

ELAS

DESEJO E AUTONOMIA:
COMO TER UMA VIDA
SEXUAL SAUDÁVEL
PÁGINAS 2 E 3



GAZETA DO SUL | SÁBADO E DOMINGO | 24 E 25 DE FEVEREIRO | 2024 | NÚMERO 31

• ENTRE EM CONTATO

Site: matteviagens.com.br

Instagram: @matteviagens

Telefones: (51) 3715 8044 ou (51) 98181 8352

Endereço: Rua Marechal Floriano, 1916, Centro de Santa Cruz

Andréa Matte: do sonho ao destino



Lavignea Witt
lavignea@gazetadosul.com.br

Rafaelly Machado

Dizem que viajar é agregar experiências através das janelas dos olhos, e disso Andréa Matte entende bem. Aos 31 anos, ela é sócia-proprietária da Matte Viagens, empresa do ramo de turismo criada por seu avô, Reinaldo Christiano Matte, em 1950. No começo, a empresa funcionava em uma sala junto à Estação Rodoviária de Santa Cruz do Sul. Com o sucesso do empreendimento, Reinaldo decidiu ampliar o negócio e abriu uma loja própria ao lado da rodoviária, em 1972.

Conforme Andréa, o momento em que sua tia se tornou a primeira rainha da Festa Nacional do Fumo (Fenaf) — que atualmente é a Oktoberfest — também foi determinante para a mudança de local. “Eles divulgavam a feira em diversos lugares e isso incentivou o meu avô a ter uma agência que acompanhasse o progresso de Santa Cruz”, conta. Alguns anos depois, o pai de Andréa, Reinaldo Carlos Matte, tornou-se diretor da empresa e se dedica a ela até então.

Quando criança, Andréa acompanhava o desempenho de seu pai na empresa. Ela recorda as diversas despedidas pré-viagens e as datas comemorativas em que ele passou longe, mas sempre mantendo o objetivo de proporcionar um serviço de excelência aos consumidores. Andréa também lembra da mãe, Debora Matte, que trabalhou muito pela agência. E foi a partir dos seus maiores exemplos que ela decidiu também seguir no ramo do turismo.

Reinaldo sempre deixou a filha livre para escolher o que quisesse fazer da vida, mas a vontade já vigorava em seu coração desde cedo. Aos 14 anos, quando começou a participar de viagens escolares, Andréa observava a logística dos roteiros e aguardava ansiosa pelo dia em que poderia conduzir passageiros. Foi somente aos 17 anos, como monitora, que conseguiu acompanhar seu primeiro grupo. Ela conta que até hoje possui contato com algumas pessoas de sua primeira viagem. “Criamos um vínculo muito legal. São laços que vamos construindo”, salienta.

QUER VIAJAR? SE LIGA NAS DICAS!

Para quem quer tirar a viagem dos sonhos do papel, Andréa indica que o primeiro ponto é conferir a disponibilidade. Depois de confirmar a data, é necessário saber quantas pessoas vão participar da viagem. “Após essas duas etapas, a pessoa pode entrar em contato com a Matte Viagens para fazermos um orçamento do destino.” A especialista em turismo garante que não existe tempo certo de preparação, basta se planejar da maneira certa. “Sempre vamos encontrar um roteiro de acordo com o que o cliente está buscando”, assegura.



Legado em construção

Após se formar no Ensino Médio, Andréa optou por se especializar e se tornou turismóloga através da Universidade de Santa Cruz do Sul (Unisc). Por coincidências da vida, sua mãe se formou na primeira turma de Turismo da universidade e Andréa na última, antes do curso de graduação se tornar um tecnólogo.

Hoje, ela integra a equipe da Matte Viagens junto com a irmã, Letícia Matte, que também é sócia-proprietária, e o pai, Reinaldo, como diretor. Junto de suas colaboradoras, eles trabalham honrando o legado de Reinaldo Christiano e Debora, que faleceram

em 1993 e 2016, respectivamente.

A Matte Viagens se destaca por oferecer serviços de lazer e corporativos. “Nós trabalhamos com serviços de passagens aéreas, reserva de hotéis, locação de carros, seguro viagem e outros. Mas nosso diferencial é a parte do atendimento”, ressalta Andréa. Segundo ela, a empresa está há mais de 70 anos no mercado com foco em bem atender os clientes. “É um nome forte na cidade e ficamos muito felizes com isso. Mas também é uma responsabilidade grande mantermos esse legado que ainda estamos construindo, não foi deixado.”

Por estar na linha de frente da agência, Andréa declara que sabe fazer de tudo um pouco. No entanto, o que mais a deixa realizada é ver os passageiros felizes em suas viagens. “É o mais gratificante, poder ver nos olhos deles um sonho realizado.”

Como uma boa amante de viagens, ela também acompanha os clientes em algumas delas e afirma com clareza que o destino preferido dos gaúchos é o nordeste. Fora do País, as opções favoritas são Europa, Estados Unidos e o Caribe. Este último, segundo as palavras de Andréa Matte, “é indispensável”.



Você está convidado para
nossa saída em grupo pelo

CIRCUITO ANDINO

VOCÊ GANHOU UM
DESCONTO DE R\$ 200,00
*válido até 10/03/24 para
esta viagem.

Condição especial para você realizar o sonho de
realizar a Travessia pelos Andes em Setembro 2024.

Matte Viagens | R. Mal. Floriano, 1615 | Santa Cruz do Sul/RS | @MatteViagens

Escaneie o QR CODE abaixo e
conheça o roteiro completo:



(51) 98181-8352

Ausência de desejo sexual: **como lidar?**



NAIARA SILVEIRA BRASIL
naiara@gaz.com.br

Passou o tempo em que a importância de uma vida sexual saudável só poderia ser tratada entre sussurros. Muito pelo contrário: é hora de trazer o assunto cada vez mais naturalmente, às páginas (por que não?) e às claras. Desmistificar o sexo e o prazer é uma das missões da terapeuta sexual Silvana Villa. Natural de Santa Cruz, ela recebe em consultório dúvidas, inseguranças, barreiras e tabus, transformando-os aos poucos em formas saudáveis de viver a sexualidade.

Uma das queixas mais comuns na sala da terapeuta, pioneira na cidade, é a ausência de desejo sexual. Sozinhas ou fazendo parte de um casal, diversas mulheres procuram auxílio para entender e mudar essa realidade, cada vez mais se permitindo conhecer as nuances do próprio prazer.

Conforme a especialista, a baixa libido é comum e pode ter diversas motivações. Questões de saúde podem estar relacionadas, como uso de anticoncepcional, tratamento contra o câncer ou o uso de antidepressivos. Da mesma forma, a oscilação hormonal pode influenciar no desejo sexual — entretanto, ela ressalta que as mulheres vão sentir o período de formas diferentes.

“Enquanto algumas ficam com a libido maior durante o período menstrual, com outras é o completo oposto”, frisa. A gravidez também afeta a libido, e as experiências são diferentes para cada pessoa.

Algumas mulheres podem ter barreiras ligadas à religiosidade, criação e crenças de gerações anteriores, por exemplo, que as impedem de viver o prazer de forma livre. Dentre todas as razões para a ausência de desejo sexual, no entanto, predomina a mente. Segundo Silvana, “90% das vezes em que há baixa libido, é algo psicológico”.

• ROTINA...

“O estresse é o que comanda a falta de libido”, esclarece de pronto a terapeuta sexual. “Baixa autoestima, rotina corrida, mulher sobrecarregada. Todos podem ser sinônimos de baixa libido”, explica Silvana. Preocupações com a casa, os filhos, o trabalho, a rotina como um todo influenciam em grande parte no desejo sexual, especialmente das mulheres.

Os fatores externos podem impedir o desejo e até atrapalhar na hora H. “Às vezes é difícil viver o momento, se concentrar. Sempre digo: ‘O que está fora das quatro paredes se resolve depois’. No momento, é hora viver as sensações”.

Apesar de ser uma questão comum entre os casais e mesmo entre as pessoas solteiras, é importante perceber os sinais de que a libido está deixando a desejar e buscar ajuda. “É interessante procurar trabalhar a mente”, afirma Silvana. “No caso dos casais, estão perdendo o beijo, a conexão. Mas tudo é questão de diálogo e parceria.”

• ...E COMO SAIR DELA

Se a mente se torna a grande vilã do desejo sexual, especialmente para os casais, há solução. “A primeira coisa que eu indico em casal é voltar a namorar, recriar a conexão dos dois”, detalha a terapeuta. Um ponto importante, claro, é que se encontrem formas de diminuir o estresse, como uma divisão mais justa das tarefas da casa e com os filhos, diminuir a carga de preocupações e buscar viver de maneira mais leve.

Para o momento a sós, é ideal conhecer o próprio corpo e do parceiro ou parceira: “Zona erógena é o corpo todo”. Nessa hora, explorar as brincadeiras, aumentar o tempo de estímulo e redescobrir o prazer é essencial. “Dentro do quarto vale tudo! E até fora dele, explorando a casa e saindo da rotina”, diz. E se for preciso, o uso do lubrificante não deve ser motivo de vergonha. “Muito pelo contrário, às vezes ele é necessário para estimular sem correr o risco de machucar.”

Fotos: Rafaelly Machado



Silvana Villa: ausência do desejo sexual está ligada ao psicológico em 90% dos casos

Desmistificando o sexo e o prazer

O papo sobre a baixa libido não pode ser encarado como tabu, conforme a especialista. Se possível, a conversa deve ser em um momento mais descontraído — e nunca tratada com deboche. “O assunto é sério, mas o sexo deveria ser conversado de forma leve, assim como diversos outros assuntos”,

comenta. Com diálogo, observa Silvana, é possível encontrar maneiras de despertar o desejo adormecido.

Além disso, segundo a terapeuta, não é necessário ter nenhuma questão para procurar conhecer o próprio prazer. É claro que ela atende muitos casais nos quais a conexão

anda falha, mas pacientes com autoestima baixa ou que simplesmente querem se conhecer melhor sexualmente também podem procurar ajuda. O atendimento pode ser até online. “As pessoas chegam constrangidas, mas logo entendem a importância de falar sobre o assunto.”

EXPEDIENTE

Edição: Heloisa Corrêa (heloisa@gaz.com.br) e Naiara Silveira Brasil (naiara@gaz.com.br) ☎ 3715 7984 Arte-final: Rosani Moller Klunk

Visite nosso restaurante!

CHARRUAHOTEL

EM BREVE, NOVO CARDÁPIO

CAFÉ DA MANHÃ

06:00 - 10:00 (segunda a sábado)
06:00 - 10:30 (domingos e feriados)

JANTAR

18:00 - 22:00 (todos os dias)

☎ (51) 9 9296 7699

📍 charruahotel

Explorando o prazer



O estímulo é ponto-chave para aumentar a libido e curtir a hora H – seja sozinha ou acompanhada. Os brinquedos eróticos, nesse contexto, podem ser um “tempero a mais” para o casal ou uma forma de exercitar o conhecimento do próprio prazer a sós. “A gente teve uma criação cheia de tabus, é importante desmistificar isso tudo”, comenta a proprietária da Loja QCharme, Daiane Limberger Severo, que atua na comercialização de itens eróticos há 12 anos e gerencia três lojas de moda íntima e *sex toys*.

Segundo ela, as barreiras têm sido quebradas ao longo dos

anos, mas ainda há muita resistência em experimentar alguns produtos. A diversificação do mercado, no entanto, também tem colaborado com a naturalização, já que hoje é possível encontrar uma variedade gigantesca de produtos com diferentes funcionalidades.

Nas lojas de Daiane, as tradicionais bolinhas “que explodem” ainda são vendidas, mas já viraram passado – até por não serem tão indicadas. Os mais procurados são os géis excitantes, de massagem, que vibram, esquentam ou esfriam, que deixam a pessoa brincar com as sensações



Daiane Severo: há 12 anos na área

oferecidas. Além disso, os vibradores continuam em alta, nos mais variados modelos. Confira algumas dicas de produtos para usar a sós e acompanhada.



PLAYLIST DO MÊS



Abra o app do Spotify e leia o código para acessar a playlist

• BOAS VIBRAÇÕES

Para quem quer discrição e busca um vibrador “camuflável”, esse aqui é perfeito. Ele tem várias opções de velocidade e é supercompacto. O “batom” é recarregável e à prova d’água.



• NOVAS SENSações

Falando em novas tecnologias, uma opção para explorar os sentidos é o gel que vibra. Ele é um lubrificante íntimo que tem efeito de vibração. E tem várias opções de sabor: ice, algodão-doce, chocolate, vinho, vodka e chiclete.



Pequeno, mas com muitas funcionalidades, o vibrador duplo também é recarregável e à prova d’água. Ele vibra nas duas extremidades, com mais de dez opções de

vibração, e é flexível. Além disso, vem com controle remoto. Dá para explorar a criatividade sozinha e acompanhada!



Ainda na linha dos géis, o gel estimulante intravaginal promete aquecer a região interna da vagina e gerar contrações, estimulando o prazer feminino.

SEM TABU – Autoconhecimento e autonomia sexual são importantíssimos para uma vida sexual saudável. Conforme a terapeuta sexual Silvana Villa, o toque é parte fundamental da descoberta da sexualidade feminina. “Tudo o que é nosso podemos e devemos tocar. Precisamos conhecer, porque é nosso”, ressalta. “O mais básico de tudo: se olhar. Observar a vulva, conhecer o corpo, se olhar nua no espelho e enxergar a pessoa linda que você é.”

Entender o próprio prazer, saber qual o melhor estímulo, quais sensações você curte é essencial para se conhecer. Nesse sentido, é possível se explorar com as mãos ou com o uso de vibradores (dos mais diferentes modelos). “Se ainda há barreiras, pense que conhecer o teu corpo não faz mal a ninguém. Pelo contrário, só traz benefícios. O orgasmo melhora o sono, a pele, desenvolve a autoestima. Só benefícios”, conclui Silvana.

Um dos vibradores mais tradicionais, o golfinho é um modelo mais simples. Ele tem só uma velocidade e funciona com pilhas – por isso, não é à prova d’água. Pode valer a pena para quem busca um vibrador mais em conta do que os modelos mais modernos.



As lingerie também são boa pedida para usar sozinha – por que não? Dá para seguir a dica da Silvana Villa, de se olhar no espelho e melhorar a autoestima, em um momento de sensualidade. É claro que também serve para quem deseja sair da rotina em casal.



Giovana

Consultoria Imobiliária

Atuando em Santa Cruz do Sul - RS e São Paulo - SP, com 30 anos de experiência no Mercado Imobiliário, auxílio na busca do imóvel ideal com segurança e atendimento personalizado, inclusive no pós-venda. Especialista em lançamentos e empreendimentos.



“A possibilidade de realizarmos um sonho é o que torna a vida interessante.”

Paulo Coelho

@corretoragiovana_
(51) 9 9998-2919
Conte comigo!

CRECI nº 15.635 RS - CRECI nº 275192 SP

Auriculoterapia: técnica milenar chinesa auxilia no tratamento de distúrbios emocionais

Foto: Rafaelly Machado



Aline Silva
aline@rdgazeta.com.br

A orelha tem o formato de um feto de cabeça para baixo. Sim, você foi olhar e se surpreendeu com a similaridade. Pois bem, é baseada nessa anatomia da orelha que a técnica milenar chinesa – conhecida por auriculoterapia – auxilia no tratamento de diversas patologias e distúrbios emocionais. Cada parte do corpo, representada na figura citada, pode ser estimulada através de pontos específicos e cada um desses pontos representa uma região ou órgão do corpo humano.

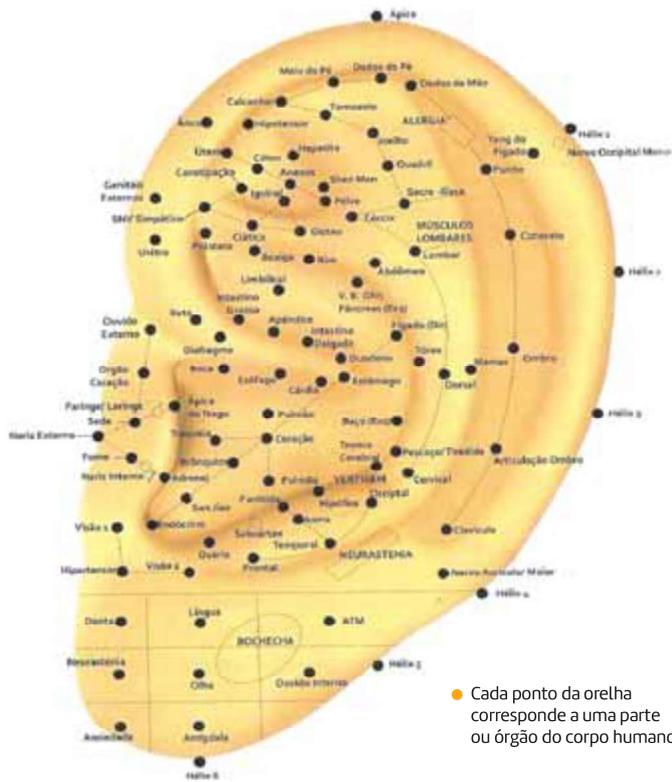
A fisioterapeuta Carina Cechin Lehmen, da Clínica Antonio's, explica que é possível observar os pontos em que a pessoa necessita estímulo. "Geralmente conseguimos avaliar pontinhos na própria orelha, são pontos evidentes, que mostram o que está 'ruim', problemas mais agudos, crônicos, sem o paciente manifestar". Ainda assim, a fisioterapeuta salienta que sempre é feita uma entrevista com os pacientes, que detalham os principais ansiosos. "A primeira pergunta sempre é: 'Por que está buscando a auriculoterapia?'", resume.

Entre os benefícios da técnica, a fisioterapeuta destaca o tratamento da ansiedade. "Na verdade ela acalma o nosso corpo. Controla a ansiedade, distúrbios intestinais, parte emocional em si." A questão alimentar também pode ser regulada através da auriculoterapia, mas Carina ressalta que "ela não emagrece, nem engorda, mas auxilia a regular o apetite".

A prática pode ser aplicada de sete em sete dias, e os resultados costumam aparecer, normalmente, na segunda semana. No entanto, Carina destaca que o efeito varia muito de paciente para paciente, e há relatos de melhora imediata em alguns casos. A estimulação dos pontos pode ser feita através de agulhas ou sementes.

Na Antonio's, Carina opta por sementes, habitualmente de mostarda, devido ao tamanho, resistência e por implicar menos dor e incômodo aos pacientes. "A aplicação é feita com adesivo, com leve pressão e estímulo da semente." Depois, o paciente é orientado a estimular o local no mínimo três vezes ao dia. "Costumo dizer: 'Está olhando TV? Fica ali fazendo um carinho, vai estimulando'".

A técnica pode ser aplicada em qualquer uma das orelhas, sem contraindicação e a partir de qualquer idade. Para bebês, inclusive, auxilia e melhora a qualidade do sono. As aplicações duram em média 30 minutos e, normalmente, são recomendadas ao menos seis sessões.



• Cada ponto da orelha corresponde a uma parte ou órgão do corpo humano



Carina Cechin Lehmen: "Acalma o corpo"

• CURIOSIDADES

Sementes de mostarda – São escolhidas pela forma anatômica e por causar menos incômodo em relação à aplicação de agulhas.

Gravidez – A auriculoterapia não é recomendada nos três primeiros meses de gestação para evitar a estimulação de alguns pontos na hora indevida. Depois, a técnica pode auxiliar até para o parto!

Piercing – Na hora da colocação da joia, pode acontecer de coincidir com algum ponto específico e causar desconforto.



• Sementes são aplicadas com adesivos na orelha do paciente



Auriculoterapia

- ✓ Dores em geral ✓ Alergias
- ✓ Ansiedade e estresse
- ✓ Cólica ✓ Intestino preso
- ✓ Problemas de digestão
- ✓ Aumento da imunidade
- ✓ Insônia ✓ Enxaqueca, dor de cabeça



Clínica Antonio's
FISIOTERAPIA E HIJROTERAPIA

Rua Ernesto Alves, 1200 | 51 99898-8618 | clinicantonios.com.br | @clinicantonios



Iria Cabeleireira completa 39 anos!



Adquira um ritual Kerastase e ganhe a finalização como presente! Aproveite essa promoção especial e traga mais brilho aos seus cabelos. Venha nos visitar e desfrutar dessa oferta por tempo limitado. Estamos ansiosos para tornar o seu dia ainda mais especial!

#AniversarioIriaCabeleireira #CabelosBrilhantes

Rua Ernesto Alves, 400 - Santa Cruz do Sul | 51 99895-1828