo. Confira:

O inchaço abdominal é normal? após uma refeição ou no final do dia?

M.H.: "O inchaço abdominal é algo que incomoda muita gente, porque, além da questão estética, também causa desconfortos físicos. Após as refeições e ao fim do dia ele pode se tornar mais evidente, mas devemos ter atenção a esse sintoma sempre que aparecer."

O que pode estar causando esse inchaço?

M.H.: "No melhor dos casos, o inchaço abdominal pode ser causado por uma má digestão ou pelo consumo excessivo de alimentos. Para resolver esses problemas é relativamente simples: é necessário se atentar aos sinais de saciedade do nosso corpo, e parar de comer assim que estiver com a sensação de plenitude gástrica - quando o estômago está cheio ou quase cheio. Além disso, podemos melhorar a digestão mastigando muito bem os alimentos, não ingerindo grandes quantidades de líquidos durante as refeições e até adicionando algum alimento ácido nas refeições principais, como limão ou vinagre."

Ele pode estar sinalizando alguma alergia ou intolerância?

M.H.: "É muito comum que algumas intolerâncias ou sensibilidades alimentares causem inchaço abdominal. No caso das intolerâncias, é possível ter um diagnóstico através de exames, mas as sensibilidades não são detectáveis, então é preciso uma boa análise de sinais e sintomas e também a exclusão de outras causas para que possamos chegar a uma conclusão."

Como evitá-lo?

M.H.: "Você pode praticar a auto observação e tentar identificar alguma sensibilidade ou intolerância no seu dia a dia. Com ajuda profissional, isso fica mais fácil, porque você é melhor orientado em relação ao que pode sentir e quais alimentos merecem

mais atenção. Vou dar dois exemplos super comuns: o glúten e a lactose. Se desconfo da sensibilidade a algum deles, peço para que a paciente exclua, por um período, os alimentos fonte desses nutrientes, um de cada vez, para que possamos identificar melhoras com a ausência deles ou simplesmente ter certeza que eles não são a causa do inchaço abdominal.

Agora, pensando que o problema pode não estar diretamente ligado a algo específico que comemos, mas como o nosso corpo recebe esse alimento, precisamos levar em consideração a nossa saúde intestinal. É um tema muito estudado atualmente e cada vez mais, percebemos a ligação entre o intestino e vários outros sistemas do nosso organismo, como o sistema nervoso e o endócrino, por exemplo."

E por último, o inchaço abdominal pode vir a se tornar algo mais grave?

M.H.: "Nosso intestino é habitado por milhares de microorganismos, e precisamos manter um certo equilíbrio, em relação a quantidade e a qualidade desses microorganismos, para que ele cumpra todas as suas funções perfeitamente. A disbiose, que nada mais é que o desequilíbrio quantitativo (uma falta de microorganismos ou um excesso) ou qualitativo (uma quantidade adequada, mas das "espécies" inadequadas) da microbiota intestinal, já é motivo suficiente para causar um inchaço abdominal. Esse problema se resolve se melhorarmos a alimentação, incluindo muitos vegetais e grãos integrais - que servem como combustível para "microorganismos do bem" - e também, reduzindo a ingestão de gorduras saturadas, gorduras trans, açúcar em excesso e álcool.

Uma alimentação pobre em alimentos fermentáveis, conhecida como low FODMAP, também pode ajudar no início e em algumas outras situações, como na síndrome do intestino irritável, que já é uma condição que requer um pouco mais de atenção e um tratamento multidisciplinar.

Se você sofre com desconfortos ou inchaço abdominal, procure melhorar sua digestão e entender seus gatilhos, que são as atitudes ou o consumo de certos alimentos que fazem com que você tenha um mal estar. É muito importante que você esteja cercado de profissionais capacitados a te ajudar com esse problema, e mais importante, a descobrir a causa dele."

DICAS

6 tendências de beleza do BBB

Seja você fã ou não, nós sabemos bem que o BBB é um ótimo termômetro de tendências. Basta que uma participante esteja continuamente usando um item que já percebemos que em breve também

iremos aderir ao nosso dia a dia. De tendências de beleza à calçados marcantes - alô, sandália da Manu Gavassi - a cada nova edição o programa nos marca com uma nova trend.

É perceptível o crescimento do programa nos últimos anos e a chegada das celebridades no elenco fez com que as tendências de beleza se tornassem mais marcantes. Agora, mais do que nunca, cada detalhe do

look é pensado e observado, mas se analisarmos desde edições antigas que já observamos o nascimento de trends. Pensando nisso, hoje reunimos algumas delas que amamos e claro, vimos tomar as ruas.



Delineado gráfico

Quando falamos da edição passada é impossível não citar os delineados gráficos de Juliette. No BBB21 a paraibana dominou a internet com seus delineados criativos e ousados, que criou em nós o desejo de reproduzir em casa. Foram várias as pessoas que se sentiram influenciadas pela cantora e aderiram a trend.



Laces

A edição deste ano acabou de começar, mas já estamos sentindo que a Brunna Gonçalves será um dos destaques no quesito estilo. Quando falamos de tendências de beleza, já vimos que a mala da dançarina foi recheada de lace e, assim como Camilla De Lucas na edição passada, estamos ansiosas para vê-la trocar de cabelo a cada novo momento.

Ah, mas é importante reforçar que a lace para as mulheres negras é mais que uma simples tendência, é uma forma de empoderamento e até mesmo uma alternativa durante a transição capilar.



Flor no cabelo

Indo para edições mais antigas, fomos marcadas por Íris Stefanelli no BBB7 e seu cabelo sempre decorado com uma flor sintética. Aos poucos vimos as lojas de rua vendendo presilhas floridas e as pessoas se permitindo ousar e saírem coloridas por aí.



Turbante

Retornando à cultura negra, em 2018 vimos a Gleici Damasceno desfilando com turbantes lindos e coloridos, mostrando que, além do peso histórico e cultural, o acessório traz um charme a mais para quem o usa.



Sombras coloridas

Já no BBB20, uma das nossas favoritas no quesito tendências de beleza e moda, Manu Gavassi! A cantora nos fez apaixonar e criar coragem para sair do clássico esfumado marrom e preto, apostando em sombras coloridas, hiper pigmentadas e divertidas.



Penteados com lenços

E ainda na edição de 2020, presenciamos quase todas as participantes apostando nos penteados com lenços e bandanas. O acessório traz cor ao visual, além de não precisar de muita prática quando falamos de manusear o cabelo.

Essas serão as maiores tendências de unhas para 2022



Seja através das passarelas ou dos perfis de Tiktok e Instagram, nossos olhos já estão atentos a tudo que as pessoas estão usando. Seguir as tendências de unhas nunca esteve tão em alta, estamos desejando copiar as nail art, os formatos ou até mesmo saber qual é a cor do momento. Se você também já se sente pronta para entrar em 2022, vem com a gente descobrir o que vai bombar nas unhas.

Aplicações metálicas

Em 2022, o brilho estará presente por todos os lados, nos looks, nas maquiagens e, claro, nas unhas. Nessas, uma das formas que ele irá aparecer é através das aplicações metálicas. Esse tipo de arte pode ser sobreposto com um esmalte colorido ou até mesmo apenas na unha com base, mas caso prefira algo mais simples, vá nos esmaltes metálicos, eles também serão sucesso.

Linhas

Outra tendência de unhas que estamos apostando são as nail art feitas com linhas, sejam elas retas ou onduladas. Você pode combinar cores que ama, ou fazer uma linha única, como sua criatividade permitir.

Furta cor

Provando a força dos acabamentos brilhantes, o furta cor também é uma aposta de ser o queridinho de muitos, principalmente no verão. Ele é delicado ao mesmo tempo ousado e combina com diferentes cores de esmalte.

Abstrata

Algumas tendências de unhas já estiveram em nossas referências esse ano, mas o auge do sucesso delas será em 2022, a nail art abstrata é uma dessas. Solte sua criatividade ao fazer redemoinho e combinar cores, podendo ser apenas na ponta das unhas ou por todas elas.

Francesinha alongada

Já notamos que a francesinha está reformulada e mais colorida que nunca e assim ela permanecerá, mas agora, podendo se alongar pelo comprimento das unhas. O desenho traz movimento e sai do óbvio daquela unha clássica que vimos por tanto tempo.

Desenhos opostos

Uma das maiores tendências de unhas serão os desenhos opostos, uma unha que não tem a mesma

arte que a outra. São milhares de combinações e opções para finalmente solucionar aquele velho problema de não saber qual esmalte passar.

Brilhos

Contamos no começo desse post que os brilhos irão dominar as tendências de unhas então, olha ele aí de novo. Para deixar elas ainda mais modernas, aposte nas linhas gráficas, mas se você ama muito brilho, faça a sua coberta de cristais, que também foi outra referência que vimos nas passarelas.



É, não podemos fugir mais, o fim do ano está se aproximando e agora estamos ainda mais próximas de nos rendermos às tendências de 2022. Ok, ainda temos algumas trends que não queremos abandonar em 2021, mas podemos encontrar maneiras de adaptá-las ou simplesmente atualizar as nossas referências. Mas tem uma coisa nós garantimos: as tendências de unhas do novo ano estão maravilhosas e aos poucos você irá ceder e pedir à sua manicure para reproduzir em suas mãos.

Dicas Gastronômicas



4 receitas de bolinho de arroz diferentes para experimentar

Bolinho de arroz e sardinha



Ingredientes

- 1 ovo batido
- 1 lata de sardinha em molho de tomate escorrida
- 2 xícaras (chá) de arroz branco cozido
- 1 colher (sopa) de salsa picada
- 1/4 de xícara (chá) de leite
- 1 colher (chá) de sal
- 1/2 colher (chá) de pimenta-do-reino
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- Óleo para fritar

Modo de preparo

Em uma tigela, misture o arroz, o ovo, a sardinha, a salsa, o leite, o sal e a pimenta-do-reino. Adicione a farinha e misture até dar o ponto de enrolar. Se necessário acrescente mais. Modele os bolinhos e em uma frigideira, frite em óleo quente até dourar. Escorra em papel absorvente e sirva com molhos a base de maionese.

Bolinho de arroz com folhas



Ingredientes

- 2 xícaras (chá) de sobras arroz cozido
- 1 xícara (chá) de talos e folhas de sua preferência picados
- 2 colheres (sopa) de salsa picada
- 1 colher (chá) de sal
- 2 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado
- 1 cebola picada
- Pimenta-do-reino a gosto
- 1 xícara (chá) de leite
- 2 ovos
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- Óleo para fritar
- 1 colher (chá) de fermento em pó

Modo de preparo

Em uma tigela, coloque o arroz e amasse com um garfo. Acrescente os talos e as folhas, tempere com o sal, a salsa, o queijo, a cebola e a pimenta a gosto. Junte o leite, os ovos levemente batidos, a farinha e misture até obter uma massa consistente. Acrescente o fermento e mexa bem. Com uma colher, faça bolinhos e frite em óleo quente. Escorra em papel-toalha e sirva.

Bolinho de arroz com berinjela



Ingredientes

- 3 xícaras (chá) de sobras de arroz branco
- 2 ovos
- 1 berinjela picada, aferventada e escorrida
- 1 cebola ralada
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1 dente de alho amassado
- 2 colheres (sopa) de cheiro-verde picado
- 1/2 xícara (chá) de leite
- 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo
- Óleo para fritar

Modo de preparo

Em uma tigela, coloque os ingredientes e misture. Frite às colheradas em óleo quente, deixando dourar por igual. Retire do fogo, escorra em papel absorvente e sirva em seguida.

Bolinho de arroz com atum



Ingredientes

- 1 lata de atum escorrida
- 3 xícaras (chá) de sobras de arroz branco
- 1 ovo
- 1/2 xícara (chá) de leite
- 2 colheres (sopa) de cheiro-verde picado
- 1 cebola ralada
- Óleo para fritar
- 1 colher (chá) de fermento em pó
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo

Modo de preparo

Em uma tigela, coloque os ingredientes e misture bem. Frite às colheradas em óleo quente até dourar por igual. Retire do fogo, escorra em papel absorvente e sirva.

Bolinho de arroz à parmegiana

Duas receitas saudáveis e baratas para o lanche da tarde

Torta de banana com farinha de trigo integral

Ingredientes:

- 1 1/2 xícara de farinha de farinha de trigo integral;
- 1 xícara de açúcar demerara;
- 1 copo de leite;
- 1 colher de sopa de fermento químico (para bolo);
- 5 bananas maduras;
- 4 ovos;
- 1/2 xícara de cranberries.

Modo de preparo:

Bata no liquidificador os ovos e o leite.

Num bowl, misture a farinha, o fermento, o açúcar e a

canela.

Corte as bananas em lascas ou rodela.

Unte uma forma com óleo de coco e farinha.

Faça uma camada dos secos.

Uma camada de banana e salpique cranberries.

Repita o processo de camadas mais uma vez.

Por último, adicione os líquidos.

Leve para assar em forno pré-aquecido a 180° por cerca de 30 minutos.

Bolo de maçã e canela com farinha de aveia

Ingredientes:

- 2 maçãs com casca, picada;
- 3 colheres de sopa de uva-passa escura;
- 2 ovos;
- 1/2 xícara de açúcar demerara;
- 2 colheres de sopa de óleo de coco;
- 1 1/2 xícara de farinha de aveia;
- 1 colher de chá de canela em pó;
- 1/2 xícara de amêndoas picadas grosseiramente;
- 1 colher de sopa de fermento

químico (para bolo).

Modo de preparo:

Descasque a maçã. Reserve a casca. Corte a fruta em cubos pequenos.

Em um liquidificador, bata a casca da maçã, os ovos e o óleo.

Em um recipiente, despeje a mistura e acrescente os demais ingredientes, misturando bem.

Em uma forma de furo central (19 cm de diâmetro), untada com óleo e polvilhada com farinha, despeje a massa e asse em forno pré-aquecido a 180°C, por cerca de 30 minutos.

