



## FAMOSOS

### Luana Piovani explica o real motivo da separação de Pedro Scooby



Luana Piovani contou, pela primeira vez, o real motivo de sua separação com Pedro Scooby. Em entrevista ao canal no YouTube "Téte a Theo", a atriz também revelou sua torcida ao surfista no

"BBB 22", apesar de achar que ele não irá vencer o reality.

O casamento de Luana Piovani e Pedro Scooby terminou em 2019, após oito anos juntos. Os dois são pais de Bem, Liz e Dom.

Ao ser perguntada sobre como está a relação deles atualmente, a atriz foi sincera e revelou o motivo da separação. "A gente tem uma relação muito boa, mas ele deixa a desejar muito no comprometimento. É fato. Foi por isso que me separei", disse.

No papo, Luana Piovani também contou porque expõe algumas falhas do ex-marido com os filhos nas redes sociais. "Eu falo porque eu posso, porque me dá vontade e porque resolve. É só passar [ele] uma vergonha que funciona".

#### LUANA PIOVANI TORCE PARA PEDRO SCOOPY NO 'BBB 22'

Quando soube da participação de Pedro Scooby no "BBB 22", Luana Piovani virou meme. Desde os decorrentes beijos enviados

por Tadeu Schmidt, até o pedido de Bruna Marquezine, a atriz tem chamado a atenção ao fazer breves comentários sobre o reality.

Na entrevista ao canal do YouTube, Luana Piovani contou que torce para que o ex ganhe o prêmio. "Eu torço por ele, que ganhe, fique rico e dê cada vez mais possibilidades para os filhos. Que Deus ajude e guarde e ele vá criando mais juízo, mais responsabilidade. Eu sou otimista, acredito que vai melhorar".

Mesmo na torcida, Luana Piovani revelou que não acredita que o ex-marido vá ganhar o "BBB 22". "Acho que não ganha. É difícil estar sendo julgado 24h por dia. As pessoas pinçam frases, palavras, comportamentos. É um programa extremamente perigoso. Ele é impulsivo, é difícil conseguir medir nossas palavras.

### Por ciúmes, marido de Jojo Todynho briga e é expulso de balada na lua de mel

Jojo Todynho subiu ao altar com o oficial do Exército Lucas Souza no final de janeiro e, depois da cerimônia que acabou com a artista com o joelho torcido, o casal embarcou em lua de mel para Jericoacoara, no Ceará. Mas de acordo com o colunista Léo Dias, do jornal "Metrópoles", o clima romântico foi substituído por momentos de tensão quando Lucas perdeu a cabeça ao ver a aproximação do garçom de uma balada local, onde estavam, com Jojo.

Ainda segundo a publicação, Lucas, que ganhou uma declaração emocionante da artista após a celebração do matrimônio, teria xingado e puxado o funcionário do local pela gola da camisa após se sentir enciumado. A briga não teria chegado às vias de fato porque, antes disso, Lucas teria sido convidado a se retirar pelos seguranças do local.

De acordo com fontes do colunista, Jojo, que no momento da confusão estava sentada mexendo no celular, permaneceu assim, sem se mostrar abalada com a situação.

#### EM LUA DE MEL, JOJO TODYNHO NEGOU GRAVIDEZ

Jojo Todynho se casou com Lucas Souza após apenas cinco meses

de relacionamento. Por ter decidido oficializar a união após pouco tempo de namoro, a artista logo viu seu nome envolvido em boatos de uma suposta gravidez, o que foi prontamente negado por ela.

"Estou muito naqueles dias e fica um povo que não tem o que fazer infernizando a minha vida e inventando que estou grávida. Só se for deles", disparou a funkeira, sem papas na língua.

#### CASAMENTO DE JOJO TODYNHO FOI CERCADO POR POLÊMICAS

Quando Jojo Todynho surgiu vestida de noiva para ir até o altar se casar, seu semblante sério chamou atenção não apenas de quem estava no local, mas também dos fãs da artista, que se perguntaram os motivos que levaram a cantora a deixar o sorriso de lado.

Logo após a celebração, a funkeira explicou: "Hoje pra mim foi extremamente emocionante, eu entrei sozinha. (Sem) minha mãe do coração, Maria Helena, que faleceu na pandemia, (sem) o meu pai. Tô passando mal o dia inteiro, gente, me deu uma crise na hora. Eu pensei que eu ia desmaiar na



hora de entrar, porque eu queria estar entrando com ele (meu pai), mas enfim".

O que também roubou a cena na cerimônia foi a ausência do pai do noivo, que se manifestou na web. "Eu não fui no casamento porque, na verdade, ele negou suas origens. Um dia antes [do casamento], ele me ligou falando que não era pra ir ninguém de lá [Fazenda Rio Grande, cidade no Paraná onde Lucas nasceu] e isso me deixou muito

traumatizado e entristecido, porque realmente ele se criou ali e eu não aceitei", afirmou o sogro da artista.

Marido de Jojo, Lucas desabafou, colocando um ponto final na polêmica: "O senhor Renato é meu pai biológico, mas não é o cara que me criou. Todo mundo da minha família sabe que eu fui criado exclusivamente pela minha mãe. O senhor Renato tem histórico de alcoolismo e de drogas. Ele é um exemplo negativo como pai".

### Veja o signo dos participantes Larissa e Gustavo, os novos brothers da Casa de Vidro!

O "BBB 22" anunciou nesta quarta (9) quem são os participantes da Casa de Vidro da edição. Gustavo Marsengo, nome que já tinha vazado antes mesmo do anúncio, acabou confirmado na dinâmica, assim como Larissa Tomásia, que chegou a ser cotada para o elenco principal. Gustavo é canceriano, nascido no dia 13 de julho, enquanto Larissa é geminiana, do dia 16 de junho.

Os dois vão entrar no programa na sexta (11) e permanecerão na

academia, onde será construída a Casa de Vidro, por pelo menos três dias. No domingo (13), o público decide se vai permitir a entrada do casal no game ou não. Por enquanto, enquetes apontam que os internautas não estão felizes com a possibilidade do casal confundir o jogo.

A dinâmica, assim como explicou Tadeu Schmidt, não dá margem para dúvida: ou os dois participantes entram no jogo ou nenhum deles ganha a chance de entrar oficialmente na

casa. Não há meio termo, o que chateou alguns dos maiores fãs da atração. No Twitter, muitos argumentam que gostariam que Larissa entrasse sozinha, sem Gustavo.

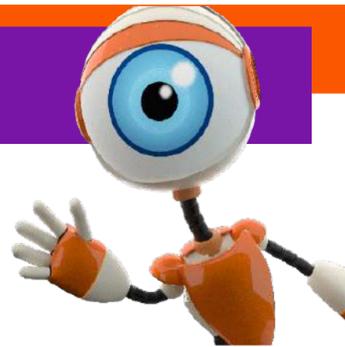
Caso o público opte por permitir a entrada de ambos, Larissa e Gustavo entram imunes e precisarão dar um voto aberto, em conjunto, no domingo mesmo, após todos os outros participantes terem votado.

'BBB 22': QUEM SÃO OS MORA-

#### DORES DA CASA DE VIDRO?

Larissa é uma influenciadora digital de Pernambuco que acumula mais de 300 mil seguidores ao todo nas redes sociais. Ela começou três faculdades diferentes, mas nunca terminou nenhuma. Tem silicone e já quebrou os dentes da frente duas vezes. Já Gustavo é formado em direito, chegou a trabalhar no Tribunal de Justiça, mas foi demitido na pandemia. Ele teria sido comparado, pela produção, com Felipe Prior.

# DESTAQUES DO BBB



## Jade Picon é Líder pela 2ª vez e irmão expõe curiosidade sobre jogos na infância. Entenda!



Jade Picon é líder pela segunda semana seguida no "BBB 22". A quarta Prova do Líder testou a memória, a habilidade e um pouco de sorte dos confinados. Na etapa final disputada por Jade, Linn da Quebrada e Vinicius, a influencer superou seus adversários e conquistou a liderança.

Irmão da sister, Leo Picon reagiu ao resultado e contou que desde criança Jade brincava com jogos similares com ele. "Quando eu tinha 10 anos a Jade tinha 5 e ela tinha que jogar esses tipos de jogos comigo em nível competitivo... O resultado tá aí... 15 anos depois", disse no Twitter. "Eu

queria que a Jade fosse pra xepa pra ela varrer o chão, comer intestino de bode e ser amada de novo... Mas agora eu quero que ela ganhe essa prova e bata o recorde mundial de semanas como líder", postou Leo, anteriormente.

### LEO PICON É COMENTARISTA ASSÍDUO DO 'BBB 22'

Leo Picon tem acompanhado o reality show e volta e meia repercute situações da irmã no jogo. No início da semana, o youtuber conversou com Mayra Cardi sobre uma das estratégias usadas pelo perfil de Jade.

A empresária cogitou processar

os administradores das redes sociais após eles terem compartilhado um texto que dizia que o ator estaria fazendo abuso psicológico dentro do programa.

Leo também já entrou nas brincadeiras da web sobre a riqueza de Jade e resolveu pedir um presente de aniversário bem caro para a influencer: um jatinho particular. Depois de precisar enfrentar escalas para viajar, Leo apareceu cansado nos Stories do Instagram e escreveu: "Muito cansativo não ter um jatinho que faça minhas rotas. Meu aniversário é 22 de abril. Fica a dica, Jade Picon".

## Beijo de Eliezer e Natália vira assunto e brothers criticam casal. 'Pode se tornar voto'

No "BBB 22", os beijos trocados por Eliezer e Natália estão dando o que falar. Minutos depois da troca de carinho entre os dois, aliás, Maria deixou claro que não se importava que o brother ficasse com outras pessoas, mas lembrou que a ferida na boca do designer poderia ser herpes - e, nesse caso, ela se preocuparia com Natália.

Vale lembrar que, de acordo com dermatologistas e dentistas, o herpes é um vírus que é transmitido principalmente quando uma ferida está aberta. Natália, já sóbria, chegou a dizer que se sentia ridícula por ter beijado Eliezer, porque sabia que o brother votava nela. Jessilane lembrou à amiga que, uma vez feito, não era possível chorar pelo leite derramado. As duas conversaram sobre o assunto, mas não foram as únicas a fazer isso.

### 'BBB 22': BEIJO DE ELIEZER E NATÁLIA GERA AVALIAÇÃO DE LUCAS. 'ESTA SE SABOTANDO'

Na casa do programa, a preocupação da maior parte do elenco, apesar dos avisos de Maria, é em relação a

quais consequências o beijo de Eli e Natália pode gerar no jogo. Para Lucas, que foi chamado a atenção por causa do apetite, o amigo estaria perdido.

"Ele está se sabotando, fazendo a mente dele esquecer", avaliou o estudante de medicina em conversa com Eslovênia, logo após descobrir que Eliezer segue dormindo. Os dois falaram sobre o assunto durante a tarde desta quinta (10), na academia, local em que será construída a Casa de Vidro. Lucas complementa: "Acho que ele não quer acordar".

### 'BBB 22': BEIJO DE ELIEZER E NATÁLIA PREOCUPA LINN DA QUEBRADA

Em outro círculo de conversa, Natália, Jessilane e Lina avaliam o que aconteceu sob outra ótica. A designer de unhas afirma que está pensando muito sobre como o público recebeu sua troca de beijos com Eliezer, enquanto Linn da Quebrada avalia que a situação pode ser mais grave do lado de dentro da casa.

"Isso pode se tornar voto", co-



meça a atriz. Natália então afirma que, sob seu ponto de vista, vê que todos levaram a situação na zoeira. Jessilane avalia: "Ele vota em você e você vota nele". Lina complementa: "E você vai lá e quer beijar ele".

Natália se enrola e argumenta: "Ele não votou em mim". Mas a pro-

fessora de Biologia lembra um detalhe em relação à última votação: "Porque não podia votar, você estava imunizada", esclarece. Eliezer, vale lembrar, pouco após o beijo, demonstrou preocupação pelo que havia acontecido porque tinha a intenção de votar em Natália no próximo domingo (13).

## Casa de Vidro 'BBB 22': veja quem entra e quando os brothers vão se conhecer!



Novos participantes da Casa de Vidro serão revelados hoje! Tadeu Schmidt vai revelar os nomes durante o programa desta quarta-feira

(09). Isso mesmo, o "BBB 22" mal se despediu de Naiara Azevedo, eliminada nesta terça (8), e já tem mais novidade chegando no programa.

Como foi adiantado por Boninho, diretor da atração, a Casa de Vidro é uma realidade e será construída dentro da casa, na área da academia.

Os dois integrantes que ocuparão esse primeiro isolamento são ambos do time pipoca e, portanto, anônimos. Um deles é Gustavo Marsengo, advogado de 31 anos que está desempregado e teria sido escolhido, de acordo com Léo Dias, por causa da "energia Felipe Prior". Já a digital influencer Larissa Tomásia, um dos nomes cotados para integrar o elenco principal, vai estar na Casa de Vidro.

### CASA DE VIDRO NO 'BBB 22': NOVOS BROTHERS ASSISTIRAM AO PROGRAMA ATÉ O DIA 3 DE FEVEREIRO

Ainda de acordo com a publicação, os dois novos integrantes da casa mais vigiada do país teriam sido isolados no último dia 4 de fevereiro, o que leva o público a entender que

ambos assistiram até o episódio do dia 3, logo após a eliminação de Rodrigo Mussi.

Negativas para Covid-19, tanto Gustavo quanto a nova sister precisaram se submeter ao isolamento padrão de sete dias para a segurança da produção em relação aos brothers já confinados no programa. Tiago Leifert, ex-apresentador do "BBB", chegou a receber mensagens a respeito.

### CASA DE VIDRO NO 'BBB 22': SAIBA COMO SERÁ CONTATO ENTRE CASA E NOVOS PARTICIPANTES

Mas se engana quem pensa que, só porque vão entrar na sexta-feira, os dois novos brothers já vão poder curtir a festa da semana. Ambos serão revelados aos demais moradores pela manhã, mas, à noite, serão "vedados" do restante da casa, sendo impedidos de curtir as bebidas e as comidas da celebração.

## Naiara Azevedo é eliminada com 57,77% dos votos: 'Fiquei apavorada'

No primeiro paredão formado exclusivamente por participantes do 'Camarote', Naiara Azevedo foi eliminada com 57,77% dos votos. Confira as outras porcentagens:

Naiara Azevedo foi eliminada com 57,77% dos votos em um paredão formado somente por participantes do 'Camarote'. Já Douglas Silva recebeu com 38,96% e Arthur Aguiar, em seguida, com 3,27%.

Ao analisar o jogo com Tadeu Schmidt, Naiara disse: "Vou saber se cumpri minha missão na hora que eu sair. Eu também estou me desconstruindo.

Fiquei apavorada quando fiquei sozinha comigo mesma. O programa foi um presente pro início de uma nova trajetória. Tô pronta pra ver o que fiz e me desculpar".

### 'JOGO DA DISCÓRDIA' MUDOU A VISÃO DO PÚBLICO DO 'BBB 22'

Em uma primeira enquete online, Douglas Silva estava apontado como o eliminado do paredão. Após os acontecimentos do "Jogo da Discórdia", tudo mudou. Segundo o site UOL, Naiara Azevedo foi apontada como a terceira eliminada.

Em todas as duas enquetes, Arthur Aguiar, que foi um dos maiores alvos do "Jogo da Discórdia", era o menos provável de ser eliminado.

Nos votos online do "UOL", Naiara passou a ter 44% dos votos. Já Douglas ficou com 42% e Arthur Aguiar com 13%.

### WEB SE MOBILIZOU POR PERMANÊNCIA DE DOUGLAS SILVA NO 'BBB 22'

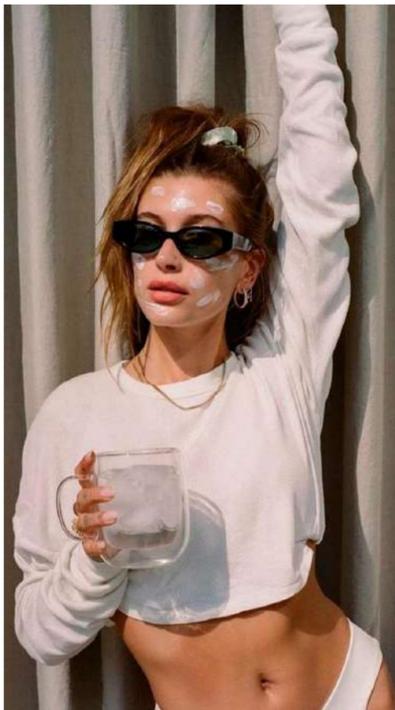
Os internautas e fãs não gostaram dos ataques dos participantes a Douglas Silva no "Jogo da Discórdia" e um movimento por sua permanên-

cia tomou conta da web. O maior argumento é de que o público precisa demonstrar para os brothers que não concorda com suas atitudes desse 'BBB do Amor', de fugir do combate e não se posicionar.

Bruna Marquezine usou seu Twitter para expressar opinião sobre a situação, e declarou torcida para o ator. Babu Santana, ex-BBB, também se pronunciou em seus stories do Instagram, pedindo pela permanência do ator. Ele comentou que está incomodado com as atitudes das meninas do quarto Lollipop em relação a DG.



# O segredo de como se hidratar e se manter hidratada



Não é segredo para ninguém que a hidratação é indispensável para nos mantermos vivos. A água é literalmente vital, ela mantém nosso corpo em funcionamento e sua escassez é capaz de causar sérios problemas em nossa saúde.

Cerca de 60% de nosso organismo é composto por água e essa grande quantidade atua como lubrificante para nossas articulações, produz saliva e sucos gástricos, regula nossa temperatura e MUITO mais. E como estamos constantemente perdendo água - quando há liberação do suor, quando urinamos, dormimos, ou até respiramos - ela precisa ser repostada com frequência. Mas como se hidratar e se manter hidratada? Será que existe uma fórmula pra isso?

É claro que beber bastante água é a primeira coisa que nos vem em mente, quando se trata de hidratação, a primeira coisa que pensamos, é sempre água. E embora ela seja sim fundamental, a hidratação é um equilíbrio de três coisas: água, eletrólitos (por exemplo, sódio, potássio, magnésio, cálcio, cloreto, fósforo) e carboidratos. Se um está desequilibrado, todo o resto será afetado. E como todos eles funcionam para ajudar nossos neurônios e células a funcionarem adequadamente, mantê-los equilibrados é indispensável para a saúde.

Logo, o segredo de como se hidratar e manter-se assim, vai muito além de simplesmente ingerir 2L de água diariamente, nossa alimentação, hábitos e estilo de vida,

também influenciam diretamente no nível de hidratação de nosso corpo e consequentemente, em nossa saúde. Abaixo, separamos algumas dicas que podem te ajudar caso você sinta que está precisando dar um boost no seu nível de hidratação:

## Sinais de desidratação

Antes de começarmos, é importante sabermos alguns dos sinais da desidratação. Porque às vezes, mal sabemos que estamos precisando aumentar o consumo de água ou achamos que não há segredo em como se hidratar e manter-se saudável. Se seu corpo não está recebendo água suficiente, os principais sinais de alerta são: boca seca ou pegajosa, sede, sonolência, cansaço, fraqueza muscular, dor de cabeça e tontura. Caso a desidratação esteja realmente grave, os sinais podem incluir: sede extrema, irritabilidade, confusão mental, falta de urina ou suor, pele enrugada, batimentos cardíacos acelerados, febre, entre muitos outros.

Mas, existe uma maneira super simples de avaliar seu nível de hidratação, observando a cor da sua urina! O amarelo clarinho é o ideal. Cores mais escuras, como amarelo profundo ou alaranjado, podem indi-

car desidratação, sugerindo que você precisa urgentemente dar um boost no seu consumo de água, eletrólitos e carboidratos.

## Saiba a quantidade certa de água a ser ingerida

A quantidade certa de água para bebermos vai variar muito de acordo com nosso peso corporal e hábitos diários. Atletas e pessoas que possuem uma rotina de exercícios, precisam ingerir mais água, pois consequentemente perdem mais. Segundo nutricionistas, a quantidade ideal é beber 35ml de água para cada kg de peso corporal. A conta é simples, para uma pessoa de 60kg, faça:  $60 \times 35 = 2.100$ , ou seja 2.1L de água por dia. Fácil, né?

tenha uma dieta rica em verduras, frutas e legumes

Como falamos anteriormente, o segredo de como se hidratar e se manter saudável, não está somente no consumo de água, mas sim, em nossa dieta. Por isso é super importante mantermos uma alimentação rica em nutrientes, verduras, legumes e frutas. Além de possuírem água em sua composição, o que ajuda na quantidade diária, eles contêm sais minerais e eletrólitos, como o sódio, potássio, cálcio, fosfato e magnésio.

## Alfa-hidroxiácidos: o que são e quais os benefícios

Alfa-hidroxiácidos ou AHA - você já deve ter ouvido ou visto esse nome por aí, o que talvez você não saiba é que ele tem ganhado muito prestígio no mundo dos cosméticos e dermocosméticos, está em várias coisas do nosso dia a dia - desde plantas a frutas - e são potências em nossas peles, já fazendo parte da composição de muitos produtos que circulam dentro da rotina de skincare.

Apesar do nome complicado, nada mais é que um grupo de ácidos que são super potentes e prometem agir em nossa pele renovando as células, deixando com viço, macia, regulando a produção de melanina, tudo isso através de uma suave esfoliação química, sem aqueles grânulos, sabe? Bom, se até aqui você achou interessante, vem conhecer um pouco mais sobre esse grupinho e entender seus benefícios para uso no dia a dia ou

naquela sessão poderosa com uma esteticista.

Dentre todos os ácidos que fazem parte do time de AHA, encontramos o ácido cítrico e málico, que é derivado das frutas, glicólico extraído da cana-de-açúcar, lático que provém do leite azedo, entre outros encontrados em diversos vegetais que aplicados à pele humana em diferentes concentrações e formas, oferecem benefícios terapêuticos e cosméticos poderosos em forma de esfoliante químico que apesar de penetrar numa camada profunda, não causa danos se usado da maneira correta.

É preciso tomar cuidado com o uso e sempre está orientado por especialista, seja dermatologista ou esteticista, cosmetólogo, para que não haja efeito contrário, causando danos à pele.

Estudos científicos deixam claros seus benefícios e entre

eles, é encontrado clareamento de manchas suaves, alto poder de hidratação, redução de linhas finas, produção de colágeno, uniformização da pele e até ajuste do pH dos produtos cosméticos, proporcionando ação anti acne, anti caspas e calosidade.

Na estética, os Alfa-hidroxiácidos são usados como peeling aplicados superficialmente ou com profundidade moderada, para tratamentos de vermelhidão, seborréia, cicatrizes, melasmas e para deixar a pele mais jovem, podendo ser usado em qualquer tipo de pele sem oferecer danos de forma geral, sem contar que podem prevenir também cânceres de pele transmitidos pelos raios UV.

Sua eficácia vai além do que imaginamos, mas depende muito do seu pH, concentração e tempo de exposição submetida. Se usado em produtos cosméticos capila-



res, por exemplo, são removidos imediatamente e sua penetração acaba sendo imediata, com baixa concentração, apesar de eficaz. Já em um peeling químico, os Alfa-hidroxiácidos têm um intervalo de exposição maior, o que pode ter resultados variantes que duram meses. Interessante, né?

## Afinal, qual a diferença entre óleo corporal e gel?

Após um banho relaxante, nós já adotamos o hábito de hidratar a pele, afinal é fácil reconhecer quando ela está bem cuidada e nutrida. A maciez e o viço natural que só são possíveis em uma pele super hidratada, que faz uso constante de um gel ou óleo corporal, afeta diretamente nossa autoestima.

A hidratação é um dos cuidados mais importantes que devemos ter, já que a falta dela leva a desidratação da pele, gerando fissuras e até mesmo irritações. Isso sem falar das peles naturalmente secas, que precisam investir em uma rotina mais poderosa. Porém, o uso do óleo corporal não se resume apenas a esse fator, ele também pode ser uma ótima ferramenta para suavizar a aparência de estrias e cicatrizes, e é exatamente esse o maior poder do óleo. Pensando nas diferenças entre os produtos, resolvemos desvendar cada propriedade

dos cosméticos, para que você enfim saiba qual o mais indicado para sua pele, vamos lá?

### Óleo

O óleo corporal é um ótimo elemento para lubrificar a pele, trazendo a hidratação, mas como falamos, o Bio-Oil pode ir além e tratar alguns sinais que podem incomodar - mas estão longe de ser um problema. Um dos principais usos do produto é para quem busca amenizar a aparência de suas estrias que, apesar de serem normais e presentes no corpo da maioria das pessoas, ainda é motivo de desconforto para muitas. Graças às vitaminas A e E, unidas com óleos cicatrizantes, a fórmula do óleo é capaz de nutrir a pele e amenizar a aparência das marcas ou até mesmo prevenir a formação de novas estrias, graças a sua ação potencializadora da elasticidade.

Outro uso muito comum do óleo corporal é que, assim como ele reduz a aparência das estrias, é capaz também de atenuar as cicatrizes. Após o machucado estar completamente cicatrizado, basta aplicar o óleo fazendo massagem diariamente na área, aos poucos você irá notar a diferença no aspecto.

### Gel

As peles secas são as que mais sofrem na busca por um produto que seja realmente efetivo e devolva a água e o viço para a cútis, já que os produtos tradicionais destinados a esse tipo de pele contêm, em média, cerca de 20% de óleo, cera ou manteiga como forma de tratamento e cerca de 70% de água.

O gel entrega uma hidratação profunda e duradoura, ideal para a pele seca ou para quem sofre com

regiões específicas mais ressecadas como cotovelos e calcanhar. Ele também é um ótimo aliado nos sintomas da psoríase, queimaduras de sol e para pessoas que moram ou irão visitar regiões de clima frio, onde o ressecamento da pele é maior.

### Afinal, qual o melhor?

Se você conheceu os produtos, mas ainda sim está em dúvida de qual é o ideal para sua rotina, nossa dica é analisar quais são os critérios que sua pele precisa de tratamento ou cuidado no momento. Se busca suavizar cicatrizes e estrias, prefira o óleo corporal, mas se a sua questão é recuperar a hidratação da pele, então aposte no gel. Ah! Um ponto importante: você pode combinar os dois produtos, utilizando cada um em uma área do corpo e assim garantindo uma pele hidratada e saudável por completo.

# DICAS

## 4 looks da Brunna Gonçalves que queremos ver no bbb 22

A lista de participantes do BBB 22 nem acabou de sair e nós já estamos de olho em todas as sisters dessa nova edição da casa mais vigiada do Brasil! E uma delas já



Quem não iria se apaixonar por esse look da musa na casa do BBB 22? Uma wide leg preta, um top estilo corset - a tendência do momento -, e um boné, pronto, você tem a roupa perfeita para uma noite de paredão.

nos deixou com vontade de roubar alguns looks e, sim, estamos falando da Brunna Gonçalves, é influencer, dançarina e esposa da musa Ludmilla, que chegou para jogar no time



Sabemos que as festas do líder dentro da casa são sempre temáticas, então, se caso a dançarina ganhar alguma prova, por que não apostar em um vestido cut-out bem fresquinho? Sim, queremos uma comemoração bem a cara do verão dentro do BBB 22.

do camarote.

E além de talentosa, a Brunna Gonçalves serve alguns looks bem estilosos nas suas redes sociais, por isso, fizemos questão de separar as



Será que a Brunna Gonçalves vai usar a academia da casa? Bom, ainda não sabemos, mas essa combinação de look fitness + camisa xadrez, conquistou nossos corações.

cinco produções que nós queremos ver dentro da casa, dos mais usados até os mais casuais. Continua lendo aqui com a gente e aproveita para "roubar" alguns deles:



É look de noite de eliminação que você quer? Então nós não esperamos nada menos do que um close bem fashionista da Brunna Gonçalves, com direito a bota de cano alto e óculos statement.

## Misturar estampas nos looks do dia a dia?

Misturar estampas pode parecer um desafio, já que na grande maioria das vezes as combinações parecem ser ousadas ou arriscadas demais, porém, se ultimamente

you've been feeling a huge desire to bet on the mix between floral and animal print, then today's tips are especially for solving your doubts at once for

all, and of course, to give you some tips on stylish combinations too. Discover more about how to mix patterns in your daily looks:



Comece pelo básico! Se você ainda não se sente segura para ousar na hora de misturar estampas, então o truque é combinar duas padronagens similares - ou iguais - em tons parecidos. As listras, por exemplo, são infalíveis e bem casuais, sendo ótimas para você ir testando aos poucos.



Aposte na harmonia entre as cores quando for misturar estampas, e uma ótima dica para fazer isso é consultar um círculo cromático e ver quais as inúmeras combinações você pode testar. Nesse caso, o amarelo, o verde e o azul são cores praticamente análogas e funcionam muito bem juntas.



Ou então, se você não estiver no mood dos visuais coloridos, que tal criar uma combinação monocromática entre duas estampas parecidas? Como é o caso do xadrez argyle no colete e o vichy da calça.



Mais uma dica para misturar estampas de uma forma mais sutil nos looks do dia a dia é optar por peças que estejam na mesma cartela de cores.



O animal print é sempre uma boa opção para testar diferentes combinações, especialmente se as estampas forem em preto e branco!



Agora, se você quer mesmo ousar no mix de estampas, então deixe a sua imaginação fluir e não tenha medo de experimentar combinações nada óbvias, o segredo é estar confortável e feliz com o look.



# Dicas Gastronômicas



## 5 receitas fáceis de molhos para massas

### Macarronada à bolonhesa rosé



- 1/2 pimentão amarelo picado
- 400g de carne moída
- 1 abobrinha picada
- 2 tomates picados
- 2 latas de molho de tomate (680g)
- 1 xícara (chá) de champignon fatiado
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1 caixa de creme de leite (200g)

#### Modo de preparo:

Cozinhe o macarrão em água quente e sal até ficar al dente. Escorra e reserve. Para o molho, em uma panela, em fogo médio, aqueça o óleo e frite a cebola, o alho e o pimentão por 2 minutos ou até murchar.

Adicione a carne e refogue até secar a água. Acrescente a abobrinha, os tomates, o molho, o champignon, tempere com sal, pimenta e cozinhe por 5 minutos. Junte o creme de leite, o macarrão cozido e despeje em uma travessa. Polvilhe com o parmesão e sirva.

#### Ingredientes:

- 1 pacote de macarrão tipo talharim (500g)
- Sal a gosto
- 100g de queijo parmesão ralado para polvilhar

#### Molho:

- 4 colheres (sopa) de óleo
- 1 cebola picada
- 2 dentes de alho picados

### Talharim ao molho de limão com bacon



- 3 ovos
- Sal a gosto
- 2 xícaras (chá) de creme de leite fresco
- 1/2 xícara (chá) de salsa picada
- Queijo parmesão ralado para polvilhar
- Raspas de casca de limão para decorar

#### Modo de preparo:

Em uma panela grande, frite o bacon na própria gordura. Retire o bacon. Na gordura do bacon, frite o alho e as raspas da casca de limão. Adicione o suco de limão. Coloque os ovos batidos e acerte o sal. Adicione o creme de leite, mexendo sempre. Coloque o talharim e 1/2 xícara (chá) do líquido do cozimento. Misture a salsa e coloque em uma travessa funda. Polvilhe com queijo parmesão ralado e decore com as raspas de casca de limão. Sirva em seguida.

#### Ingredientes:

- 1 pacote de talharim cozido al dente (500g) (reserve a água do cozimento)
- 2 xícaras (chá) de bacon em cubos médios
- 1 colher (sopa) de alho
- 3 colheres (sopa) de raspas de casca de limão
- 1/2 xícara (chá) de suco de limão

### Parafuso com molho de frango



frango, a cebola, o alho, o milho e o pimentão. Refogue por 5 minutos e tempere com sal, pimenta e coloque o caldo dissolvido na água quente.

Refogue até evaporar a água e coloque o tomate batido, o extrato e o bacon reservado. Acerte o tempero e cozinhe em fogo baixo por 10 minutos. Cozinhe o macarrão conforme as instruções da embalagem, escorra a massa e coloque em uma travessa. Misture salsa no molho e cubra a massa. Polvilhe parmesão e sirva em seguida.

#### Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de bacon em cubos pequenos
- 2 xícaras (chá) de frango cozido e desfiado
- 1 cebola picada
- 2 dentes de alho picados
- 1 lata de milho escorrida
- 1 pimentão vermelho picado

- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1 cubo de caldo de galinha
- 1 xícara (chá) de água quente

- 15 tomates batidos no liquidificador
- 2 colheres (sopa) de extrato de tomate

- 1 pacote de macarrão tipo parafuso (500g)
- 3 colheres (sopa) de salsa picada

- 1 pacote de queijo parmesão ralado (50g)

#### Modo de preparo:

Em uma panela, em fogo médio, frite o bacon até soltar a gordura e ficar dourado. Retire o bacon e reserve. Na mesma panela na gordura do bacon, frite o

### Macarrão com molho branco e peito de peru



#### Ingredientes:

- 500g de macarrão tipo gratinha
- 3 colheres (sopa) de manteiga
- 1 cebola picada
- 1 colher (sopa) de farinha de trigo
- Queijo parmesão ralado para polvilhar
- 1 e 1/2 xícara (chá) de leite
- 150g de peito de peru em cubos
- Sal, pimenta-do-reino e salsa a gosto

#### Modo de preparo:

Em uma panela, coloque o macarrão, cubra com água fervente e cozinhe, em fogo médio, por 10 minutos ou até ficar al dente. Escorra, coloque em um refratário e reserve. Em uma panela, em fogo médio, derreta a manteiga e refogue a cebola até murchar. Junte a farinha e refogue por 2 minutos. Adicione o leite, aos poucos, mexendo sempre até engrossar. Adicione o peru, sal e pimenta. Misture e cubra o macarrão no refratário. Polvilhe com salsa e parmesão, e sirva.

## Aprenda a fazer dois sanduíches leves e nutritivos para o verão

### Sanduíche de creme de queijo com salmão laminado



#### Ingredientes para a montagem

- Fatias de pão
- Creme de queijo (cream cheese)
- Folhas de rúcula
- Fatias de salmão laminado
- Vinagrete de cebola roxa

#### Ingredientes para o vinagrete de cebola roxa

- 2 colheres (sopa) de mostarda
- 2 colheres (sopa) de mel
- 1 dente de alho
- 4 colheres (sopa) de vinagre de maçã
- 12 colheres de sopa de azeite de oliva
- 1/2 cebola roxa (pequena)

#### Modo de preparo

Descasque e corte a cebola em pequenas tiras. Reserve. Em um vidro, coloque os ingredientes restantes e misture bem. Prove e caso seja necessário, acrescente sal e pimenta-do-reino. Por fim, acrescente a cebola e deixe na geladeira. Esse vinagrete fica ainda melhor no dia seguinte.

#### Montagem

Toste ligeiramente uma fatia de pão. Sobre a fatia, distribua uma camada de creme de queijo. Tempere a rúcula com o vinagrete de mostarda e coloque sobre o creme de queijo. Finalize com o salmão laminado e a cebola curtida no vinagrete.

### Peixinho de pão sovado



#### ricota

- 1 ricota fresca
- 1 cebola pequena (picada)
- 1 caixa de creme de leite
- 2 colheres (sopa) de requeijão
- 2 colheres (sopa) de azeite
- 1/2 xícara (chá) de cheiro verde picado

#### Sal a gosto

#### Modo de preparo

No liquidificador ou processador, coloque todos os ingredientes, exceto o cheiro verde. Deixe bater muito bem até que fique cremoso e liso. Ajuste o sal se necessário e coloque o cheiro verde. Bata rapidamente. Conserve em geladeira.

#### Montagem

Em um prato, coloque a fatia de pão e passe o creme de ricota. Em seguida, coloque a fatia de peito de peru e, por cima dela, distribua o pepino, para formar as escamas, o rabo e a guelra do peixinho (conforme a foto). Use uma uva passa para fazer os olhinhos. Distribua os demais ingredientes para decorar o prato e formar o fundo do mar.

#### Ingredientes para a montagem

- Fatias de pão
- Peito de peru
- Creme de ricota
- Pepino em lâminas (escamas, rabo, guelra e olhos)
- Talos de salsinha (plantas do fundo do mar)
- Amêndoas e passas (pedras do fundo do mar)
- Cenouras (peixinhos)

#### Ingredientes para o creme de