



Mundo Antigo



# STALIN o ditador:

Implantou um regime totalitário que matou milhões de pessoas, tornando-se líder da União Soviética

# Gato-Bravo-De-Patas-Negras: o felino mais mortal do mundo

No Zoológico Hogle, localizado nos Estados Unidos, uma nova integrante está roubando a cena e capturando corações: Gaia, uma gata-brava-de-patas-negras. Essa fêmea não é apenas uma adição encantadora, mas também uma participante vital em um programa de criação promovido pela Associação de Zoológicos e Aquários dos Estados Unidos. O objetivo do programa é contribuir para a recuperação da população dessa espécie ameaçada de extinção.

Ao contrário de sua aparência delicada, os gatos-bravos-de-patas-negras são reconhecidos como



os “felinos mais mortais do mundo inteiro”. Com uma taxa de sucesso impressionante de 60% na caça, esses predadores não domesticáveis cativam a atenção de entusiastas da vida selvagem. Em seu habitat natural, esses gatinhos ado-

ráveis e perigosos realizam entre oito e 14 refeições diárias, destacando-se como verdadeiros mestres da caça. Embora os grandes felinos, como tigres e leões, sejam frequentemente considerados os predadores mais ferozes, os gatos-bra-

vos-de-patas-negras superam suas contrapartes em eficácia na caça, com uma taxa de sucesso notavelmente maior do que outros gatos selvagens, como leões e leopardos, que raramente ultrapassam os 20 ou 40%.

Esses felinos noturnos podem percorrer mais de 35 km em uma única noite em busca de presas, revelando-se predadores oportunistas capazes de surpreender até mesmo as lebres mais ágeis. No entanto, são criaturas solitárias, marcando seus territórios ao urinar, tornando raro encontrar vários deles andando em conjunto.

## Para ela o sangue humano é afrodisíaco: conheça a peculiar ‘Aranha-Vampira’

Você já ouviu falar da Evarcha culicivora, a notável “aranha-vampira” que chama a atenção não apenas pelo seu tamanho diminuto, mas por suas preferências alimentares peculiares? Esta espécie única de aranha é encontrada exclusivamente na região do Lago Vitória, entre Uganda, Quênia e Tanzânia, e ganhou destaque por sua fascinante relação com os mosquitos.

Apesar do nome sugestivo, a aranha-vampira não é uma ameaça direta aos humanos, mas sim uma especialista em mosquitos, com uma predileção notável por fêmeas repletas de sangue. Com menos de 5 mm de comprimento e uma coloração discreta de marrom e cinza, sua aparência modesta contrasta com suas atividades alimentares distintas. A preferência da Evarcha culicivora por mosquitos fêmeas que recentemente se alimentaram de sangue de mamí-

feros, incluindo humanos, dá origem ao curioso apelido. Ao escolher tais presas, a aranha não apenas obtém os nutrientes de um mosquito comum, mas também desfruta dos benefícios adicionais do sangue rico em proteínas dos mamíferos.

Estudos revelam que, ao se alimentar indiretamente de sangue, a aranha adquire um odor relacionado à dieta, tornando-a mais atraente para o sexo oposto. Essa peculiaridade não só influencia suas escolhas alimentares, mas também tem impactos em suas interações sociais e na escolha de parceiros.

Além disso, descobertas recentes mostram que a aranha-vampira, frequentemente encontrada em áreas próximas a habitações humanas, demonstra preferência por odores humanos específicos, sendo atraída por meias sujas em vez de limpas.

## Como as baleias passaram de animais terrestres para marinhos?

Os cetáceos, grupo notável de animais aquáticos que inclui baleias, golfinhos e botos, continuam a encantar a humanidade com sua inteligência, beleza e comportamentos cativantes. Por trás dessa fascinação, no entanto, está uma história evolutiva intrigante que nos leva de volta à terra firme. Os ancestrais dos cetáceos eram, surpreendentemente, animais terrestres, como os Pakicetus, que inicialmente caçavam peixes nas proximidades de rios e lagos. A transição da terra para a água é um dos enigmas mais intrigantes da evolução. Os basilossauros foram os pioneiros na completa adaptação à água, com narinas deslocadas e membros traseiros inúteis em terra. A evolução culminou nos cetáceos modernos, mistocetos e odontocetos, que emergiram há cerca de 34 milhões de anos. A mudança para a

água, explicada pelo princípio evolutivo de aproveitar oportunidades favoráveis, está diretamente relacionada à disponibilidade de alimentos nas profundezas dos oceanos.

A transformação dos corpos dos cetáceos revela adaptações notáveis para a vida aquática. Mamilos, essenciais para a amamentação, foram aprimorados com fendas mamárias hidrodinâmicas. Narinas migraram para o topo do crânio, tornando-se respiradouros, e membros posteriores foram eliminados, dando lugar às nadadeiras.

As baleias dentadas (odontocetos) desenvolveram a ecolocalização, enquanto as baleias de barbatanas (mistocetos) adotaram um aparelho de alimentação em forma de pente. A análise genética revela mudanças nos genes relacionados à vida aquática, evidenciando a complexidade desse processo evolutivo.

# Dog Bus: o transporte “escãolar” que leva cães até a creche no interior de Santa Catarina

André é morador de Içara, cidade no interior de Santa Catarina com pouco menos de 60 mil habitantes. O treinador de cães e a esposa trabalham cuidando dos pets desde 2010. Químico de formação, André não estava contente com a pressão e o cansaço do trabalho e viu no adestramento uma oportunidade de melhorar a qualidade de vida.

Tudo começou na própria casa onde moram ao cuidar de dez cães sem ter uma estrutura adequada. Com o aumento da demanda, o serviço de hotel se tornou uma creche, com os tutores indo buscar os animais antes do fim do dia. A procura aumentou ainda mais, e os dois começaram a receber pedidos para que eles bus-



cassem os bichinhos, e foi aí que o serviço de transporte “escãolar” surgiu.

André começou realizando o serviço com uma van, mas, depois de um tempo, trocou por uma maior. O trabalho foi dando certo, e ele

precisou comprar mais uma. Depois veio a aquisição de um ônibus. E atualmente a Pet Creche Educador de Cães conta com dois ônibus. Um é dirigido por André e o outro pela esposa. Por fim, o empreendimento

conta com mais cinco monitores e um veterinário. Juntando os serviços de “hotel” e “creche”, o local cuida por mês de cerca de 1.500 cachorros. André garante que os passageiros do Dog Bus são educados e não brigam.

## Lilica e Lolita: as cadelas pinschers com muita personalidade e estilo

Lorena Neves é pedagoga e cantora de uma empresa de telegrama falado a qual é proprietária. Desde pequena ela gosta da raça pinscher, já teve um cachorrinho na infância e hoje se rende aos encantos das cadelas Lilica e Lolita de dois anos.

Lilica e Lolita podem ser consideradas verdadeiras ‘lady’s’. Vivem uma vida com muito amor e mordomia e distribuem simpatia e chamam a atenção das pessoas por onde passam. Com muito estilo, elas desfilam com roupinhas e acessórios, escolhidos com todo capricho pelos seus tutores. As cadelas têm inúmeras roupas e adereços para as diferentes ocasiões, berço, guarda-roupa e até pijama de seda para a hora de dormir. A tutora revelou

ainda que Lilica e Lolita são as mascotes da empresa de telegrama falado. Não participam das ações externas pois não tem como segurá-las para cantar e tocar, mas participam da divulgação através do Instagram e fazem passeios vestidas a caráter.

Sobre a rotina com as pinschers, Lorena detalha que são inúmeros passeios diários, com muitas demonstrações de carinho e brincadeiras. Ah, e na hora de dormir tem todo um ritual. Lilica e Lolita vestem o pijama e só dormem no berço, por volta das 21h. A noite de sono tem direito a mosquiteiro e almofada personalizada. Lilica e Lolita só acordam por volta das 8h para começar um novo dia com muitas aventuras e fofuras.

## Diabetes em gatos: saiba o que fazer e como tratar!

A Diabetes Mellitus Felina é uma condição metabólica crônica que afeta os gatos, resultando em níveis elevados de glicose no sangue (hiperglicemia).

Saiba mais!

Causas – Resistência à insulina; disfunção das células beta do pâncreas; obesidade. Sinais clínicos – Aumento da sede (polidipsia) e micção (poliúria); apetite aumentado (polifagia) ou diminuído; perda de peso; fraqueza ou letargia; problemas de visão.

Diagnóstico – O diagnóstico de diabetes felina é feito com base nos sintomas, exames clínicos e testes laboratoriais, incluindo medição dos níveis de glicose no sangue e, em alguns casos, exames adicionais

para descartar outras condições.

Tratamento – Uma dieta específica pode ajudar a controlar os níveis de glicose no sangue. Dietas ricas em proteínas e fibras e com baixo teor de carboidratos são recomendadas.

Vale lembrar, se não tratada, a diabetes felina pode levar a complicações graves, como cetoacidose diabética (uma condição potencialmente fatal caracterizada por altos níveis de cetonas no sangue) e problemas de saúde a longo prazo, como danos nos rins, nos olhos e no sistema nervoso.

Procure sempre um veterinário e faça regularmente o acompanhamento do seu felino.

# STALIN o ditador: implantou um regime totalitário que matou milhões de pessoas, tornando-se líder da União Soviética



Josef Stalin foi um dos grandes nomes do século XX, além de ter sido responsável por conduzir um dos regimes mais sanguinários da história conhecido como stalinismo.” história da humanidade. Nascido na Geórgia, tornou-se marxista ainda durante a juventude e dedicou anos da sua vida para derrubar a monarquia czarista. Filiou-se aos bolcheviques que tomaram o poder na Rússia em 1917 e tornou-se líder da União Soviética em 1927, posto que manteve até 1953.

Stalin gravou seu nome como um dos ditadores mais sanguinários que existiram e esteve à frente de um regime totalitário que matou milhões de pessoas. Outro feito dele foi ter liderado a resistência que derrotou os nazistas na Segunda Guerra Mundial. Seus crimes foram denunciados depois que faleceu.”

Seus pais se consideravam monarquistas e eram contra os políticos radicais. Há re-

gistros históricos de que o pequeno Vladimir demonstrava uma personalidade competitiva e era, às vezes malcriado, mas se destacava nos estudos.

A vida de Lenin foi marcada pela morte de seu pai, em 1886, quando ele tinha então 16 anos, e de seu irmão Aleksandr. Ele havia organizado protestos contra o governo, uniu-se a uma célula que planejava executar o imperador e acabou sendo condenado ao enforcamento.

Estes dois fatos se tornariam traumas que trariam influência nos rumos tomados em seu futuro.

Mas, além disso, impulsivariam toda a família para um maior envolvimento em questões políticas. Isso porque os Ulyanov acabaram, na sequência desses acontecimentos, isolados da vida burguesa, o que fez com que desenvolvessem uma raiva direcionada aos nobres e liberais.

## Lenin e a Revolução Russa



Entre 1904 e 1905, a Guerra Russo-Japonesa fez com que a Rússia entrasse em uma crise econômica gigantesca, o que levou a uma mobilização dos trabalhadores pobres. Eles então estabeleceram uma greve geral e organizaram uma marcha em direção ao palácio onde morava o Czar Nicolau II.

Ao chegarem lá, os soldados abriram fogo contra a população, causando um massacre no qual pelo menos 200 pessoas morreram. O evento ficou conhecido como “Domingo Sangrento” e ajudou a espalhar o ímpeto por mudanças. Lenin, embora não tenha participado diretamente do acontecimento, estimulou os trabalhadores a se armarem e se rebelarem. Lenin começou, então, a tomar a dianteira na liderança do crescente movimento revolucionário. Com a Primeira Guerra Mundial, a partir de 1914, a Rússia passou a se afundar em uma crise ainda mais grave, o que estimulou ainda mais o levante

dos trabalhadores.

Em 23 de fevereiro de 1916, milhares de pessoas se reuniram nas ruas de Petrogrado, atual São Petersburgo, levando à eclosão do movimento que culminaria na derrubada do czarismo. Por fim, o czar Nicolau II abdicou do trono e um novo governo começou a ser organizado. Nesse momento, Lenin viu condições para o seu retorno à Rússia e defendeu que os soviets (conselhos políticos formados pelas classes mais populares) deveriam canalizar a mobilização dos trabalhadores.

Assim, ele começou a estimular que as classes proletárias se revoltassem contra o governo provisório e a criticar quem defendia uma união entre bolcheviques e mencheviques, as duas vertentes políticas que disputavam o poder após a queda do czar. Sua meta era a instalação de um governo revolucionário exercido pelos trabalhadores, a partir da expressão “todo poder aos soviets”.

# Belobog e Czernobog - Os deuses da Luz e das Trevas na mitologia Eslava

Esses dois deuses foram popularizados no Ocidente nos últimos anos pelo popular romance *American Gods*, de Neil Gaiman, e pela série de TV de mesmo nome. Mencionamos Belobog e Czernobog juntos porque, assim como Lada e Lado, eles são vistos como dois seres separados, mas intrinsecamente conectados.

Belobog é o deus da Luz e seu nome pode ser traduzido literalmente como “deus branco”. Por outro lado, o nome de Czernobog é traduzido como “deus negro” e ele é visto como o deus das trevas.

Este último era visto como uma representação da parte maligna e sombria da vida, como um demônio que trazia apenas calamidade e infortúnio. Belobog, por outro lado, era um deus puro e perfeitamente bom que compensava a escuridão de seu irmão.



## Tempo histórico: aqueles que marcam um acontecimento, datam a história da humanidade

O tempo histórico são os acontecimentos que marcam um povo, uma nação, ou as vezes a humanidade. Como exemplo poderíamos citar uma guerra, a construção de uma grande obra, a descoberta da cura de uma doença, etc Assim como podemos contar o tempo através do tempo cronológico, usando relógios ou calendários, temos ainda outros tipos de tempo: o tempo geológico, que se refere às mudanças ocorridas na crosta terrestre, e o tempo histórico que está relacionado às mudanças nas sociedades humanas.

O tempo histórico tem como

agentes os grupos humanos, os quais provocam as mudanças sociais, ao mesmo tempo em que são modificados por elas.

O tempo histórico revela e esclarece o processo pelo qual passou ou passa a realidade em estudo. Nos anos 60, por exemplo, em quase todo o Ocidente, a juventude viveu um período agitado, com mudanças, movimentos políticos e contestação aos governos. O rock, os hippies, os jovens revolucionários e, no Brasil, o Tropicalismo (Cetano Veloso, Gal Costa, Gilberto Gil, entre outros) e a Jovem Guarda (Roberto Carlos,

Erasmus Carlos, entre tantos outros), foram experiências sociais e musicais que deram à década de 60 uma história peculiar e diferente dos anos 50 e dos anos 70.

A história não é prisioneira do tempo cronológico. Às vezes, o historiador é obrigado a ir e voltar no tempo. Ele volta para compreender as origens de uma determinada situação estudada e segue adiante ao explicar os seus resultados.

A contagem do tempo histórico

O modo de medir e dividir o tempo varia de acordo com a crença, a cultura e os costumes de cada povo. Os

cristãos, por exemplo, datam a história da humanidade a partir do nascimento de Jesus Cristo. Esse tipo de calendário é utilizado por quase todos os povos do mundo, incluindo o Brasil.



# Vestido usado pela princesa Diana é leiloadado em R\$ 1,6 milhões

Uma casa de leilões privada Julien's 'Auctions', leiloou no dia 18 de janeiro uma peça usada pela falecida princesa Diana.

De acordo com o 'E! News' estimava-se que o valor da peça fosse vendida entre 100 a 200 mil dólares, mas as expecta-

tivas foram superadas.

O valor dado foi 325 mil dólares (1 milhão e seiscentos mil reais), pois trata-se de um vestido preto "forrado com seda" da estilista Catherine Walker que a princesa Diana usou num evento privado.



## Cantora Iza anunciou nas redes sociais que terá o próprio bloco de carnaval em SP

A cantora Iza anunciou nas redes sociais que terá o próprio bloco de carnaval. O Bloco 'Bonde Pesadão' vai desfilar pelas ruas de São Paulo no dia 11 de fevereiro de 2024.

No Instagram, a cantora de 31 anos afirmou que está "muito ansiosa" para o evento. Na página oficial do bloco, a cantora

confirmou que o bloco vai se concentrar na Rua Laguna, em Santo Amaro, na zona sul de São Paulo, entre Rua Bragança Paulista e Rua Castro.

A Prefeitura estima que 15 milhões de pessoas participem dos festejos de rua neste ano, com 637 desfiles durante os oito dias de comemorações no mês de fevereiro.



## Vocalista Mary Weiss do grupo americano 'The Shangri-Las' morre aos 75 anos



Neste sábado, dia (20), a cantora Mary Weiss, principal vocalista do grupo americano The Shangri-Las, faleceu aos 75 anos. A informação foi confirmada pelo marido da artista, que não especificou a causa da morte. The Shangri-Las estourou na década de 1960, com as duplas de irmãs Mary e Betty Weiss e Marge e Mary Ann Ganser.

As canções "Remember" e "Leader of the Pack" foram incluídas na lista das 500 melhores músicas de todos os tempos, segundo a revista Rolling Stone.

Mary Weiss era a principal estrela do grupo, que fazia muito sucesso entre os jovens, com letras que versavam sobre amores desastrosos e dramas adolescentes.



## Marvel: retoma filmagens da série o 'Demolidor' e estuda futuro de Eco

A nova série do Demolidor, Daredevil Born Again, marcou o início de suas filmagens para a próxima segunda-feira, dia 22. De acordo com a THR, a produção trouxe de volta

o coordenador de dublês Philip Silvera, que trabalhou na série do herói na Netflix, para esta nova empreitada, para atuar também como diretor de segunda unidade.

De acordo com a THR, a Marvel está atualmente estudando como levar a protagonista de Eco (Alaqua Cox) para novos projetos.

Vale lembrar que, na

última quarta-feira (17), D'Onofrio ainda confirmou que Demolidor, da Netflix, será considerado cânone no MCU após a reformulação da série

Fonte: Omelete

## Novo filme de animação: 'Looney Tunes' em breve nos cinemas



Os Looney Tunes retornarão às telonas para um novo filme, 'The Day the Earth Blew Up' (O Dia em que a Terra Explodiu). A animação, que focará em aventuras de Patolino e Gaguinho, teve seu primeiro pôster divulgado pelo diretor Pete Brown-gardt, que confirmou o lançamento nos cinemas:

De acordo com a sinopse oficial, o filme contará com os dois personagens

buscando salvar o dia após descobrirem um plano alienígena para controlar mentes.

Este será o primeiro filme de história longa da franquia de Looney Tunes a receber um lançamento nos cinemas.

The Day the Earth Blew Up: A Looney Tunes Movie não tem data de estreia anunciada, mas é esperado ainda para 2024.

Fonte: Omelete

## Filme 'Tron 3': cineasta divulgou a primeira imagem dos bastidores da sequência do filme

O 'filme Tron 3' teve suas filmagens iniciadas esta semana, de acordo com o diretor Joachim Ronning. Em seu Instagram, o cineasta divulgou a primeira imagem de bastidores da sequência, revelando o logo do filme.

O segundo filme da franquia, Tron 'O Legado', foi lançado em 2010 e contou com Jeff Bridges, Garrett Hedlund, Olivia Wilde e Michael Sheen. Com direção de Joseph Kosinski, o

longa arrecadou US\$ 400 milhões nas bilheterias mundiais. Já o primeiro, lançado em 1982, arrancou modestos US\$ 50 milhões, mas conquistou um status cult ao longo dos anos.

Jared Leto será o protagonista do novo filme e o elenco conta também com Jodie Turner-Smith, Evan Peters e Greta Lee. 'Tron 3' ainda não tem previsão de estreia.

Fonte: Omelete



# Objeto misterioso no Espaço confunde astrônomos

Um grupo de pesquisadores publicou na revista científica Science um estudo que descreve a descoberta de um corpo celeste peculiar, localizado a cerca de 40 mil anos-luz na região

conhecida como Caldwell 73. O objeto em questão, estimado pelos investigadores com uma massa entre 2,09 e 2,71 vezes a do nosso Sol, é sugerido como uma estrela de nêutrons (o

núcleo colapsado de uma estrela) ou um buraco negro. Se for uma estrela de nêutrons, os cientistas afirmam que seria gigante; no entanto, se for um buraco negro, poderia figurar en-

tre os menores registrados até agora. Em ambos os cenários, essa descoberta seria notável para os astrônomos, e futuras observações devem fornecer detalhes mais esclarecedores.

## NASA perde contato com o helicóptero Ingenuity durante missão em Marte

O helicóptero Ingenuity da NASA, a primeira aeronave a voar em Marte, perdeu contato com os controladores durante o seu 72º voo na quinta-feira, 18 de janeiro.

Em uma atualização na sexta-feira, 19 de janeiro, os oficiais da NASA informaram que os dados enviados pelo Ingenuity ao rover Perseverance durante o voo indicaram que ele

atingiu com sucesso sua altitude máxima planejada de 40 pés (12 metros).

Entretanto, as comunicações entre o helicóptero e o rover foram interrompidas antes do pouso, durante a descida planejada. A equipe do Ingenuity está analisando os dados disponíveis e considerando os próximos passos para restabelecer a comunicação.



## Objetos como Oumuamua podem ter trazido vida para Terra

Em outubro de 2017, os astrônomos detectaram um enigma chamado Oumuamua, que posteriormente, ele se revelou ser um objeto interestelar, e desencadeou um debate científico que ainda está em andamento. A certeza compartilhada pelos cientistas é que Oumuamua não estava sozinho. Visitantes frequentes no Sistema Solar, alguns colidindo com a Terra, inspiraram um estudo sobre as implicações dos objetos interestelares na Teoria da Panspermia.

O estudo, submetido ao ArXiv e em análise pela American Astronomical Society, liderado por David Cao da Thomas Jefferson High School, levanta a possibilidade de esses

objetos trazerem ingredientes vitais para a vida na Terra ao longo de bilhões de anos.

Explorando a Teoria da Panspermia, que propõe que objetos interestelares introduziram vida na Terra, os cientistas modelaram a frequência desses objetos passando pelo Sistema Solar, investigando colisões anteriores à evidência fossilizada da vida na Terra, a massa necessária para transportar extremófilos e a plausibilidade da teoria.

Os resultados indicam uma probabilidade baixa, cerca de 0,001%, de a vida na Terra ter originado de objetos interestelares. No entanto, ao considerar a vastidão de planetas habitáveis na Via Láctea, entre 104 e 105 mundos podem abrigar vida.

# Palworld vira sucesso absoluto de vendas mesmo após falhas no servidor

Carinhosamente chamado por muitos de “Pokémon com armas”, Palworld já está disponível para Xbox Series XIS e PC — e não demorou muito para que a aventura logo sentasse na janelinha. Apenas oito horas depois da estreia, o game já configura em primeiro lugar em vendas na Steam, com mais de 1 milhão de unidades comercializadas — além de ser o quarto mais jogado na plataforma de PC, com mais de 358 mil jogadores simultâneos.

Em publicação no X (antigo Twitter), a desenvolvedora Pocket Pair se disse impressionada com toda a recepção que o game teve nas redes e agradeceu os jogadores que estão apro-



veitando a aventura.

Apesar da recepção calorosa, o jogo está enfrentando alguns problemas nos servidores por conta da alta demanda. “Atualmente, nosso fornecedor de servidores está relatando que,

devido ao enorme número de jogadores simultâneos, os servidores ficaram instáveis e você poderá enfrentar alguns problemas para se conectar”, disse o estúdio no X.

Embora os servidores de

Palworld estejam passando por alguns problemas no momento, a Pocket Pair explica que “alguns usuários relataram sucesso ao tentar se conectar duas a três vezes ou esperar após iniciar o jogo”.

## Atenção fãs: Hellblade 2 terá cerca de 8 horas e será mais barato

Hellblade 2 foi um dos grandes destaques no evento do Xbox Developer Direct da última quinta-feira (18). O exclusivo, que chegará ao Xbox Series XIS e ao PC em 21 de maio, já teve seu preço divulgado — e custará mais barato que muito AAA por aí. Além disso, a sequência terá duração “semelhante ao primeiro Hellblade”, que leva cerca de oito horas para ser concluído.

Segundo o chefe da Ninja Theory, Dom Matthews, em publicação no blog Xbox Wire, Hellblade: Senua’s Saga custará US\$ 49,99 e não terá lançamento físico. O estúdio adotou a mesma estratégia para o primeiro jogo,

embora tenha decidido lançar a mídia física um ano depois.

“Senua’s Saga: Hellblade II é um jogo criado com o coração e semelhante ao primeiro Hellblade em duração [em torno de oito horas], com uma narrativa focada e vendido apenas digitalmente pelo preço de US\$ 49,99”, explicou Matthews.

O valor sugerido de US\$ 49,99, que dá algo em torno de R\$ 250 na cotação atual e sem impostos, é muito menor que o preço cheio de outros AAA do mercado, que costumam ser precificados a US\$ 70 — o tradicional R\$ 350 que os games vem custando normalmente na nova geração.

## Esquadrão Suicida: veja a data de estreia do game, preços e mais

O jogo do Esquadrão Suicida é um dos shooters cooperativos mais aguardados de 2024 — e a responsabilidade da Rocksteady em corresponder às expectativas dos órfãos da trilogia Arkham é altíssima. O estúdio, inclusive, divulgou o trailer de lançamento do título na última quarta-feira (17), destacando diversas cenas inéditas de gameplay.

Após uma série de adiamentos desde a sua revelação, Esquadrão Suicida: Mate a Liga da Justiça chega no dia 2 de fevereiro ao PlayStation 5, Xbox Series XIS e ao PC (via Steam) — vale lembrar que o título será lançado na Epic Games posteriormente, no dia 5 de março. Desenvolvido pela Rocksteady Studios, os mesmos criadores da icônica série Batman: Arkham,

Esquadrão Suicida: Mate a Liga da Justiça é um shooter em terceira pessoa onde os vilões Arlequina, Pistoleiro, Capitão Bumerangue e Tubarão-Rei (um verdadeiro bando de loucos desenfreados) devem fazer o impossível para salvar o mundo: acabar com a Liga da Justiça, que foi corrompida.

Confira a seguir os preços de ambas as versões nas plataformas: PlayStation Store (PS5): Edição Standard R\$ 299,90 / Edição Deluxe R\$ 399,90

Microsoft Store (Xbox Series XIS): Edição Standard R\$ 299,90/ Edição Deluxe R\$ 399,90

Steam (PC): Edição Standard R\$ 279,00 / Edição Deluxe R\$ 399,99

Epic Games (PC): Edição Standard R\$ 279,99/ Edição Deluxe R\$ 399,99

# Sinais de que você está vivendo no piloto automático “e como superar”

Talvez o recurso mais importante que dispomos na vida é o tempo. E, às vezes, no intuito de fazer o tempo render, vivemos a rotina no automático. Assim, sacrifica-se a qualidade pela quantidade. Viver no automático é não desfrutar plenamente de cada momento da vida, em meio a uma sociedade em que tudo “é para ontem”, vive-se de forma acelerada.

Assim, alguns estudiosos nomeiam o atual momento social de “sociedade do cansaço”, uma vez que viver de forma acelerada e pouco consciente tira nossa energia.

Os problemas que a vida no automático traz à saúde



percute não só na saúde emocional, mas também no bem-estar físico. Além da sensação de cansaço excessivo, pode-se apresentar sintomas como:

- Estafa mental;
- Tristeza;

- Insônia;
- Ansiedade aumentada;
- Sensação de vazio interior;
- Superficialidade nos relacionamentos.

Como mudar esse hábito

A terapia é uma jornada para dentro de si. Através das sessões com um especialista em saúde mental, é possível analisar como estamos lidando com nosso cotidiano e saber lidar com essas adversidades.

## Conheça a geração Alpha, a mais jovem do planeta

Dentro de uma sociedade, por mais que cultivemos muitas características únicas no âmbito individual, partilhamos de tantas outras de forma coletiva, entre pessoas de uma mesma geração.

Diante dessa percepção, surgiram nomenclaturas para designar gerações de diferentes períodos, como os Baby Boomers, nascidos entre 1947 e 1963; a Geração X, entre 1964 e 1983; os Millennials, entre 1984 e 1995; e a Geração Z, que surgiu no intervalo de tempo a seguir, entre os anos de 1995 e 2029.

Já para aqueles que nasceram a partir de 2010, e para os que nascerão até o fim de 2025, há outra denominação: Geração

Alpha. Começando pelo fato que se trata da primeira geração que teve acesso a celulares e dispositivos móveis desde a infância, dá para ter uma noção das diferenças substanciais da Geração Alpha em relação às anteriores.

Quem faz parte da Alpha se destaca pela agilidade, curiosidade e extrema facilidade em realizar múltiplas tarefas. E isso não ocorre à toa, afinal, a atenção dessa geração é disputada por inúmeros estímulos presentes no universo digital. Como consequência, eles deverão dominar a internet, ultrapassando a Geração Z, já que a tecnologia está tão presente na vida deles.

## Alimentação saudável e economia resgatam a boa e velha marmitta

Os fatores custo e busca por alimentação saudável, resgataram uma velha conhecida dos brasileiros: a marmitta. Levar comida caseira para o trabalho, faculdade, academia tem sido a alternativa para melhorar a saúde física e do bolso. Segundo a nutricionista, Lívia Ribeiro, “É possível se alimentar de forma equilibrada e saudável mesmo não podendo comer em casa. Basta um pouco de dedicação e planejamento. O ideal é tirar um tempo, durante a semana, para se organizar, planejar o cardápio e as compras e preparar as refeições”.

Lívia segue ainda indicando que, ao planejar o cardápio, deve-se incluir alimentos de diversas

cores para garantir variedade de nutrientes, proteínas magras, vegetais, grãos integrais e gorduras saudáveis. “É preciso também estar consciente das quantidades para evitar excessos, priorizar alimentos frescos e fugir dos industrializados ricos em aditivos e sódio”.

Outra dica, para otimizar o tempo, é usar ferramentas como aplicativos de receitas e planejamento. “Explore receitas rápidas que se encaixem na sua rotina”, indica.

