

JULHO / AGOSTO / SETEMBRO ANO 04 NÚMERO 16

# VERTICAL

[www.revistavertical.com.br](http://www.revistavertical.com.br)



## CEMITÉRIO VERTICAL INAUGURA O PRIMEIRO CREMATÓRIO DE CURITIBA

- + DICAS CASEIRAS: FAÇA SABÃO LÍQUIDO EM CASA
- + EXCLUSIVAMENTE 4 RECEITAS INCRÍVEIS
- + COMO O CACHORRO VIROU MEMBRO DA FAMÍLIA



Cemitério Vertical inaugura o primeiro crematório de Curitiba

### 3 FAVORITOS

Ótimas indicações de filmes, discos e livros

### 6 MARAVILHAS DO MUNDO

Conheça duas cidades que podem mudar seu roteiro de viagem.

### 12 MUNDO PET

Como o cachorro se tornou membro da família

### 13 DICAS CASEIRAS

Como fazer sabão líquido em casa

### 14 CADERNO SAÚDE

Como funcionam os remédios fitoterápicos

### 15 VIDA GOURMET

Aprenda a fazer pão caseiro e petit gateau



## DA REDAÇÃO

Criar a Revista Vertical é sempre um delicioso desafio. Todas as vezes que montamos as pautas, fazemos um exercício no qual tentamos imaginar o que você, estimado leitor, gostaria de ler ou aprender, mesmo que ainda não saiba disso. Depois de 15 edições falando sobre diversos assuntos que vão do poder do riso ao mundo dos sonhos, nesta edição resolvemos fazer uma matéria diferente: falar a respeito de cremação. Sabemos que este assunto pode ser um pouco delicado para algumas pessoas, porém, acreditamos que esta é uma ótima oportunidade para que você saiba como funciona este processo e também conhecer mais sobre um dos

métodos funerários mais antigos da história.

Além desta matéria, convidamos você a relembrar o Rei Leão, clássico inesquecível da Disney e curtir as aventuras de Gladiador. Fazem parte ainda do caderno de favoritos dois discos de mulheres poderosíssimas: Beyoncé e Marília Mendonça. Para completar esta editoria, sugerimos Dois a Dois, livro de Nicholas Sparks e Quatro Vidas de um Cachorro de W. Bruce Cameron.

Em Maravilhas do Mundo convidamos você a conhecer dois paraísos: Ilhabela e Havana. No caderno PET você vai descobrir como o cachorro

se tornou membro da família e em Dicas Caseiras você vai economizar aprendendo a fazer sabão líquido em casa.

Por fim, no caderno de Saúde você vai descobrir como funcionam os remédios fitoterápicos e na Vida Gourmet você aprenderá a fazer um delicioso pão caseiro e um magnífico petit gateau de doce de leite.

Obrigado por mais esse trimestre. Sempre que precisar, pode contar com toda a equipe da Ag86 e do Cemitério Vertical de Curitiba.

Um abraço,  
Rodrigo Filla  
rodrigo@ag86.com.br  
**Editor da Revista Vertical**

#### EXPEDIENTE

A Revista Vertical é uma produção da Universal Empreendimentos Ltda, empresa que administra o Cemitério Vertical de Curitiba • Tiragem: 51.000 • Distribuição Gratuita em Curitiba e Região • Periodicidade: Trimestral • Diretor Presidente: Newton Cabral Fernandes • Projeto Gráfico, Diagramação, Editorial, Textos e Revisão: Ag86 - www.ag86.com.br • Redatora: Alynne Bonin • Impressão: Oficina do Impresso. Para anunciar na Revista Vertical entre em contato através do telefone (041) 4042-0190.

Para falar com o Cemitério Vertical de Curitiba ligue: (041) 3360-6000.





CINEMA

"SIM, O PASSADO  
PODE MACHUCAR,  
MAS DO MODO  
COMO VEJO, VOCÊ  
PODE FUGIR DELE  
OU APRENDER  
COM ELE."

RAFIKI



## GLADIADOR (2000)

O imperador romano Marcus Aurelius desperta a ira do seu filho Commodus, quando, no final do seu reinado, demonstra predileção para que o comandante do exército romano, Maximus, assuma o poder. Em um ato desesperado, Commodus assassina o pai e assume o império, ordenando de imediato a morte de Maximus.

VENCEDOR DE  
5 OSCARS  
INDICADO AO  
OSCAR EM 12  
CATEGORIAS

Fugindo das ordens do novo imperador, Maximus é vendido como escravo e passa a destacar-se como gladiador do império romano.

Quando retorna a Roma, Maximus só quer conseguir sua vingança.

Lançado em 2000, Gladiador foi indicado ao Oscar em 12 categorias e conquistou 5 delas, como Melhor Filme, Melhor Ator, Melhor Figurino, Melhor Efeitos Especiais e Melhor Som.



## O REI LEÃO (1994)

Sob o sol laranja do safari africano, elefantes, zebras, girafas e muitos outros animais caminham para serem apresentados ao futuro rei da selva. Nos braços de Rafiki, Simba, o leãozinho recém nascido se ergue sobre a Pedra do Rei. Uma envolvente e divertida história que narra o crescimento e as aventuras do filhote de Mufasa e Sarabi e seus grandes amigos, Timão e Pumba. Em meio a muita música e cenários deslumbrantes, Simba precisa se livrar das artimanhas do seu tio Scar, que pretende tomar o trono do sobrinho.

Uma das obras primas da Disney, lançada em 1994, O Rei Leão ganha uma nova versão nesse ano, trazendo a tona o lado criança de muitos adultos.



MARÍLIA MENDONÇA  
*AO VIVO (2016)*

No ano de 2016 houve uma grande valorização das mulheres na música sertaneja, antes predominantemente masculina. Marília Mendonça é um dos nomes que chegou para ficar. Seu álbum *Ao Vivo* conta com 17 músicas, muitas de sua autoria, como "Infiel", além de participações especiais de outros grandes cantores, como Henrique e Juliano e Wesley Safadão.

Irreverente, despojada e sem medo de falar o que pensa, Marília Mendonça conta um pouco da sua história e da realidade de muitas mulheres que ouvem na sua música um grande desabafo.

Entre as músicas mais conhecidas da cantora estão "Alô Porteiro", "Como Faz com Ela" e "Esse Cara Aqui do Lado". Certamente um marco na música sertaneja brasileira, Marília Mendonça veio para mostrar que lugar de mulher é onde ela quiser.



BEYONCÉ  
*I AM... WORLD TOUR (2010)*

Beyoncé é mais uma das grandes mulheres do cenário musical. Depois de ser premiada com o disco de Diamante Duplo no Brasil com mais de 520 mil cópias vendidas de "I Am... Sasha Fierce", a diva pop lançou o terceiro álbum "I Am... World Tour", registrando a aclamada turnê mundial que passou por 32 países e 6 continentes, com entradas esgotadas em todos os shows apresentados no Brasil.

Recordista em premiações Grammy Awards, com 16 no total, Beyoncé foi ainda escolhida a "Mulher do Ano" pela Billboard.

Seu repertório conta com músicas como "Single Ladies", "Hello", "Crazy in Love" e muitas outras.

Ótimo para animar os dias, Beyoncé I Am... World Tour merece um lugar na sua estante.



W. BRUCE CAMERON  
*QUATRO VIDAS DE UM CACHORRO*

Em *Quatro Vidas de Um Cachorro*, Bailey, um cachorrinho muito esperto, conta sua história de vida, suas aventuras e peripécias. Após renascer várias vezes, o animal passa a analisar sua vida e decide buscar o seu propósito na Terra, para então cumprir sua missão.

Emocione-se e divirta-se durante essa leitura deliciosa e envolvente. Muito mais que uma linda história sobre animais de estimação, *Quatro Vidas de Um Cachorro* nos convida a entender também a nossa missão durante a vida.

Você vai descobrir durante essa leitura que o amor nunca se perde, que os laços entre humanos e animais são fortes e eternos e que nosso propósito de vida é muito mais simples do que imaginamos.



## DOIS A DOIS NICHOLAS SPARKS

Russel Green é dono de uma vida invejável: uma linda esposa, uma carreira de sucesso e uma filhinha de 6 anos. Certo de que a vida continuará tranquila para sempre, não percebe quando seu mundo começa a desmoronar.

Em questão de meses, Russel perde o trabalho e a confiança da esposa, que se afasta dele e se vê obrigada a retornar ao trabalho. Com a vida de cabeça para baixo, ele precisa se dedicar a cuidar da sua filhinha, London, bem como se reinventar na vida profissional e afetiva, se abrindo para sentimentos e emoções que há muito eram por ele desconhecidas.

Ao embarcar nessa jornada rumo ao desconhecido com London, Russell testará suas habilidades e equilíbrio emocional.

Em "Dois a Dois", Nicholas Sparks faz o leitor rir, chorar e refletir, contando não apenas a história de um pai e uma filha, mas também a importância da família e de lutar pelas pessoas que amamos.

### Queremos a sua indicação!

Você tem alguma sugestão de disco, filme ou livro que quer compartilhar com outros leitores? Escreva-nos: [revistavertical@ag86.com.br](mailto:revistavertical@ag86.com.br).

Sua indicação pode aparecer no próximo exemplar da Revista Vertical!



# Entre as Melhores da América Latina

Ganhador do prêmio Internacional  
*Theobaldo de Nigris*

*Malires* é a gráfica e editora mais comprometida com a qualidade, inovação e execução de suas ideias. Aquilo que no passado já tínhamos costume de oferecer com a melhor qualidade, agora temos como regra e filosofia de trabalho.

Um compromisso de papel passado, que envolve colaboradores, clientes e fornecedores com as melhores práticas de mercado. Ao receber o *Prêmio Latino-Americano Theobaldo de Nigris 2016* como *Gráfica Ouro*, ingressamos definitivamente em um novo patamar que leva ao pé da letra o compromisso de imprimir ideias da forma mais primorosa do mercado.

Também  
somos Destaque  
Nacional e Regional



Paranaenses de  
Excelência Gráfica  
Oscar Schrappe  
Sobrinho



Nacionais de  
Excelência Gráfica  
Fernando Pini

# MARAVILHAS DO MUNDO



ILHABELA (SP - BRASIL)



© Viagensecológicas.com.br

Ilhabela é a maior ilha marítima do Brasil, sendo bastante conhecida pelos ventos fortes que sopram no Canal de São Sebastião, tornando a ilha famosa pela prática de esportes náuticos, principalmente a vela. Charmosa, Ilhabela possui pousadas, restaurantes e cafés de rua, deixando o centrinho, mais conhecido como Vila, sempre badalado depois de um dia de praia.

Paradisiaca, os cenários da ilha ficam espetaculares com as molduras de mar azul, montanhas cobertas de Mata Atlântica e muitas cachoeiras. As praias de areia dourada e águas cristalinas completam um lugar que é, no mínimo, perfeito.

Além da natureza deslumbrante, Ilhabela ainda conta com eventos que movimentam a cidade. Em julho acontece a Semana Internacional da Vela, o maior evento do gênero da América Latina, atraindo competidores e turistas do

mundo todo e, em agosto, acontece também o Festival do Camarão.

Mas nem só de charme e luxo vive a Vila. Cenários selvagens ainda podem ser vistos por aqui. Na praia do Bonete, sem energia elétrica e sem sinal de celular, é possível chegar depois de 4 horas de caminhada. Já a Baía de Castelhanos exige 22 quilômetros chacoalhando em veículos de tração nas quatro rodas em estrada de chão. Pode parecer que a viagem não vale a pena, mas basta encontrar uma das cachoeiras no meio do caminho para todas as dificuldades do trajeto valerem a pena. Isso sem falar no destino, praticamente intocado.

Glamurosa e simples, aventureira e sossegada, Ilhabela merece fazer parte do seu próximo roteiro de férias.



© shutterstock

A capital cubana é um mergulho na história e no tempo. Prédios antigos, muitos ainda aguardando restauração, carros dos anos 50 circulando pelas ruas, objetos do século passado e monumentos grandiosos da revolução estão presentes por todo lado.

Seguir um roteiro pode não ser a melhor forma de conhecer Havana, então aproveite o dia e saia sem rumo pela cidade, converse com os moradores, muito simpáticos e amistosos, visite a Plaza de la Revolución, onde aconteciam os famosos discursos de Fidel Castro e admire as particularidades de um lugar que parece ter parado no tempo.

A falta de objetos que para nós são muito comuns, como internet, redes de fast food e máquinas modernas causa estranhamento no começo, assim como ser abordado nas ruas por moradores pedindo itens raros (e caros) de encontrar na cidade, como artigos de higiene pessoal e beleza. Porém também nos levam a refletir e analisar como é fazer parte de um regime completamente diferente do

nosso, o socialismo.

A história política de Cuba é, aliás, constantemente encontrada pela cidade. Seja na figura grandiosa de Ernesto "Che" Guevara esculpida no Teatro Nacional e Ministério del Interior, seja na Plaza de la Revolución onde rostos conhecidos são exibidos em prédios.

Vale a visita às plantações de tabaco, onde você pode aprender como são preparados os mundialmente famosos charutos cubanos, bem como a uma fábrica de rum, bebida que embala as noites cubanas no ritmo de salsa.

Os melhores hotéis e restaurantes estão localizados em La Habana Vieja e a cidade é, de modo geral, bastante segura.

Dá até para dar um pulinho em Varadero e aproveitar o mar do Caribe de pertinho, mergulhando em águas claras de um mar espetacular.

**Vamos pra Havana?**



## CEMITÉRIO VERTICAL INAUGURA O PRIMEIRO CREMATÓRIO DE CURITIBA

A cremação era autorizada na Região Metropolitana da cidade, porém, a partir deste ano, a capital paranaense ganha seu primeiro crematário. Após mais de uma década de negociações, o Cemitério Vertical de Curitiba recebeu a autorização da prefeitura para começar a executar o serviço na cidade.

O forno adquirido pelo Cemitério Vertical de Curitiba é considerado um dos mais modernos do mundo. Feito com tecnologia nacional, ele segue todas as normas federais, estaduais, municipais e ambientais necessárias.

“A cremação é hoje uma realidade no Brasil e, com a demanda crescente, a empresa procurou instalar seu próprio forno”, comenta o sócio-diretor do Cemitério Vertical de Curitiba, Carlos

Alberto Camargo. O Cemitério Vertical já oferecia o serviço aos seus clientes, mas o procedimento era realizado em empresas parceiras instaladas na Região Metropolitana.

“Somos o cemitério que mais sepulta do Paraná e implementar no Cemitério Vertical o primeiro crematário da capital paranaense era um anseio que tínhamos”, comemora Camargo. A expectativa é que a realização do procedimento na própria cidade aumente a procura das famílias, pois todo processo é facilitado e o procedimento é realizado no próprio empreendimento. Além disso, os planos oferecidos pela empresa já contam com um diferencial no mercado.

Ficou curioso sobre o processo de cremação? Então confira algumas curiosidades:





## CURIOSIDADES SOBRE A CREMAÇÃO

### 1. A cremação não afeta o meio ambiente.

Cemitérios muito antigos podem não ter um controle sanitário adequado. Por isso, a decomposição de um corpo pode contaminar os lençóis freáticos e deixar substâncias poluentes.

A cremação é um processo considerado limpo, que não ocupa espaço físico. As cinzas, independente de onde sejam depositadas, não contaminam as águas e os gases emitidos no processo não são poluentes, já que o corpo libera apenas água e gás carbônico em poucas quantidades. Os resíduos tóxicos são retidos em modernos filtros de ar.

### 2. A cremação não é aceita em algumas religiões.

O islamismo, candomblé e judaísmo não permitem a cremação por acreditarem que o corpo deve retornar à terra. A Igreja Católica aceitou este procedimento apenas no anos 60. Já no budismo e hinduísmo, a cremação é uma prática obrigatória, pois estas religiões acreditam que este processo faz com que a alma se purifique e liberte-se do corpo. Já o espiritismo pede que a cremação seja feita depois de dois ou três dias após o falecimento para que o espírito possa se desvincular completamente do corpo.

### 3. A cremação é a prática mais comum em vários países.

Japão e Inglaterra, por exemplo, são países de pouca extensão de terra e um denso povoamento.

Este motivo tornou a cremação um processo muito comum. A influência do budismo e do hinduísmo também motivou a Índia e China a adotarem de forma massiva. Pesquisas apontam que no Brasil, a taxa de cremações é de pouco mais de 2%. Nos EUA, 37%. E no Japão, 99,9%.

### 4. As cinzas costumam ser permitidas em igrejas

A maioria das igrejas permite que a urna com as cinzas esteja presente durante missas ou rituais religiosos, principalmente os que prestam a última homenagem (missa de 7º dia). Porém, é importante pedir autorização ao líder religioso local para se certificar que ele vai permitir esta prática.

### 5. Ocorre um processo de cremação por vez

É impossível realizar dois processos de cremação simultaneamente. Além da prática ser ilegal, as câmaras de cremação não possuem tamanho suficiente para acomodar mais de uma pessoa. Além disso, os restos cremados devem ser individualizados em respeito ao ente querido e à família.

### 6. Existe apenas uma restrição à cremação

O processo de cremação pode ser realizado conforme o desejo de cada um. Quem deseja ser cremado deve expressar sua vontade à família ainda em vida. A única restrição à cremação é se houver morte violenta. Nesse caso, ela só poderá ser realizada se a família conseguir autorização judicial.



A CREMAÇÃO MAIS ANTIGA QUE SE TEM NOTÍCIA É DA SENHORA DE MUNGO, EM NOVA GALES DO SUL, AUSTRÁLIA, JUNTO AO LAGO DE MUNGO. CALCULA-SE QUE SE TRATE DA CREMAÇÃO DE UMA MULHER JOVEM, REALIZADA HÁ CERCA DE 25 MIL ANOS.

O PRIMEIRO CREMATÓRIO DO BRASIL FOI INAUGURADO NA CIDADE DE SÃO PAULO EM 1974.

ANTES DO CREMATÓRIO DO CEMITÉRIO VERTICAL, CURITIBA ERA UMA DAS POUCAS CAPITAIS BRASILEIRAS A NÃO TER UM CREMATÓRIO.

Você sabia que a cremação é um dos processos funerários mais antigos praticados pelo homem? O procedimento é adotado desde a Idade da Pedra. Os homens das cavernas queimavam os mortos para evitar a aproximação de feras e predadores. Já os povos antigos utilizavam a cremação para rituais fúnebres. Os gregos por, exemplo, cremavam seus cadáveres em volta de 1.000 a.C. e os romanos, seguindo a mesma tradição, adotaram a prática por volta do ano 750 a.C.

A cremação era um costume que prevalecia entre os nobres das antigas civilizações. A prática só não era comum no Egito, onde faziam a mumificação, na Judéia, onde enterravam os mortos em tumbas e na China que realizava o sepultamento na terra.

O fogo, antes da Era Cristã, era considerado pelos povos como um deus. A necessidade e crença

na cremação aumentou o poder que o fogo representava. As civilizações antigas acreditavam em seu poder de purificação e na proteção que o fogo exercia sobre os corpos contra os maus espíritos.

Antigamente a cremação era um ritual sagrado, proibida aos suicidas, criminosos e pessoas atingidas por raios, pois se considerava que esta era uma maldição do deus Júpiter. Os povos tinham a convicção que, se essas pessoas fossem cremadas, elas contaminariam o fogo e ele poderia deixar de existir.

No Japão a cremação foi adotada com o advento do budismo, em 552 d.C. Como em outras localidades, este método foi aceito primeiro pela aristocracia e a seguir pelo povo.



Praticamente todo mundo teve, tem ou conhece alguém que seja dono de um animal de estimação. E não é raro ouvir dessas pessoas que seu bichinho já é parte da família. É fácil de entender esse apego, já que os animais trazem alegria, diversão, companhia e ainda melhoram o astral da casa toda. O pet mais encontrado nos lares brasileiros é o cachorro, e essa relação entre cães e donos tem se tornado tão forte que muitos donos passaram a chamá-los de filhos.

Os mimos que os cães recebem vão desde caminhas a creches e recreação. Um mercado que tem movimentado alguns bons milhões na nossa economia.

Muitos se perguntam em que momento essa conexão ficou tão forte e se criou a dependência tanto do cão com ser humano. Tudo começa com a história da evolução dos lobos, que passaram a depender dos humanos se tornando mais dóceis em prol de receber os restos de comida. Os lobos mais carinhosos ganhavam espaço na família e, conseqüentemente, mais comida. A regra da sobrevivência fez nossos peludos fofinhos se adaptarem a nossa rotina e a adorar um carinho, esquecendo da necessidade de caçar para comer.

O apego que o humano tem com os cachorros explica-se pelas questões hormonais, já que estudos comprovam que o ser humano libera os mesmos hormônios relacionados ao amor e à conexão na interação com os cães e com os bebês. Esse instinto protetor foi o que fez surgir a relação de maternidade/paternidade entre homens e cachorros.

Muito embora existam muitos pontos positivos nessa relação, há alguns pontos que precisam de uma atenção maior. Não se deve mimar muito

o cão-filho, já que a relação de dependência, naturalmente existente, pode ampliar-se, causando até mesmo doenças no animal, como ansiedade e depressão. Hoje, o transtorno mais comum observado em cães muito mimados é a ansiedade da separação. A ausência do dono junto ao pet causa comportamentos obsessivos e até agressivos, sendo um problema que pode prejudicar a convivência e até mesmo a saúde do animal, que normalmente recusa-se a comer e a tomar água nesse período.

Isso não significa que você não deve dar atenção ou mimar seu cachorro, mas é um alerta para a questão dos limites, que precisam ser observados e respeitados. Não humanize seu cão, respeite sua natureza e deixe-o ser cachorro às vezes.

Amar alguém incondicionalmente exige responsabilidades, por isso trate sempre seu bichinho com consideração e amor, respeitando sua natureza. Eduque e estabeleça limites, corrigindo sem punir. Cuide da sua saúde, leve-o para passear regularmente, ofereça alimentos de qualidade e água à vontade, vacine e vermifugue-o anualmente e mantenha na sua casa um local apropriado para que ele descanse. Ensine, estimule sua inteligência e desafie-o. Presenteie-o com brinquedos e passe um bom tempo correndo atrás da bolinha com ele.

E, por fim, mas não menos importante, faça-o aparecer na maioria das fotos de família, orgulhe-se das suas habilidades e tenha muitas histórias para contar onde seu peludo é o protagonista. Aproveite cada segundo da sua companhia, já que ele será sempre o seu melhor amigo.

NÃO HUMANIZE SEU CÃO,  
RESPEITE SUA NATUREZA  
E DEIXE-O SER CACHORRO  
ÀS VEZES.

# DICAS CASEIRAS



## APRENDA A FAZER SABÃO LÍQUIDO EM CASA

Todo mundo gosta de economizar. Então, se você é do time que sabe dar valor ao seu dinheiro, essa dica é quantíssima para você guardar um pouquinho todo mês! Ensinamos agora como você pode fazer 10 litros de sabão líquido para lavar suas roupas por menos de R\$ 5,00. Aproveita que a receita é bem fácil!



### VOCÊ VAI PRECISAR DE:

- 1 barra de sabão
- 1 sabonete branco (de banho mesmo)
- 100 gramas de sabão em pó
- 100 gramas de bicarbonato de sódio
- 100 ml de vinagre de álcool
- 1 ralador grosso
- 1 peneira
- 2 bacias ou baldes grandes (capacidade 10 litros)
- 4 litros de água fervente
- 6 litros de água fria



### COMO FAZER:

1. Rale todo o sabão e o sabonete dentro da bacia. Em seguida, com uma colher, misture os dois.
  2. Acrescente 4 litros de água fervente. Coloque primeiro dois litros, misture bem e depois acrescente o restante de água.
  3. Dê uma boa mexida para que tudo dissolva completamente. Acrescente as 100 gramas de sabão em pó, sempre mexendo.
  4. Coloque o bicarbonato de sódio. Assim que colocar o produto, a mistura toda vai dar uma engrossada. É assim mesmo.
  5. Agora chegou a vez do vinagre. Coloque na mistura. A reação química vai dar uma espumada, não se assuste e mexa com calma.
  6. Com tudo misturadinho, acrescente mais dois litros de água fria. Sempre mexendo.
  7. Para saber se tudo foi dissolvido e o sabão ficou 100% líquido, sem pedacinhos, passe toda a mistura por uma peneira. Mas espere todo o líquido esfriar para evitar acidentes.
  8. Se uns pedacinhos de sabão ficaram na peneira, use uma colher e de uma apertada para que ele derreta. Tudo deve estar líquido.
  9. Deixe essa mistura descansando por 5 horas. Ele vai engrossar nesse tempo. Após o descanso, o sabão fica feito um creme. Mexa bem e acrescente mais 4 litros de água.
  10. Agora transfira a mistura para garrafas menores e pode usar à vontade! Este sabão é super cheiroso e é excelente para lavar todos os tipos de roupa.
- Vale salientar que este sabão caseiro não espuma muito, porém ele limpa da mesma forma!**



Medicamento fitoterápico é aquele que é fabricado apenas com matéria-prima de origem vegetal. Pode ser simples, se for feito apenas com uma planta, ou composto, se for fabricado com duas ou mais. Embora sejam fabricados com ingredientes naturais, os fitoterápicos passam por um controle de qualidade rigoroso, sendo submetido a processos farmacêuticos de produção.

Assim como os medicamentos sintéticos, os fitoterápicos tem composição padronizada, eficácia comprovada e segurança de uso para a população, passando por toda a questão de controle e registro junto à Agência de Vigilância Sanitária (Anvisa).

O fato da sua composição ser natural não reduz ou aumenta sua eficácia. A absorção do medicamento fitoterápico depende de diversos fatores, como a dose, horário de tomada e intervalo, interações medicamentosas, entre outros. Existe um mito de que os fitoterápicos demoram mais para apresentar efeitos, mas isso não se aplica nos medicamentos da atualidade.

A maior diferença entre medicamentos sintéticos e fitoterápicos está na sua dosagem. Ambos são

eficientes, porém o sintético tende a apresentar concentrações maiores de ativos. Já quando falamos de efeitos colaterais, os fitoterápicos apresentam menos incômodos.

Fitoterápico ou não, qualquer medicamento deve ser prescrito por um médico, devendo ser respeitadas doses, horários e tempo de tratamento. Devem ser igualmente informados o uso antes de qualquer procedimento médico, principalmente para quem vai submeter-se a uma cirurgia.

Os fitoterápicos podem ser aplicados no tratamento de inúmeras enfermidades, constando, inclusive, na Relação Nacional de Medicamentos Essenciais do Ministério da Saúde. Podem auxiliar no tratamento da gastrite, dores, queimaduras, cicatrizantes, anti-inflamatórios e muito mais.

Vale ressaltar ainda que esses medicamentos são produzidos com ingredientes químicos, mas produzidos pela natureza. Portanto, o cuidado deve ser o mesmo que tomamos com medicamentos sintéticos.

Nunca se automedique, pode ser perigoso para a sua saúde.



## PÃO CASEIRO

### INGREDIENTES:

- 2 copos americano de leite morno
- 2 ovos em temperatura ambiente
- 50g de fermento fresco ou 3 tabletes de 15g cada em temperatura ambiente
- 1/2 copo americano de óleo
- 1 xícara de chá de açúcar
- 1 kg de farinha de trigo
- 1/2 colher de sopa de sal

### COMO FAZER

Comece acendendo o forno em temperatura baixa e desligue após alguns minutos. Você vai deixar a massa descansar dentro dele e o calor vai ajudar seu pão a crescer.

Em um liquidificador, coloque todos os ingredientes, exceto o sal e o trigo;

Bata até obter uma consistência líquida, porém cremosa e espumosa;

Despeje essa mistura em uma bacia e acrescente metade do trigo, misturando com a ajuda de uma colher de pau;

Reserve uma xícara de farinha e adicione o restante do trigo à massa junto com o sal;

O ponto da massa nesse momento é macio e um pouco pegajoso;

Enfarinhe uma superfície e transfira a massa para ela;

Sove a massa até que desgrude das mãos.

Divida a massa em duas partes iguais e abra com a ajuda de um rolo e modele no formato da forma escolhida (dê preferência para formas próprias para pão, já que eles ficam mais bonitos);

Unte a forma com azeite ou um pouco de margarina antes de colocar a massa;

Leve ao forno morno para que descanse e cresça (cuidado para que o forno não esteja muito quente, senão o pão vai assar e a massa não ficará boa) durante 30 minutos;

Ligue o forno em temperatura média (180° C) e deixe assar durante 30 ou 40 minutos, dependendo do seu forno;

A dica é aumentar a temperatura do forno quando sentir cheirinho de pão, para que a casca fique crocante e dourada.



## PETIT GATEAU DE DOCE DE LEITE

### INGREDIENTES:

- 400g de doce de leite;
- 200 g de manteiga;
- 4 claras;
- 8 gemas;
- 1 xícara de açúcar;
- 1 xícara de farinha de trigo;
- 150g de noz pecã cortadas;
- manteiga, para untar e canela, para polvilhar;
- Bola de sorvete e calda de caramelo

### COMO FAZER

Derreta o doce de leite e a manteiga em banho maria. Peneire as gemas e adicione à mistura junto com as claras. Acrescente o açúcar e o trigo, peneirados. Por fim, adicione as nozes. Coloque essa massa em uma forminha untada individualmente com manteiga e polvilhada com canela. Não esqueça de deixar 1 centímetro de borda. Asse em

forno quente (200°C) por aproximadamente 10 minutos. O ponto é quando a massa está firme por fora e crua no centro. Por fim, sirva com uma bola de sorvete e calda de caramelo quente.



## MOUSSE DE CHOCOLATE MEIO AMARGO



### INGREDIENTES:

- 4 claras de ovo;
- 150 g de açúcar;
- 200 g de chocolate 70% cacau;
- 200 g de creme de leite fresco.

### COMO FAZER

Bater as claras em neve; acrescentar o açúcar, batendo sempre, até obter picos firmes.

Derreter o chocolate e deixar esfriar. Misturar o creme de leite.

Incorporar delicadamente um terço das claras ao creme de chocolate. E, por fim, o restante.

Refrigerar por 3 horas antes de servir.



## CARNE ASSADA AO MOLHO DE CERVEJA PRETA



### INGREDIENTES:

- 1,5 kg de lagarto ou pá
- 1 colher de sopa de alho triturado
- Sal e tempero misto em pó a gosto
- 1 colher de sopa de louro em pó
- 2 cebolas pequenas em rodela grossas
- 1 pimentão em rodela grossas
- 1 cerveja preta long neck
- 1 xícara de molho de tomate
- 300 ml de água
- 2 tablete de caldo de costela

### COMO FAZER

Em um recipiente fundo, tempere a carne com alho, sal, tempero misto e louro

Coloque as rodela de cebola e pimentão por cima da carne e deixe descansar por 20 minutos para pegar gosto

Em uma panela de pressão coloque a cerveja, polpa de tomate, a água e o caldo de costela

Deixe ferver, sempre mexendo, até dissolver os caldos de costela

Adicione a carne com todo o tempero e leve ao fogo por 40 minutos

Após o cozimento fatie e coloque em um tabuleiro enfileirada e regue com todo molho que ficou na panela

Adicione batatas couradas e leve ao forno por 10 minutos para dourar as fatias da carne

Sirva com arroz e salada.

# Cemitério Vertical de Curitiba: o melhor e mais completo plano de benefícios funerários do Brasil.

## TRANQUILIDADE EM UM MOMENTO DIFÍCIL

Quem já passou por uma perda sabe como é difícil, neste momento de dor, lidar com os trâmites burocráticos e desembolsar valores não planejados. Isso torna a situação ainda mais dolorosa e traumática.

O Cemitério Vertical de Curitiba entende que seu papel é minimizar esses transtornos. Por isso só ele oferece uma propriedade com todos os benefícios funerários em um único e econômico plano familiar, que cobre:

- Funeral completo
- Sepultamento
- Estacionamento próprio com segurança e conforto
- Translado nacional
- Cremação
- Espaço para guarda perpétua dos restos mortais
- Capelas para velório com cozinha privativa
- Acompanhamento familiar por assistentes sociais



Informações: 0800 41 6902

\* Ligue e solicite uma visita sem compromisso de nosso representante. Se preferir, agende o melhor horário que vamos buscá-lo(a) em sua residência.



Universal Empreendimentos Ltda - Rua Konrad Adenauer, 940 - Tarumã  
CEP 82.821-020 - Curitiba/PR  
[www.cemiteriovertical.com.br](http://www.cemiteriovertical.com.br)