



NOTAS

Viver bem revista

Publicado em 17/01/2010

Cultura

Cinema para mães e bebês



Mães de bebês podem acabar com a saudade de ir ao cinema. Uma iniciativa que deu certo em São Paulo será implantada em Curitiba: sessões de cinema especialmente para mães e seus bebês, organizadas por mulheres que desejavam retomar sua vida cultural, sem abrir mão da companhia dos filhos. Para receber os pequenos, o ar condicionado fica mais suave, o som é mais baixo, as luzes ficam ligeiramente acesas e há trocadores e tapete de atividades para os bebês que engatinham. A CineMaterna de Curitiba funcionará no Unibanco Arteplex do Shopping Crystal, a partir do dia 28 deste mês. A sessão de estreia será um presente para as mães. Para receber o ingresso e conhecer a programação é preciso se inscrever pelo site

www.cinematerna.org.br.

Saúde

A enxaqueca do sorvete

Nada melhor do que um sorvete para se refrescar nesses dias quentes de verão. Mas, se as altas temperaturas e a claridade podem causar aquelas enxaquecas terríveis, saiba que um inocente alimento gelado também. A Sociedade Brasileira de Cefaléia chama a atenção para o aumento das queixas de dor de cabeça nessa época do ano, relacionadas ao calor. A ingestão de líquidos gelados ou mesmo o tradicional sorvete pode ser um fator desencadeante para crises. Segundo a

médica Célia Roesler, membro da Sociedade Brasileira de Cefaléia, a temperatura alta faz com que as artérias do couro cabeludo dilatam provocando dor em toda a cabeça. "Existe uma região específica do cérebro que é sensível às mudanças bruscas de temperatura", diz a médica. Quando o sorvete ou outro estímulo frio toca o céu da boca, algumas pessoas experimentam dor forte na região frontal. Quem sofre de enxaqueca precisa manter o corpo hidratado, fazer alimentações leves e, principalmente, proteger os olhos e a cabeça.