

## Junqueiropolense de 16 anos é ganhadora do Prêmio Jovem Brasileiro na categoria "Melhor dancinha Tiktok"

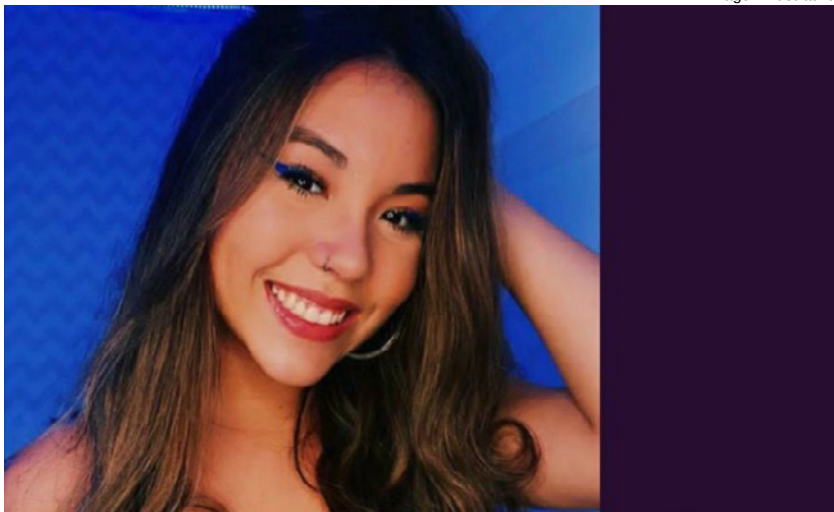


Imagem Ilustrativa

DA REDAÇÃO

Se você acompanha alguma rede social, provavelmente você conhece Mihtanino, a junqueiropolense, que vem arrasando nos apli-

cativos mais bombados do momento.

Com apenas 16 anos, a junqueiropolense Mihtanino está com 5 milhões e 800 mil seguidores no app Likee, no TikTok está com quase 3 milhões, além de mais de 400 mil seguidores no Instagram. Apesar de muito jovem, foi indicada para o Prêmio Jovem Brasileiro e com mais de 400 indicados na primeira fase, foi a ganhadora da categoria "Melhor dancinha Tiktok".

A equipe do Jornal Regional e do Jornal Interativo parabenizam a influencer pela conquista!



### COMO FAZER O AUTOEXAME EM PÉ



- 1- Levante seu braço esquerdo e apoie-o sobre cabeça;
- 2- Com a mão direita esticada, examine a mama esquerda;
- 3- Divida o seio em faixas e analise devagar cada uma dessas faixas;
- 4- Use a polpa dos dedos e não as pontas ou unhas;
- 5- Faça movimentos circulares, de cima para baixo;
- 6- Pressione levemente o mamilo e veja se há saída de secreção.
- 7- Repita os movimentos na outra mama.