

# DM...HER

Após protagonizar o fenômeno 'Todas as Flores', Sophie Charlotte está de volta à TV como a sedutora Eliana de 'Renascer'.  
Págs. 4 e 5

# PURO PODER





# Gardênia Cavalcanti

■ site: <https://odia.ig.com.br/odiad/gardenia>

E-MAIL:  
gardeniacavalcanti@odia.com.br  
INSTAGRAM:  
@gardeniacavalcanti

## Dicas para desinchar após os exageros do Carnaval

O Carnaval chegou ao fim e agora todos voltam a buscar uma alimentação mais equilibrada após dar uma exagerada durante o feriado. Devido ao calor, consumo de alimentos calóricos e bebidas alcoólicas é comum reter líquido e inchar nesses dias. Mas como reverter essa situação? Para ajudar a voltar para uma rotina saudável depois da folia, Carolina Martins, nutricionista da Magrass, ensina um suco especial para desinchar nesse pós-Carnaval. Confirmam!

### Suco contra o inchaço:

- 8 morangos
- 1/2 cenoura
- 1 limão espremido
- 1 colher (sobremesa) de canela
- 1 colher (sobremesa) de semente de linhaça
- 1 colher (sopa) de amaranto ou quinoa em flocos
- 1 copo (200 ml) de chá de hibisco gelado + 100 ml de água
- Adoçante a gosto

Você sabia que algumas frutas são diuréticas e também ajudam a desinchar? Eliminar as toxinas depende de bons costumes alimentares e, nessa questão, os alimentos diuréticos são bons aliados para limpar as toxinas nocivas, de forma segura e controlada, deixando o organismo equilibrado.

“Alimentos como frutas, verduras, legumes, ervas e temperos são considerados diuréticos, pois ajudam o bom funcionamento dos rins, facilitando a filtração que esse órgão faz. Ou seja, limpam as toxinas do organismo através da urina”, explica a nutricionista Cintya Bassi.

A especialista enumera as propriedades de frutas saborosas e acessíveis:

**Abacaxi:** Rico em nutrientes que auxiliam no combate à retenção de líquidos, além de ter muitas fibras, que melhoram o funcionamento intestinal, diminuindo



REPRODUÇÃO

do o inchaço abdominal. Possui também uma enzima chamada bromelina, que auxilia na digestão.

**Coco:** Sua água tem alta quantidade de potássio e magnésio, o que auxilia na eliminação de líquidos.

**Limão:** É outra opção de fruta rica em potássio, além de fibras e manganês. Conhecido por reforçar o sistema imunológico graças à quantidade de vitamina C.

**Melancia:** Com alto teor de água, essa é uma fruta aliada da hidratação. Além do poder diurético, tem licopeno, uma substância que auxilia na prevenção contra o câncer, especialmente de próstata e mama, e doenças do coração.

**Melão:** Diurético, tem ainda propriedades antioxidantes, que combatem os radicais livres responsáveis pelo envelhecimento. Pelo alto teor de potássio, possui também ação cardioprotetora, ajudando a equilibrar os níveis de pressão arterial, e fibras, que auxiliam na regulação do intestino, melhorando o desconforto causado pela constipação.

## FEVEREIRO LARANJA: CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE A LEUCEMIA

■ Recentemente, a empresária e influenciadora Fabiana Justus, de 37 anos, filha do apresentador Roberto Justus, foi diagnosticada com leucemia mieloide aguda. O episódio gerou comoção na internet e acendeu um alerta sobre o tema.



REPRODUÇÃO

■ Para reforçar esse debate, foi criado o mês dedicado à conscientização sobre a leucemia — o Fevereiro Laranja. Segundo o Inca (Instituto Nacional do Câncer), teremos cerca de 11 mil novos casos da doença no Brasil a cada ano, entre 2023 e 2025.

■ A leucemia é um tipo de câncer que afeta as células sanguíneas na medula óssea, podendo ser aguda ou crônica. Quando é aguda (que foi o caso da influenciadora), progride rapidamente e produz células que não estão maduras e não conseguem realizar as funções normais, como transportar oxigênio e nutrientes, defender o organismo de infecções, coagular o sangue e regular a imunidade.

■ “Quadros de leucemia são curáveis. Para isso, é importante o diagnóstico precoce, tratamento adequado e acompanhamento especializado”, afirma o hematologista especializado em oncologia Phillip Bachour.

■ Alguns sinais comuns da doença são: sangramento na gengiva frequente, pequenas manchas vermelhas na pele, febre alta sem razão aparente, mal-estar, perda de força muscular e fraqueza. “Em geral, as leucemias, especialmente a aguda, são dificilmente rastreáveis por meio de exames preventivos devido à sua instalação rápida. Diante desses sintomas, recomenda-se que o paciente busque imediatamente atendimento hospitalar”, explica o médico.

## BELEZA DA ALMA

**“Cada boa ação que você pratica é uma luz que você cria em torno de seus próprios passos”.** (Chico Xavier)



# 'FOI COMO VER UM SONHO SE CONCRETIZAR'

Após estreiar na Sapucaí, Mariana Goldfarb comemora a oportunidade de ter desfilado na Grande Rio

TÁBATA UCHOA

tabata.uchoa@odia.com.br

**A** apresentadora Mariana Goldfarb, de 33 anos, fez sua estreia na Marquês de Sapucaí este ano desfilando pela Grande Rio, que ficou em terceiro lugar entre as escolas de samba do Grupo Especial do Carnaval carioca. A agremiação voltou a passar pela Avenida ontem, no Sábado das Campeãs, e Mariana fala sobre o sentimento de defender a escola de Duque de Caxias.

"Participar do Carnaval carioca foi como ver um sonho se concretizar. Foi uma vivência além de simplesmente desfilar. Eu adorei! Cada passo na Sapucaí parecia uma homenagem às nossas origens, à nossa história, à nossa cultura. Por isso, me dediquei ao máximo! A cada ensaio na quadra, me sentia mais envolvida, mais conectada com a comunidade, com a energia incrível que está presente ali. É incrível fazer parte de tudo isso", afirma a Musa.

Mariana fez da Grande Rio a sua escola do coração. "A Grande Rio virou, sim, a minha escola de coração. Eu fui muito abençoada, muito bem recebida, com muito carinho, muita atenção, muita paciência, muito cuidado. Me senti muito abraçada. E eu senti que agora eu faço parte da família e faço parte do Carnaval de outra forma. Não como uma espectadora, mas como uma pessoa que também ajuda a escrever a história do Carnaval. Então, eu só tenho a agradecer a Grande Rio pela oportunidade, por ter me feito esse convite. Eu entreguei o meu melhor", garante.

A apresentadora conta como foi sua preparação para atravessar a Avenida. "Acre-

dito que a rotina de treinos tenha se intensificado um pouquinho. Além daqueles que já estou super acostumada a fazer, também fiz aulas de samba! Sei que tenho uma jornada pela frente, mas estou pronta para enfrentá-la com toda a minha dedicação, energia e um sorriso no rosto", diz a influenciadora sobre as habilidades no ritmo, que ela espera desenvolver cada vez mais para voltar ainda melhor no ano que vem.

Para encarar o desafio de desfilar pela Grande Rio, Mariana precisou acreditar em si mesmo e reunir toda sua autoconfiança. "Meu maior desafio foi acreditar que era capaz de encarar esse novo desafio e dar esse passo na minha vida, que era um sonho antigo. Às vezes, achamos que não somos capazes, mas que bom que tive pessoas que me incentivaram e mostraram o meu tamanho e a minha força. Acho que a questão de sambar de salto alto também foi difícil pra mim, eu evito usar salto, apesar de sempre ter trabalhos como modelo e com moda, mas evito usar no meu dia a dia."

## 'NÃO ESTOU PENSANDO NISSO'

Solteira desde que terminou seu casamento com o ator Cauã Reymond, a apresentadora não quer saber de um novo relacionamento. "Neste momento, não estou pensando nisso", finaliza a Musa.





# 'É uma personagem muito intensa'

A atriz Sophie Charlotte fala sobre seu novo trabalho, a Eliana da novela 'Renascer'

**TÁBATA UCHOA**  
tabata.uchoa@odia.com.br

**S**ophie Charlotte está de volta à tela como a sedutora Eliana da novela 'Renascer', na Globo. A atriz retorna à TV após protagonizar o fenômeno 'Todas as Flores', que foi exibido primeiro no streaming, no Globoplay, em 2022 e depois na Globo, em 2023. Antes, o último folhetim do qual ela havia participado na TV aberta foi 'Babilônia', em março de 2015.

Em 'Renascer', Eliana é uma mulher sofisticada, que abriu mão da carreira de modelo para viver com o marido, José Venâncio (Rodrigo Simas), no Rio de Janeiro. Enquanto o sonho de Venâncio é dar um neto para seu pai, José Inocência (Marcos Palmeira), Eliana não tem a menor vocação para ser mãe. Quando o marido se apaixona por Buba (Gabriela Medeiros), ela não aceita a separação amigavelmente.

"Eu quero ter a possibilidade de fazer grandes personagens, bons personagens e eu tenho tido esse privilégio, essa honra, essa alegria. Esse convite para participar de 'Renascer', quando chegou, foi um sim abso-

luto. Ainda mais recebendo essa personagem que foi interpretada pela Patricia Pillar, que eu respeito, que eu amo", diz Sophie ao **DIA**, fazendo referência à primeira versão da novela, exibida em 1993, em que a personagem Eliana foi vivida por Patricia Pillar.

## 'ELA NÃO É UMA MOCINHA'

Nos capítulos que ainda estão por vir, Eliana vai se mostrar um grande empecilho para o romance de José Venâncio e Buba. Ainda assim, Sophie rejeita o rótulo de vilã e acredita que o público é quem vai poder julgar se a personagem deve ou não receber essa classificação. "Ela não é uma mocinha, ela está ali do lado difícil da trama, vamos dizer assim. Ela não é fácil, mas tem sido fascinante. O Bruno (Luperi, autor) está resgatando, recontando, homenageando uma história que é do avô dele, que tem uma importância imensa. Tem uma abertura muito grande, uma troca imensa e, para mim, essa criação quando é coletiva é muito mais interessante, muito mais rica. Ainda tem muita história pra correr. Então, nesse sentido, eu conto com a resposta realmente do público nas redes sociais pra gente entender a história que a gente está contando, se está chegando a mensagem", afirma.

A atriz explica as motivações da sua personagem. "A Eliana é uma mulher que

começa essa trama muito apaixonada pelo marido e logo percebe que ele está envolvido, que ele se apaixonou, que ele está vivendo outra história. E aí essa mulher, que está lidando com emoções e sentimentos não tão leves... É a partir daí que traços da personalidade dela vão aparecendo, se desenrolando. Mas não é uma personagem que eu já queria definir 100% que é isso ou aquilo, porque tem muita história pra correr ainda, eu ainda nem cheguei na fazenda, mas eu vou chegar lá", dispara, aos risos, citando a fazenda de José Inocência (Marcos Palmeira), onde se passa a maior parte da novela.

## MATERNIDADE

Uma das questões envolvendo Eliana em 'Renascer' é a maternidade. A personagem de Sophie não quer ser mãe. "Eu acho que hoje é importante a gente ter personagens que também digam isso. Isso (não querer ser mãe) não pode transformar uma mulher em uma vilã. E não vai. Eu acho que outras atitudes podem fazer com que a gente entenda que ela não é a Maria Santa (Duda Santos), mas é uma personagem muito humana, muito intensa. São essas as cores da personagem agora no começo da história", destaca a atriz.





## ‘É uma mulher poderosa, bem sensual’

► Na primeira versão da novela, Eliana (Patricia Pillar) tinha cenas pra lá de quentes com Damião (Jackson Antunes). No remake, Sophie vai contracenar com Xamã. “Eu ainda não comecei a gravar a fazenda, mas a Eliana é uma mulher que tem um poder, tem todo um pensamento. É uma mulher

poderosa, é uma mulher bem sensual”, afirma a atriz.

“Já existe uma expectativa para esse encontro (da Eliana e do Damião), que, na primeira versão, foi o encontro do Jackson Antunes com a Patricia Pillar. Dessa vez, vai ser com o Xamã. Ainda não gravei com ele, a gente ainda não começou esse processo, mas

eu estou na expectativa da minha chegada na fazenda e entender o que vai acontecer com essa mulher, que está vindo desse conflito, dessa crise (no casamento com José Venâncio). Quando ela chegar na fazenda, eu acho que a própria natureza vai transformar muito a Eliana”, completa.

ESTEVAM ÁVELLAR / TV GLOBO



Eliana (Sophie Charlotte) e José Venâncio (Rodrigo Simas) em cena de ‘Renascença’

## ‘Responsabilidade de contar a história da Buba’

► Sophie reforça a importância e o cuidado com que a história da sua rival, Buba (Gabriela Medeiros), uma mulher trans, está sendo contada. “Todos nós da equipe estamos engajados na responsabilidade de contar a história da Buba da melhor forma possível. Eu estou muito feliz que a história da Buba é uma história de amor, é um encontro, é uma paixão dela com o José Venâncio, e a gente precisa de histórias de amor, a gente precisa mostrar pro Brasil... A gente precisa transformar e eu acredito que a contação de histórias abre esse imaginário também através do afeto, através do amor. A Gabriela está fazendo um trabalho incrível, belíssimo. Rodrigo também. Tem sido uma jornada muito linda”, diz.

Estudiosa, Sophie revela que se aprofundou na questão da identidade de gênero antes de começar a novela. “Todos nós precisamos o tempo todo nos atualizar. O mundo mudou. Tem gente que quer impor um mundo que já passou nos momentos de hoje. Não tem como. A

gente precisa abrir os braços pra todo mundo poder encontrar a sua felicidade, a sua segurança, o seu trabalho. É mais um viés que precisa ser entendido. Em ‘Todas as Flores’, a gente também tinha uma preocupação muito grande em contar a história da Maíra (personagem com deficiência visual) e foi de muito crescimento pessoal e entendimento”, completa a atriz.

Depois de quase nove anos sem fazer novelas para a TV aberta — mas trabalhando mais do que nunca no cinema e no streaming —, Sophie encara o folhetim de Bruno Luperi como um “renascimento”. “Para mim, estar em ‘Renascença’ tem sido um recomeço. A sensação de recomeçar, estreiar uma novela aberta para o público ajudar a construir essa história — de uma certa forma — conosco... Tem sido um recomeço porque a minha última novela que estreou em um canal aberto tem oito anos, foi ‘Babilônia’. Então, é um renascimento nesse sentido. Eu faço o que eu amo, tenho esse privilégio.”



NOVELAS

ELAS POR ELAS

18h25 | GLOBO | 12 anos

SEGUNDA

Giovanni (foto) cobra respostas de Helena sobre as acusações de Míriam. Giovanni afirma que só apoiará Helena a voltar à presidência da empresa depois que a mãe se submeter a um tratamento.

TERÇA

Marcos desconfia da história de Míriam. Sérgio sugere que Míriam dê um jeito de afastar Marcos. Helena sofre por se sentir traída por todos. Pedro sente ciúme de Taís durante a campanha da Helène.

QUARTA

Marcos deduz que Míriam está tramando um golpe contra Sérgio. Giovanni leva Ísis até sua casa, após o desmaio da moça.

QUINTA

Giovanni explica sua história para Marcos e conclui que o rapaz é filho de Helena e Bruno. Jonas questiona Ísis sobre sua mudança para a Austrália. Taís discute com Pedro por conta de seus ciúmes.

SEXTA

Marcos confronta Míriam. Adriana faz Ísis prometer que se afastará de Sérgio. Giovanni discute com Cris. Jonas humilha Helena. Érica e Rico se aproximam.

SÁBADO

Sérgio perde a paciência com Míriam. Marlene aconselha Adriana a revelar a paternidade de Ísis para Jonas.

REPRODUÇÃO DA TV GLOBO



FUZUÊ

19h40 | GLOBO | 12 anos

REPRODUÇÃO DA TV GLOBO



SEGUNDA

Julião rouba as biojoias de Luna (foto). Soraya passa mal e Mercedes assume seu lugar na apresentação da peça. Merreca leva Soraya para casa. Mercedes e Lampião fazem planos juntos.

TERÇA

Merreca chama uma ambulância para acudir Julião e Cata Ouro vê. Soraya se desespera com o resultado do teste de gravidez. Miguel comenta com Alícia sobre o encontro que terá com Rebeca.

QUARTA

Luna sente ciúmes da intimidade entre Rebeca e Miguel. Heitor se recusa a aceitar a chantagem de Pascoal.

QUINTA

Barreto leva Merreca para a delegacia. Heitor pede a ajuda de Fiel com as notícias nas redes sociais. Pascoal fica satisfeito com a denúncia contra Heitor. Preciosa defende Heitor diante da imprensa.

SEXTA

Luna fica enciumada com a atenção dada para Rebeca na casa de Nero. Pascoal tenta intimidar Merreca. Heitor se recusa a fazer uma declaração com Selena.

SÁBADO

Cata Ouro ajuda Luna a encontrar todas as caixas com as biojoias. Alícia experimenta os bolinhos de Domingos e Gláucia, sem contar que é jurada do concurso.

RENASCER

21h20 | GLOBO | 14 anos

SEGUNDA

Teca muda de ideia sobre a sua gravidez e foge da clínica. Mariana (foto) enxerga João Pedro no rosto de José Inocêncio, que sente seu desconforto. Venâncio nota o interesse de Eriberto por Eliana.

TERÇA

João Pedro trata Mariana com formalidade. Kika critica a postura de Bento perante a família. José Inocêncio comenta com Mariana sobre seu receio de que os filhos não sejam capazes de cuidar das terras.

QUARTA

Norberto desconfia do jeito de Damião. José Inocêncio reage quando Augusto diz que João Pedro cuidará de suas terras.

QUINTA

Teca decide continuar à procura de Du. Buba provoca um acidente de carro e atinge Teca. A menina não aceita ir para o hospital, apesar da insistência de Buba. Joana agradece a Padre Santo e ao Pastor Lívio.

SEXTA

Tião Galinha e Joana comemoram a nova morada na fazenda do coronel Egídio, que se surpreende com a beleza da moça. Deocleciano alerta João Pedro.

SÁBADO

Egídio faz uma proposta de trabalho a Tião Galinha, com a intenção de mantê-lo afastado de Joana. Venâncio repudia a ideia de Buba adotar o filho de Teca.

FABIO ROCHA / TV GLOBO







# Flávio Ricco

Com José Carlos Nery: flavioricco@terra.com.br



**EMBARQUE.** Amanhã, mais um pessoal da Record embarca para o Marrocos. As gravações de 'A Rainha da Pérsia' estão a todo vapor por lá.

EDU MORAES / RECORD



## GOTTINO: 'MUITO FELIZ'

Sob o comando de Reinaldo Gottino, a Record promove, a partir de quarta-feira, às 22h45, a exibição de episódios inéditos da série 'Patrulha das Fronteiras'. Um trabalho no qual o telespectador poderá acompanhar a atuação de agentes nos bastidores do combate aos mais diversos tipos de crimes que acontecem em vários países. "Estou muito feliz com essa oportunidade, muito empolgado com esse projeto, que é algo novo", declara Gottino.

O programa destaca que, no mundo todo, as fronteiras estão em constante ameaça. Para combater qualquer tipo de crime, entram em ação os profissionais de controle de alfândega e do departamento de biossegurança.

O conteúdo traz uma novidade para a carreira de Gottino: "Vou fazer as narrações, contar as histórias para o telespectador de uma forma diferente e trabalhar em cenário virtual. Vai ser a primeira vez que eu vou trabalhar em cenário virtual. Está sendo uma experiência muito interessante".

A equipe do 'Patrulha das Fronteiras' também deixou o apresentador bastante à vontade para que ele possa levar ao produto um pouco do seu trabalho no 'Balanço Geral', comentando notícias e entrevistando convidados.

## PREPARAÇÃO

■ Gottino declara que se preparou muito para a jornada no 'Patrulha das Fronteiras'. "Estou bem afiado! Vamos ter informações também do Brasil, sobre quantas pessoas passaram pelo Aeroporto Internacional de Guarulhos, quantas passaram pela inspeção, quantas ficaram detidas, o que elas levavam... Falar sobre qual o material mais inusitado apreendido. A gente quer muito que as pessoas curtam, gostem desse projeto."

## SEGUE O MISTÉRIO

■ Durante as chamadas do reality musical 'Estrela da casa', Ana Clara Lima continua destacando que o vencedor terá um prêmio em dinheiro, mas não fala quanto!

Expectativa também em relação ao trabalho que será realizado para o campeão do programa não cair no esquecimento semanas depois. Isso aconteceu muito com os vencedores do 'The Voice'. Desapareceram.

## ECONOMIA

■ Não estão previstas contratações para a temporada 2024 de 'A Praça é Nossa' no SBT. A ordem é continuar com o mesmo time.

## VERSATILIDADE

■ Só que novos personagens poderão contracenar com Carlos Alberto de Nóbrega no banco da 'Praça', interpretados pelos profissionais que já trabalham no programa. Não deixa de ser um jeitinho para driblar a ausência de contratações.

MARILHA GALLA / DIVULGAÇÃO



Aline Menezes, após 'Travessia', fechou para a série 'Máscaras de Oxigênio Não Cairão Automaticamente', da HBO Max, no papel de uma enfermeira. "Essa série aborda um tema muito importante, que é sobre a epidemia da AIDS no Brasil durante a década de 1980. Dar vida a uma enfermeira daquela época, falando de um assunto tão importante como esse, é um presente pra qualquer ator", comemora Aline, que vai atuar com Bruna Linzmeyer, Johnny Massaro e Ícaro Silva.

## CALMA

■ A primeira fase de 'Renascer', estrelada por Humberto Carrão e Duda Santos, provocou uma comoção no público, conforme comprovam os dados de audiência. Daí ser perfeitamente normal uma queda na fase seguinte, agora tocada por Marcos Palmeira e Theresa Fonseca. É como se fosse uma nova novela.

## DE QUALQUER FORMA

■ A Globo tem acompanhado atentamente o balanço dos números de 'Renascer'. E certamente existe um Plano B, caso a audiência dê sustos.

Vale lembrar que a própria Duda Santos ficará à disposição das equipes de 'Renascer' até as últimas gravações. Mesmo por meio de flashbacks, uma participação que poderá ser aumentada.

## batebate

■ Com equipe limitada e sem condição técnica, a RedeTV! precisou se virar nos 30 para colocar o 'Bastidores do Carnaval' no ar, decidido de última hora...

■ ... Andrea Dallevo, diretora artística da emissora, acompanhou as transmissões diretamente do Switcher — coração do programa...

■ Hoje, a TV Cultura transmite o fechamento da 22ª rodada do Campeonato Alemão, com o confronto entre Bochum e Bayern de Munique...

■ ... Com narração de Marco de Vargas e comentários de Arnaldo Ribeiro, o pré-jogo começa às 13h15.

■ 'MMA – Meu Melhor Amigo', filme do Marcos Mion, reúne no elenco Antônio Fagundes, Andréia Horta, Vanessa Giacomini, Lucio Mauro Filho, Welder Rodrigues, entre outros.

■ Sérgio Malheiros ainda não assinou para fazer 'Família é tudo' na Globo...

■ ... Mas existe o interesse na sua participação.

■ Marcello Novaes será uma das atrações de 'Justiça 2'.

## C'est fini

Danilo Gentili, a partir de amanhã, volta com programas inéditos do 'The Noite'.

Passado o Carnaval, praticamente todas as produções do SBT retomaram suas atividades.

Então, é isso. Semana que vem tem mais. Tchau!