

É SUCESSO

NAS REDES

Gui Polêmico arrebatou os corações dos fãs, coleciona curtidas e seguidores com seus vídeos engraçados ao lado da noiva. **P.3**



Noiva de Gui Polêmico, Paolla Santtana, participa dos vídeos bem-humorados com ele. Dupla faz postagens diárias

Zona Oeste

Calor e chegada do verão pedem mais atenção da mulherada

Hábitos muito comuns, como ficar com biquíni molhado por muito tempo, podem causar infecções

Faltam apenas 18 dias para a chegada do verão, mas os dias quentes estão fazendo com que a galera arrume um meio de se refrescar, seja na praia, piscina, com um banho de mangueira ou até mesmo nos chuveirões do terraço. Nessa época do ano, as mulheres precisam ficar mais atentas com a saúde íntima.

Junto com as soluções para amenizar o calor surgem alguns hábitos que podem prejudicar a região genital feminina e potencializar o surgimento de infecções. Entre esse comportamento arriscado está passar o dia todo com biquíni molhado. Fungos e bactérias, naturalmente presentes na flora vaginal, se proliferam com mais rapidez em ambientes úmidos.

Segundo a ginecologista, obstetra e sexóloga Erica Mantelli isso causa um desequilíbrio no PH vaginal. “Esse fator, associado à baixa imunidade do corpo, faz com que haja um aumento nas secreções, coceira, corrimentos e até algumas doenças, como a candidíase (infecção causada por fungos) e a vulvite (dermatite de contato ou alérgica na vulva, parte externa da vagina)”, explica.

Para evitar futuros problemas, a especialista aconselha que a mulherada se mante-



Com praias lotadas e dias muito quentes, a mulherada costuma ficar o dia todo com biquíni molhado. O hábito pode prejudicar a saúde íntima: é preciso trocar as peças sempre

nha seca durante o dia, trocando de biquíni sempre que possível. Erica também aponta outros causadores de problemas na região íntima.

“O uso incorreto de absor-

ventes diários também são um erro. Como são feitos de algodão, a vagina fica ainda mais úmida e isso pode desencadear secreções e corrimentos. Absorventes diários

são apenas adequados para situações de emergência ou durante o ciclo menstrual, deixando claro que o recomendável é trocá-lo de quatro em quatro horas, mesmo

se o fluxo sanguíneo for baixo. Já os sabonetes íntimos podem ser usados, mas sem exageros. Todo e qualquer medicamento, sendo natural ou não, deverá passar pela

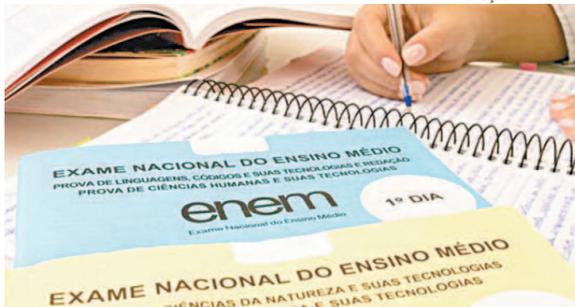
avaliação médica”, afirma. fungos e bactérias, naturalmente presentes na flora vaginal, e que proliferam com mais rapidez em ambientes úmidos

Simulado on-line e gratuito para o Enem

Teste será realizado no sábado e candidatos recebem o número de acertos assim que finalizarem as respostas

Na reta final para o Exame Nacional do Ensino Médio (Enem), os candidatos poderão se preparar para a prova por meio do Simulado UVA -Enem, on-line e gratuito, que será realizado sábado, das 13h às 18h. A ideia do simulado, uma parceria entre a Universidade Veiga de Almeida (UVA) e o colégio e curso Miguel Couto, é que o estudante possa comparar seu desempenho em relação a outros concorrentes e comece a monitorar o tempo de prova. As inscrições estão abertas e podem ser feitas pelo site <http://landing.uva.br/Simulado-enem>. O candidato saberá quantas questões acertou assim que

finalizar a prova. Em até cinco dias, também receberá a sua classificação no simulado: classificação geral (entre o total de inscritos), classificação por áreas (Exatas, Humanas e Saúde) e classificação por curso de interesse (ex.: Administração, Jornalismo, Direito, etc.). No total, serão 100 questões, sendo 25 de cada área de conhecimento do Enem: Ciências Humanas e suas Tecnologias; Ciências da Natureza e suas Tecnologias; Linguagens, Códigos e suas Tecnologias; Matemática e suas Tecnologias. Todas as questões do Simulado UVA -Enem, que não contempla redação, são múltipla-esco-



REPRODUÇÃO DA INTERNET

Simulado on-line vai ajudar candidatos a se prepararem para o Enem

lha, com cinco opções de respostas (a, b, c, d, e). “Neste ano atípico, a pandemia prejudicou o planejamento de estudo dos candidatos. Se eles adiarem seus projetos pessoais agora, poderão ser prejudicados no fu-

turo. Queremos fazer a nossa parte e contribuir ativamente com a preparação desses alunos”, ressalta Davino Pontual, diretor de Marketing e Comunicação da UVA. As provas impressas do Enem serão realizadas nos

dias 17 e 24 de janeiro de 2021. Já a versão digital acontece nos dias 31 de janeiro e 7 de fevereiro.

O simulado não servirá como forma de ingresso para estudar na UVA. Para entrar na instituição, o candidato precisa fazer o vestibular agendado ou on-line, ou usar a nota do Enem. Entre as outras formas de ingresso, também há possibilidade de transferência para quem está cursando alguma graduação em outra instituição de ensino, quem já cursou e precisou interromper e para quem já é portador de diploma de curso superior e tem vontade de fazer uma outra graduação.



Netinho e a dona, Fernanda

Katmandu chega à Barra

Com uma recepção restrita a convidados, o Katmandu, famoso ‘restaurante lounge’ de culinária japonesa contemporânea, abriu as portas, na última terça-feira, no BarraShopping. Belo, Gracyanne, Rafael Galhardo, Milton Cunha e Suzanne Freitas foram alguns dos famosos que marcaram presença no evento.

“Somos clientes assíduos, estávamos ansiosos pela inauguração do restaurante por aqui. Temos que parabenizar a Fernanda e o Netinho pelo atendimento e qualidade. Chegaram para mudar o panorama de culinária japonesa aqui na Barra”, comentou Belo.

Além do cardápio assinado pelo Chef Fernando Vaz, participante do reality culinário *Mestre do Sabor*, o estabelecimento conta com uma carta de drinks exclusiva do mixologista Alex Mesquita, eleito melhor do Rio.

Produzindo o evento, Netinho Alves destacou: “Fico muito feliz pelo convite e pela presença de tantas pessoas importantes.”

Mais de 7,5 mil vagas em cursos gratuitos

As aulas, oferecidas pelas Naves do Conhecimento, acontecem na modalidade on-line para evitar aglomerações

Essa é a época do ano com mais ofertas de empregos, em especial, os temporários. E, para preparar os cariocas a conquistarem a tão sonhada vaga no mercado, as Naves do Conhecimento de Irajá, Penha, Madureira, Santa Cruz, Padre Miguel e Vila Aliança abriram mais de 7,5 mil vagas em cursos gratuitos. As unidades da Prefeitura do Rio, por meio da Secretaria da Pessoa com Deficiência e Tecnologia, estão oferecendo os cursos na modalidade on-line, para evitar aglomeração.

Há oportunidades para quem trabalha na área de

atendimento ao cliente, marketing, designer, administração, logística, gestão de compras e estoques, financeiro, entre outros. Os cursos estão sob a gestão do Instituto Usina Social. As Naves já reabriram após a pandemia, com as medidas de segurança. Inclusive, podem receber os interessados pelos cursos que poderão agendar um horário para acessar a plataforma e as aulas on-line.

“Nossos cursos e palestras além de serem gratuitos, oferecem certificado. Essa é uma ótima oportunidade

para iniciarem o curso e darem um upgrade na carreira. E as oportunidades são para quem está trabalhando e para quem está desempregado buscando uma recolocação no mercado”, explica Mariangela Ramos, diretora de Conteúdo e Inovação das Naves do Conhecimento.

Para ficar sabendo sobre as vagas e cursos disponíveis, basta acessar o site www.navedoconhecimento.rio e fazer seu cadastro. Você também pode optar por receber a grade de cursos pelo WhatsApp ao enviar uma mensagem

para a Nave do Conhecimento mais perto da sua casa.

Quem desejar fazer os cursos on-line nas Naves que reabriram, deve ficar atento ao novo horário de funcionamento. As Naves do Conhecimento de Irajá, Padre Miguel, Penha, Santa Cruz, Vila Aliança funcionarão de 2ª a 6ª feira, das 9h30 às 17h30h e sábados de 9h30 às 14h30. Já a de Madureira funcionará de 3ª feira a sábado das 9h30 às 17h30h e domingo das 9h30 às 14h30. Entretanto, com o protocolo de reabertura, o usuário deverá permanecer

no computador disponibilizado pelo colaborador da Nave, no período de até 30 minutos para a lantable e 60 minutos para biblioteca digital. Após sua saída, este local será isolado para a higienização e o próximo usuário utilizará outro computador.

Para saber mais, basta mandar mensagem para o WhatsApp das unidades: Santa Cruz (99011-4417); Irajá (99011- 4469); Penha (99011-4470); Madureira (99011-4354); Vila Aliança (99011-4929); e Padre Miguel (99011-4933).

Zona Oeste

DE SANTA CRUZ PARA O MUNDO

Nascido na Favela do Rodo, o youtuber e tiktoker Gui Polêmico é um dos influenciadores mais seguidos do público teen e adulto

Diretamente da Favela do Rodo, em Santa Cruz, para os computadores e celulares dos brasileiros. Este é o youtuber e tiktoker Gui Polêmico, de 27 anos, que vem se destacando e fazendo sucesso no mundo virtual com seus vídeos irreverentes. Sua nova aposta é a carreira de cantor. Recentemente, ele lançou a música *Puto Trajado*, que já tem mais de

454 mil visualizações.

A aventura do rapaz pela web começou ainda em 2011, época de Orkut e MSN, quando ele e um amigo começaram a fazer paródias. Sete anos depois, ele voltou às paradas com a *Tropa da 9*: uma nova brincadeira criada por Guilherme, via Facebook, com roteiros engraçados como o “namorado frouxo”, “amigo fura olho”

e, é claro, as famosas parodcasts.

A *Tropa da 9* chegou a quase 2 milhões de inscritos em seu canal, com um total de 180 milhões de visualizações. Mas, atualmente, as publicações encontram-se pausadas. Enquanto isso, Gui arrebatou o coração dos fãs com seus vídeos polêmicos ao lado da noiva “estressadinha e ciumentata”, Paolla Santtana.

Em suas redes sociais, o sucesso é visível: no TikTok, ele tem três milhões de seguidores; no Instagram são 1,3 milhão e seu canal no Youtube contabiliza 439 mil assinantes. O casal posta vídeos inéditos todos os dias. E nem a pandemia conseguiu parar seus projetos: Gui foi convidado para participar de diversas Lives no YouTube e Instagram.

E, para quem saiu de uma comunidade, a vida do rapaz já mudou muito. Mas não pensem que ele pretende parar. “Fiquei muito surpreso com esse sucesso todo, foi muito rápido. Isso fez com que meu estilo de vida mudasse completamente. Além da música que lancei, ainda virão muitas novidades por aí. Meu sonho é ser famoso e ficar rico”, sonha ele.

 @guipolemico
 @guipolemicooficial
 @Guipolemico
 @guilhermeda9
 @Guipolemico

BDR ASSESSORIA / DIVULGAÇÃO

