

Máxima

ESPECIAL SAÚDE

- Dores nas articulações
- Como parar de dormir mal
- Obesidade infantil

**PERCA
2 kg**

**em 1 semana
com a dieta
anticortisol**

BELEZA SEM RISCOS

DICAS PARA A PLÁSTICA
OU O TRATAMENTO
ESTÉTICO DAREM CERTO

ARRASE!

Copie os looks de sucesso
para a entrevista de emprego,
a reunião, o trabalho...

**Chega de violência
contra a mulher**

Junte-se à nossa luta na pág. 52

ANO 6 Nº 10 EDIÇÃO 10
MARÇO 2016

ESEMPALAR DE
ASSINANTE
VENDA PROIBIDA

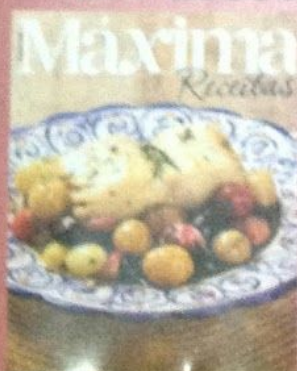
**Dê a volta
por cima**

Paloma Bernardi se
supera a cada dia

**CASAL FELIZ
DESDE O 1º ANO DE
CASAMENTO**

Grátis!

Salgados e doces
de Páscoa



Recém-casados para sempre

No começo da união prevalece aquele clima gostoso de lua de mel. Mas por que será que ele vai se perdendo? Especialistas listam seis pontos aos quais você deve se atentar para manter vivo o encantamento dos primeiros meses por Patrícia Affonso

1 *Dividir, sim; subtrair, não*

A ideia de ter alguém para compartilhar a vida é sedutora. E, com o casamento, sentimos que podemos realizar isso. Até aí, normal. O problema é quando começamos a atribuir à relação a responsabilidade de ser a única fonte de satisfação e de interesses. "Não dá para se anular como indivíduo, deixar de fazer as coisas de que gosta e focar só nos programas que são comuns aos dois. Até porque, para iniciar a relação, o outro se sentiu atraído justamente pelas suas características pessoais, por quem você é. Isso não pode ser abandonado", diz a terapeuta de casais e sexóloga Rosely Salino (SP). Happy hour com as amigas, futebol com a turma do trabalho, cinema solo: essas coisas simples, quando preservadas, salvam os relacionamentos. "Um dos maiores erros é deixar de

fazer o que gosta para evitar o confronto e não desagradar o outro", garante a especialista. Uma hora o descontentamento fica insustentável e a tendência é despejar a frustração no parceiro. E dá-lhe brigas, acusações...

2 *Paciência X cobrança*

Se engana quem pensa que o início da vida a dois é marcado apenas por flores. Você deve se lembrar da dinâmica complicada: pessoas diferentes, que cresceram em ambientes com padrões e costumes muito distintos, se unem sob o mesmo teto e têm que, em conjunto, delinear um novo jeito de viver. Mas por que no começo, apesar das dificuldades, tudo parece fluir melhor e, com o tempo, o que era relevado fica quase insuportável? "Conforme os dias avançam, vamos abandonando a paciência de acolher e entender o outro", destaca a coach de relacionamento Miria Kutcher

(SP). Puxe pela memória: no início, o que o seu parceiro fazia de diferente soava atraente, divertido ou no mínimo curioso, não é verdade? Você até incluiu algumas das esquisitices dele no seu estilo de vida... Esse espírito deve ser preservado, na medida do possível. É claro que vocês terão que mudar uma coisa aqui e outra ali,



