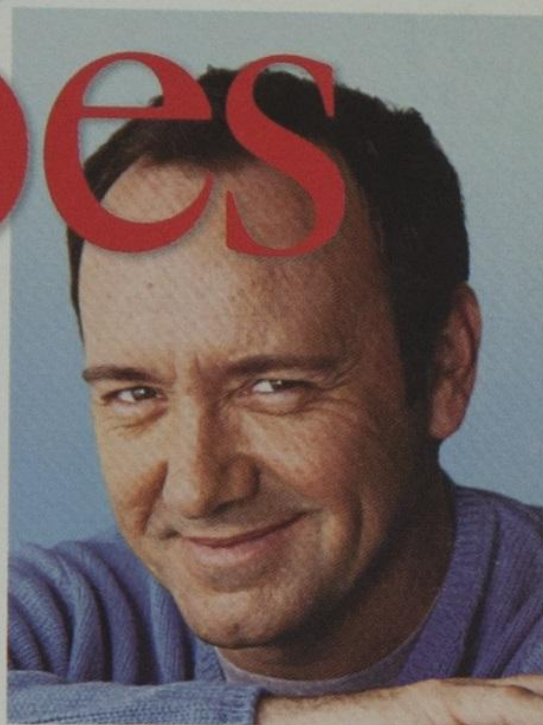


Melhore a saúde aprendendo a meditar

www.selecoes.com.br

# Seleções

Reader's Digest



## A dieta natural das cores

**Kevin Spacey**

A atuação dele faz toda a diferença

PÁGINA 48

PÁGINA 44



PÁGINA 56

## Segredos para ter sorte

**E MAIS** Angra dos Reis: muita coragem na lama ■ Como fazer 50 anos sem drama ■ Paz na Terra Santa Amiga das focas ■ Uma jogada de mestre

Maio  
2003  
ASSINANTE



R\$ 5,90

## RESPOSTAS:

1. **adusto**-[C] ressequido (do latim *adustus*, particípio passado do verbo *adurere*, 'queimar pela beirada', formado do prefixo *ad-*, indicando [aqui] lateralidade, e do verbo *urere*, 'queimar').
2. **arnês**-[A] armadura de guerreiro (do antigo francês *herneis* [*harnais*, na língua moderna], idem, de origem remota escandinava).
3. **candeia**-[D] vela de cera (do latim *candela*, idem, formado de *candere*, 'ser [muito] branco', daí 'brilhar' e depois 'estar em brasa').
4. **certame**-[B] disputa (do latim *certamen*, -nis, idem, deverbal de *certare*, 'debater').
5. **elmo**-[B] tipo de capacete (do germânico ocidental [talvez, frâncico] \**helm*, atestado com esta mesma forma no antigo holandês, no antigo alto alemão e no anglo-saxão; a raiz indo-européia é \**kel-*, 'cobrir/esconder', cf. latim *cella*, 'despensa', deverbal de *cellare*, 'esconder').
6. **frondoso**-[D] com muitas folhas (do latim *frondosus*, idem, derivado de *frons*, *frondis*, 'folhagem', que não deve ser confundido com *frons*, *frontis*, 'fronte', sem qualquer relação).
7. **lauto**-[D] abundante (do latim *lautus*, particípio passado de *lavare*, variante de *lavare*, 'lavar'; de 'lavado' passou a 'elegante' e, daí, a 'rico').
8. **nédio**-[B] de pele lustrosa (do latim *nitidus*, 'lustroso', étimo dos alótopos *nédio* e *nítido*).
9. **opróbrio**-[A] grande desonra (do latim *opprobrium*, idem, de *probrum*, 'reprovação').
10. **proscrito**-[B] condenado ao desterro (do latim *proscriptus*, particípio passado de *proscribere*, 'anunciar publicamente' [uma condenação, p. ex.]).
11. **sagaz**-[C] esperto (do latim *sagax*, *sagacis*, idem; na origem, que tem o faro apurado; é deverbal de *sagire*, 'ter os sentidos apurados').
12. **tosco**-[A] rude (do latim *tuscus*, 'dissoluto', alusão aos habitantes do *Tuscan vicus*, 'bairro etrusco', zona comercial de Roma, onde também se concentravam as prostitutas).
13. **ufano**-[B] totalmente imodesto (do castelhano *ufano*, 'jactância'; segundo Corominas, o étimo seria germânico; cp. com o gótico *uffon* [acus.], 'excesso').
14. **viçoso**-[B] que tem exuberância de vida (do latim *vitiosus*, 'corrompido', derivado de *vitium* e cujos derivados, na Idade Média, qualificavam os de vida sexual intensa).
15. **vil**-[D] de pouco valor (do latim *vilis*, 'barato').



## CONHEÇA SEU NÍVEL

4-7 Bom 8-11 Excelente 12-15 Excepcional

Respostas: **O grama** (medida de massa)/**a grama** (relva); **o capital** (dinheiro)/**a capital** (cidade); **o guia** (pessoa que guia)/**a guia** (documento); **o caixa** (funcionário)/**a caixa** (objeto); **o estepe** (pneu sobressalente)/**a estepe** (vegetação); **o rádio** (aparelho)/**a rádio** (estação); **o foca** (jornalista novato)/**a foca** (animal); **o cabra** (homem valente)/**a cabra** (animal).

## ATUALIDADES MÉDICAS

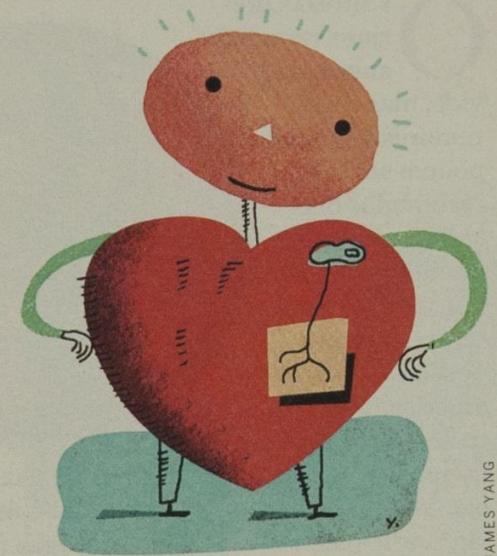
CULTURA DE CÉLULAS ■ FIM DO MIOMA ■ CEFALÉIA INFANTIL

## Da coxa para o coração

O TRANSPLANTE de coração não é a melhor solução para as doenças cardíacas por causa dos riscos da cirurgia, da falta de doadores e da rejeição. Os pesquisadores vêm estudando uma solução mais simples: células musculares de outras partes do corpo.

Francis Pagani, diretor do Programa de Transplantes de Coração da Universidade de Michigan, fez cultura de células musculares da coxa de pacientes à espera de transplante e injetou-as no coração. Quando os pacientes receberam o coração novo, Pagani examinou os órgãos removidos. As células novas haviam sobrevivido e começado a formar fibras musculares.

Enquanto isso, colegas da Universidade do Arizona estudavam o procedimento em pacientes subme-



© JAMES YANG

tidos à cirurgia de ponte de safena. Além de não se notarem danos, houve indícios de que as células transplantadas melhoravam a função cardíaca. O uso de células musculares do próprio paciente evita o risco de rejeição, é mais fácil e menos controversa do que o transplante de células-tronco embrionárias.

## SEM RECEITA

O uso indevido de remédios é a principal causa de intoxicação no Brasil. Só em 2000, foram 22.121 casos.

Fiocruz/Sinitox



## Contra a diabetes

Você já ouviu dizer que nozes e castanhas fazem bem à saúde. Elas são ricas em gordura monoinsaturada, que

umenta o colesterol "bom". Agora, pesquisadores de Harvard descobriram que mulheres que ingerem um punhado de nozes e castanhas cinco vezes por semana são 20% menos propensas a ter diabetes tipo 2. Não fiquem tristes, rapazes: os médicos acreditam que isso se aplica a vocês também.