



FAMOSOS

Mariana Goldfarb surge sem maquiagem e de biquíni para fazer apelo às seguidoras. Entenda!



Mariana Goldfarb, que costuma valorizar a beleza natural até quando se trata de estrias, decidiu colocar a cara limpa para jogo nesta quarta-feira (2), data que antecede seu aniversário de 31 anos. A

artista apareceu com o rosto sem maquiagem, de biquíni e com o cabelo molhado nas redes sociais e refletiu um pouco sobre as disputas femininas.

"Amanhã é meu bday [birthday]

e eu tenho um pedido: tô cansada de ver a mulherada se matando. Vamos falar bem umas das outras! Vamos mudar o padrão. Vamos apoiar os sonhos de outras mulheres. Vamos juntas!", pediu a mulher de Cauã Reymond, que já elogiou Rafa Kalimann, por exemplo, além de costumar acompanhar o marido em eventos.

Imediatamente, seguidores de Mariana passaram a concordar com a artista, apoiando a ideia. "Que linda que eu amo! Inspiradora! Iluminada! Maravilhosa", avaliou uma. "Precisamos de vídeos pedagógicos assim", escreveu outra. "Vamos! Vou começar agora dizendo que você é gentil e linda", afirmou Gabriela Prioli, advogada e também apresentadora.

MARIANA GOLDFARB GRAVA VÍDEO E PEDE QUE MULHERES SE APOIEM: 'NÃO FALAR MAL'

No vídeo gravado por Maria-

na, que foi feito também usando biquíni, a apresentadora explica melhor o que quer dizer em relação à união das mulheres. "Amanhã é meu aniversário, eu faço 31 anos e eu tenho um pedido para fazer. Principalmente para as mulheres, porque a gente vai ensinar todo mundo como a gente merece ser tratada, inclusive os homens", garantiu a artista.

"Vamos respeitar umas as outras, vamos não criticar, vamos não julgar, vamos não falar da colega de trabalho, vamos não falar mal daquela pessoa que a gente não conhece, não entende muito como é que vive, mas a gente não tem nada a ver com isso. Vamos não falar mal daquela que você, no fundo, admira, só que você é tão recalçada que você não consegue assumir. Vamos deixar isso para trás. A gente é maior, a gente é muito mais forte do que isso, a gente é muito melhor juntas. Beijos!", pediu.

Paulinha Abelha: Missa de Sétimo Dia será aberta ao público



memória da artista será celebrada em um Missa de Sétimo Dia que acontecerá em Simão Dias, cidade do Sergipe onde a cantora nasceu e foi sepultada depois de um velório aberto ao público na última sexta-feira (25).

A cerimônia religiosa acontecerá na Igreja Matriz de Senhora Santana, nesta quarta-feira (02), a partir das 19h. A missa será aberta a "fãs, amigos, admiradores e conhecidos" de Paulinha, segundo post compartilhado por Bell Oliver, vocalista da banda sergipana.

A MORTE DE PAULINHA ABELHA

Paula de Menezes Nascimento Leca Viana, conhecida nacionalmente como Paulinha Abelha, morreu na semana passada, em decorrência de um quadro de comprometimento multissistêmico. As motivações do problema de saúde da cantora ainda não foram reveladas, mas médicos trabalharam com a hipótese de uma síndrome tóxicometabólica causada por remédios para emagrecer.

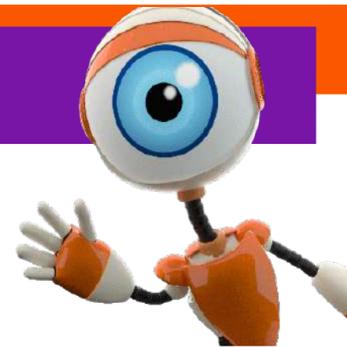
Paulinha tinha 43 anos; 30 deles dedicados à vida artística. Ela iniciou a carreira na Calcinha Preta em 1998 e, entre idas e vindas, permaneceu no grupo sergipano por um total de 18 anos. "Louca Por Ti", "Baby Doll" e "Ainda te Amo" são alguns dos muitos sucessos que ela emplacou na banda.

A morte de Paulinha Abelha completa uma semana no dia e a memória da artista será celebrada

em mais uma cerimônia aberta ao público no Sergipe. Confira mais informações.

A morte de Paulinha Abelha, vocalista da Calcinha Preta, completa uma semana hoje (02) e a

DESTAQUES DO BBB



Festa tem aniversário de Arthur Aguiar, choro de Laís, show acústico, luto e DR de casal



O "BBB 22" teve nova festa para celebrar o fim da liderança de Paulo André. Para alegria de Arthur Aguiar, a virada de aniversário caiu no dia da festa do melhor amigo na casa.

O ator pôde receber novamente o carinho dos brothers, assim como teve dos amigos quando voltou do último Paredão, além de ter momento de destaque no palco com o atleta, cantando várias músicas acústicas para os colegas.

Todos se divertiram e ficaram em clima de paz com os hits no dueto de Arthur Aguiar e Paulo André, e até Pedro Scooby deu uma "palinha" no microfone com o ator. O velocista ainda dedicou uma música para Laís, que perdeu o pai recentemente.

A médica já estava fragilizada durante o dia inteiro, assim como os outros membros do Lollipop, e passou o show chorando e aproveitando músicas de "sofrência", assim como os outros participantes.

E a "sofrência" de Natália predominou em DR com Eliezer, sobre sua conturbada relação, apesar de terem terminado a noite juntos. Além disso, o brother teve polêmica na piscina ao "acuar" Jessilane.

NATÁLIA DÁ ULTIMATO EM ELIEZER APÓS SEXO NO 'BBB 22'

Natália e Eliezer trocaram beijos no quarto Grunge enquanto os colegas aproveitavam. O casal vive relação complicada na casa do "BBB 22", já tendo feito sexo duas vezes, mas sendo alvo

de especulações dos colegas.

Os participantes acreditam que Natália gosta e se doa demais para o empresário, que deixa claro em suas atitudes que busca relação casual, como tinha com Maria, antes dela ser expulsa.

Eliezer disse que achava que Natália tinha votado nele na última formação do Paredão, e ela logo trouxe à tona o assunto de confiança entre o casal, que pertence a grupos diferentes no jogo, assim como os outros da edição.

"Você não demonstra confiança em mim, como vou confiar em você? Eu tinha todos os motivos para te votar, para te puxar... Eu não fiz nada disso. Outra coisa, a gente se beijou, a gente infelizmente ou felizmente transou e por que você não seria confiável pra mim?", disse a sister.

Uma espécie de DR se iniciou e Natália indagou o designer sobre se beijarem em dias e momentos que não sejam de festa. Eliezer falou que faria isso, porque ama beijar. "E por que você não me beija em outros dias?", questionou Nat. Eliezer foi evasivo e citou "erros", mas sem especificar nada.

"Eu tenho passado por algumas coisas, por alguns erros...", comentou o brother, que vem se abalando com situações do jogo, como o medo de ser "X9" ou "leva e trás" e o fato de se sentir responsável pela saída de Larissa, já que não cumpriu o combinado do Lollipop na votação.

ELIEZER EXPÕE CONFUSÃO DO LOLLIPOP NO PAREDÃO DO 'BBB 22'

Repescagem no 'BBB 22'? Boninho chega a um veredito após boatos. Descubra!



Vai ter repescagem no "BBB 22"? Por conta do clima ameno que impera na casa, os internautas têm pedido com frequência a volta de algum participante já eliminado do reality show. O assunto rendeu: telespectadores encontraram supostas pistas dentro do próprio programa e até mesmo Arthur Aguiar conspirou sobre a possibilidade.

No entanto, parece que o sonho do público não vai se realizar. De acordo com a coluna de Leo Dias, do Metrôpoles, Boninho já tomou a decisão final em relação ao assunto e o "BBB 22" não terá uma repescagem.

Até agora, seis participantes já foram eliminados pelo público na competição: Luciano, Rodrigo, Naiara Azevedo, Bárbara, Brunna Gonçalves e Larissa. A expectativa era que Maria, que foi expulsa, e Tiago Abravanel, que desistiu da competição, não participassem de uma possível repesca-

gem por conta da perda do contrato. REPESCAGEM NO 'BBB 22'? ENTENDA OS BOATOS

O assunto começou a circular nas redes sociais após a exibição do programa do último dia 18, que terminou com o boneco do reality show "sequestrando" o apresentador Tadeu Schmidt durante um efeito especial.

Em uma rede social, o comentário de um internauta recebeu a atenção de Boninho, que levantou ainda mais suspeitas. "Entendi Tadeu sendo puxado sobre uma possível repescagem. De volta ao jogo! Querida", assumiu o telespectador. O diretor, então, curtiu a declaração.

Outra coisa que também chamou atenção dos telespectadores foi uma mudança na vinheta do programa. Ao invés de se apagarem, as fotos dos eliminados apenas mudaram de cor, deixando os internautas com a pulga atrás da orelha.

PARA DOUGLAS SILVA

Os brothers do quarto Grunge pularam na piscina e se divertiram, e Eliezer representou o quarto Lollipop, sendo o único a pular na água.

Ele iniciou uma conversa com Douglas Silva, sem citar o nome de Larissa, mas dando a entender sobre os acontecimentos recentes do quarto que geraram a eliminação da pernambucana.

Ele e Vyni não cumpriram o combinado do quarto de votar em DG, enquanto Larissa não manteve palavra com o ator e votou nele.

A sister caiu no Paredão por "sorte" do grupo de Douglas, já que não imaginavam que Pedro Scooby teria voto com peso dois.

Douglas havia comentado que Larissa não votou nele e nem ele nela, mas Eliezer logo reagiu com uma expressão facial. Ao ser questionado pelo ator, ele disse que não poderia falar. "A resposta tá aqui dentro", afirmou, enigmático.

DG SE ESTRESSA COM ENIGMA DE ELIEZER SOBRE PAREDÃO E TRAIÇÃO DE LARISSA NO 'BBB 22'

Os dois prosseguiram com o debate e Eliezer reforçou várias vezes que não podia responder sobre o assunto, lamentando também que "a pessoa que mais gosta", provavelmente referindo-se a Vyni, seria o próximo alvo.

"Me meti num buraco muito grande por gostar muito de você, brother", expressou. "Quero que você se questione", continuou Eli. Douglas ficou confuso e pediu para ele abrir o jogo ou não falar nada.

"Tá, beleza, amei ouvir isso. Ou a Lari votou em mim ou Jessi e Nati...", ironizou. "Não é sobre confiar...", disse Eliezer. Depois, o papo foi lembrado por Douglas com Gustavo, e o ator reclamou.

"Esperou a mina [Larissa] sair pra falar que foi ela? Tomar no cu, né? Quer me pagar de otário?", disse Douglas Silva. "Não vou pagar para ver", completou ao ouvir uma crítica do curitibano, de que Eli queria "sair de isenção do quarto [Lollipop]".

GUSTAVO E ESLOVÊNIA DISCUTEM POR CAUSA DE LAÍS NOVAMENTE NO 'BBB 22'

Gustavo e Eslovênia foram se entender após um conflito na manhã

desta quarta (02), quando a Miss foi ser atendida com a psicóloga antes de Laís, o que o brother chamou de "falta de empatia", já que achava que era óbvio que a médica estava precisando mais após a eliminação de Larissa.

"Eu não achei legal vocês não terem essa empatia de deixarem ela passar na frente", argumentou ele, dizendo também que, como Laís tinha o almoço do Líder, precisava ter prioridade na consulta com a psicóloga e ir antes.

"Eu tava mal pra caramba, Vyni tava mal pra caramba, Eli tava mal pra caramba. A Jade chorou horrores e ninguém sabe disso. Os outros do quarto também tão mal que eu sei. Então assim, é um sistema, é uma fila", rebateu Eslovênia.

GUSTAVO E ESLOVÊNIA FAZEM AS PAZES NO 'BBB 22'

Para a Miss, Gustavo não estava tendo empatia com o resto dos brothers do Lollipop, ao julgar que a dor da amada é maior que a deles. Os dois discordaram, mas, por fim, o curitibano pediu desculpas por seu "jeito agressivo às vezes".

Gustavo se referia à forma como tratou Eslovênia mais cedo na sala, no momento em que eles foram liberados para a psicóloga.

"Eu coloco ela [Laís] na frente dos outros. Eu sei que não é ruim mas isso pode ter...", disse Gustavo. "Para mim tá como você falou que ficou legal, mas eu senti que você só quer cuidar dela, entendeu? Por isso que eu fiquei assim...", explicou Eslo, selando a paz com um abraço.

LAÍS CHORA, SOFRE E CISMA COM PEDRO SCOOPY NO 'BBB 22': 'COMEÇOU...'

Enquanto isso, Laís estava no sofá com sua amiga mais próxima no programa desde a saída de Bárbara, Jade Picon, e fez um comentário similar ao de Larissa antes de sair, sobre a relação com um brother da casa, Pedro Scooby.

"O Scooby não tá olhando na minha cara", disse a médica. "Começou, p*rra", respondeu Jade, em forma similar à como fez com a ex-BBB na última festa.

Antes, a sister recebeu afeto dos amigos ao chorar durante o show acústico de PA e Arthur. O ator começou a cantar "Cedo ou Tarde", do NX Zero, e o atleta pausou por alguns minutos dedicando ao falecido pai da médica.

Pedro Scooby é o novo Líder do BBB 22



Temos um novo reinado no BBB 22! Pedro Scooby conquista a liderança depois de vencer a Prova do

Líder C&A. O novo Líder comemorou citando os filhos: "Papai ama vocês!". Na disputa, os participantes precisaram percorrer três ambientes da C&A em busca de três cards, cada um com uma cor diferente.

Douglas Silva ficou em segundo lugar e, por isso, ganhou uma imunidade. Já Eliezer, que ficou em terceiro lugar, ganhou uma pulseira VIP.

Vip e Xepa do BBB 22: confira a nova divisão da casa feita pelo Líder



Pedro Scooby é o novo Líder do BBB 22! O surfista conquista a liderança após a Prova do Líder C&A. Agora,

vai desfrutar de seu reinado na casa. A pedido de Tadeu Schmidt, distribui as pulseiras e faz a divisão entre VIP e Xepa.

Veja como fica a divisão da casa esta semana:

VIP: Pedro Scooby, Paulo André, Douglas Silva, Jade Picon, Arthur Aguiar e Eliezer (terceiro lugar na prova).

XEPA: Eslovênia, Jessilane, Laís, Linn da Quebrada, Lucas, Natália, Gustavo e Vinicius.



Creme de abacate: Conheça os benefícios para o corpo, rosto e cabelo



as vitaminas encontradas no creme de abacate ajudam a reparar danos na pele, diminuir acnes e ainda melhora significativamente a pele da região dos olhos. Pesquisas também apontam que os nutrientes que compõem o abacate podem prevenir danos nocivos do sol e as inflamações causadas pelo mesmo, o que é maravilhoso!

máscara facial de abacate com mel

- 1 colher de sopa de óleo de coco sólido (coloque na geladeira para solidificar se estiver no estado líquido)
 - 1/2 abacate maduro sem caroço e descascado
 - 1 colher de chá de mel
 - 1 colher de chá de água
1. Coloque óleo de coco, abacate, mel e água em uma tigela.
 2. Misture até fazer uma pasta.
 3. Use imediatamente após a fabricação.

para usar

1. Aqueça sua pele com um pano de rosto quente e úmido por 20 segundos para abrir seus poros.
2. Aplique a máscara no rosto usando os dedos ou um pincel, evitando a área dos olhos.
3. Deixe por 15 minutos e enxágue com água morna.
4. Seque o rosto e siga com hidratante.

Pele do corpo

Além de deixar a pele do corpo mais bonita, com aspecto saudável e hidratado, o creme de abacate auxilia também no combate a estrias, promove firmeza e ajuda na produção de colágeno. Fora isso, o fruto é rico em fibras, ácidos graxos que são ex-

celentes para o coração e ingerir ele em forma de suco também faz muito bem para o corpo!



Cabelo

Lipídios e vitaminas A, C, E e K também fazem parte da composição poderosa encontrada no creme de abacate que faz com que a hidratação, brilho e a maciez do cabelo sejam uma realidade. Principalmente para aquelas que têm o fio mais ressecado, poroso e quebradiço. Os benefícios podem ser adquiridos através de uma massagem caseira (já já vem o passo a passo!) e também em cremes disponíveis no mercado.

creme de abacate caseiro

Para o preparo de uma hidratação caseira com creme de abacate você vai precisar de:

- 1/2 abacate
- 1 clara de ovo
- creme hidratante de sua preferência

Amasse o abacate e misture com todos os demais ingredientes, aplique no cabelo após a higienização e deixe agir por 30 minutos, enxaguando em seguida e aplicando um óleo ou creme de pentear de preferência.

Além do creme de abacate, o seu óleo também pode ser usado de inúmeras formas e também contém muitos benefícios. Em todos os casos, se você nunca usou nenhum dos dois antes ou nunca se alimentou do fruto, é importante que faça um teste alérgico antes, sendo rosto, corpo ou cabelo para evitar problemas futuros. É só aplicar um pouco do produto ou composto no pulso, cotovelo e verificar se há algum tipo de sensibilidade e reação. Se estiver tudo ok, desfrute dos benefícios e arrase!



Benefícios da manteiga de karité na pele negra



conhecidos e importantes são os ácidos graxos linoleico, palmítico, esteárico e oleico - ingredientes que equilibram os óleos da sua pele. Além disso, o ativo contém também vitaminas A, E e F, que são antioxidantes e promovem a circulação e o crescimento saudável das células da pele.

Achou que acabou? Nada disso! Tem mais: a manteiga de karité ainda possui triglicérides, uma parte gordurosa da noz que nutre e condiciona sua pele, e ésteres de cetilo, uma parte cerosa que também condiciona a pele e bloqueia a umidade.

No Brasil, é comum encontrar outros ingredientes e ativos adicionados a essas manteigas, mas todos com ação calmante, clarificante e com poder hidratante.

Hidratação

Por possuir os ácidos que comentamos anteriormente, a manteiga de karité é altamente hidratante e seus ativos, além de serem rapidamente absorvidos, restauram a umidade da pele, logo, acabam com todo ressecamento e "acinzentamento".



Cura

Por ser totalmente absorvida, a manteiga de karité não deixa a pele oleosa e ainda possui propriedades ditas como antiinflamatórias, antioxidantes, antibacterianas e anti fungicidas, devido aos seus nutrientes poderosos que ajudam na cura de hiperpigmentação e acne.

Tudo isso ao mesmo tempo em que é capaz de ativar um aumento de colágeno e renovação celular. E tem mais: a manteiga de karité pode ser uma proteção solar adicional, o que é maravilhoso.



Prevenção de danos ao cabelo

Se você deseja um cabelo forte e poderoso, a manteiga de karité é um dos produtos que precisa estar no seu box e necessária. Ela ainda ajuda nos tratamentos contra a caspa e restaura a umidade do couro cabeludo irritado e com ressecamentos.

Mas como usar a manteiga de

karité?

Na pele, você pode aplicá-la diretamente e como é super fácil de espalhar, imediatamente se vê um iluminado poderoso e uma hidratação fora do comum. Uma dica importante é usar a manteiga de karité à noite, pois é quando o nosso corpo está mais propício a absorver produtos.

Já nos cabelos, ela pode ser usada como condicionante ou finalizador - nesse caso, o cabelo absorverá melhor o produto, que produz um óleo natural perfeito para os fios em forma de espirais.

Até o momento, nenhum estudo comprovou riscos do produto à pele ou ao cabelo, mas, devido a sua origem (a manteiga de karité é extraída das nozes), é essencial se atentar aos sintomas e mediante qualquer reação alérgica, procurar imediatamente um pronto atendimento ou dermatologista.



Nossa pele, de forma geral, precisa de hidratação. Porém, quem tem a pele negra já deve ter escutado dos mais velhos que é importante hidratar o corpo para não "ficar cinza". Isso ocorre devido à tendência da pele negra - em alguns casos - ser mais seca e um dos grandes aliados para driblar esse efeito é o hidratante de manteiga de karité.

Se você não conhece esse ativo, saiba que ele é poderoso, conta com diversos benefícios curativos e é extraído das nozes de karité, originalmente oriundas da África Ocidental. Com alta concentração de vitaminas e ácidos graxos, a manteiga de karité é como um remédio natural que tem consistência leve, cheiro suave e é fácil de espalhar, além de acalma e proporciona à pele, brilho, maciez e uma série de outras coisas que vamos te contar a seguir.

São muitos os benefícios da manteiga de karité, porém os mais

DICAS

Guia de cuidados com a região dos olhos: O que usar na área

Depois de muita especulação e surpreendendo o total de zero pessoas, Jade Picon finalmente foi anunciada como participante do Camarote do BBB 22. A influenciadora e empresária já possui uma legião de

fãs e quase 14 milhões de seguidores no Instagram, prometendo ser um dos nomes mais fortes desta edição do reality mais famoso do Brasil.

Além de modelo e produtora de conteúdo, Jade Picon tem sua pró-

pria marca de roupas e já assinou diversas coleções colaborativas com a marca de seu irmão, a Just Approve. Com um estilo único, sexy e divertido, a musa de 20 anos promete entregar looks estilosos durante toda

a edição e nós mal podemos esperar para roubá-los todos. Para aumentar a ansiedade, hoje vamos mergulhar no estilo de Jade e te mostrar quais as tendências que mais queremos ver em suas produções no BBB 22:



Limpeza

Pelo fato da região dos olhos ser tão delicada, até mesmo a limpeza deve ser realizada com cuidado. Por exemplo, o uso do esfoliante é praticamente proibido nesse local já que ele pode ressecar e levar ao desenvolvimento de rugas e linhas de expressão. Assim como devemos evitar as esponjas, buchas e até mesmo os aparelhos eletrônicos de limpeza, pois eles podem agredir a pele. Então, para retirar a maquiagem e qualquer resquício de sujeira, aposte na água micelar. O produto é eficiente na limpeza de uma maneira delicada.

Produtos roll-on
Muitos dos produtos destinados a esse cuidado possuem um

aplicador em forma de roll-on e isso não é à toa. Além de oferecerem uma aplicação mais rápida



Hidratantes

Os hidratantes são indispensáveis no cuidado da pele de todo o corpo pois eles devolvem a água que perdemos ao longo do dia. Para a região dos olhos, o ideal é buscar por produtos que sejam destinados a esse cuidado já que muitos deles serão capazes de devolver a luminosidade e protegê-los contra a flacidez. Geralmente, eles contêm ativos altamente hidratantes como as vitaminas C e E. Outro tipo de creme para área dos olhos que pode ser incluído no seu tratamento diário são aqueles que realizam um cuidado antienvhecimento.

e prática, o aplicador de metal ajuda a desinchar a área dos olhos, intensificando o efeito dos

ativos presentes nos produtos. Então, vale ter um disponível em seu nécessaire.

10 nail arts minimalistas e sofisticadas que vão dominar as unhas nos próximos meses

Sair do salão com as unhas feitas, ou até mesmo ver uma nova arte que você criou para elas, transmite aquela sensação de que você é uma nova pessoa. Não importa se você prefere as nail arts minimalistas ou as repletas de cores e desenhos, é sempre um momento de alegria escolher a manicure da semana.

Baseamos a escolha das unhas de acordo com nosso humor, preferências e identidade pessoal, mas quem possui um estilo mais básico muitas vezes sente dificuldade para encontrar inspirações de nail arts minimalistas. O segredo está na escolha de cores delicadas ou aplicações simples, e esse problema se resolve facilmente. Então se você busca ideias de como aderir ao nail art sem perder seu lado sofisticado, vem conferir essas inspirações:

Como primeira inspiração temos a combinação de diferentes tonalidades de esmaltes nas cores branco e nude. A criação de camadas entrega um visual que foge do óbvio, se mantendo delicada.



Para quem busca nail arts minimalistas com um toque de cor, vale apostar em pontos coloridos nas pontas das unhas. A arte é super fácil de ser feita, basta reunir esmaltes de cores diversas e, com a ajuda de um palito, fazer os desenhos aleatoriamente. Aplique

um esmalte nude como base para valorizar ainda mais a manicure.



Já se você ama a unha mais básica e delicada, com aparência de super saudável, escolha um esmalte com tom claro e acabamento levemente transparente. Para a base aposte no desenho de formas geométricas, como retângulos, por exemplo. Além de ser minimalista, essa inspiração é super cool.



Pintar as unhas de cor única é uma das opções mais fáceis para atingir um estilo minimalista, mas para acrescentar um toque mais descolado - sem perder o lado sofisticado - aposte na aplicação de folhas de ouro, pois esse detalhe faz total diferença no resultado.



Mesmo desenhadas, também é possível construir nail arts minimalistas. A dica é apostar em esmaltes claros como base e em prints pontuais. Como nesse caso, mesmo feitas em uma cor marcante, as estrelas não pesam o visual, já que possuem traços simples e foram distribuídas de maneira sutil.



Diferenciar a esmaltação de duas das unhas também é uma maneira de inovar na manicure de forma delicada. Escolha uma cor principal para pintá-las e, nas duas selecionadas, faça um desenho contornando uma das laterais, sobrepondo uma base clara.



A unha francesinha está cada vez mais divertida e diferente. Apostar nesse estilo com desenho vazado é a maneira mais sutil e moderna de aderir à tendência.



Por falar nas francesinhas, aqui temos uma ideia mais criativa, e ainda minimalista, com a ponta desenhada em formato de coração. O tom claro traz o romantismo deixando ela ainda mais especial.



Os tons sóbrios são outra opção para quem deseja uma manicure sofisticada. Os desenhos em linhas retas ajudam a garantir que, mesmo com uma nail art elaborada, o resultado seja a cara das pessoas com estilo mais elegante.



Para inovar na francesinha, saia da tradicional base em tons de branco e vá para os tons rosados. Finalize incrementando o design com um ponto dourado no meio das unhas.





Dicas Gastronômicas



6 receitas fáceis e gostosas para você testar no café da manhã

Overnights



Ingredientes

- 150ml de leite vegetal;
- 3 colheres de sopa de aveia em flocos;
- 1 porção de maçãs picadas;
- mel ou melado para adoçar;
- canela.

O overnight é uma das melhores receitas para o café da manhã de quem tem pouco tempo. O

mingau saudável deve ser preparado na noite anterior, logo o único trabalho que você vai ter ao acordar, é colocá-lo em um pote e adicionar algum topping - se desejar, claro.

Em um pote de vidro com tampa, adicione todos os ingredientes e chacoalhe bastante, deixando durante a noite na geladeira.

Avocado toast



Ingredientes

- 1 fatia de pão da sua preferência;
- 1/2 abacate;
- creme de ricota;
- sal;
- pimenta do reino;
- azeite;
- sementes de sua escolha.

Outra receita super fácil e deliciosa para o desjejum é o famoso avocado toast. Além de cheio de nutrientes ele sustenta bastante e vai segurar sua

fome até a hora do almoço. Comece torrando sua fatia de pão com um pouco de manteiga em uma torradeira ou frigideira, em seguida, espalhe o creme de ricota por toda a superfície, sobrepondo o abacate cortado em fatias finas por cima.

Para finalizar, tempere o abacate com sal, azeite e pimenta do reino e adicione as sementes de sua preferência. Ele acompanha muito bem um ovo mexido ou um bowl de iogurte.

Panqueca de banana



Ingredientes

- 1 banana grande madura;
- 1 ovo;
- 2 colheres de sopa de farinha de aveia;
- canela;
- mel;
- pasta de amendoim;
- berries de sua preferência.

A panqueca de banana é a opção mais saudável e gostosa para quem gosta de comer algo doce

no café da manhã. Misture em um bowl a banana amassada e o ovo, até virar uma massa homogênea. Em seguida, adicione a canela e a farinha de aveia para dar uma consistência mais massuda. Leve a frigideira com um pouco de óleo de coco, virando assim que dourar. Depois de pronta, espalhe um pouco de pasta de amendoim por cima e adicione as frutinhas ou berries de sua preferência! Prepare-se para ficar viciada nessa receita.

Bowl de iogurte



Ingredientes

- 1 pote de iogurte grego;
- granola;
- 1 porção de blueberry;
- mel;
- 1 colher de sopa de semente de chia.

O iogurte é perfeito para o café da manhã, né? Além de prático, ele é super refrescante e combina com vários complementos. Por isso, o bowl de iogurte pode ser adaptado conforme o seu gosto pessoal! O nosso favorito é com granola, uma porção de fruta de sua preferência, mel e sementes de chia.

Café super cremoso



Ingredientes

- 1 pacote de café solúvel;
- 2 xícaras de açúcar branco;
- 1 pitada de canela;
- 1 xícara de água fervendo.

O café cremoso é uma daquelas receitas que você faz uma vez e consome durante dias a fio, pois além de render bastante, ela não estraga tão fácil. Em uma batedeira adicione todos os ingredientes secos e misture bem, em seguida adicione a água fervendo e bata na batedeira por cerca de 10 minutos, até chegar em uma consistência de mousse. Coloque em um vidro e deixe no freezer. Quando quiser usar, esquite uma xícara de leite e adicione uma colher do seu café cremoso. Pode acreditar, é a coisa mais gostosa que você vai provar!

TENDENCIAS

Essa é a nova tendência de skincare queridinha

Quando falamos de tendência de skincare, podemos observar o surgimento de novas técnicas que, aos poucos, ganham destaque. De máscaras faciais a ingredientes queridinhos, o cuidado com a pele tem sido uma grande preocupação no nosso dia a dia e, para não fugir à tradição, temos

Skincare de bumbum

Apesar de soar novidade para muitos, o skincare do bumbum começou a ser movimentado em 2017, quando começaram a falar sobre o tema e mercado enxergar necessidade de pesquisas e produtos específicos para a região. Os produtos foram evoluindo e hoje chegamos em opções que atendem os desejos e necessidades dos consumidores diante das suas queixas.

Você pode estar se questionando porque essa tendência de skincare surgiu e, porque é tão importante cuidar da área, mas assim como nosso rosto, a pele do bumbum também está suscetível ao fechamento de poros, que gera espinhas, pêlos encravados e bolinhas vermelhas. O fato de estarmos sempre com roupas atritando no local só torna ele ainda mais sensível, deixando a pele seca e irritada.

Foi pensando em toda a sensibilidade da área que O Boticário acaba de lançar a linha Cuide-se Bem Pêssego, repleta de inovação e ativos potentes com dois produtos Bumbum de Pêssego, criados especialmente para os cuidados com o bumbum, unidos

uma nova tendência de cuidados que está conquistando fãs no mundo todo: o skincare de bumbum. Sim, isso mesmo, as pessoas - e marcas - perceberam que uma área que antes era negligenciada também merece atenção e cuidado.

Nos últimos anos, percebemos que a rotina de skincare vai além de

a outros já conhecidos e amados por nós, agora com fragrância da fruta que dá o nome a linha. Destinados a resolver as questões que nos aflige, hidratando e evitando a formação de pelos escavos e outros desconfortos, os produtos oferecem resultados visíveis em 10 dias, a partir da rotina de cuidados que deve ser feita de duas a três vezes por semana.

Bumbum amado, bumbum bem cuidado

Nós amamos conhecer tendência de skincare, mas é melhor ainda quando descobrimos produtos que estão dentro das trends e nos ajudam a criar a rotina que melhor faz sentido para cada um. Os cosméticos Bumbum de Pêssego, além de cuidarem do início ao fim, são veganos, cruelty free e contam com mais de 90% de ingredientes naturais em suas fórmulas. Então, para aproveitar todos esses benefícios, te ensinamos o passo a passo para ter um bumbum bem cuidado, vem ver:

Evite roupas muitas apertadas

As roupas apertadas são uma das principais culpadas pela formação de pelos encravados, irritações e desidratação, já que o atrito deixa a pele

ter cuidados com o rosto, afinal, para cada parte do nosso corpo, há uma necessidade específica, que demanda cuidados e foi isso que aconteceu com o bumbum. Algumas pessoas têm mais propensão a desenvolver inflamações na região como bolinhas, formação de espinhas, pelos encravados e outros

abafada. Então, a primeira dica de cuidados com o bumbum é apostar em roupas leves e folgadas no corpo.

Não pule a esfoliação

A esfoliação é uma etapa que acontece no skincare do rosto, corpo e não seria diferente no bumbum. Ela ajuda a renovar as células e estimula a produção de colágeno. Mas não adianta utilizar qualquer esfoliante, é importante buscar aqueles destinados a cada área do corpo. Para cuidar do seu bumbum, o Cuide-se Bem Esfoliante Bumbum de Pêssego, possui fórmula suave, enriquecida com sementes esfoliantes de damasco - esfolia sem agredir a pele e estimula a renovação celular - e niacinamida, ingrediente responsável pela renovação celular e que ajuda a uniformizar a pele.

O esfoliante irá abrir os poros para ajudar na próxima etapa de cuidados, além de ajudar a evitar os pelos encravados e reduzir as marcas de acne. Para usar é super fácil, basta espalhar o produto sob a pele limpa, fazendo movimentos circulares por alguns minutos e depois enxaguar. Você pode usá-lo de duas a três vezes na semana.

Capriche na hidratação

incômodos causados pelos hábitos, tecidos das roupas e falta de hidratação no local. Essas condições influenciam não apenas na aparência, que pode incomodar algumas pessoas, como desconfortos na pele pela irritação.

Assim como a pele do rosto, o bumbum também precisa de hidratação, principalmente após a esfoliação. Para dar continuidade à sua rotina de skincare, utilize a Cuide-se Bem Máscara Bumbum de Pêssego, creme para o bumbum super poderoso e hidratante, graças ao ácido salicílico e a niacinamida presentes em sua fórmula. A máscara de textura grossa e ao mesmo tempo macia, como um marshmallow, uniformiza a textura da pele, aliviando o desconforto causado por pelos encravados, depilação ou acne.

Utilize a máscara após esfoliar o bumbum e, com a pele seca, aplique deixando agir por 15 minutos até enxaguar. Ela também deve ser usada de duas a três vezes por semana.

Falar de cuidados com o bumbum não é para qualquer um, por isso, a campanha de O Boticário conta com ninguém menos, ninguém mais do que a Gretchen, a rainha do bumbum. Com um clipe irreverente com nova versão da icônica música "Freak Le Boom Boom" a marca nos mostra como cuidar do corpo é um momento de prazer e diversão.

Precisamos falar sobre lixo têxtil

Por mais que hoje existam mais debates, discussões e ações que tem como objetivo tornar a indústria da moda um lugar mais sustentável, consciente e de consumo ético, é inegável que esse ainda é um universo de desperdício, poluição e grande volume de descarte de lixo têxtil. Não é segredo para ninguém que o setor fashion é uma das maiores poluidoras mundiais, e pasmem, ficando atrás somente da indústria petrolífera - que por sua vez é uma das grandes fornecedoras do campo têxtil.

Desde descartes irregulares em lixões clandestinos, a falta de clareza sobre as leis de responsabilidade de refugo do lixo têxtil, voltadas tanto para o poder público quanto para pequenas e grandes empresas de confecção e marcas de moda, o volume cada vez maior desses resíduos tem causado grandes impactos. Essas consequências muitas vezes são irreversíveis, não só para o meio ambiente, mas também para nós, seres humanos, e principalmente para a parcela da população que vive em situação de pobreza extrema.

Mesmo com o surgimento da pandemia do Coronavírus, que causou enorme impacto socioeconômico, e consequentemente uma grande crise na maior parte dos setores, a indústria da moda conseguiu enfrentar a maré e atingir um crescimento significativo de em média de 36% no primeiro semestre do ano passado, 2021, segundo a Abit - Associação Brasileira da Indústria Têxtil e de Confecção. Mas, por mais que esse avanço seja muito importante e positivo por um lado, por outro lado exprime efeitos negativos, principalmente pelo aumento, digamos que proporcional, da produção de lixo têxtil. Uma análise realizada no começo do ano passado, para o relatório 'Fios da Moda', do Instituto Modifica e da Fundação Getúlio Vargas, por exemplo, constatou que em média, 16 caminhões de resíduos têxteis, são retirados da região do Brás, em São Paulo, totalizando uma média de 45 toneladas diárias. Por sua

vez, o bairro do Bom Retiro, também localizado em São Paulo, produz em média 12 toneladas por dia.



Se engana quem pensa que o lixo têxtil é formado somente por sobras de tecidos de confecções - que por sinal geram cerca de em média 20% a 30% de perda total de materiais nesse primeiro momento -, dentre os itens, estão também, peças com defeito ou inacabadas e até rolos inteiros de tecido. E vale ressaltar, que as peças comercializadas, as quais chegam até o consumidor final, em sua maioria também são descartadas inadequadamente. Os principais destinos são a revitalização e reutilização, onde roupas usadas são reformadas e revendidas para o consumidor; a reciclagem, no qual os resíduos são enviados para fábricas recicladoras a fim de transformar os mesmos em subprodutos, como enchimentos de almofada e revestimentos para estofados, por exemplo; os aterros sanitários, que por mais legais que sejam ainda causam grandes danos, e, infelizmente, os lixões clandestinos, que por sua vez são um dos responsáveis por gerar detritos altamente poluentes, tanto para a atmosfera, quanto para os lençóis freáticos, por exemplo.

O assunto lixo têxtil tem ganhado destaque nos últimos tempos, principalmente pelas imagens impactantes de aterros e lixões espalhados pelo mundo que tem circulado pelas mídias. Pilhas, montanhas, enfim, uma infinidade de resíduos da indústria da moda descartados a céu aberto, e esse é um problema, cara leitora, é mais antigo do que se imagina. Um estudo realizado

pela Ellen MacArthur Foundation, concluiu que a quantidade equivalente a um caminhão de lixo têxtil é incinerado ou descartado em aterros por segundo. No deserto do Atacama, localizado no Chile, por exemplo, há aproximadamente 15 anos, cerca de 300 hectares foram transformados em um gigante lixão de resíduos têxteis, que constam com peças de todos os tipos e materiais, em sua maioria de poliéster. Para se ter uma ideia da gravidade desse descarte inadequado, o poliéster é um material altamente poluente e resistente, onde demora mais ou menos 200 anos para se decompor na natureza - para título de comparação, o algodão, que é uma fibra natural, mas que recebe transformações químicas na indústria, demora em cerca de 5 meses a 20 anos, dependendo do



tratamento que sofreu.

Mas muitas empresas viram nesse descarte, uma espécie de oportunidade de negócio. Cerca de 50 empresas importadoras de resíduos têxteis se instalaram no Chile, com o objetivo de receber e distribuir toneladas de peças de segunda mão descartadas pela indústria, para todo país. Em números essa informação fica ainda mais impressionante, onde diariamente mais ou menos 59 mil toneladas de lixo têxtil são importadas de vários países do mundo - com destaque para países da América do Sul, países da Europa e Estados Unidos - todos os anos, mas somente por volta de 19 mil toneladas são realmente reaproveitadas, separadas em categorias

de qualidade e depois revendidas nos grandes mercados das roupas de segunda mão, como a feira de La Quebradilla, por preços extremamente baixos. O restante, se é que podemos chamar de resto, voltam a ser lixo, sendo descartadas nos grandes lixões já citados. Sim, tudo isso é chocante, mas também temos que dizer que é totalmente legal, tirando a parte do descarte irregular, que por sua vez não tem a fiscalização adequada por parte dos governos. Uma informação importante é que no Chile, o descarte de materiais têxteis é proibido e não existe um local legal para tal, por conta da instabilidade de seu solo, onde a solução acaba sendo a incineração que pode durar até dez dias seguidos.



A responsabilidade por esse lixo têxtil é outro problema claro, mas ironicamente, as leis de fiscalização, ou de quem é a obrigação em dar um destino adequado para todo esse lixo são turvas e cheias de brechas, onde governos e empresas jogam um ping pong de compromissos. Por um lado os governos, grande parte deles, afirmam que é de total responsabilidade das empresas armazenar, transportar e descartar legalmente tais materiais, já as empresas defendem que é uma obrigação governamental oferecer um serviço público que se responsabilize por tal processo. Mas, estabelecer leis que obriguem as partes a solucionar essas questões e acordar interesses entre esse mercado, que é gigantesco e envolve muito dinheiro, os governos e a população, não são fáceis de serem colocadas.