

COLUNA DO HERÓDOTO

Sem celular não dá



Heródoto Barbeiro (*)

Os professores estão em pânico. Os toques de celular repercutem em toda a sala de aula. Está em todo lugar com ou sem o som ativado.

Alunos dividem sua atenção entre o que o mestre tenta explicar e o que aparece na telinha do smart phone. Como eles são encontrados com todos os preços, são acessíveis nas escolas da elite, privada, e nas públicas, nas periferias sociais. Ninguém escapa deles. Nem mesmo os professores. O que fazer?

Nos encontros corporativos dos hotéis de luxo, há uma pessoa na porta da sala que recebe os celulares dos participantes e fica incumbida de atender e anotar o recado, que será passado no coffee brake. Em outros encontros é possível leva-lo para a reunião, e se as mesas estiverem colocadas de forma favorável, consulta-las mesmo durante as palestras e os cursos. Afinal, muitos dos participantes são gerentes e diretores e precisam ficar conectados com o que acontece na empresa a qualquer momento, mesmo quando está em treinamento ou em uma reunião de planejamento estratégico.

Sutilmente, lê os recados que chegam pelas plataformas disponíveis, como o what's app, facebook, twitter e inúmeras outras. Para o professor, palestrante, expositor é inquietante. O que apresenta não deve ser interessante, nem contém nada de novo, por isso entre o humano e o gadget, muitos preferem o segundo.

O que fazer nas escolas? Em São Paulo, a secretaria da educação liberou geral. Pode trazer o aparelhinho na escola e consulta-lo durante a aula. Este dilema é universal. Em vários países do mundo pesquisadores avaliaram o desempenho dos alunos que usam o celular na escola. Os resultados foram díspares. Ficar off-line deixa a todos, escolares e executivos, ansiosos, inseguros que alguma coisa está acontecendo e ele não pode acessar.

Com o uso regulamentado o aproveitamento na aprendizagem é melhor para os conectados. Já do outro lado, quando não há monitoramento, organização, um pacto entre alunos e escolas, o rendimento cai. Mais de 90 por cento dos alunos admitem que trocam mensagens

durante as aulas. Só perde para a quantidade de aparelhos no recinto. Assim, chegou-se à conclusão, em vários lugares do mundo que não é possível o professor disputar a atenção contra os smart phones. Então é melhor se aliar com um inimigo forte e que, gostem ou não, veio para ficar.

Para essa convivência é preciso criar aplicativos que possibilitem o acesso apenas para estudar o conteúdo apresentado nas aulas e nada mais. A conexão com o exterior se dá através deles, que possibilitam acesso a sites de interesse do assunto que está sendo apresentado. Um dicionário de inglês, por exemplo. Ou a vários sites de notícias em uma aula de história, e por aí vai.

A tecnologia criou uma verdadeira dependência psicológica. As crianças chegam nas escolas já falando no celular, com os pais que acabaram de deixa-las na porta. Falam com os colegas que estão no pátio ou já em sala de aula. Os professores por sua vez, aguardam o horário de começar a aula com os seus celulares nas mãos, ou lendo notícias ou falando com familiares.

As selfies não param jamais. Qualquer motivo é motivo para uma. Seja com o colega, o cachorrinho da família, um quadro na parede, um professor ou um you tuber. Todos querem as melhores fotos de seus rostos diante da paisagem que escolheram. Quando muito dividem meio a meio com um colega.

Levada ao extremo a ansiedade de se conectar já ganhou um nome: nomofobia. Nomofobia é a fobia causada pelo desconforto ou angústia resultante da incapacidade de acesso à comunicação através de aparelhos celulares ou computadores. Surge quando alguém se sente impossibilitado de se comunicar ou se vê incontestável estando em algum lugar sem um aparelho de celular ou qualquer outro gadget. (Wikipedia). Em alguns lugares do mundo o serviço público de saúde oferece psicoterapia a jovens que se sentem dependentes de celular. Não é de crack.

Diante desse quadro o que resta ao professor? Talvez tirar o seu aparelho do bolso e, através dele, se conectar com os seus alunos.

(*) - É âncora do Jornal da Record News e ex-gerente de jornalismo do Sistema Globo de Rádio.

Inadimplência atingiu 20,4% das famílias paulistanas em novembro

A Pesquisa de Endividamento e Inadimplência do Consumidor, realizada mensalmente pela FecomercioSP, mostra que, em novembro, 56,7% das famílias paulistanas declararam ter algum tipo de dívida, avanço de 2,2 pontos percentuais (pp) em relação a outubro, quando 54,5% estavam nessa situação

Em comparação com novembro de 2016 (52,7%), a alta foi de 4 pp. Atualmente, são 2,2 milhões de famílias endividadas em São Paulo.

Na avaliação por renda, o endividamento continua sendo maior entre as famílias que ganham até dez salários mínimos, proporcionalmente às famílias de renda mais alta. Para o primeiro grupo, o percentual de endividados em novembro atingiu 60,2%, contra 57,6% do mês anterior. E o percentual de inadimplentes subiu de 24,4% para 25,3%.

Já para as famílias com renda acima dos dez salários mínimos, o percentual de endividados foi de 46,8%, aumento de 1,5 ponto percentual em novembro. Em relação às famílias com contas em atraso dessa faixa de rendimentos, o aumento foi leve,



O endividamento continua sendo maior entre as famílias que ganham até dez salários mínimos, proporcionalmente às famílias de renda mais alta.

de 8,1% para 8,6%.

Em relação às famílias que não conseguiram realizar a quitação da dívida na data do vencimento, as consideradas

inadimplentes, houve ligeiro avanço, passando de 19,6% em outubro para 20,4% em novembro. Há um ano, esse percentual estava em 18,5%.

Esse é o maior nível desde maio de 2012 (21,5%). Isso significa que 792 mil famílias estão com dificuldades em honrar o compromisso no vencimento.

As dívidas no cartão de crédito continuam sendo as principais, com 73,6% das famílias endividadas nessa modalidade em novembro (eram 74,4% no mês anterior). Em seguida estão cartões, com 14,2% (em outubro, 13,9%); financiamento de carro, com 12,3%; e financiamento da casa, com 10,8%. O resultado mostra que endividamento e inadimplência não preocupam o cenário de consumo. Isso porque a inflação continua baixa, pressionando menos o orçamento das famílias, ao mesmo tempo em que há uma retomada na geração de emprego que permite o aumento de renda e confiança para elevar os gastos (AI/FecomercioSP).

Zerada alíquotas de importação para bens de informática

As alíquotas do Imposto de Importação para bens de informática e telecomunicações, e de bens de capital sem produção no Brasil, foram reduzidas de 16% e 14% para 0. A decisão foi da Câmara de Comércio Exterior (Camex). Segundo o Ministério da Indústria, Comércio Exterior e Serviços, a decisão reduz custos e incentiva novos investimentos produtivos no valor de US\$ 2,4 bilhões em diversas regiões.

A medida abrange 1.116 máquinas e equipamentos industriais sem produção no Brasil. O ministério destacou que as reduções tarifárias são temporárias, e as importações sem tarifas podem ser feitas até 30 de junho de 2019. As empresas que solicitaram o benefício informam que os equipamentos serão usados em projetos que representam novos investimentos no valor de US\$ 2,414 bilhões. Com o aos novos investimentos, os principais setores contemplados serão o automotivo (19,8%), o eletroeletrônico (10,9%) e o de bens de capital (10,7%).

Entre os principais projetos beneficiados estão a melhoria da qualidade e produtividade no processo produtivo de uma fábrica de automóveis; a produção local de smartphones e a expansão de fábricas de painéis fotovoltaicos. O regime consiste na redução temporária da alíquota do Imposto de Importação, quando não houver a produção nacional equivalente. Ou seja, representa uma redução no custo do investimento e produz um efeito multiplicador de emprego e renda sobre segmentos diferenciados da economia nacional (ABR).

Aprenda a congelar de maneira correta os alimentos

A rotina agitada requer praticidade também na alimentação. Para não deixar os hábitos saudáveis de lado, é preciso ficar atento a alguns métodos de congelamento de produtos. Na lista dos alimentos que podem ir ao freezer, estão os legumes, verduras e temperos.

A nutricionista do Complexo Hospitalar Edmundo Vasconcelos, Ariane Braz Brasil, esclarece as dúvidas de como deve ser feito esse processo:

- **A maneira certa de congelar as verduras** - É necessário apenas fazer o processo que chamamos de branqueamento, que consiste em colocá-las em água fervente por um minuto, escorrer-las e, por fim, jogar água bem gelada, ou colocar em uma bacia com gelo. Não realizar esse passo pode alterar a aparência do alimento;
- **Secar bem o alimento é um passo importante** - É um erro não secar bem, pois, quando são congelados ainda molhados, formam cristais de gelo em volta;
- **Atenção à validade do legume congelado** - O tempo de validade é de três meses, por isso é



importante identificar as embalagens com o nome e a data em que foram congelados para ter o controle de qualidade;

- **Ervas e temperos também podem ser congelados** - As ervas não precisam sofrer o processo de branqueamento antes do congelamento. Apenas é necessário lavar, picar e secar bem. A forma de utilização é a mesma das ervas frescas, podendo ser

utilizadas em temperos, molhos, sopas;

- **O jeito correto de descongelar os legumes** - Eles devem ser colocados na geladeira um dia antes de serem utilizados. Caso precise utilizar de imediato, descongele no micro-ondas ou coloque o próprio saco do legume em água em temperatura ambiente.

Fonte e mais informações: www.hpev.com.br.

Comer queijo diariamente ajuda a prevenir infarto

Comer queijo todos os dias pode ajudar a prevenir ataques cardíacos e acidentes vasculares cerebrais. Isto é o que diz um estudo feito pelo cientista Li-Qiang Qin, da Universidade de Soochow, na China. O artigo se baseou na revisão de 15 pesquisas publicadas, que analisaram um total de 200 mil pessoas, todas saudáveis e cuja saúde foi monitorada, em média, por dez anos.

De acordo com os dados, as pessoas que rotineiramente comem queijo têm um risco 18% menor de desenvolver doenças cardiovasculares, 14% menor de ter ataque cardíaco e 10% menor de sofrer acidente vascular cerebral, do que aqueles que não consomem queijo. A "dose" considerada mais eficaz é de cerca de 40 gramas por dia.

A pesquisa, publicada na



A "dose" considerada mais eficaz é de cerca de 40 gramas por dia.

revista "European Journal of Nutrition", concluiu que o queijo sempre foi apontado como um "perigo" para a saúde do coração devido ao seu teor de gorduras saturadas. Mas vários estudos nos últimos anos comprovaram o contrário (ANSA).

Trump estaria disposto a deixar Assad no poder

O governo do presidente dos Estados Unidos, Donald Trump, estaria disposto a permitir que Bashar al Assad continue no poder na Síria até 2021, quando o país árabe realizaria eleições. A informação é da revista "The New Yorker", que cita dirigentes norte-americanos e europeus.

A decisão refletiria as limitadas opções à disposição da Casa Branca e o sucesso da aliança entre Rússia, Irã e Turquia, que ajudou Assad a manter seu cargo. Desde o início da guerra na Síria, os EUA apoiam a destituição do presidente, mas, no começo do mandato de Trump, o governo norte-americano deu indícios de que a queda de Assad não era mais uma prioridade.

A situação mudou em abril,



Presidente da Síria, Bashar al Assad.

após o ataque químico atribuído ao regime de Damasco. Em outubro, durante uma viagem ao Oriente Médio, o secretário de Estado dos EUA, Rex Tillerson, havia dito que Assad não teria "nenhum papel" no futuro da Síria. A Casa Branca, segundo

a "New Yorker", concluiu que qualquer transição de poder dependerá de eleições livres conduzidas pelas Nações Unidas, envolvendo milhões de refugiados e fazendo emergir uma oposição mais confiável, meta que demandaria tempo (ANSA).