

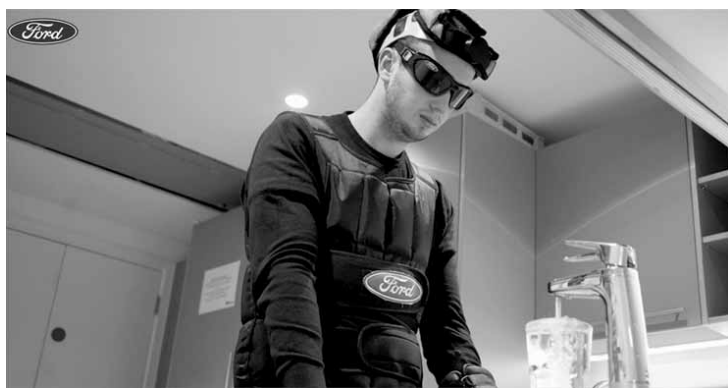
Dirigir cansado é tão perigoso quanto alcoolizado

Todo mundo sabe que é perigoso beber e dirigir. Mas estudos mostram que os riscos de guiar cansado também são muito altos

De acordo com uma pesquisa feita pela Comissão Europeia, a fadiga é a principal causa em até 20% dos acidentes de trânsito. De acordo com especialistas, permanecer acordado por períodos superiores a 18 horas pode prejudicar as habilidades do motorista da mesma forma que exceder o limite de consumo de bebidas.

A Ford desenvolveu um traje do sono que permite aos usuários experimentar os efeitos que o cansaço pode causar. Afinal, os acidentes de trânsito são a principal causa de morte entre os jovens com idade entre 15 e 29 anos, segundo a OMS (Organização Mundial da Saúde). Outro dado alarmante é que cerca de 1,25 milhão de pessoas perdem a vida todos os anos em decorrência de acidentes de trânsito no mundo todo.

“Quem dirige cansado corre o risco de guiar como um zumbi, tornando-se um perigo para si mesmo, para os passageiros e todos que estiverem ao redor”, afirma o Dr. Gundolf Meyer-Hentschel, CEO do Instituto Meyer-Hentschel, na Alemanha, que desenvolveu



Traje conta com óculos especiais que simulam exaustão, além de boné, colete e pesos nos braços e tornozelos que totalizam mais de 18 kg.

o traje do sono a pedido da Ford. “Os jovens muitas vezes se submetem à privação intencional do sono, forçando-se a ficar acordados para atender às demandas de uma vida social agitada, longas horas de trabalho e de estudo”, completa Meyer-Hentschel.

O traje conta com óculos especiais que simulam exaustão extrema, incluindo pequenos cochilos — uma resposta incontrolável ao cansaço. Os cochilos podem fazer com que os motoristas dirijam às cegas por 10 segundos ou mais, mesmo que seus olhos ainda estejam

abertos, tempo suficiente para percorrer centenas de metros. E é possível que eles nem se lembrem disso.

Os óculos, conectados a um aplicativo de smartphone, podem ser configurados para simular o desligamento do cérebro, de modo que o condutor não veja nada à sua frente por meio segundo e, posteriormente, por períodos cada vez mais longos, até 10 segundos. Usado em conjunto com um boné, um colete e pesos nos braços e tornozelos, totalizando peso adicional de mais de 18 quilos, o efeito geral demonstra o grau

de limitação dos motoristas cansados.

O objetivo do traje do sono é conscientizar as pessoas sobre os perigos de dirigir cansado. Nos Estados Unidos, por exemplo, a maioria dos acidentes originados por exaustão ao volante é causada por motoristas com menos de 25 anos. Normalmente, muitas pessoas pedem para um familiar ou amigo que não bebeu em uma festa para assumir o controle do carro, mas não se preocupam em saber se ele está cansado depois de ficar acordado a noite toda.

É sempre bom ficar atento e seguir as recomendações do Dr. Gundolf Meyer-Hentschel caso se sinta cansado ao dirigir:

- Pare o veículo assim que estiver em um local seguro;
- Tome uma bebida com cafeína e cochile por 20 minutos;
- Acorde revigorado e pronto para pegar a estrada novamente. Se o sono não tiver passado, encontre outra maneira de voltar para casa ou chegar ao seu destino (AI/FORD).

Indústria forte é indústria global

Carlo Barbieri (*)

Diante do desenvolvimento mundial, a indústria brasileira foi sendo apenada e limitada ao longo das últimas décadas

Juros altos, a cascata tributária e, até mesmo, a legislação trabalhista influenciaram neste mal posicionamento do País. No que diz respeito a entrada no mercado mundial nos últimos 16 anos, se agregou à proposição derrubada do dólar para desmotivar as exportações, seja para atender a sandice do presidente enjaulado que, em uma de suas estultices, dizia: “o que exportamos vai faltar às famílias brasileiras”, seja pelo decantado “custo Brasil”.

Se considerarmos a exportação global, que atinge \$22.990 trilhões e a brasileira de \$217 bilhões, ou seja 0,8% da total, para sermos educados, podemos considerá-la modesta demais. Com isto, a indústria passou a viver e a sobreviver de isenções e protecionismo.

Com o raia de uma nova visão do futuro superministerio da economia, a indústria tem que se fortalecer, sendo competitiva, eficaz e dinâmica.

O PIB do Brasil de \$2.056 trilhões, se comparado com o mundial de \$80.684 trilhões, bem mostra a pequenez do mercado interno frente ao que temos disponível no mundo, apenas 2,54%. Vemos países como a Alemanha, em que mais de 40% de seu PIB advém das exportações. Agora será inexorável: ou a indústria volta a buscar o mercado mundial, se globalizando,

aumentando sua competitividade ou estará fadada a um ocaso triste e talvez imerecido.

O novo Brasil precisa saber como, onde e de que maneira fará sua internacionalização de forma urgente, de forma planejada e estruturada. Precisa usar seu conhecimento, sagacidade e agudeza de raciocínio para implementar um programa de crescimento e expansão, que gere um aumento notável de sua atuação a nível mundial. Nos últimos anos os Estados Unidos da América atraíram investimentos de diversos setores de atividades, como o de armamento, siderúrgico, sucos, alimentos, entre outros.

E o intuito das nações que procuraram os EUA foi muito além de localizar apenas sua base exportadora, como, muitas vezes, sua base industrial e até mesmo sua matriz nos EUA, para se utilizar da nova formação tributária (atualmente a melhor do mundo livre).

Se levarmos em conta que o PIB atual dos EUA (\$20.660 trilhões) é cerca de 10 vezes o do Brasil, com um crescimento médio de mais de 3% ao ano, vemos aí onde devemos ancorar nossas esperanças.

Os novos acordos comerciais dos EUA transmitem às empresas a segurança de que, quando estabelecidas no país, terão ainda melhores condições de crescimento. Se internacionalizar é a solução para a economia brasileira, os EUA, sem dúvida, é um dos melhores destinos.

(*) - Com mais de 25 anos de experiência nos Estados Unidos, é presidente do Grupo Oxford, a maior empresa de consultoria brasileira nos EUA.

Reflexões

Os **pensamentos** têm grande poder. Eles são como sementes que você planta na mente. Quanto mais você mantém um pensamento, mais poder ele terá. Pensamentos positivos dão energia e força. Pensamentos negativos roubam poder e nos fazem sentir cansados. Somos positivos por natureza. Negatividade é resultado de um pensamento falho. Você pode mudar se quiser. Você não pode controlar os outros e as situações, mas você pode controlar o que está acontecendo dentro de você. Leva tempo para transformar esses padrões de pensamento. Seja paciente consigo. Comece com um pensamento: " **Brahma Kumaris**

Produção de conteúdo ou Fake News?

Reinaldo Moura (*)

Vivendo a crise que o mercado editorial vem sentindo. Quando as livrarias passaram a ocupar amplos espaços de lojas próprias ou em shoppings centers, com uma decoração de fazer inveja para criar ponto de encontros, sofás e pufes à disposição dos leitores, tudo isto regado a um café ou refrigerantes em um ambiente mais confortável que as praças de alimentação, estavam na legítima busca da inovação.

Mas, antes mesmo desta crise que o mercado editorial vem sentindo, a cadeia de livros já estava enfrentando há mais de dez anos outras inovações como o Wikipédia, YouTube, Google entre tantas outras fontes de conhecimento. Verificava-se já uma fuga em massa dos consulentes de bibliotecas, onde encontravam restrições para reproduzir uma página de um livro, armazenamento de informações e etc.

Hoje, qual a motivação de um autor investir na busca de conhecimentos específicos e escrever um livro, sabendo que este conteúdo em questões de segundos pode estar gratuitamente nas mãos de milhares de

pessoas? Somente marketing? Sim, importante, mas se o autor desconhecer depender do ganho financeiro da venda do livro: esqueça!

Os paradigmas mudaram... Quantos livros são distribuídos gratuitamente no lançamento? Os descontos no preço de capa, distribuidoras, correio etc. E ainda veio a Amazon com toda a sua agressividade em transformar o acesso a qualquer coisa em uma facilidade cada vez maior!

Quem perde ou ganha com tudo isto? O cliente, consumidor final de um livro seja técnico, ficção, ou não ficção enfim qualquer obra literária. Enquanto se mudam os paradigmas, algumas gerações já estão se desentando em colocar seus conhecimentos no papel e distribuí-los para aqueles que tanto precisam ler...

O desafio cada vez maior, daqui para a frente, será separar o “joio do trigo”, os conteúdos de qualidade das “fake” ou apenas “marketing” news.

(*) - Engenheiro e mestre em Ciências e Engenharia de Produção pela Poli/USP, é fundador do Grupo IMAM, que há mais de 30 anos atua na área editorial, de consultoria e treinamento em logística.

Horóscopo

Cícero Augusto - http://ciceroaugusto.areavip.com.br

Esta quarta é o vigésimo oitavo dia da luação. A Lua faz um aspecto positivo com Plutão durante a manhã que renova as energias e nos dá força para realizar nossas atividades e cumprir nossas metas. A noite pode ser um pouco confusa. Será muito importante descansar a mente. A Lua faz conjunção com Mercúrio que permite uma troca de informações e conversas profundas. Em seguida a Lua fica fora de curso (a partir das 19h54) até ingressar em Sagitário durante a madrugada de quinta. O Sol em tensão com Netuno pode nos deixar vulneráveis. Cuide da sua energia e não se deixe influenciar por situações ou pessoas oportunistas. Não se iluda, não fantasie. Tenha sensibilidade e compaixão, mas use a sua intuição. A meditação também pode ser a fonte de respostas.

Áries (21/3 a 19/4) Tenha calma para evitar desentendimento com alguém. Pode ser levado a situações de rompimento brusco ou encontrar muita harmonia, vai depender de sua atitude. De tarde mantenha o bom astral para soluções financeiras. À noite agitada sujeita a novidades e falta de sono. 82/482 - Vermelho.

Touro (20/4 a 20/5) Determinação, sensualidade e muito calor humano nos relacionamentos. As crises devem ser superadas com coragem e uma atitude austera, ainda mais as financeiras. Melhore a organização de sua vida para evitar os desperdícios. Saia da rotina e divirta-se à noite que promete ser agitada. 77/377 - Azul.

Gêmeos (21/5 a 21/6) A Lua faz conjunção com Mercúrio que permite uma troca de informações e conversas profundas. Em seguida a Lua fica fora de curso (a partir das 19h54) até ingressar em Sagitário durante a madrugada de quinta. As suas atitudes que tomar atraem ou afastam as pessoas. 68/168 - Cinza.

Câncer (22/6 a 22/7) O Sol em tensão com Netuno pode nos deixar vulneráveis. Cuide da sua energia e não se deixe influenciar por situações ou pessoas oportunistas. Esta quarta não é boa à relação com as outras pessoas, podendo acarretar desentendimentos por pontos de vista divergentes. 72/372 - Branco.

Leão (23/7 a 22/8) É bom ter cuidado nas dívidas de muito valor, que não devem ser assumidas. Terá definição dos rumos que sua vida deve tomar no ano que vem vindo. Liberalidade demais pode causar problemas, cuidado. Use de habilidade ao tratar com as pessoas nesta metade de semana. 86/886 - Amarelo.

Virgem (23/8 a 22/9) Evite alimentar desejo que não poderá realizar no momento. As emoções ficam mais fortes no final do dia e isso pode levar a ressentimentos. A Lua faz conjunção com Mercúrio que permite uma troca de informações e conversas profundas. 61/261 - Verde.

Libra (23/9 a 23/10) Muita afetividade garantirá bons momentos íntimos intensificando a relação sexual. Facilidade para expressar os sentimentos às pessoas e dizer dos seus sentimentos às pessoas que ama. Faça isso de forma mais racional para que consiga tomar uma decisão definitiva. 78/778 - Rosa.

Escorpião (23/10 a 21/11) Através da organização e de uma maneira mais direta de agir pode ganhar mais dinheiro. A situação melhora ainda mais nesta quarta com o Sol na casa dois, a casa do dinheiro. Um dinheiro atrasado ou devido deverá chegar antes do final do mês ainda com o Sol em Sagitário. 54/754 - Lilás.

Sagitário (22/11 a 21/12) Pela manhã haverá maior inspiração e ao final da tarde, nervosismo devido a imprevistos e situações inesperadas. Um novo ciclo de vida dará maior motivação depois do aniversário. É preciso muito cuidado ao assinar papéis e documentos importantes. 71/171 - Branco.

Capricórnio (22/12 a 19/1) O período é bom para tratar da saúde e programar as viagens. A Lua em Escorpião dá determinação e novas metas podem ser traçadas para 2019. Aproveite para programar o que fazer neste final de ano, sem alterar demais a rotina antes do aniversário. 92/592 - Marrom.

Aquário (20/1 a 18/2) É melhor pensar bem melhor antes de agir, prestando atenção aos detalhes nesta metade de semana. Irá demonstrar os sentimentos de amor e amizade, melhorando suas relações ao agir de forma mais racional e organizada. Dedique-se ao seu trabalho. 43/543 - Azul.

Peixes (19/2 a 20/3) Aumenta o interesse por atividades inovadoras que tendem a melhorar seus ganhos neste final de ano. Pode alcançar uma posição financeira melhor com negócios e trabalho temporário. Use a sua criatividade para melhorar a vida no novo ano de 2019 que vem vindo aí. 67/167 - Amarelo.

Dicionário dos sonhos

DESPIR – Estar despido (a): fofocas que podem causar tristezas. Despir-se: felicidade amorosa. Conhecidos despídos: receberá visita de parente em breve. Números de sorte: 04, 11, 22, 27, 41 e 55.

Simpatias que funcionam

Para seu Amado Voltar Correndo Para Você: Esta é uma forte simpatia para aqueles momentos de solidão. Quando você estiver se sentindo sozinha, faça esta simpatia para chamar pelo seu amor e ele virá correndo atrás de você. Pegue um papel branco e escreva o nome completo da pessoa. Dobre o papel em quatro partes e jogue-o dentro de uma panela com água fervendo, enquanto diz as seguintes palavras: “Fulano (diga o nome da pessoa), assim com esta água está fervendo, vai ferver também sua cabeça. Você só vai pensar em mim e virá correndo me procurar!” Repita essa frase três vezes e, depois, jogue a água com o papel em um jardim qualquer. Lave a panela e volte a usá-la normalmente.

Comemorações e aniversariantes do dia

QUARTA 05 de Dezembro de 2018. Dia de Santa Crispina, Santo Anastácio, São Dalmácio, São Nicécio, e Dia do Anjo Micael, cuja virtude é a fé. **Dia do Voluntário.** Hoje aniversaria o cantor e pianista Little Richard que faz 86 anos, o tenor espanhol José Carreras que nasceu em 1946, cantora Ângela Rô Ro que chega aos 69 anos e a atriz carioca Danielle Winits que nasceu em 1973.

O nativo do dia

O nativo de **Sagitário** deste dia e grau é inteligente, inquieto, otimista, determinado quer alcançar o sucesso através do conhecimento e força de vontade. É também inteligente, liberal, impaciente. Mas precisa de estímulos mentais constantes, mudanças e novos horizontes. Gosta de viver a de forma intensa aprecia os esportes até radicais, buscando atividades às vezes arriscadas. Tem interesse pela comunidade e pela política. Pode ser tenso quando as coisas não caminham no seu ritmo. Precisam ter cuidado sempre com traições, falsas notícias e maledicências.

Adquira seu MAPA ASTRAL – Previsão Anual – SINASTRIA o mapa de relacionamento e o SEXO DO BEBÊ – fone (11) 5585-4000. Pedidos na Internet: http://areavip.com.br/ciceroaugusto.

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Primeiro presidente da ABL	Sufixo de "fâmula"	Caricata Estrutura cerebral de cognição	Animal como o Ligeirinho (TV)	Patrões: senhores Causar sonegação	Importantes cidades do Peru
Pista automobilística de brinquedo					
Aquele que aplaude					
Uma das consequências da má higiene bucal	O cabelo com escova progressiva				Aparelho para fiar
Primeira (?) título de Marcela Temer (2018)				O colesterol que deve ser evitado	Jogada do vôlei
			Amada de Peri (Lit.)		
			Aqui		
O esporte predileto do príncipe Charles		Comissão Nacional de Ética em Pesquisa			
				Modo de imagem de controles remotos	Afastar
(?) junina: comemoração comum em igrejas católicas			Comporta Carta de aforamento de terras		
Rio suíço afluente do Reno		Macia (?) de lado: desprezar			
					Metal do ouro branco (símbolo)
Utensílio do vendedor de praia	"Love (?) My Life", sucesso do Queen				
Ave de pernas e dedos longos					

BANCO 2/01 7/00E 5/Banir — Total 10/adormentat. 65

PASSATEMPOS COQUETEL: OS MAIS VARIADOS FORMATOS E NÍVEIS PARA VOCÊ

150 CRIPTOGRAMAS

300 PASSATEMPOS INGLÊS

Revistas COQUETEL

#FAÇAOCOQUETEL

Solução

V	R	O	C	V	H	V	S
W	I	G	J	O	I		
I	N	H	O	D	O	S	I
L	V	H	O	J	O	S	
E	B	V	A	H	V		
V	I	J	I	L	V	E	J
J	E	N	O	C	I	O	
I	C	E	O	T	O	D	
P	V	W	V	W	V	O	
O	H	O	C	V	V		
E	S	O	L	I	V	H	
W	O	O	W	V	T	C	
V	W	V	H	O	I	N	V
V							