

BOLETIM UCS MAIO / 2023

Presente especial de Dia das Mães: 30 ideias que vão surpreendê-las



As mães têm estilos variados e cada uma tem sua particularidade. Mas nem por isso você precisa exagerar no presente: itens simples também tocam o coração e vão deixar sua mãe feliz. Veja a seguir opções diversas, desde as econômicas, para fazer em casa, até itens mais caros e sofisticados:

1. Carta ou cartão especial de amor

Você gosta de escrever cartas, poemas ou desenhar? Então, faça das suas habilidades um presente especial para a sua mãe! Ela vai adorar ver que a filha preparou uma carta ou cartão personalizado com muito amor e esforço. E se você prefere mandar textos prontos, mas profundos, veja dicas de frases ou mensagens para o Dia das Mães.

2. Massagem feita por você

Nada melhor do que fazer um mimo para a sua mãe e deixá-la mais relaxada, não acha? Você não vai gastar nada e ainda vai arrancar um sorriso dela! Veja nossa matéria sobre massagem relaxante e entenda os benefícios que ela traz para o organismo.

3. Playlist feita especialmente para ela

Receber um presente personalizado desse é tão bom quanto qualquer outro item comprado. Isso porque vai fazer sua mãe perceber o quanto você repara no gosto musical dela e gosta de vê-la feliz. Sugira também músicas que você gosta e que, quando ouve, se lembra da energia e carinho dessa pessoa tão querida. É o mimo perfeito para a mãe que já tem tudo!

4. Telefonema prolongado

Faz tempo que você não conversa com a sua mãe e ela mora longe? Que tal fazer uma ligação e colocar o papo em dia por umas boas horas? Conte todos os detalhes do que vem acontecendo na sua vida e conforte-a por telefone. Às vezes, um pouco mais de atenção é tudo o que elas querem!

5. Jantar ou almoço caseiro

Se você mora com a sua mãe, que tal surpreendê-la com uma refeição diferente e preparada por você? Além de ser um gesto de carinho, é um presente barato e que vai deixá-la maravilhada. Veja ideias de receita! Ah, e não se esqueça de lavar a louça, ok?

6. Sobremesa de domingo

Outra opção é fazer um docinho bem gostoso e fácil para adoçar a vida da sua mãe e do restante da família. Você pode usar os ingredientes preferidos dela ou até decorar com elementos especiais para ela. Aqui você encontra várias receitas incríveis para esse momento!

7. Caixa de chocolates

Chocolates também são uma ideia deliciosa, não é mesmo? E você pode fazer diferente: peça a caixa de chocolates de Dia das Mães por delivery e converse com o estabelecimento para que eles coloquem um recadinho especial no presente.

8. Utensílios fofos de cozinha

Sabe aqueles itens delicados de cozinha, como a forminha de gelo em formato de coração, formas com carinha de ursinho, um acessório que corta a fruta diretamente em pedaços ou pratos decorativos? Você encontra coisinhas diversas assim nas lojas da Daiso, por exemplo.

9. Air Fryer

Caso sua mãe ainda não tenha a fritadeira elétrica, pode ter certeza de que ela vai amar ganhar uma! Além de deixar a comida mais saudável, por não levar óleo, o preparo das receitas fica muito mais prático. Aqui você confere sugestões de pratos preparados na Air Fryer.

10. Vinhos ou espumantes

Sabia que o vinho traz vários benefícios para a saúde, se tomado em dose moderada? Além de ser um presente sofisticado, sua mãe vai adorar beber algumas tacinhas e ficar conversando com você!

11. Creme para as mãos

Sua mãe passa muito tempo em contato com água fria ou produtos de limpeza? Ou já é idosa e gosta de cuidar da pele? Dê um creminho para hidratar e reparar os danos dessa região. Aposte em produtos com cheirinhos suaves ou neutros, para evitar alergias.

12. Sais de banho

Um banho revigorante traz sensação de bem-estar e, por vezes, é tudo o que sua mãe precisa no dia. Deixe esse momento mais prazeroso presenteando-a com sais de banho para limpar, hidratar e relaxar a pele. Ela vai adorar!

13. Perfume feminino

O perfume pode dar um up na autoestima das mulheres e garantir um cheiro agradável durante o dia. Sua mãe tem um olfato sensível? Invista em odores mais suaves para evitar dores de cabeça ou irritação.

14. Maquiagem

Mesmo que sua mãe não goste de se maquiar no dia a dia, um batom ou corretivo pode, sim, animá-la. O gesto mostra que você se importa com ela e quer realçar o melhor de sua beleza.

15. Esponja facial elétrica

Para aquelas que amam uma rotina de cuidados com a pele, uma esponjinha de limpeza facial é o mimo ideal! O objeto esfolia, remove resíduos e colabora com a circulação da pele.

16. Difusor de ambiente

Você sabia que o difusor de aromas ajuda a combater a insônia, controla a ansiedade e tem um perfume natural? Utilize óleos com cheirinho de alecrim, camomila, lavanda, eucalipto ou sândalo.

17. Vaso de flores personalizado

Outra ideia é trazer mais alegria e charme para a casa da sua mãe com arranjos de flores em um vasinho lindo e decorado por você. Vale usar garrafa pet, madeiras e, quem sabe, fazer até um jardim suspenso!

18. Joias ou bijuterias

Quer deixar sua mãe com um brilho ainda maior? Presenteie-a com joias elegantes ou bijuterias. Não importa o valor: o principal é o sentimento envolvido.

19. Flores ou as plantas preferidas dela

Orquídeas, girassóis, gérberas, astromélias... Algumas mães amam cuidar e dar amor às plantinhas. Descubra 81 tipos de flores que você pode dar de presente para ela aqui. Ah, e por que não dar plantas com significados profundos também? Quem sabe uma espada-de-São-Jorge para protegê-la, uma suculenta ou um alecrim para trazer mais espiritualidade...

20. Carteira

Dizem que dar uma carteira de presente atrai dinheiro! Então, a dica é caprichar na escolha desse objeto para trazer muito sucesso e felicidade para a sua mama querida!

21. Bolsa

Ela adora desfilas com bolsas diferentes toda semana? Ou fica carregando os pertences na mão? Então, está na hora de dar uma bolsinha para sua mãe!

Escolha um modelo que seja o estilo dela e deixe um recadinho escondido no fundo.

22. Planner

Essa sugestão é para as mães organizadas (ou que querem ser)! Todo dia é um novo dia para se planejar e organizar a rotina.

23. Kit de Ikebana

Sua mãe gosta de montar ou se interessa por arranjos florais? Então, dê um kit de Ikebana com vasos, ramos, um kenzan, esponjinha e tesoura própria para essa ação. É uma verdadeira arte da natureza!

24. Livros

Ler é uma forma de transportar a nossa mente para lugares inimagináveis. Descubra quais são as autoras e autores preferidos da sua mãe e encomende um livro. Você pode sugerir uma nova leitura ou comprar uma edição especial daquela obra preferida dela!

25. Umidificador de ar

Em tempos secos, o umidificador de ar ajuda a manter a umidade e nos deixa mais confortáveis para respirar. Se sua mãe já tem mais idade ou sofre com problemas respiratórios, esse presente vai ajudá-la, e muito!

26. Porta-retrato

Quem fica muito tempo longe da família sabe como um porta-retratos ou quadro com fotos ajuda a matar a saudade. Escolha a sua foto preferida com ela e coloque em uma moldura bem bonita!

27. Quadro emoldurado

Os quadrinhos emoldurados são tendência de decoração e possuem artes muito criativas. Você pode comprar mais de uma peça e deixar sua mãe brincar com as composições no ambiente. Olha só nossas ideias de quadro para sala!

28. Camisetas criativas

Tem uma mãezinha mais moderna e criativa? Faça uma camiseta customizada para ela ou compre uma com ilustrações bem diferentes. Vai ser uma peça única no guarda-roupa dela e vocês vão poder até sair combinando!

29. Luminárias com letras

Para decorar ambientes e fazer sua mãe lembrar da filha querida, o que acha de dar uma letra luminosa para ela? Você mesma pode fazer em casa e dar o seu toque final. Veja como fazer esse presente nesta matéria.

30. Pijama ou pantufa

Tem coisa melhor do que ficar em casa de pijama e com pantufinhas bem fofas? Dê esse prazer para sua mãe! Além disso, você pode chamá-la para assistir a uma série e comer uma pipoquinha na sala. É um convite irresistível!

Curtiu? Agora, é só escolher o presente especial de Dia das Mães que mais combina com ela e fazer uma embalagem bem bonita.

Oito dicas de seguros importantes para o público de alta renda



De acordo com a Associação Brasileira das Empresas de Luxo (Abrael), em 2022, as vendas para o setor de luxo e alto padrão aumentaram 50% em relação a 2021. E, durante a pandemia, em todo o mundo, só este mercado gerou uma receita de US\$ 5,2 bilhões. Com isso, a expectativa é que haja um crescimento deste mercado de 3% até 2025.

O setor de seguros deve se manter com crescimento de dois dígitos para este ano, segundo as projeções das Confederação Nacional das Seguradoras (CNSeg), que prevê o avanço nominal de 10% da arrecadação em 2023. Este mercado exerce um papel fundamental na sociedade: pois, os seguros são formas de manter a estabilidade resguardando pessoas e seu patrimônio em situações adversas

O especialista em seguros Luiz Eduardo Halembeck reuniu algumas coberturas pessoais que têm orientado aos consumidores com maior poder aquisitivo. São eles:

- Seguro de Gastos Médicos Maiores: proteção do patrimônio líquido da família ao oferecer cobertura integral em centros de excelência médica no Mundo;
- Seguro de Vida Vitalício: cobertura utilizada com frequência para beneficiar herdeiros fora da legítima ou para organizações sem fins lucrativos, incluindo universidades, hospitais, fundações e organizações de caridade, como forma de garantir que o recurso atenda às causas que consideram importantes e perpetuem o legado;
- Seguro Multiviagem Anual: ideal para pessoas que viajam mais de uma vez ao ano ao exterior. Cobertura complementar ao seguro saúde evitando a emissão de uma nova apólice a cada viagem;
- Seguro de Obras de Artes e Coleções: apólice independente para obras de arte e coleções particulares com cobertura para danos, perdas e todos os riscos das, mesmo que em diversos endereços e países;
- Seguro de Responsabilidade Civil Familiar: cobertura oferecida no Seguro Residencial para reparação de danos materiais, corporais e

morais à terceiros, pois o valor do dano gerado à vizinhança poderá superar o valor do imóvel em questão;

- Seguro de Responsabilidade Civil Facultativa Veicular: cabe analisar se justifica investir um alto valor no prêmio de seguro compreensivo para vários veículos da família ou limitar a contratação da cobertura somente para danos à terceiros. Pelo grande número de motociclistas e ciclistas nos grandes centros, faz sentido analisar uma cobertura de danos pessoais a partir de R\$ 1 milhão;
- Seguro Extorsão | Cibernética: cobertura que auxilia a família em um processo de extorsão após acesso indevido por terceiros a informações pessoais e memórias da família via internet;
- Seguro de Acidentes Pessoais para funcionários particulares: forma simples de proteger funcionários de convívio próximo à família, como por exemplo babás, motoristas, pilotos, marinheiros e outros. O benefício oferece cobertura para morte e invalidez por acidente, doenças graves, telemedicina e auxílio funeral.

Saiba mais sobre estes produtos de seguros com a nossa corretora!

10 dicas para bom uso do plano de saúde



A Federação Nacional de Saúde Suplementar (FenaSaúde), entidade que representa grupos de operadoras de planos de saúde do país, lançou em março a campanha Saúde Sem Fraude. Por meio de materiais educativos como hotsite (www.saudesemfraude.com.br), cartilhas, posts em redes sociais, vídeos e entrevistas, a iniciativa pretende conscientizar os beneficiários de planos de saúde sobre os danos causados pelas fraudes, assim como mobilizar a cadeia de saúde em torno do combate às más práticas na saúde suplementar. Para ampliar o conhecimento sobre o tema, a Federação preparou uma lista com 10 dicas para bom uso do plano de saúde.

1 - Não compartilhe seu login e senha do plano de saúde com terceiros

O seu login e senha são pessoais e intransferíveis. Algumas clínicas, hospitais e laboratórios podem solicitar esses dados com a promessa de 'facilitação' de processos como o pedido de reembolso. Entretanto, com posse desses dados, terceiros podem alterar os valores de pedidos de reembolso conforme contrato de cada operadora, e até solicitar o reembolso de exames e procedimentos não realizados.

2 - Não empreste sua carteirinha

Assim como o login e a senha, a carteirinha do plano de saúde também é um documento pessoal e intransferível. Ceder ou emprestar o cartão do plano de saúde a terceiros é um crime de acordo com o Código Penal Brasileiro. Caso se constate a fraude, a operadora poderá suspender o contrato do titular e de seus dependentes.

3 - Não solicite nem aceite o fracionamento de recibos

Pedir ou aceitar o fracionamento do valor do procedimento ou consulta realizados em mais de um recibo, com datas diferentes, com o objetivo de receber um reembolso total mais alto, é uma prática irregular e fraudulenta. Podem ser enquadrados como fraudadores tanto aqueles que recebem as notas fiscais ou recibos fracionados, assim como aqueles que as emitem. O reembolso deve corresponder ao procedimento ou consulta realizada e será feito sempre com base nas cláusulas contratuais.

4 - Não aceite propostas de reembolso sem que tenha que desembolsar pelo atendimento.

Muitas vezes o beneficiário é estimulado a realizar um atendimento fora da rede credenciada, sob a promessa de que não precisará fazer qualquer pagamento pela consulta ou procedimento. No entanto, para que o beneficiário tenha direito ao reembolso, é necessário que tenha pago previamente os valores dos serviços de saúde, como confirma decisão recente do Superior Tribunal de Justiça (STJ).

A operadora de plano de saúde não é obrigada a realizar o pagamento de atendimento em que não tiver ocorrido o devido desembolso prévio por parte do beneficiário. Por isso, é preciso estar muito atento sempre! Oferecer ajuda para a solicitação de reembolso pode ser apenas uma forma de captar mais clientes de maneira ilegal, com consequências para todos.

5 - Não aceite oferta de procedimentos estéticos pagos pelos planos de saúde.

Procedimentos estéticos não são cobertos pelos planos de saúde. Desconfie quando o prestador de serviço oferecer serviços estéticos com pagamento pelo plano de saúde. A descrição de procedimento diferente do realizado é fraude.

6 - Confira se as guias dos planos de saúde informam corretamente os procedimentos realizados.

Em alguns casos, o prestador de serviços pode adicionar, de maneira fraudulenta, procedimentos que não foram realizados pelo paciente. Por isso, é importante ter muita atenção ao assinar quaisquer documentos durante

realização de consultas e exames. Importante ressaltar novamente que o beneficiário fica sujeito a esta prática quando fornece os dados de login e senha para o prestador de serviços de saúde.

7 - Use o pronto socorro apenas no caso de urgências e emergências.

O atendimento de urgência e emergência está garantido pelos planos de saúde e a ida ao pronto-socorro deve ser reservada para esses casos. São consideradas urgentes as situações resultantes de acidentes pessoais ou de complicações no processo gestacional. Já os casos de emergência são os que implicam em risco imediato à vida ou em lesões irreparáveis, tais como o infarto, AVC, dificuldade respiratória e perda de memória.

8 - Use a telessaúde como aliada para casos de baixa complexidade.

A telessaúde é a modalidade de atendimento que permite aos profissionais da área da saúde - médicos, psicólogos, dentistas, fisioterapeutas, entre outros - prestarem serviços de assistência à distância para pacientes com recursos digitais de comunicação interativos, como celulares, computadores e tablets. Ela é uma alternativa para atendimento com mais comodidade, sem necessidade de deslocamento.

9 - Procure preferencialmente a rede credenciada ou estabelecimentos de saúde de sua confiança.

A rede credenciada pelos planos de saúde é selecionada seguindo critérios de qualidade e segurança. Por isso, a FenaSaúde orienta que os beneficiários sejam atendidos preferencialmente na rede credenciada e, caso não seja possível, procurem estabelecimentos de saúde de sua confiança e com bom histórico de atendimento.

10 - Informe ao seu médico sobre exames realizados recentemente, evitando repetições desnecessárias.

É importante guardar e apresentar para o profissional de saúde responsável pelo seu atendimento todos os resultados de exames realizados recentemente, para que não seja necessária a repetição de procedimentos que, algumas vezes, são invasivos. Essa continuidade favorece a celeridade do acompanhamento de saúde do paciente e evita repetição de procedimentos que, em alguns casos, são desnecessários.

Aumento dos roubos e furtos de veículos em São Paulo reforça importância de rastreamento para proteger veículos



Dados da Secretaria da Segurança Pública de São Paulo apontam que, no primeiro semestre de 2022, a capital paulista teve um aumento de 17% no número de roubos e furtos de veículos em comparação ao mesmo período de 2021. Neste ano, em média, 145 pessoas têm seu carro, moto ou utilitário levado diariamente pelos criminosos nas ruas de São Paulo. Na tentativa de reaver o bem, o serviço de recuperação veicular é uma ótima opção.

Especialista no setor e com atuação em todo estado de São Paulo, a empresa de rastreamento, localização e recuperação de veículos Dr. Monitora conta que, nos últimos meses, 98% dos veículos rastreados foram recuperados em todo território nacional. Com o uso da tecnologia GPRS, a atuação para a recuperação em casos de roubo ou furto é de 24 horas por dia, já que a emissão de sinais do localizador é constante.

A rapidez com que o cliente consegue reaver o bem impressiona. Segundo a Dr. Monitora, leva em média 28 minutos para recuperá-lo. Assim que a equipe de Pronta Resposta é avisada da ocorrência pela vítima, via 0800, ocorre o deslocamento de profissionais até o local onde está apontando o sinal. Ao todo, a empresa já instalou mais de 500 mil rastreadores em carro, moto ou utilitário.

Dados complementares:

Roubos e furtos de veículos na capital paulista:

Janeiro a junho de 2022: 26.354 (média de 145 por dia)

Janeiro a junho de 2021: 22.512 (média de 124 por dia)

Aumento de 17%

Fonte: SSP-SP

Roubos e furtos de veículos em 2021:

112.711 no Estado de São Paulo (média de 308 por dia)

47.987 na Capital (média de 131 por dia)

Nos furtos, o Estado teve um aumento de 18,6% em comparação a 2020

Fonte: Anuário Brasileiro de Segurança Pública de 2022

Conheça opções de rastreamento com a nossa corretora de seguros!

Beijo saudável depende de uma boa higiene bucal



O Dia Internacional do Beijo foi celebrado no dia 13 de abril. E, para você beijar em segurança, o Conselho Regional de Odontologia de São Paulo (CROSP) destaca a importância de alguns cuidados importantes para evitar a transmissão de doenças.

Para o Cirurgião-Dentista, professor da disciplina de Periodontia da Universidade Santo Amaro (UNISA) e membro da Câmara Técnica de Periodontia do CROSP, Dr. Ricardo Schmitutz Jahn, embora o beijo seja um hábito muito antigo, deve ser sempre abordado com atenção.

O cuidado, segundo Dr. Ricardo, não se restringe ao beijo de relacionamentos adultos, mas também se aplica aos mais rotineiros, entre crianças e seus pais, avós e pessoas queridas. Ele explica que pessoas que não têm boa higiene oral podem ter cáries, gengivites, periodontites (infecção bacteriana dos tecidos, ligamentos e ossos específicos que envolvem e sustentam os dentes), entre outras tantas lesões na boca.

“Todas essas condições causam desconforto, dor e quase sempre o mau hálito. A quantidade de bactérias está aumentada nos indivíduos que têm má higiene. Além disso, muitos vírus podem estar circulantes na cavidade bucal, especialmente na saliva”.

Com relação às doenças, o professor lembra que atualmente é preciso ter uma preocupação especial com a transmissão de diversos vírus que podem ser transmitidos pela saliva, como os causadores de alguns tipos de gripes e, inclusive, Covid-19.

As faringites, amigdalites e herpes também podem acontecer e requerem bastante cuidado, pois, segundo o Cirurgião-Dentista, essas são doenças que podem passar sem causar sintomas, mas também podem gerar febre sensação de cansaço e algumas vezes complicações em outros órgãos do corpo.

Para manter a saúde bucal em dia e garantir um beijo saudável, Dr. Ricardo recomenda que as consultas ao Cirurgião-Dentista sejam realizadas com frequência. Desta forma, é possível prevenir todas as doenças bucais, inclusive a halitose, que tem na boca a sua principal causa. “Estimamos que 90% dos casos de halitose (mau hálito) são de origem intrabucal, relacionada à cárie e às doenças periodontais. Aquele pequeno sangramento na gengiva deve ser sempre investigado. Dores nos dentes, cavidades ou, ainda, mau cheiro quando escovar ou usar fio dental podem ser sinais importantes”.

Higiene bucal em dia

Realizada de forma correta, a higiene bucal contribuirá para um beijo agradável e, o mais importante, para a manutenção da saúde de forma geral.

Pensando na higienização, Dr. Ricardo cita um outro problema relacionado à limpeza que prejudica a saúde da boca, a língua saburrosa. Ele explica que, nessa situação, a língua chega a mudar de cor por causa de acúmulo de sujeiras e bactérias, que são as principais causas do mau hálito. Segundo o Cirurgião-Dentista, limpar a língua com auxílio de uma escova ou limpador de língua evita esse acúmulo e aumenta sua sensação de conforto e limpeza.

O uso de itens como fio dental também é fundamental para uma boa higienização, garante Dr. Ricardo. “O fio dental deve ser usado diariamente entre os dentes com movimentos de polir as superfícies dentárias. A escovação diária dos dentes deve ser realizada com escova de cabeça pequena, cerdas macias, usando o tempo necessário para ser efetivo em todas as áreas da boca e de preferência com um creme dental fluoretado”.

3 doenças transmitidas pelo beijo

Mononucleose: conhecida como doença do beijo. Em geral, ocorre pelo contato com saliva de pessoas infectadas. Pode causar febre, ínguas no pescoço, fadiga e inflamação na garganta e ainda manifestações neurológicas como convulsões podem aparecer.

Herpes: é uma doença causada pelo vírus herpes simplex. Oportunista, ele se manifesta através de lesões bolhosas no entorno da boca quando a pessoa está com sua imunidade mais baixa. A principal forma de transmissão é o contato com as vesículas infectadas, principalmente durante o beijo. Sintomas: em dores nevralgias, parestesias, ardor, coceiras, febre e dor de cabeça.

Candidíase oral: causada por um fungo (Candida Albicans), também conhecida como sapinho, causa pequenas lesões avermelhadas ou esbranquiçadas na língua, que podem ser doloridas e durar cerca de 5 dias. Entretanto, em pessoas com a imunidade enfraquecida, como bebês, pessoas desnutridas ou com doenças crônicas, por exemplo, podem desenvolver a forma mais grave da infecção, com várias placas brancas na boca. Sua transmissão se dá principalmente através do beijo.

Contrate um seguro odontológico com a nossa corretora e se proteja!

Cães e gatos: veterinário lista quais alimentos os pets podem comer!



Quem resiste àquela carinha de "pidão" do bichinho de estimação? É difícil para qualquer mãe ou pai de pet se manter firme quando seu cão ou gato têm interesse na comida do tutor.

Mas, se você quer ajudar o seu pet a ter uma boa saúde, precisa sim ser firme: o melhor alimento para estes animais, de fato, é a ração. Contudo, de vez em quando, e sobretudo como prêmio para adestrar o animal, está liberado oferecer como petisco um alimento "humano".

Para não errar no "agrado" ao bichinho, o coordenador do curso de Medicina Veterinária da Faculdade Anhanguera, médico-veterinário Frederico Fontanelli Vaz, listou os alimentos permitidos. Confira!

Ração é a melhor opção!

O alimento mais recomendado para os pets é, de fato, a ração, visto que ela é desenvolvida por especialistas, levando em conta diversos critérios específicos para cada espécie, idade e até mesmo específicos para algumas raças de cães e gatos.

Os pets estão acostumados a ter sempre a mesma alimentação, a ração. Por isso, o organismo deles está acostumado a digerir "algo conhecido". Quando o tutor fornece alimentos de seu próprio consumo para o pet, o organismo do bichinho precisa fazer um esforço grande para digerir aquele novo alimento, além deste potencialmente conter ingredientes inadequados. Isso pode causar distúrbios gastrointestinais e intoxicação alimentar, e resultar em vômitos, diarreia e mal-estar, podendo até levar o animal a óbito.

Além disso, se já é difícil para nós humanos controlarmos a quantidade de calorias que consumimos, imagina para os bichos quando consomem alimentos diferentes da ração que estão acostumados, sem condições controladas e sem auxílio médico-veterinário. Esse hábito pode levar à obesidade do animal, e conseqüentemente, aumentar problemas de saúde.

Outro aspecto é que o animal pode começar a rejeitar a ração e passar a querer comer apenas o alimento do tutor. Não há mal nenhum em oferecer alimentos diferentes ao pet como petiscos, basta consultar um veterinário para ver o que pode ser fornecido ou não.

Caso queira fazer qualquer alteração na alimentação do animal, como trocar de ração ou começar a oferecer alimentação natural, é preciso prepará-lo para que se adapte gradualmente. Na dúvida, procure um médico-veterinário especialista que possa receitar a dieta correta para seu bichinho.

Se surgir alguma dúvida sobre a quantidade de ração a ser oferecida, ao pet, fique tranquilo para seguir as medidas que encontramos no pacote de ração, pois elas são confiáveis. O ideal é que a comida seja oferecida ao pet de forma que ele não fique muitas horas sem comer, conforme a rotina dos habitantes da casa: dê a ração pela manhã e à tarde, e ofereça petiscos adequados nos intervalos.

O tutor pode agradar o pet e variar um pouco o cardápio, fornecendo algumas das opções listadas abaixo (como petisco ou até como ferramenta para adestramento), mas nunca substituindo a ração por estes alimentos:

Para cachorros:

- Abóbora sem nenhum tempero
- Banana sem a casca
- Beterraba cozida e sem tempero
- Brócolis cozido e sem tempero
- Batata doce cozida sem tempero
- Carne bovina ou de frango cozida e sem tempero (sem osso)
- Cenoura crua e sem casca ou cozida sem tempero
- Chuchu cozido e sem tempero
- Couve-flor cozida e sem tempero
- Espinafre cozido e sem tempero
- Goiaba com casca
- Inhame sem casca, cozido e sem tempero
- Maçã sem a casca, sementes e o miolo
- Manga sem casca e sem caroço
- Manteiga de amendoim feita em casa, sem sal ou açúcar acrescentados
- Melancia sem casca nem sementes
- Pera sem casca, sementes e sem talo
- Tomates crus e sem semente

Para gatos:

- Carne de frango preparada sem nenhum tipo de gordura ou osso
- Peixes brancos e sem espinhas, salmão e truta, preparados sem gordura
- Carne picada de bovino ou aves, misturado com arroz cozido e ovo
- Abóbora, cenouras e espinafre - como petiscos

Dica importante: tanto para cachorros como para gatos, não é recomendável

oferecer produtos industrializados, pois eles contêm e sal, açúcares e condimentos que fazem mal ao organismo dos bichinhos.

Petisco industrializado pode fazer mal!

O veterinário alerta para o oferecimento de petiscos industrializados em excesso: por conterem mais gorduras e açúcares do que a ração, eles podem fazer mal a longo prazo. Outro ponto é que, consumindo muitos petiscos, o animal pode deixar a ração de lado, que é a alimentação mais saudável e recomendada.

Alimentação natural é melhor?

Em primeiro lugar, antes de preparar qualquer alimentação natural, é essencial consultar um médico-veterinário especialista. Só um profissional saberá formular uma alimentação adequada e equilibrada ao seu pet, que contenha todos os nutrientes essenciais e não possua ingredientes que possam causar intoxicação alimentar. Além disso, refeições caseiras aumentam o risco de doenças odontológicas, por causarem maior acúmulo de tártaro, então o tutor deve ficar de olho.

Por outro lado, a alimentação natural possui menos corantes, sal e está longe de processos industriais, o que traz efeitos benéficos na saúde do pet, quando elaborada com orientações profissionais. Se for orgânica, a alimentação se torna ainda mais saudável, por não apresentar produtos químicos.

No caso dos gatos, a alimentação natural precisa prezar por maior concentração de proteínas, pois os bichanos são essencialmente carnívoros.

Muitos tutores têm procurado utilizar alimentação natural para os seus pets, o que é válido e possível se o tutor tiver tempo para prepará-la e seguir frequentemente as recomendações de um profissional especializado.

Ração úmida também é boa opção

Os sachês, também conhecidos como ração úmida, podem ser uma boa opção para incrementar a alimentação dos bichinhos.

Para gatos: a composição da ração úmida contém mais água. Isso contribui para aumentar o volume da urina do animal, o que pode diminuir sua predisposição à distúrbios urinários, muito comuns em felinos domésticos, visto que eles não têm o hábito de beber muita água durante o dia.

Para cachorros: é recomendado analisar as embalagens, caso a caso. Há diversas opções no mercado, que levam em conta critérios como a idade do cãozinho, por exemplo. Sempre consulte seu médico-veterinário para auxiliar na melhor escolha.

Atenção à limpeza de comedouros e bebedouros

De nada adianta o tutor se preocupar com a alimentação dos pets, mas deixar de lado a limpeza dos locais onde eles realizam as refeições. Bebedouros ou comedouros que não são limpos com frequência podem acumular sujeira e matéria orgânica, facilitando a proliferação de bactérias e fungos que podem ser nocivos ao pet.

Por fim, o veterinário recomenda limpar os utensílios com água corrente, detergente ou sabão neutro, usando uma esponja específica e trocá-la regularmente. É também preciso enxaguar e secar bem as vasilhas.

Contrate agora mesmo um seguro saúde para seu pet, com nossa corretora!