

## A SAÚDE **AGRADECE!**



CEDOC/RAC

Salete Brito, nutricionista do HC da Unicamp: "No geral, o café faz mais bem do que mal"

Já está cientificamente comprovado que o café promove benefícios à saúde, mas, como em tudo, é preciso moderação. Para usufruir dos benefícios da bebida, a nutricionista do Hospital de Clínicas da Universidade Estadual de Campinas (HC-Unicamp), Salete Brito, recomenda, para pessoas saudáveis, a ingestão de duas a três xícaras por dia, com intervalos de pelo menos duas horas, observando o limite de 18 horas para pessoas com problemas de sono.

**Faz bem:** segundo a nutricionista, alguns estudos mostram que o líquido tem substâncias protetoras e funcionais, ajuda na manutenção da pressão arterial e protege contra doenças neurodegenerativas, diabetes, câncer e cirrose hepática.  
**Faz mal:** quando consumido em excesso, o café pode piorar as doenças relacionadas ao estômago, como gastrite, e resultar em prejuízos a quem sofre de hipertensão e problemas cardíacos.

**Estética:** por possuir substâncias termogênicas, o café auxilia na queima da gordura. Também é antioxidante, podendo retardar o envelhecimento e a produção de radicais livres.

## DENTISTA

ADULTOS, CRIANÇAS E CONVÊNIOS  
JD. CHAPADÃO.

Estacionamento Próprio.

☎ 3203-0345

## CITY DECORAÇÕES

Cortinas, Persianas  
e Acessórios

Fone:  
3234-4586/ 3232-0142  
citydecorcampinas@yahoo.com.br

## CDS, LIVROS E DISCOS COMPRO. PAGO A VISTA

3233-7944 | 3233-3106  
Iluminações Livraria

SEMANA HOPE  
Até 40% de desconto



EMPORIUM  
FEMININO

R. Jorge de Figueiredo Correa, 1159,  
Pq. Taquaral - Campinas (atrás da CPFL)  
19 3256-1631

www.emporiumfeminino.com.br

f /Emporium Feminino @emporiumfeminino

Promoção válida do dia 22/08/2016 até 27/08/2016



SPRING X SUMMER  
2017

Ponto de Venda

# Usaflex

LOJA VÍVIDA

Rua Olavo Bilac, 369  
Cambuí - Fone: 3307-1609

## AS MELHORES MARCAS E PRODUTOS VOCÊ ENCONTRA AQUI. COMPRE AGORA!

PAGUE  
SEM PREJUÍZO  
ENTREGA



PURIFICADOR DE ÁGUA  
SOFT FIT



MÁQUINA DE GELO  
EVEREST EGC 50A



PURIFICADOR DE ÁGUA  
IBBL EXPERT

19 3203.0182  
AV. N. SRA. DE FÁTIMA, 106  
JARDIM DOM BOSCO - CAMPINAS-SP  
WWW.MARCADAAGUA.COM.BR

ACEITAMOS  
BNDDES

marca da  
água  
Purificadoras e Bebedouros