

Por que os italianos falam com as mãos?

Um dos costumes mais marcantes dos italianos é o ato de “falar com as mãos”

Na Itália, os gestos não são apenas parte da comunicação, como também viraram uma característica que individualiza o povo e que foi repassada para outras nacionalidades, como a brasileira, graças à imigração italiana entre os anos 1880 e 1930.

Em entrevista à ANSA, o especialista em linguagem corporal Paulo Sérgio de Camargo afirmou que não há uma explicação científica comprovada para tal fenômeno, mas que uma das teorias é que “os italianos tendem a ser mais extrovertidos, mais comunicativos, e pessoas assim fazem mais gestos, falam mais com as mãos e com o corpo”. Outra possibilidade seria a de que, durante o Império Romano, aqueles que assistiam aos discursos dos grandes oradores da época passavam a imitá-los.

Existe ainda a teoria que diz que a península itálica, por estar em um ponto estratégico no Mar Mediterrâneo, foi palco de invasões durante toda a história, misturando povos e criando sinais para a comunicação. “Com pessoas de origens e línguas tão diversas, a comunicação acontecia por meio de gestos”, disse a diretora da Escola Aliança



Quando os italianos conversam, as mãos e os dedos é que falam.

Cultural Italiana, Rosana Labatte, ressaltando que a tradição acabou perdurando até hoje.

Este costume também passou para os brasileiros, que, com a profunda influência italiana, tornou-se um dos povos a utilizar os gestos, enquanto em muitas outras culturas o contato manual é visto como falta de educação. “Quem utiliza as mãos são os brasileiros e os italianos, povos mais carismáticos, que demonstram alegria. A origem da nossa linguagem corporal e do nosso modo de falar é italiana”, afirmou o especialista e dono do Instituto de Micro Expressões Faciais e

Linguagem Corporal, Marcos Roberto.

De acordo com a italiana Angela Angoretto, que vive no Brasil há mais de 20 anos, “o ato de falar com as mãos não é consciente, é involuntário, quase uma característica genética de um povo que deseja se comunicar sem se preocupar com censura social”. Alguns gestos que nasceram na Itália se universalizaram pelo mundo, como é o caso do famoso “dedo do meio”, que ficou popular nos Estados Unidos após o jogador de beisebol italiano Charles Radbourn tirar uma foto fazendo o sinal em 1886. O Imperador Calígula, que regeu Roma

do ano 37 ao 41 d.C., quando foi assassinado, costumava colocar um anel no dedo médio e fazer seus súditos beijarem-no como forma de humilhação, o que atribuiu o significado pejorativo ao gesto.

Outros gestos típicos italianos são o ato de balançar a mão ao dar tchau a uma pessoa; bater a mão contra o estômago quando está com fome; fechar a mão com o polegar estendido em direção à boca para convidar alguém para beber; e um dos mais conhecidos, que é fechar a mão e movimentá-la com os dedos unidos para demonstrar insatisfação. Mas, para o psicólogo clínico na abordagem psicanalítica Renato Mandarano, a utilização de gestos para se comunicar às vezes pode estar associada à ansiedade.

“As pessoas também manifestam conteúdos inconscientes através dessa comunicação. As emoções são universais, uma vez que povos de diferentes regiões do mundo são capazes de identificar as mesmas expressões. Desta forma, independentemente da cultura, o corpo sempre fala. A atividade não verbal é reveladora assim como o discurso oral”, ressaltou Mandarano (ANSA).

Picada de escorpião: agilidade no atendimento diminui riscos

Parece inofensivo, mas não é. A picada de um escorpião provoca dor intensa e contínua por horas, podendo seguir-se de náuseas, vômitos, transpiração, choque e, em alguns casos, o óbito. Crianças menores de sete anos e adultos maiores de 70 anos merecem atenção redobrada, uma vez que a letalidade aumenta significativamente nesta faixa etária.

O responsável pela equipe do Pronto-Socorro Adulto e cirurgião geral do Complexo Hospitalar Edmundo Vasconcelos, Dr. Pedro Ivo Monteiro Pacheco, ressalta a importância de um atendimento imediato, principalmente nesses casos. “A agilidade no atendimento eleva a chance de recuperação breve do paciente e diminui as complicações que a picada pode provocar”, afirma.

Segundo dados da Divisão de Zoonoses do Centro de Vigilância Epidemiológica do Estado de São Paulo, mais de 14 mil ataques foram registrados no ano passado, o que significa cerca de 1.700 casos a mais se comparado a 2014. O especialista orienta que a pessoa picada lave imediatamente o local atingido com água e sabão. Também é indicada a utilização de analgésicos e compressas mornas, para dar algum conforto ao acidentado

durante o transporte até um hospital próximo.

Já nos casos mais graves, deve ser usado o soro antiescorpionico. O médico aconselha, sempre que possível, a levar o escorpião ao serviço de saúde. “Esta atitude é muito importante, pois assim define-se com segurança a espécie que provocou o acidente e o tratamento a ser instituído”, orienta.

Para reduzir os riscos de um ataque deste tipo de aracnídeo, o especialista alerta para o uso de calçados e luvas durante atividades em locais rurais e de jardinagem. Além de examinar cuidadosamente os calçados e roupas pessoais, de cama e banho, antes de usá-los. Não acumular lixo orgânico, entulhos e materiais de construção, vedar as frestas e buracos em paredes, assoalhos, forros e rodapés e fechar ou tampar ralos de banheiro e pias e lavatórios são ações indispensáveis para evitar a entrada deste animal.

Entre os incidentes mais frequentes no Brasil estão os provocados pelo escorpião amarelo (*Tityus serrulatus*) e o escorpião marrom (*Tityus bahiensis*), comuns de serem encontrados em entulhos, pedras, cascas de árvores e dentro de domicílios - principalmente em sapatos e roupas.

Crise financeira pode afetar a saúde

Demissões, contenção de gastos, aumentos nos preços de energia e água, além dos impostos de início do ano. Fatores como estes têm atingido fortemente as finanças de muitos brasileiros, e, consequentemente, atrapalhado noites de sono e gerado muito estresse, o que, sem dúvida, prejudica fortemente a saúde.

Para o coordenador médico do Centro de Cardiologia do Hospital Santa Catarina, Prof. Dr. Walter Gomes, “cada pessoa reage de maneira distinta às situações ruins do dia a dia. Resfriados, gripes, aumento de peso, problemas de pele e alergias podem ser sinais de baixa imunidade e de algo mais grave está a caminho. Identificar e reagir de forma rápida a esses sintomas pode fazer a diferença a favor da saúde”.

Criar hábitos saudáveis é outro aspecto que favorece o bem-estar neste período de incertezas. “Realizar atividade física, manter as rotinas de alimentação e de sono são ações que ajudam a enfrentar o período turbulento”, destaca o cardiologista. O médico elenca três ações que, inseridas ao cotidiano, ajudarão a concentrar

energias para enfrentar os dias difíceis:

- **Controle a ansiedade (e o apetite):** para compensar notícias ruins ou momentos difíceis, algumas pessoas perdem o controle e abusam de doces, refeições gordurosas, frituras e refrigerantes. Esta atitude pode trazer graves problemas gástricos e cardíacos, como colesterol, diabetes, hipertensão, etc. Fique atento!
- **Saia da rotina:** a ociosidade traz também uma rotina desgastante para muitos. Praticar atividade física, ao menos três vezes por semana, ajuda a ‘oxigenar os pensamentos’ e concentrar as energias positivas para enfrentar as dificuldades;
- **Mantenha a calma:** muitas pessoas, mesmo empregadas, ficam com receio de serem demitidas e, com isso, acabam prejudicando o próprio desempenho. Em vez de pensar em eventuais problemas, é vital manter o foco, controlar suas ações e buscar soluções.

Fonte: Hospital Santa Catarina.

Proclamas de Casamentos

CARTÓRIO DE REGISTRO CIVIL 33º Subdistrito - Alto da Mooca ILZETE VERDERAMO MARQUES - Oficial

Faço saber que os seguintes pretendentes apresentaram os documentos exigidos pelo Art. 1525, do Código Civil Atual Brasileiro e desejam se casar:

O pretendente: **RENATO FERNANDES COSTA**, estado civil solteiro, profissão gerente de produção, nascido em São Paulo - SP, no dia 15/08/1992, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Joaquim Rodrigues de Costa e de Maria de Fatima Fernandes Costa. A pretendente: **APARECIDA MICAEL DUARTE SOARES**, estado civil solteira, profissão operadora de caixa, nascida em São Paulo - SP, filha de Raimundo Nonato Duarte Gonçalves e de Maria Luiza Soares.

O pretendente: **EDUARDO DOS SANTOS DOMINGOS**, estado civil solteiro, profissão técnico de segurança do trabalho, nascido em Uberlândia - MG, no dia 02/12/1984, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Milton Lázaro Domingos e de Maria Aparecida dos Santos Domingos. A pretendente: **JULIANA ARANDAS PEREIRA**, estado civil solteira, profissão técnica em enfermagem, nascida em São Paulo - SP, no dia 17/06/1993, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de José Francisco Pereira e de Maria de Arandas Pereira.

O pretendente: **GUILHERME RUIZ DE OLIVEIRA**, estado civil solteiro, profissão comprador internacional, nascido em Porto Alegre - RS, no dia 12/06/1984, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Luiz Claudio de Oliveira e de Vera Ruiz de Oliveira. A pretendente: **TATIANE ROTA FARIAS**, estado civil solteira, profissão administradora, nascida em Jundiá - SP, no dia 23/08/1985, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Eivald Monteiro de Farias e de Zilda Santíssima Rota de Farias.

O pretendente: **EDER DOS SANTOS LIRA**, estado civil solteiro, profissão taxista, nascido em São Paulo - SP, no dia 04/10/1981, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de José Azevedo Lira Filho e de Maria dos Santos Lira. A pretendente: **CAMILA BENDOCHI**, estado civil solteira, profissão bancária, nascida em São Paulo - SP, no dia 05/05/1985, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Aser Bendochi e de Maria das Graças Bendochi.

O pretendente: **FELIPE LOPES VALDIVIEZO**, estado civil solteiro, profissão engenheiro, nascido em São Paulo - SP, no dia 30/11/1989, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Facundo Valdiviezo Neto e de Tania Benedito Lopes Valdiviezo. A pretendente: **MARIANA DELLA CORTE DA SILVA**, estado civil solteira, profissão engenheira, nascida em São Bernardo do Campo - SP, no dia 18/08/1988, residente e domiciliada em Santo André - SP, filha de Arnaldo da Silva Junior e de Ana Maria Della Corte da Silva.

O pretendente: **LUIZ CLAUDIO DOS SANTOS**, estado civil divorciado, profissão administrador, nascido em São Paulo - SP, no dia 28/01/1989, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Paulo Sergio dos Santos e de Emilia Valeria dos Santos. A pretendente: **KELLY CRISTINA PETRI**, estado civil solteira, profissão gerente administrativo, nascida em São Paulo - SP, no dia 22/02/1971, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Everaldo Petri e de Helenice Alves Petri.

O pretendente: **FABIANO FORADORI ZONATTI**, estado civil solteiro, profissão designer, nascido em São Paulo - SP, no dia 30/05/1986, residente e domiciliado neste Subdistrito, São Paulo - SP, filho de Luiz Carlos Zonatti e de Rita de Cássia Foradori Zonatti. A pretendente: **GIULIANA ATHAYDE RODRIGUES SILVA**, estado civil solteira, profissão vendedora, nascida em São Paulo - SP, no dia 15/05/1989, residente e domiciliada neste Subdistrito, São Paulo - SP, filha de Ricardo Rodrigues Silva e de Marisa Athayde Rodrigues Silva.

Concilie trabalho e estudo para ter uma vida com qualidade

Christian Barbosa (*)

Administrar as atividades do dia a dia, como tarefas no trabalho, compromissos com a família e com a vida pessoal pode não ser tão fácil assim

Imagine quando nessa rotina está incluso um curso de pós-graduação, mestrado ou, ainda, doutorado? É nessa fase que o número de tarefas aumenta e que muitos alunos pensam em desistir do sonho de se especializar em determinada área, para dedicarem tempo somente às antigas atividades. Não é fácil, mas é possível ter tempo para trabalho e estudos – e pode ter a certeza de que vale a pena esse esforço.

Primeiro porque, ao terminar o curso, vai ser mais fácil encontrar uma vaga para a área pretendida, já que muitos profissionais estão se qualificando para suprir as necessidades do mercado de trabalho. Segundo, quem deixa de se aperfeiçoar acaba aproveitando o tempo “livre” para abusar de atividades circunstanciais, como as redes sociais e baladas fora de hora.

Por fim, não adianta deixar para depois, mais cedo ou mais tarde você sentirá a necessidade de fazer um curso de especialização e precisará aprender a se organizar e ser mais produtivo em menos tempo, do contrário, esqueça a ideia de ser um profissional de resultados no mercado de trabalho.

Infelizmente, querer nem sempre é fazer. As pessoas querem estudar, mas não têm tempo ou disposição para fazer a coisa acontecer. São muitos os fatores que prejudicam nossa performance, mas com alguma persistência e as técnicas certas é possível ter bons resultados. Para começar, cinco passos básicos vão fazer com que o trabalho e os estudos entrem em harmonia, confira:

- 1 **Escreva suas atividades:** não deixe nada na cabeça, registre o que tem para fazer em uma agenda, caderno, celular ou um software de planejamento. Se você não anota, fica impossível de planejar e arrumar tempo. A dica é ter apenas um lugar para registrar, ou você vai se perder. Registre tudo da vida, escola, trabalhos, TCC e outras atividades que precisam ser realizadas no trabalho;
- 2 **Trace seu planejamento:** com todas as atividades em mãos (tente conseguir o máximo que puder de um semestre), passe para o seu método de anotações todas as tarefas, distribuindo-as com a antecedência de ao menos três dias do término do prazo. Isso lhe dará mais mobilidade no dia a dia, fazendo com que cumpra tudo e ainda ganhe um tempo para descansar ou adiantar novas tarefas;
- 3 **Cuidado com as urgências:** atividades urgentes são aquelas que não estavam programadas para

acontecerem, e o tempo para realizá-las está curto, ou já acabou. São as atividades que chegam em cima da hora, que não podem ser previstas, mas que geralmente causam estresse. Para evitá-las, reserve de 30 minutos a 1 hora do seu dia para esses imprevistos. Não esqueça de colocar tempo nas suas anotações;

4 **Evite as atividades circunstanciais:** sabe aquela atividade que, se você não tivesse perdido seu tempo com ela, não faria a menor diferença? Essas são as tarefas circunstanciais, aquelas que nos fazem perder tempo à toa, como navegar por horas na internet sem propósito. Lute contra elas! Dica: à noite, ao chegar em casa, vá direto para o banho e comece a se preparar para o próximo dia. Evite deitar no sofá para assistir TV – com o cansaço e a preguiça, certamente você passará horas em frente a TV e irá dormir mais tarde do que realmente precisa, sem ter produzido nada ou descansado neste período;

5 **Foco:** Nenhuma dessas dicas pode ser realmente eficaz se você não tiver definido de maneira clara quais são os seus objetivos (ex. conquistar determinada vaga dentro da empresa ou terminar o menor tempo possível o curso para iniciar outro). Além disso, é de extrema importância que você esteja 100% focado em conquistar esses objetivos, isso significa que, algumas vezes, a preguiça pode até aparecer, mas você terá de ser mais forte e seguir com o seu planejamento.

Além disso, para você ter bons resultados no trabalho e nos estudos, é essencial você achar o seu timing e saber distribuir as atividades em sua agenda de acordo com o seu nível de produtividade. É vital também enxergar o momento de parar. Não adianta forçar demais que a corda arrebenta. Enquanto você está disposto, com energia, é o momento de aproveitar, agora começou a ficar cansado, sonolento, é melhor parar, pois se forçar a barra vai diminuir seu aprendizado ou até terá que rever tudo novamente em outro momento. Atletas de alta performance sabem bem o momento de treinar e competir duro e também de parar, descansar e recarregar as baterias.

Preparado para iniciar sua vida profissional e acadêmica de uma maneira mais produtiva? Foco nos estudos e objetivo claro no trabalho, essas são as peças-chaves para conciliar ambas as atividades de maneira equilibrada e sem estresse.

(*) - Especialista em administração de tempo e produtividade, é CEO da Triad PS, programas e consultoria na área de produtividade, colaboração e administração do tempo. Autor de: A Triade do Tempo; Você, Dona do Seu Tempo; Estou em Reunião. Sua mais recente obra: 60 Estratégias práticas para ganhar mais tempo. (www.triadps.com.br) e (www.maistempo.com.br).

Proclamas de Casamentos

CARTÓRIO DE REGISTRO CIVIL 39º Subdistrito - Vila Madalena Andreia Ruzzante Gagliardi Martins - Oficial

Faço saber que os seguintes pretendentes apresentaram os documentos exigidos pelo Art. 1525, do Código Civil Atual SP e desejam se casar:

O pretendente: **JOSE AUGUSTO BARBOSA**, profissão: músico, estado civil: solteiro, naturalidade: São Paulo - SP, data-nascimento: 12/05/1976, residente e domiciliado em Pinheiros, São Paulo - SP, filho de Luiz Antonio Barbosa e de Sueli Arcanjo Barbosa. A pretendente: **GABRIELA RIGHETTO**, profissão: advogada, estado civil: divorciada, naturalidade: São Paulo - SP, data-nascimento: 01/12/1977, residente e domiciliada em Pinheiros, São Paulo - SP, filha de Aurelio Jose Righetto e de Maria Elisabeth Righetto.

O pretendente: **JEFFREY DEAN BENNETT**, profissão: professor de inglês, estado civil: solteiro, naturalidade: Scripps, Estados Unidos da América, data-nascimento: 31/07/1963, residente e domiciliado na Vila Madalena, São Paulo - SP, filho de Muri Dean Bennett e de Patricia Ann Archer. A pretendente: **ANA GERUSA REIS DE OLIVEIRA**, profissão: copeira, estado civil: solteira, naturalidade: Euclides da Cunha - BA, data-nascimento: 23/02/1969, residente e domiciliada na Vila Madalena, São Paulo - SP, filha de Serapião Bispo de Oliveira e de Emídio Bispo de Oliveira.

Se alguém souber de algum impedimento, oponha-se na forma da lei. Lavo o presente, para ser afixado no Oficial de Registro Civil e publicado na imprensa local Jornal Empresas & Negócios