

REVISTA UNIVATES

26.

Saúde

Sedentarismo atinge quase metade dos estudantes

08.

Tecnologia

Descubra funcionalidades desconhecidas de seu celular

Mala Direta
Básica

9912354592/2014-DR/RS
Fuvates



14.

Educação
Professores transformam realidades

Caros leitores

Nesta edição buscamos trazer diversos olhares sobre a importância da formação de professores. Compartilhamos também as iniciativas da Univates para qualificar e incentivar a formação de docentes. Afinal, a história da Univates começou com o desafio de oferecer para a região professores qualificados: nosso primeiro curso foi licenciatura em Letras, em 1969. Outro texto que também convida à reflexão é a matéria sobre política, que traz um apanhado da história política no País e suas diferentes possibilidades de organização.

Uma pesquisa realizada pelo curso de Educação Física (bacharelado) descobriu que 41% dos estudantes da Univates entrevistados são sedentários. Os resultados são debatidos por professores e alunos, que observam que quanto maior é o tempo no curso, mais sedentária é a rotina do estudante. Também conversamos com profissionais sobre o funcionamento do *remarketing*, aquelas publicidades que ficam nos perseguindo com produtos pelos quais demonstramos interesse em algum momento na internet.

Por falar em tecnologia, esta edição traz diversas dicas sobre aplicativos que podem ser úteis. São funções desconhecidas para a maioria das pessoas mas que podem ajudar no dia a dia, como medir distâncias, acessar o navegador do *desktop* pelo *smartphone* e conferir o funcionamento de controles remotos

Boa leitura!

Elise Bozzetto | Editora



Rua Avelino Talini, 171
Bairro Universitário
CEP 95914-014 - Lajeado/RS
Fone: (51) 3714-7000
Linha Direta: 0800 7 07 08 09
E-mail: atendimento@univates.br
Site: www.univates.br

Esta revista é uma publicação da Universidade do Vale do Taquari - Univates
Reitor: Ney José Lazzari
Vice-Reitor e Presidente da Univates: Carlos Cândido da Silva Cyrne
Pró-Reitor de Ensino: Carlos Cândido da Silva Cyrne
Pró-Reitora de Ensino Adjunta: Fernanda Pinheiro Brod
Pró-Reitora de Pesquisa, Extensão e Pós-Graduação: Maria Madalena Dullius
Pró-Reitora de Desenvolvimento Institucional: Júlia Elisabete Barden
Pró-Reitor de Administração: Oto Roberto Moerschbaecher

Gerente do Setor de *Marketing* e Comunicação: Diana Di Domenico |
Coordenação editorial: Elise Bozzetto | Textos: Ana Amélia Ritt, Artur Dullius,
Elise Bozzetto, Leonardo Seibel e Nicole Morás | Jornalista responsável: Elise
Bozzetto | Revisão: Sandra Lazzari Carboni e Veranice Zen | Projeto Gráfico:
Gabriele Scheffler e Marina Pavan | Editoração: Fernando Ivan Pretto | Foto
de capa: Elise Bozzetto | Versão digital: www.univates.br/revista | E-mail
da redação: imprensa@univates.br | Fone: (51) 3714-7018 | Impressão:
Grafocem | Tiragem: 6.000 exemplares



ACONTECE

1

Jota Quest Acústico

O Jota Quest vai trazer para Lajeado, em 3 de junho, mais um espetáculo da sua turnê totalmente desplugada. Baseado no repertório do CD e DVD "Jota Quest Acústico - Músicas para Cantar Junto", que chegou às lojas e aos serviços de *streaming* no ano passado e entrou no Top 100 da Billboard, o grupo mineiro subirá ao palco do Teatro Univates pela segunda vez neste ano para apresentar seus grandes *hits* em versão acústica.

2

II Seminário Internacional Migrações e Direitos Humanos

De 28 a 30 de maio, o II Seminário Internacional Migrações e Direitos Humanos promoverá, na Universidade do Vale do Taquari, por meio do Programa de Pós-Graduação em Ambiente e Desenvolvimento (PPGAD) e do Centro de Ciências Humanas e Sociais (CCHS), reflexão sobre os significados e consequências do fenômeno migratório. Mais informações podem ser obtidas no *site* do evento, em www.univates.br/evento/migradh, ou pelo e-mail eventos@univates.br. O evento é gratuito.

3

II Congresso Internacional de Ciência, Tecnologia e Conhecimento da Univates

Nos dias 21 e 22 de junho, acontece, na Instituição, a segunda edição do Congresso Internacional de Ciência, Tecnologia e Conhecimento da Univates. Mais informações pelo e-mail congressointernacional@univates.br ou pelo telefone (51) 3714-7000, ramal 5944.

4

Solenidades de colação de grau

De 4 a 25 de agosto o Teatro Univates recebe as cerimônias de formatura dos cursos de graduação e técnicos. As solenidades acontecem em sextas-feiras e sábados, às 17h e às 20h, conforme programação disponível em univates.br/cultura/formaturas. Todas as colações são transmitidas ao vivo pelo *site*.

UM TEMPO PARA PARAR E RESPIRAR

Univates oferece prática de meditação a toda a comunidade

Por Elise Bozzetto | elise@univates.br

A meditação, prática milenar que promete inúmeros benefícios, vem conquistando o respeito da comunidade científica. Nas últimas décadas, diversos estudos buscaram analisar os efeitos que a simples prática de “respirar” é capaz de produzir na vida das pessoas. Difunde-se então o conceito de *mindfulness* (ou atenção plena), um modo de ser e estar no mundo, cultivado por práticas bastante antigas, desenhadas para tornar nossas mentes cada vez mais relaxadas, atentas e felizes.

O tema, explorado por psicólogos, neurocientistas, entre outros pesquisadores, sugere benefícios como aumento da capacidade de concentração e do rendimento acadêmico e profissional, aprimoramento das relações interpessoais, redução e prevenção de estresse, aumento da satisfação no trabalho e mais empatia com as pessoas. Além disso, estudos comprovam que a meditação reduz transtornos do sono e ansiedade, sendo uma ótima aliada nos tratamentos de doenças

fisiológicas (como dores crônicas, por exemplo) e psiquiátricas (como depressão, dependência e ansiedade).

Uma prática para todos

A prática da atenção plena é muito simples e não exige pré-requisitos. Diversos tutoriais ensinam diferentes técnicas de maneira didática. No entanto, os estudos enfatizam que não é tanto o tempo, mas, sim, a frequência que mais influencia na transformação do cérebro daqueles que praticam a técnica. Por isso, é recomendada a prática diária de pelo menos 10 minutos de meditação.

Univates oferece prática gratuita e aberta a toda a comunidade

Na Univates, o Diretório Acadêmico de Psicologia organiza gratuitamente práticas diárias de meditação, abertas a toda a comunidade. De segunda a sexta-feira, das 18h às 18h45min, é possível participar de práticas de relaxamento e meditação. Nesses 45 minutos são aplicadas técnicas que buscam o cultivo da atenção, o equilíbrio das emoções e o aumento do bem-estar. No final de cada sessão, as experiências podem ser compartilhadas e são discutidos os principais conceitos de *mindfulness*.

Não é necessário inscrição e não há pré-requisitos para a participação. Os interessados podem comparecer na sala 104 do Prédio 1, às 18h. A atividade é orientada por Bruno Bohrer, que está se formando como instrutor de *mindfulness* pelo Centro de Mindfulness Mente Aberta, ligado à Universidade Federal de São Paulo (Unifesp).

Mais informações sobre a atividade podem ser obtidas pelo e-mail dapsicologia@univates.br.

ELISE BOZZETTO



VAMOS FALAR SOBRE POLÍTICA?

Entender o assunto ajuda a despertar o compromisso de cidadão

Por Nicole Morás | nicolemoras@univates.br

Mesmo que você não seja muito ativo, a política faz parte do seu dia a dia e, querendo ou não, influencia sua vida, afinal, é a partir do poder Legislativo que se dá a criação de leis que podem impactar sua vida. Ou então, é no Executivo e nos seus representantes majoritários - prefeitos, governadores e presidente - que acontece a adoção de políticas públicas que determinam, por exemplo, se haverá incentivo para a educação, atendimentos na área da saúde e assim por diante. Aproveitando que 2018 é ano eleitoral, que tal buscar entender um pouco mais o assunto para exercer seu papel de cidadão? Para começar, é bom entender o que a história do Brasil tem a ver com a maneira como a política atual se apresenta.

Das oligarquias à democracia

De acordo com o professor Mateus Dalmáz, não apenas o Brasil, mas os países da América Latina de modo geral se tornaram independentes de seus colonizadores apenas em meados do século XIX, por volta de 1820. “A história republicana da América Latina tem várias fases e nem todas elas têm a democracia como característica principal. O Brasil do século XIX era formado, principalmente, por oligarquias, ou seja, um pequeno grupo de pessoas que controlava a política e se valia de diversas falcaturas eleitorais e artimanhas para se perpetuar no poder”, explica ele.

Naquela época, o País ainda era uma monarquia. Isso quer dizer que havia um imperador como representante maior. Porém, havia eleições para



ARTUR DULLIUS

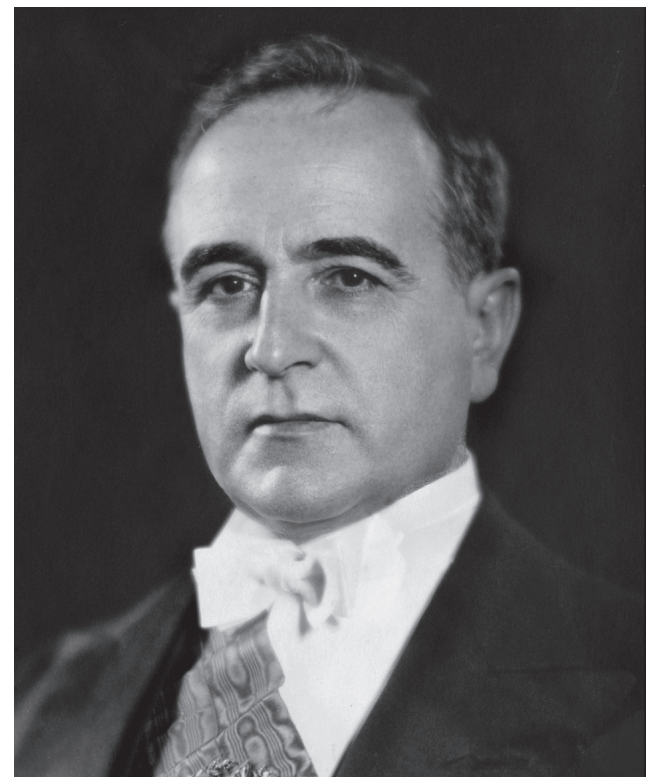
o poder Legislativo e as campanhas eleitorais eram deturpadas e fraudulentas justamente para que as oligarquias fossem favorecidas. E isso não era exclusividade do Brasil, era uma prática em toda a região latina da América.

Já no século XX, conforme Dalmáz, o Brasil viveu uma ditadura bastante fechada politicamente, que foi a Ditadura de Getúlio Vargas. “Aqui no Rio Grande do Sul existe uma tendência a se falar bem dele, pois ele foi o ‘pai dos trabalhadores’, foi quem inaugurou a primeira legislação trabalhista, designou o primeiro Ministério do Trabalho e sancionou a Consolidação das Leis do Trabalho, a CLT. Porém Getúlio Vargas foi um ditador. Entre 1937 e 1945 não havia eleição para nenhum cargo ou instância de poder. Foi uma das ditaduras mais fechadas do ponto de vista da participação popular”, analisa.

Depois desse período, o Brasil viveu uma breve experiência democrática por 19 anos, entre 1945 e 1964. Houve uma série de inovações na legislação eleitoral, como o voto secreto, a urna indevassável e a cédula eleitoral. “A experiência democrática estava brotando. Mas aí, não só o Brasil, mas toda a América Latina viveu uma nova onda de ditaduras entre as décadas de 1960 e 1970, que foram dos regimes militares. O regime militar brasileiro não foi tão fechado politicamente como era a ditadura anterior, pois havia dois partidos políticos que na verdade abrigavam várias tendências políticas que não tinham espaço para expor suas ideias. Porém era proibido usar a letra P nas siglas ou a palavra partido”, pondera o professor, referindo-se à

Aliança Renovadora Nacional (Arena), a favor do regime militar, e o Movimento Democrático Brasileiro (MDB), contrário aos ideais militares.

Dalmáz destaca que mesmo durante o regime militar havia eleições para prefeitos de cidades com poucos eleitores, por exemplo, mas havia censura, falta de liberdade de expressão e manobras que permitiam cassação de eleitos. “Foi um regime que maquiava as eleições”, analisa.



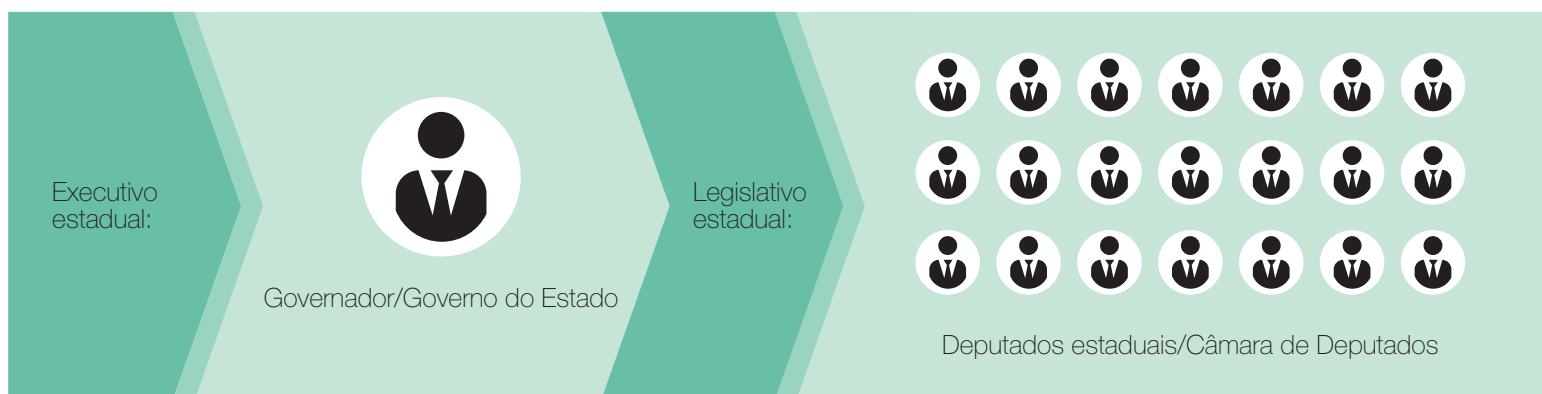
Durante a década de 1980 os regimes militares começam a ser encerrados e o Brasil tem uma transição lenta e gradual para a democracia, primeiro com eleições indiretas. “Apenas em 1982 o eleitor brasileiro experimentou o voto direto para uma eleição majoritária, para o cargo de governador. Só em 1989 o brasileiro votou para a presidência e o País experimentou a democracia com a volta do pluripartidarismo”, acrescenta o professor. É a partir daquele momento que passam a existir três grandes propostas de gestão ou projetos de governo, alguns com mais relevância do que outros.

Os projetos de governo

Bem-estar social: o Estado tem compromisso com a assistência social e o desenvolvimento econômico. Foi o modelo que chegou ao poder com a era Lula e Dilma. “Foi bem-sucedido no início dos anos 2000, pois apresentava uma nova alternativa com foco no bem-estar social, ou seja, o compromisso do Estado na distribuição de renda, na geração de emprego, aumento de renda e do Produto Interno Bruto. Depois de 2014, parece que o modelo viveu uma estagnação que acabou por desgastá-lo e culminou com a queda do governo Dilma”,

analisa o professor.

Liberal: o projeto liberal foi bastante forte no início da redemocratização, por volta dos anos 1990, com os governos de Fernando Collor e Fernando Henrique Cardoso. Ele é baseado principalmente em menor assistencialismo do Estado e maior participação de organizações privadas. “Foi um modelo importante naquela década, pois ajudou a reduzir a estrutura do Estado e a controlar a inflação, mesmo que tenha havido privatizações e queda no consumo”, avalia Dalmáz, acrescentando que esse modelo voltou a ganhar força nos



últimos dois anos com a ascensão de Michel Temer. “Porém, agora o modelo convive com particularidades da conjuntura atual, como a Operação Lava-Jato, que refletem uma imagem política bastante desgastada. Por isso, muitos partidos têm procurado novos nomes e até mesmo retiraram a letra P das siglas dos partidos”, conclui ele.

Extrema-direita: é um projeto político conservador e autoritário que adota conceitos liberais, porém não lida bem com a liberdade de expressão e, por isso, tende a ser autoritário. É um modelo sem grande apelo popular, apesar de ganhar ressonância nas redes sociais e gerar debate. Dalmáz entende que isso ocorre justamente pelo desgaste dos partidos políticos, e a falta de nomes fortes abre espaço para propostas megalomaniacas.

Organização eleitoral do Brasil

O Brasil é uma república organizada por representantes do Executivo e do Legislativo em nível municipal, estadual e federal. A votação

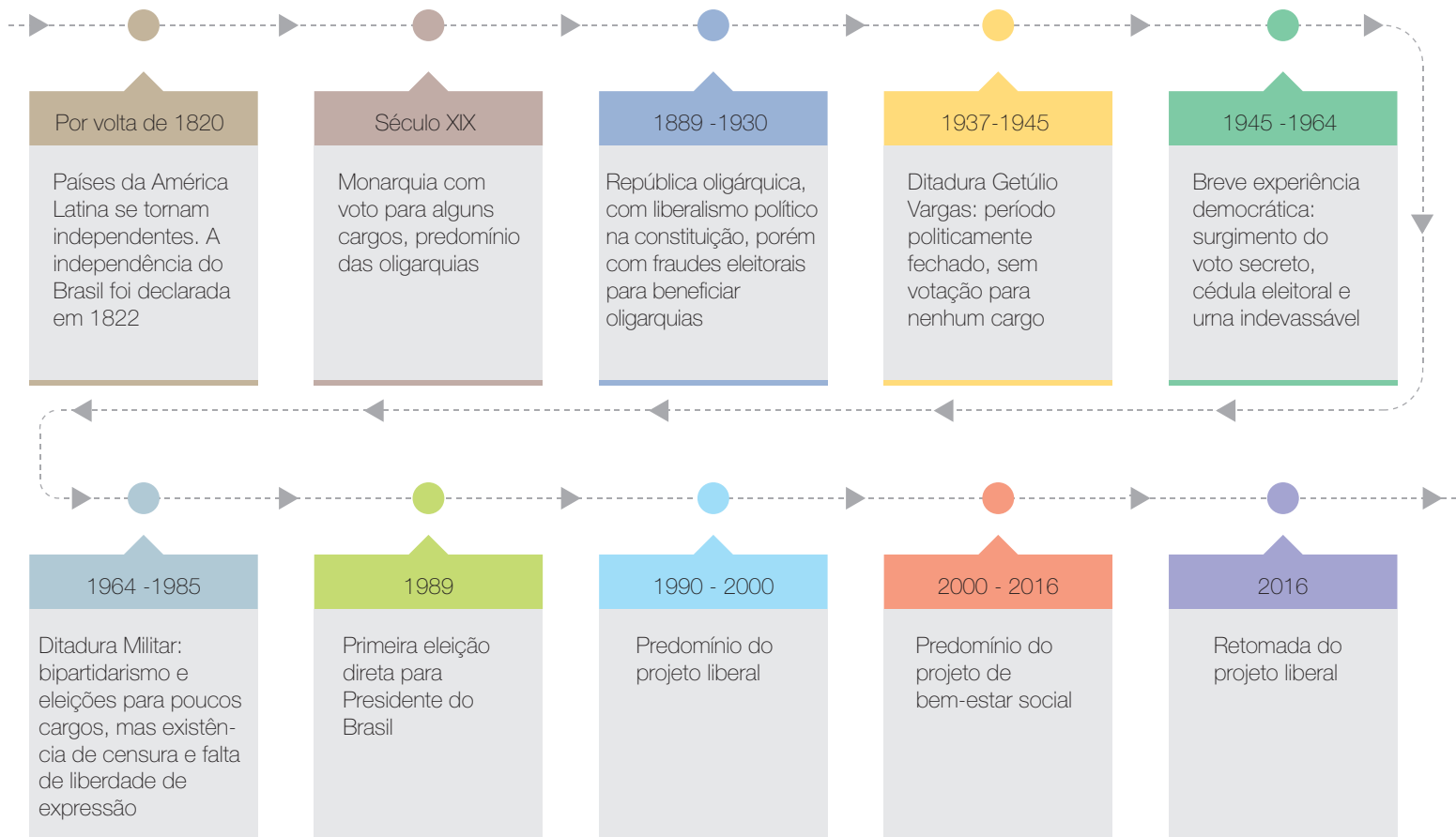


NICOLE MORÁS

ocorre em lista aberta, ou seja, o eleitor sabe quais candidatos concorrem para quais cargos e seu voto é no candidato. É por isso que, pelo sistema de representação de acordo com a participação do partido nas eleições, alguns políticos com muitos votos podem não se eleger,

enquanto outros menos votados conquistam vagas no Legislativo, já que os partidos ou coligações que obtiveram a maioria dos votos têm direito a vagas efetivas.

Com os governos eleitos, o Executivo e o



Legislativo trabalham juntos na proposição de leis e projetos e na realização de políticas e ações públicas. Por exemplo: todos os anos o prefeito de uma cidade deve elaborar um orçamento de arrecadação e despesas previstas, apontando no que serão realizados investimentos. Esse orçamento é enviado para votação na câmara de vereadores, na qual os representantes do Legislativo aprovam ou não o documento. Em caso de aprovação, a prefeitura parte para a execução. Em caso de rejeição, o orçamento deve ser refeito. “É por isso que se diz que um representante do Executivo não consegue governar se ele não tiver a maioria no Legislativo, pois o Executivo precisa de apoio no Legislativo. É aí que se abre a negociação política para que determinados projetos sejam aprovados e, infelizmente, muito disso se dá por troca de

cargos, favores pessoais etc.”, explica Dalmáz.

Mas o que você pode fazer?

Da maneira como é a organização política atual, Dalmáz acredita que mudanças bruscas não devem ocorrer: “não há ninguém falando em reforma política, por exemplo”. Por isso, ele acredita que o ideal seja o eleitor acompanhar mais de perto quem são os candidatos, resgatar seu histórico, cobrar suas promessas. “Pelo sistema de lista aberta, os partidos não se sentem na obrigação de expor seus projetos políticos. Isso fica sempre a cargo dos candidatos, assim como o *marketing* político. Por isso acredito que, na hora da escolha, deveríamos nos preocupar mais com a qual partido determinado candidato está vinculado

e optar por algum candidato de um partido que melhor representa nossas convicções, nossa visão de mundo, pois a pessoa em si pode não ser eleita, mas outro representante do partido sim”, finaliza ele.

Em todos os lugares é assim?

Não necessariamente! Na Alemanha e na Inglaterra, por exemplo, o eleitor vota no partido - que então decide quais representantes serão indicados para ocupar os cargos de instância maior. “O que ocorre é uma eleição indireta. Assim o eleitor vota nos candidatos ao Parlamento e são os eleitos que votam para o cargo principal, como o Primeiro-Ministro”, explica Dalmáz.

— ★ — QUE TAL APRENDER — ★ —
UM
NOVO IDIOMA?

ALEMÃO ESPANHOL FRANCÊS LIBRAS INGLÊS ITALIANO

SAIBA MAIS EM UNIVATES.BR/IDIOMAS

UNIVATES IDIOMAS

O MUNDO EM NOSSAS MÃOS

Listamos onze funções de um celular que possivelmente você não conheça

Por Artur Dullius | aedullius@univates.br

Quantas vezes por dia pegamos o celular em mãos? Você já pensou nisso? Especialistas apontam que, em média, ele é desbloqueado cerca de 400 vezes em um único dia. Já algumas pesquisas indicam que ele está ao alcance de 80% da população mundial, sendo mais utilizado do que os próprios computadores. Aliás, para cada computador, existem cinco celulares no mundo. Dentro do território nacional, por exemplo, o Rio Grande do Sul está entre os quatro estados que possuem mais aparelhos celulares do que habitantes.

Diante disso é até estranho pensar que o primeiro celular foi lançado em 1983, dez anos depois de o engenheiro Martin Cooper fazer a

primeira ligação telefônica móvel. Pequenos, leves e práticos, os celulares atuais são vistos por toda parte e já não lembram em nada o primeiro modelo comercial, o Motorola DynaTAC. Com o passar dos anos o tamanho tem diminuído e as funcionalidades só aumentam. Mas e aí, você sabe tudo o que pode ser feito com esse incrível aparelho?

1 Acessar abas abertas no seu desktop

Basta utilizar o Google Chrome logado na sua conta do Google em todos os dispositivos. Quando for mudar de plataforma, é só abrir o navegador no *smartphone* e, no menu, acessar a opção 'outros dispositivos' para ver as abas que estão abertas no seu *desktop*.

2 Vai pregar um quadro? Seu celular pode ser um prumo ou nível

O prumo e o nível, se você não sabe, são ferramentas usadas para detectar o alinhamento vertical e horizontal em um ambiente. Antes do avanço da tecnologia, eles eram o tipo de instrumento que você só encontraria na maleta de um pedreiro ou de um engenheiro civil. Para usuário do iPhone é só tirar o telefone do bolso, abrir a bússola e deslizar a tela para a esquerda. Já os outros sistemas operacionais contam com inúmeros aplicativos que podem ser baixados com essa finalidade na loja de *apps*.

3 Atalho para uma selfie

O fone de ouvido pode tornar muito mais fácil fazer aquela *selfie* esperta. É só apertar o botão de volume dentro do programa de câmera nativo do celular. E não esqueça, ele também pode ser usado para dar *start* no momento da gravação de um vídeo.

4 Medir distâncias

É bem possível que, durante uma reforma ou compra de um móvel, você se depare com a necessidade de saber algumas medidas. Bem, se você tiver seu celular por perto, ficará mais fácil de resolver: basta baixar o aplicativo *SizeUp*. Ele ajuda a superar o desafio graças à

FOTO: DIVULGAÇÃO





capacidade de medir qualquer coisa com o uso da câmera do celular.

5 Sistema de vigilância

Quem nunca pensou em ter um sistema de monitoramento? Aliás, segurança nunca é demais. Mas, apesar de ser extremamente importante, em alguns casos os altos custos acabam nos afastando desses desejos. E por que não usar seu celular velho para vigiar sua casa? Existem aplicativos, como o Presence, que possibilitam ao usuário parear seu celular antigo com o novo e ter um sistema de vigilância ao vivo e de detecção de movimento, além de gravação de conteúdo que envia notificações caso algo estranho aconteça.

6 Mantenha-se seguro

E por falar em segurança, caso você esteja voltando para casa à noite e se sinta inseguro, o aplicativo BSafe pode lhe ajudar. Quando ativado, ele não apenas vai enviar uma mensagem de alerta aos seus contatos de emergência como irá gravar vídeo e áudio, rastreará sua localização por GPS e programará um alarme que será enviado aos seus amigos caso você não o desative dentro de um tempo estabelecido.

7 Babá eletrônica

Na mesma linha, o Baby Monitor é um dos aplicativos de babá eletrônica para Android mais antigos. Seu funcionamento é bem simples, você coloca um *smartphone* no quarto do bebê e o aplicativo se encarregará de transmitir todo o áudio do ambiente para o seu celular.

8 Conferir o estado das pilhas do seu controle remoto

E se o seu controle remoto não estiver mais funcionando, o seu celular pode ajudar a encontrar o defeito. Basta pegar o controle remoto, apontá-lo para a câmera e apertar qualquer botão. Se, ao olhar pela tela do celular, você ver uma luz vermelha ou cor de rosa saindo da ponta do controle remoto, é porque o sinal infravermelho está funcionando corretamente. No caso, o problema só pode ser as pilhas.

9 Dirigindo seguro

O celular, se utilizado de maneira correta, também pode lhe ajudar a se manter concentrado enquanto dirigir à noite. Com o aplicativo Hudway instalado, é só colocar o aparelho no painel do veículo e ajustar a configuração de brilho para ter, diretamente no para-brisas, toda a informação de que precisa: velocidade desempenhada e um mapa com GPS.

10 Tradutor

O Google Translate é capaz de identificar textos em letras grandes pela câmera do *smartphone*, como uma placa escrita em língua estrangeira, e apresentar uma versão traduzida na tela. Ideal para quem está em viagem.

11 Cadê meu celular?

O que fazer em caso de roubo ou perda? Os celulares têm serviços que permitem rastrear e bloquear remotamente telefones perdidos, mas isso precisa ser habilitado pelo dono. No caso da Apple, o recurso se chama *Find My iPhone*. Para celulares com Android, pode ser habilitado em sua conta Google e se chama *Find My Device*.

Coordenador do curso de Engenharia da Computação da Univates, Marcelo Malheiros afirma que é preciso ter certa cautela na instalação de aplicativos de celulares. Ainda que ela normalmente ocorra por meio de lojas *on-line* da Google e da Apple (as chamadas *app stores*), é possível cair em algum programa de propósito malicioso. "O ideal é sempre preferir aplicações que já tenham uma grande quantidade de *downloads* e de avaliações positivas. Vale, inclusive, dar uma olhada antes nos comentários deixados por outros usuários para verificar se o aplicativo realiza mesmo o que promete", explica.



Desbloqueado cerca de 400 vezes em um único dia.

Está ao alcance de 80% da população mundial.

Para cada computador, existem cinco celulares no mundo.

Rio Grande do Sul possui mais aparelhos celulares do que habitantes.

Segundo dados divulgados pela agência Reuters, o Nokia 1100 sustenta a marca de celular mais vendidos de todos os tempos, com cerca de 250 milhões de unidades.



Motorola DynaTAC

O primeiro celular

- Lançado em 1983
- Custava na época US\$ 3.995 (o que hoje seria aproximadamente R\$13.000,00)
- Em um ano foram vendidos 300 mil unidades da linha Dynatac
- Tinha 33 x 4,4 x 8,9 centímetros e pesava 793 gramas. A título de comparação, um iPhone 5s tem dimensões mais esguias: 12,3 x 5,8 x 0,7 centímetros e 112 gramas.



SOMOS INOVAÇÃO, SOMOS DESENVOLVIMENTO, SOMOS UNIVERSIDADE

Para nós, desenvolvimento humano e inovação caminham lado a lado. Por isso, oferecemos novos cursos constantemente, investimos em nossa estrutura de laboratórios com tecnologia de ponta e incentivamos a pesquisa e o empreendedorismo. Na prática, isso se reflete na formação plena de nossos alunos, que contribuem para a expansão contínua e equilibrada da qualidade de vida da comunidade.

WWW.UNIVATES.BR



TERAPIA: UM CAMINHO PARA SUPERAR DIFICULDADES

Atendimentos a acadêmicos têm trazido novo olhar sobre o sofrimento

Por Elise Bozzetto | elise@univates.br

Hoje se fala que o mal do século é a depressão. Por que nossos jovens têm tido depressão? Onde estão as causas? Segundo a psicóloga Jaqueline Demamam, uma das profissionais que realiza atendimento a alunos da Univates, a depressão é uma das doenças psíquicas que mais tem crescido e afetado a população jovem ao redor do mundo. "Pesquisas apontam que de cada 10 pessoas metade ou até mais podem ter a doença. É importante entender e não confundir com uma simples tristeza. A depressão é uma doença séria e que merece atenção e cuidados necessários", enfatiza a psicóloga.

No nosso cotidiano, frequentemente

escutamos a frase: "Hoje estou deprimido" para definir um momento de tristeza ou uma indisposição. Para Jaqueline, a banalização do termo pode comprometer a seriedade com a qual as pessoas lidam com a doença. "Não podemos confundir uma tristeza saudável causada por situações de vida com a tristeza desequilibrada que pode indicar uma patologia. Então é importante entender que a depressão é caracterizada por sentimentos de tristeza profunda, sensação de desamparo, pessimismo, isolamento, ansiedade, instabilidade de humor, crises de choro sem causa aparente, medo, perda geral de interesse pela vida, podendo ainda estar associada a algumas sensações de mal-estar

físico e incapacidades. Todos os sintomas que passam a ser apresentados pelos pacientes vão depender da gravidade do acometimento. Casos mais graves podem levar a pessoa ao risco de suicídio. Quando nos perguntamos as causas da depressão é necessário indagar como estou me sentindo e levando minha vida. O que realmente eu desejo?", questiona Jaqueline.

Para ela, a rotina sobrecarregada deixa as pessoas cada vez mais vulneráveis a doenças psíquicas. "O que percebemos é que, a cada dia que passa, as pessoas estão mais exigentes e num corre corre desenfreado. São muitas tarefas para exercer a cada dia,

ELISE BOZZETTO



as cobranças feitas, uma necessidade de vivermos cada vez mais as exigências de uma sociedade materialista na qual é mais importante 'ter' do que 'ser', e assim é comum as pessoas se cobrarem mais e mais. E também a busca por uma tal felicidade que é tão idealizada que cada vez mais fica distante e inatingível. Hoje entendemos que as causas da depressão podem ser de diversos fatores. Algumas delas já mencionadas anteriormente, como também o acometimento do paciente por uma doença grave, histórico familiar, perda de um ente querido, desemprego, dentre outros", explica a psicóloga.

Buscar ajuda é essencial

Muitas vezes o próprio paciente não consegue perceber que está com um quadro depressivo. Nesses casos, o alerta de familiares e amigos pode ajudar. A importância do diagnóstico precoce, segundo Jaqueline, está ligada diretamente ao alívio do seu sofrimento e à redução dos seus sintomas, pois com o tratamento adequado o paciente volta a ter qualidade de vida.

Para A.G., estudante da Univates que há três anos realiza psicoterapia, o tratamento tem sido desafiador e cheio de descobertas. "A relação terapêutica estabelecida serviu muito como um fator que acolheu as fragilidades, mas também me desacomodou e provocou inquietações. Acredito que os obstáculos passaram a se tornar mais fáceis de enfrentar quando identificados e analisados aos poucos, um a um e com suporte da terapeuta. Os grandes ganhos foram a identificação das situações que causam desconforto e ansiedade, assim se tornando mais fácil administrar as reações diante dele, e identificar de onde eles surgem", comenta o entrevistado.

Para ele, qualquer pessoa deve e pode fazer psicoterapia. "É uma forma de cuidado essencial a qualquer pessoa, tanto por ser uma possibilidade de autoconhecimento e da identificação da potencialidade inerente em cada um como também um local de acolhida e de segurança para trabalhar questões relacionadas ao sofrimento", conclui.



Jaqueline Demamam

ELISE BOZZETTO

Sinais de alerta

Alguns sinais combinados podem alertar que algo não está bem. Nesse caso é importante procurar ajuda de um profissional da área (psiquiatra ou psicólogo) para uma avaliação. São eles:

- tristeza profunda
- distúrbios do sono
- pensamentos negativos
- desinteresse e apatia
- baixa autoestima
- desleixo com a aparência
- dores físicas (dor de cabeça, no corpo, sensação de aperto no peito ou sensação de ter algo preso na garganta)

Atendimento psicológico gratuito

Os alunos recebem até quatro sessões gratuitas de atendimento psicológico, servindo também como um processo de triagem. Quando houver necessidade, o aluno é encaminhado para a modalidade de Psicoterapia.

As consultas acontecem na Univates e são realizadas por quatro psicólogas, com frequência semanal. Após as sessões iniciais, o valor da sessão de psicoterapia é de R\$ 25,00. Para agendar avaliação é necessário entrar no Universo Univates (univates.br/universo) e selecionar um horário em Agenda de Atendimento.

Mais informações em univates.br/servicos/atendimento-psicologico ou pelo e-mail atendimento@univates.br.

FORMAÇÃO DE PROFESSORES: UM OLHAR NECESSÁRIO

Univates investe em incentivos para estudantes que sonham ser docentes

Por Ana Amélia Ritt e Elise Bozzetto | imprensa@univates.br

“Só a educação liberta”. A frase, atribuída a Epicteto ainda no primeiro século depois de Cristo, tem sido ecoada ao longo da História. Muitas iniciativas e estudos da Univates são realizados para qualificar a sala de aula tanto dentro da universidade quanto em escolas e espaços não formais de ensino.

Para a professora Suzana Feldens Schwertner, pesquisadora do Programa de Pós-Graduação em Ensino, vivemos em um momento no qual a profissão professor vem sendo questionada com a ampliação dos espaços de aprendizagem. “As mídias, as redes sociais, as fundações de arte, os movimentos sociais, as pessoas imaginam que a figura do professor pode até mesmo ser dispensável, mas esquecem que a aprendizagem e o ensino são processos diferentes. Sempre precisaremos

do professor – não como alguém que determine verticalmente o que se aprende, que guia, que ‘dá o norte’ – mas como alguém que compartilha, acompanha, questiona, ‘dificulta’: não um facilitador, mas um dificultador no sentido de colocar problemas, fazer pensar de outro modo – isto é ensinar”, argumenta Suzana.

O vice-reitor da Univates, Carlos Cyrne, afirma que, para a educação ser emancipadora e de qualidade, é preciso desenvolver a autonomia do estudante. “Como dizia Paulo Freire, ensinar não só conteúdos, mas ensinar a pensar. É preciso influenciar os alunos ao ponto de que não se deixem influenciar, que sejam capazes de pensar por si, com autonomia. É preciso formar pessoas capazes de exercer a reflexão crítica sobre a prática e de propor alternativas,

para reconstruir e não somente destruir as verdades vigentes, capazes de intervir na realidade de forma autônoma”, ressalta o vice-reitor.

A estudante do 8º semestre de Pedagogia Bruna Dörr considera que a formação do futuro professor é decisiva para a qualidade das aulas. “Acredito ser de suma importância a formação acadêmica de um professor, pois é com base nela que irá dedicar seu tempo para aperfeiçoar as suas aulas. É importante que a formação seja de qualidade, pois é ela que dará a base para formação pessoal e servirá de suporte para atuar na sala de aula, ou em outro espaço escolar. Uma boa formação acadêmica dá a autonomia necessária para agir dentro desses espaços com respeito e ética, visando ao melhor para a educação”, pontua Bruna.

No oitavo semestre do curso, a futura pedagoga elogia as metodologias da Univates. “A nossa universidade vem crescendo cada dia mais, com muitas propostas e inovação. Na minha formação penso que foram muitas aprendizagens, pois percebo os profissionais muito bem capacitados. A reflexão e ação fazem parte da formação de um sujeito, e a cada semestre que passa aprendo a realizar essa ação. A Univates oferece o compromisso com a educação, refletido nos próprios professores que demonstram em atitudes e palavras para os que estão em formação”, conclui.

Bolsa licenciatura: uma semente que já germina

Observando o cenário regional, que acompanha a tendência nacional, é possível

ELISE BOZZETTO



Suzana Feldens Schwertner

identificar uma queda na procura por cursos de licenciatura. Esse fenômeno pode gerar um "apagão docente". Desde 2012, a Univates percebe um descréscimo do número de alunos dos cursos de licenciatura. Além disso, a média de disciplinas cursadas também vem caindo.

Preocupada com essa situação, a Univates propôs a Bolsa Licenciatura. Implantada em 2017, a iniciativa é um incentivo a mais para quem quer ser professor. Trata-se de um programa de pagamento diferenciado que pode gerar economia de até 50% no valor total do curso, dependendo da quantidade de disciplinas cursadas pelo estudante.

A iniciativa já tem resultados. A média de carga horária dos estudantes ingressantes aumentou em 120% com a Bolsa. Em 2017, os estudantes de licenciatura cursavam em média 136 horas e em 2018 a matrícula aumentou para 299 horas.

Com praticamente 50 anos de história, a Univates já conta com:

3.382 diplomados em cursos de licenciatura*

42 diplomados no Mestrado em Ensino**

131 diplomados no Mestrado em Ensino de Ciências Exatas**

57 diplomados no curso de especialização em Docência na Educação Profissional *

*dados registrados até o fechamento desta edição

**dados referentes a 31 de agosto de 2017

EAD: formação para todos

Em 2018 uma das grandes iniciativas da Univates para fomentar a formação de professores foi oferecer opções de cursos a distância. Mais acessíveis financeiramente e flexíveis com relação ao tempo e espaço, os cursos a distância têm ganhado força nos últimos anos. "Pessoas que moram em locais com pouca mobilidade, que viajam a trabalho ou possuem atividades em horários alternativos encontram na modalidade a distância a possibilidade de acesso ao ensino superior", comenta Cyrne.

São 11 cidades que oferecem as quatro opções de Licenciatura: Ciências Biológicas, História, Pedagogia e Letras. Os Polos estão distribuídos em Arroio do Meio, Bom Retiro do Sul, Encantado, Estrela, Guaporé, Lajeado, Serafina Corrêa, Soledade, Taquari, Teutônia e Venâncio Aires. Atualmente mais de 700 estudantes estão matriculados.

Conforme Cyrne, os cursos foram

cuidadosamente construídos. "Existe uma preocupação muito grande em manter a qualidade de tudo o que a Univates faz. Nossos materiais têm sido validados com muita

atenção para não apenas formar profissionais competentes mas também pessoas comprometidas com seu entorno", comenta o vice-reitor.

ELISE BOZZETTO



Primeiro encontro presencial dos estudantes de licenciatura da modalidade a distância.

Não há ensino sem pesquisa e pesquisa sem ensino

A frase acima, proferida por Paulo Freire, reflete sobre a importância da investigação em sala de aula. Os programas de pós-graduação em Ensino de Ciências Exatas e em Ensino têm trazido qualificação aos processos de aprendizagem, em todos os níveis de ensino, a partir da intervenção de alunos mestrados e doutorandos nas escolas.

“Muitos dos nossos mestrados são professores de vários níveis de escolas dos municípios do RS e de outros estados: desde a Educação Infantil até o Superior, além de ocupar

cargos de gestão nas escolas. O mestrando/ doutorando, em contato com as pesquisas que temos aqui realizado, compartilha suas práticas pedagógicas e as repensa por meio de seus estudos, aprimorando seu trabalho e realizando a troca indissociável entre a Educação Básica e a Universidade”, comenta Suzana.

Uma das pesquisas realizadas é a da mestra em Ensino da Univates Daniela Diesel. Atualmente doutoranda em Educação pela Universidade de Lisboa, Daniela buscou elencar o que seria um bom professor e interessantes modos de ensinar com base na perspectiva dos estudantes. Após análise do ponto de vista de 23 alunos, entre 15 e 17 anos, o

estudo mostrou que os jovens consideram o professor como uma fonte de inspiração e apontaram que o docente precisa ser dinâmico e estar em permanente evolução. Na visão dos estudantes, a relação professor-estudante precisa ser marcada por vínculos de afeto. Os jovens afirmaram, ainda, que a escola continua seguindo uma abordagem tradicional de ensino e sugerem outros ambientes e ferramentas que favoreçam a aprendizagem. Conforme seu estudo, a pesquisadora confirmou que o professor do século XXI deve estar aberto para as mudanças nas relações com o aluno e precisa estabelecer um espaço de troca, compartilhando seus saberes.

TUANE EGGERS



UNCUYO- SABER TE HACE LIBRE

La Universidad Nacional de Cuyo situada en la Provincia de Mendoza, Argentina es el mayor centro de educación superior del oeste argentino.

Cuenta con una oferta educativa de más de 270 títulos de grado y 90 posgrados distribuidos en sus 12 facultades y 3 institutos de formación superior. En la UNCuyo nuestros estudiantes investigadores, docentes y gestores pueden desarrollarse dentro de las 4 áreas del saber que engloban nuestro día a día: Humanidades y Ciencias Sociales, Bellas Artes, Ciencias Básicas y Naturales y Salud.

Sus más de 76 años de trayectoria y 45. 000 estudiantes se suman al privilegio de emplazarse en una bella provincia al borde de la cordillera. Actualmente Mendoza es una de las 8 capitales Internacionales del vino y es el polo turístico del oeste del país. Su sol, sus montañas y paisajes hechizantes no hacen más que sumar atractivo a su oferta educativa.

La UNCUYO asume que la educación debe ser gratuita y laica, como derecho humano, bien público y obligación del Estado. Por ello materializa políticas con principios de calidad y pertinencia que fortalecen la inclusión social, la igualdad de oportunidades, la integración en la diversidad

y el respeto por las identidades culturales, en el ejercicio pleno de principios y valores democráticos.

Los tres pilares fundamentales de la Universidad son la docencia, la investigación y la extensión.

Relaciones internacionales

La UNCuyo aspira a ser una a una Universidad global que promueva en la comunidad educativa

valores y competencias Internacionales.

Para ello se desarrollan programas de movilidad de estudiantes, profesores y staff; proyectos de investigaciones internacionales; seminarios internacionales; programas de internacionalización en casa; doble-diplomas; entre otros. La metodología de trabajo incluye institutos de cooperación, redes de universidades, acuerdos bilaterales y un centro de asuntos globales.



**CURSOS
TÉCNICOS
UNIVATES**

UNIVATES.BR/TECNICOS

**+ DE 15 OPÇÕES
DE CURSOS**

NOVOS ESPAÇOS EM SAÚDE PARA A COMUNIDADE

Além da prática acadêmica, estruturas projetam qualificação da rota de atendimentos na região

Por Artur Dullius | aedullius@univates.br

Agora intitulada Universidade do Vale do Taquari, a Univates reforça ainda mais seu compromisso com o entorno. Na área da saúde, tem se inserido de forma gradativa no oferecimento de serviços especializados à população regional. Só neste ano duas novas estruturas foram inauguradas com o intuito de aliar a prática acadêmica às demandas da comunidade.

Dentre as propostas, o Núcleo Avançado de Atividades em Saúde, localizado no Hospital Bruno Born (HBB) de Lajeado, concretiza mais uma etapa do curso de Medicina da Instituição. O espaço, inaugurado no mês de março, é totalmente novo e possui salas de aula, salas de reunião, salas de discussão de casos, espaço administrativo, sala de convivência, cozinha,

dormitórios e banheiros. Com a estrutura, os estudantes dos últimos dois anos do curso participam do internato médico, que funciona como um Estágio Curricular Supervisionado Obrigatório (Ecsso).

De acordo com o professor e coordenador do internato, José Wellington dos Santos, as atividades realizadas no período de internato consistem em vivências práticas de atendimento ao público, seguindo a rotina do serviço de saúde, com o acompanhamento de um médico, professor ou preceptor. "O internato tem por objetivo a aplicação dos conhecimentos adquiridos pelo aluno ao longo do curso em atendimentos supervisionados nas diversas áreas da Medicina, unindo teoria e prática por

meio da orientação de docentes", explica o professor.

O reitor da Universidade, Ney José Lazzari, define a inauguração como um momento simbólico da união de forças de duas Instituições absolutamente comunitárias, que são a Univates e o HBB. "Essa parceria entre a Universidade e o Hospital passa diretamente por esse espaço. Temos dois andares para ocuparmos nesse prédio e, agora, inauguramos a metade de um andar, ou seja um quarto de tudo o que ainda vamos fazer. Por aqui irão passar alunos de todas os cursos da área da saúde", afirmou

Lazzari também destacou a importância das duas instituições para a região. Segundo ele, o Brasil conta com 193 Universidades, sendo apenas 90 delas de caráter privado ou comunitário. "Aí eu pergunto: quantos municípios com 80 mil habitantes têm uma universidade? E mais, quantos têm uma universidade e um hospital desse porte? É nessas horas que percebemos a importância que essa união tem para o Vale", reflete.

Representante do Diretório acadêmico de Medicina, o estudante Roberto dos Santos se mostrou animado com os esforços da instituição para o desenvolvimento da área. "Para nós que abraçamos a causa de sermos médicos é muito importante saber que temos essa oportunidade para nos qualificarmos. A maioria dos nossos colegas vêm de regiões distantes e todos se surpreendem com a estrutura da Universidade. Nos sentimos acolhidos e valorizados aqui. Digo com muito orgulho e honra que sou estudante do curso de Medicina da Univates, pois tenho a certeza de que, quando me formar, vou sair completamente preparado para exercer a profissão", disse ele.

ANA AMÉLIA RITT



Em complemento aos investimentos da Instituição na área, a Clínica de Odontologia Ampliada passa a contribuir diretamente para a formação de cirurgiões-dentistas. O espaço, localizado no segundo e terceiro andar do Prédio 18, conta com 20 consultórios, sala de acolhimento, salas de raio-x, vestiário, banco de dentes, central de esterilização, laboratório de pré-clínica e de prótese dentária.

Desde o mês de abril, a clínica integra os serviços oferecidos pelo Centro Clínico da Univates, disponibilizando atendimentos em saúde à população do Vale do Taquari. Como o próprio nome sugere, o espaço busca trabalhar não apenas com foco na doença, mas também entender as situações que o cidadão passa e, conseqüentemente, o que causa o problema bucal.

Segundo o presidente do Diretório Acadêmico do curso, Júlio César Lopes, a estrutura disponibilizada pela Universidade superou as expectativas dos estudantes. "Estamos muito felizes. Ter essa clínica, da maneira com a qual



ANA AMÉLIA RITT

ela foi montada, é motivo de muito orgulho para nós. Esperávamos que ela ficasse boa, mas ficou ótima. Com certeza temos um ótimo espaço para exercer com êxito a nossa prática profissional", disse.

Já para o reitor da Univates a disponibilização do espaço completa um ciclo de investimentos da Instituição na área da saúde. Segundo ele, três milhões de reais foram investidos na estruturação da clínica. "Se levamos em conta todos os laboratórios e equipamentos disponibilizados nessa área nos últimos anos, esse número

passa de 30 milhões. Já temos a estrutura montada, um excelente quadro de professores, agora chegou a hora de estudar, estudar e estudar", afirmou.

Conforme Lazzari, a Univates, cada vez mais, tem buscado atender as demandas da comunidade. Só no ano passado foram mais de 105 mil atendimentos feitos na área da saúde. "Quantas pessoas necessitavam diariamente se deslocar para Porto Alegre e agora passam a ser atendidas aqui? Isso mostra a importância do suporte que temos dado", concluiu.

NICOLE MORÁS



UNIVATES EAD

Educação a distância,
qualidade sempre presente.



Agende sua prova pelo *site*:

univates.br/ead

 **UNIVATES**
EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA

CULTURA

Coluna cultural, produzida pelo setor de Cultura e Eventos da Univates.

Participe pelo e-mail cultura@univates.br.

A FORÇA DA ARTE COMO UMA PRESENÇA SUTIL

Universidade intensifica oferta de atrações culturais em eventos acadêmicos

Por Lucas George Wendt | lgwendt@univates.br

Grandes eventos voltados ao público acadêmico, na Univates, passaram a ter em comum, de alguns anos para cá, a oferta de atrações culturais além dos debates encabeçados por profissionais, pesquisadores e professores convidados. Seja antes, durante, ou mesmo no encerramento dos eventos - grandes congressos e semanas acadêmicas que contam com expressiva participação dos estudantes -, existe uma intenção clara que orienta as comissões organizadoras: fomentar a reflexão e o pensamento crítico por meio de ações que sejam mais sutis. A Instituição espera, ao proporcionar o contato dos alunos participantes (e da comunidade em geral) que frequentam seus eventos, que desenvolva um ambiente de construção de conhecimento e crítica social permeado pela Arte e pela Cultura.

Conforme os registros do setor de Cultura e Eventos, essa oferta passou a ser mais evidente a partir de 2013, tendo iniciado em eventos com orientação essencialmente humanística. Foi o caso do III Simpósio Diálogos

Tuane Eggers

Coral Vocalize na abertura do 9º CCTEC



Apresentação do CTG Querência na abertura do Sisa

Gabriela Longo

na Contemporaneidade, de 2013. Mais tarde, o mesmo evento, na sua quarta edição, em 2015, contou com peças de teatro, esquetes e projeções de realizações audiovisuais que tomaram conta das paredes externas do Centro Cultural.

A partir do início da década, a presença de mostras artísticas, *shows*, apresentações musicais e espetáculos de dança também foi efetiva em propostas de grandes eventos realizados por outras áreas da Univates - os Centros de Ciências Exatas e Tecnológicas, Ciências Biológicas e da Saúde e de Gestão Organizacional, além do Centro de Educação

Profissional, proporcionam aos alunos atrações nos mesmos moldes que, muito além de entreterem, têm como objetivo promover o pensamento crítico.

A Universidade do Vale do Taquari acredita no poder transformador da reflexão que a arte pode promover. É um importante instrumento de construção do indivíduo e do coletivo. Enquanto os estudantes da Univates forem espectadores em eventos que ressaltem a importância de pensar diferente, e além, a Instituição estará fazendo valer sua visão - que, entre outros aspectos, realça a sua intenção de ser uma Universidade de impacto cultural.

ALGORITMOS E RECEITA DE BOLO, O QUE TEM A VER?

Saiba mais sobre essa sequência *on-line* que pode definir o conteúdo que você consome

Por Ana Amélia Ritt | ana.ritt@univates.br

Você já deve ter percebido que alguns produtos que desejamos comprar de forma *on-line* nos perseguem, né? Por exemplo, você está no Facebook e abre uma nova guia. Digita no Google o modelo daquele celular que tanto sonha, mas desiste. Entra no Instagram, rola a linha do tempo e... quem aparece novamente? Ele mesmo.

Essa técnica é chamada de *retargeting* ou *remarketing* e é, conforme o professor do Curso Técnico em Comunicação Visual Maico Adriano Eckert, uma das mais eficazes estratégias de venda em canais digitais. "Os algoritmos compreendem nosso comportamento e, auxiliados por ferramentas como Pixel do Facebook, monitoram nossos acessos, preferências e navegações", explica.

Outro caso é a ordem em que as publicações de redes sociais aparecem para o usuário - cronológica ou de relevância (este baseado no número de *likes*, comentários, perfis procurados e compartilhamento de publicações).

As duas situações envolvem a presença de algoritmos, e eles não estão só em *sites* ou *apps*, mas em tudo o que possui recurso computacional.

Mas, afinal, o que é um algoritmo?

O algoritmo é um conjunto de passos para que um programa de computador possa realizar uma tarefa. É quase como uma receita de bolo: os ingredientes, a ordem que eles devem ser colocados, o modo de preparo e o resultado, que varia conforme a execução das ações.

"Algumas pesquisas indicam que, toda vez em

que abrimos nosso Facebook, 15 mil *posts* estão prontos para serem distribuídos na nossa tela. E isso só aumenta. Como somos uma sociedade que prima pela quantidade de amigos conectados a nós em mídias sociais, imagine a quantidade de mensagens prontas para serem despejadas no nosso *feed*", desafia Eckert. Além disso, o algoritmo torna o ambiente mais organizado, produtivo e interes-

sante, já que o robô entende nossas preferências e relacionamentos mais diretos.

Segundo a professora do Centro de Ciências Exatas e Tecnológicas Maria Claudete Wildner, também são aplicadas lógicas mais complexas de tratamento de dados para o funcionamento. "No que diz respeito a textos e fotos, algoritmos robustos têm o trabalho de classificar





todo esse conteúdo de forma a identificar inteligentemente dentro de um texto a sua principal ideia e então cruzar essa informação com as demais estatísticas para realizar a sugestão para as pessoas”, conta.

Recomendados para você

Eckert acrescenta que os algoritmos servem para organizar as informações distribuídas nas redes e direcionar os conteúdos mais relevantes à comunidade digital presente nas plataformas. Além disso, são amplamente utilizados para “ler” comportamentos, ou seja, contribuem para marcas compreenderem seu público.

Por exemplo, sabe quando o Netflix manda notificação recomendando uma série? Essa também é uma forma de utilizar o algoritmo. Por meio dos acessos recentes e preferências, a plataforma personaliza o conteúdo para o cliente, e isso também ocorre no Spotify ou em sites de notícias.

Essa “linha de raciocínio que busca uma solução” - ou melhor, o algoritmo - pode ser benéfica ou maléfica. Apesar de auxiliar na seleção de produtos para o consumo conforme suas

últimas buscas, o algoritmo acaba formando um “filtro bolha” quando se trata de informação. Ou seja, ele influencia na divulgação de postagens, notícias e sugestões nas redes sociais ou sites de busca. Assim dificilmente são exploradas informações com opiniões diferentes ou situações “desconfortáveis” ao nosso olhar, que são igualmente importantes para analisarmos diferentes pontos de vista.

Sem algoritmos

Criada em 2015, a Vero é uma rede social que surge com a proposta de não utilizar manipulação de algoritmos nem publicidade. Assim ela defende ser verdadeira, mostrando o conteúdo dos seus amigos em tempo real. O porém desse discurso é que a rede social, após atingir um milhão de usuários cadastrados, passará a sugerir um valor para pagamento anual.

Para Eckert, é difícil sermos capazes de lidar com uma rede social que não tenha em seu mecanismo um algoritmo para filtrar publicações. “Talvez em seu início, quando ainda estiver pouco populada, sim. Mas, à medida que a rede cresce, o volume de publicações torna meio que impossível gerenciar e absorver

todo o conteúdo gerado por lá”, explica.

Além de gostos pessoais

Estudos recentes têm utilizado algoritmos para detectar doenças em humanos, e a tendência é que isso se torne ainda mais frequente. Pesquisadores da Universidade de Stanford, dos Estados Unidos, desenvolveram um algoritmo que se mostrou mais eficaz do que radiologistas humanos para diagnosticar casos de pneumonia.

Já o Google está desenvolvendo, em parceria com a Verily, um equipamento para escanear e analisar a parte de trás de um olho humano. Os dados do paciente são guardados em um software, aí o algoritmo prevê o risco de o paciente apresentar doenças do coração ou de sofrer um ataque cardíaco. Para “treinar” os algoritmos, os cientistas utilizaram um equipamento com dados de quase 300 mil pacientes. Apesar de os algoritmos poderem tornar mais rápida a identificação das doenças, auxiliando os médicos, o método ainda precisa ser testado muitas vezes antes que, de fato, seja utilizado na prática clínica com pacientes reais.

AJUDARINHO: DANDO ASAS PARA ALGUÉM VOAR

Programa mantido pela Univates permite acesso ao ensino superior

Por Elise Bozzetto | elise@univates.br

Um programa de bolsas de estudo criado em 2009 em comemoração aos 40 anos do Ensino Superior no Vale do Taquari vem realizando sonhos e dando asas para que jovens de baixa renda possam voar profissionalmente. Mantido pela comunidade acadêmica da Univates por meio de doações voluntárias, o Ajudarinho, assim batizado recentemente, já ajudou a realizar sonhos antes impensáveis. Hoje são 173 pessoas que contribuem com doações regulares.

Atualmente quatro estudantes de cursos de Ensino Superior recebem até 80% de desconto a partir de recursos do fundo. A solidariedade das doações já permitiu a conclusão dos estudos de duas diplomadas: uma do curso de Administração - ênfase em Análise de Sistemas e uma de Ciências Contábeis.

Joana Cristina Pereira, estudante de Administração de Empresas e bolsista do programa, acredita que quem está ajudando de alguma forma será retribuído. "Se não fosse essa bolsa, talvez eu não estaria aqui hoje, ou estaria fazendo poucas disciplinas. É imensurável a felicidade de poder estar cursando a faculdade que eu escolhi. Fico emocionada e acredito que o Ajudarinho seja essencial não só para mim, mas para todas as outras pessoas que são beneficiadas pelo programa. Esse programa é muito importante e tenho certeza de que as pessoas que ajudam e tornam esses sonhos possíveis serão retribuídas de alguma forma", comenta.



Os alunos, diplomados e comunidade em geral também podem participar. Interessados podem entrar em contato pelo *e-mail* do Ajudarinho. Mais informações estão disponíveis em univates.br/ajudarinho.

As bolsas são divulgadas por meio de editais e uma comissão avalia o cumprimento de requisitos, faz as entrevistas com os candidatos à bolsa que atendem aos critérios e acompanha os atuais beneficiários.

Bolsistas atuais do Ajudarinho

- Betina Biasibetti - Gestão de Recursos Humanos;
- Joana Cristina Pereira - Administração de Empresas;
- Alessandra Machado - Publicidade e Propaganda;
- Henrique da Rosa - Enfermagem.

COMO DAR ASAS

As contribuições para o programa podem ser realizadas por meio de:

- doação descontada na folha de pagamento de funcionários da Univates. O valor da doação é determinado pelo funcionário, bem como a periodicidade do desconto;
- doações espontâneas de estudantes e da comunidade em geral, a partir de contato pelo *e-mail* ajudarinho@univates.br;
- ações de divulgação realizadas na Univates para as quais é cobrado um valor revertido ao fundo (programa);

INOVAÇÃO

Coluna de inovação e sustentabilidade que se propõe a discutir e apresentar temas atuais ligados à inovação e aos avanços tecnológicos em diferentes setores da sociedade. Participe pelo *e-mail* tecnovates@univates.br.

NOVAS PERSPECTIVAS PARA A INOVAÇÃO

Por Simone Stülp | stulp@univates.br

Estamos no primeiro semestre de 2018 e temos novidades interessantes na área de inovação e desenvolvimento tecnológico. Trata-se da regulamentação do Marco Legal da Ciência, Tecnologia e Inovação. O Diário Oficial da União de 8 de fevereiro de 2018 publicou decreto que regulamenta o Marco Legal da Ciência, Tecnologia e Inovação (Lei nº 13.243/2016) e traz a expectativa de desburocratizar as atividades de pesquisa e inovação no Brasil. As novas regras criam mecanismos para integrar instituições científicas e tecnológicas e incentivam investimentos em pesquisa na parceria universidade-empresa.

Um dos pontos de destaque são as definições que constam no documento que permitem que os diferentes atores do sistema de inovação sejam conhecidos e conceituados, podendo ser citadas as definições de ambientes promotores da inovação, ecossistemas de inovação, entre outras. Essas definições são importantes, por exemplo, para que a inovação possa ser disseminada, estimulando a construção de ambientes especializados e cooperativos de inovação, promovendo alianças estratégicas e projetos de cooperação. Ainda, na relação universidade-empresa, ficam mais claras as possibilidades de transferência a partir das políticas de inovação das instituições.

Cabe destacar que tão recente quanto essa

regulamentação é a discussão de que ela já está desatualizada, considerando o tempo transcorrido desde as discussões iniciais até este momento. O Ministério da Ciência, Tecnologia, Inovações e Comunicações (MCTIC) recentemente manifestou por meio de nota que a entidade já trabalha para melhorar, implementar e atualizar o marco.

Apesar dessa possível desatualização, é importante destacar que os movimentos para

a inovação têm se intensificado. As mudanças de postura dos atores da inovação do Brasil são visíveis e necessárias. Como exemplo, podemos citar o movimento de várias agências de fomento à pesquisa, que em um primeiro momento enfocavam, quase que exclusivamente, a pesquisa acadêmica e hoje fomentam ações que visam à interação universidade-empresa e a inovação, pontos extremamente relevantes para o desenvolvimento de nosso País.



41% DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS SÃO SEDENTÁRIOS

Situação piora entre os acadêmicos que estão há mais de dois anos na Universidade

Por Artur Dullius | aedullius@univates.br

A rotina acadêmica costuma afastar os estudantes das atividades físicas. É o que mostra uma pesquisa realizada na Univates, pelo diplomado do curso de Educação Física (bacharelado) Luís Lansini. Segundo o estudo, atualmente o sedentarismo atinge cerca de 41% dos estudantes universitários. Os resultados são ainda piores entre as mulheres, que apresentam um índice de sedentarismo de 45,7%, enquanto entre os homens o índice chega a 35,2%.

Os dados vão ao encontro de pesquisas realizadas em outras regiões do país. Na Bahia 41% dos universitários foram considerados sedentários, enquanto no estado de São Paulo o percentual sobe para 43%. Já em âmbito brasileiro o número de sujeitos ativos é maior entre os homens (42,7%), ficando em 33,4% entre as mulheres. Em relação à idade, foi constatado que o número de praticantes é mais expressivo nas idades mais

jovens (47% entre 17 e 39 anos), diminuindo com o avançar da idade (30% com mais de 40 anos).

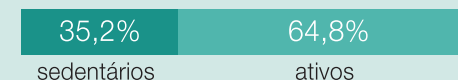
Conforme explica o coordenador do curso de Educação Física (bacharelado) da Univates, Leonardo de Ross, pode ser considerada atividade física todo e qualquer movimento que resulte em gasto energético acima do repouso. "O ideal é que essa prática ocorra cinco vezes por semana em atividades moderadas, de 20 ou 30 minutos de exercício intenso", garante Ross.

Para a pesquisa, levou-se em consideração o comportamento de 358 estudantes, sendo 199 mulheres e 159 homens, com idade entre 17 a 48 anos. A amostra estudada analisou universitários de 23 cursos da Universidade do Vale do Taquari - Univates regularmente matriculados no ano de 2015 e abrangeu aleatoriamente 10 turmas de disciplinas institucionais.



SEDENTÁRIOS X ATIVOS

HOMENS - 159 dos entrevistados



MULHERES - 199 dos entrevistados



(* p<0,04; diferença significativa)

SEGUNDO IMC*

NORMAL - 251 dos entrevistados



ACIMA DO PESO - 96 dos entrevistados



*(p<0,09; diferença não significativa)

TEMPO NA INSTITUIÇÃO*

ATÉ 2 ANOS - 228 dos entrevistados



MAIS DE 2 ANOS - 129 dos entrevistados



*(p<0,02; diferença significativa)

TRABALHA*

SIM - 320 dos entrevistados



NÃO - 38 dos entrevistados



*(p<0,63; diferença não significativa)

O nível de sedentarismo foi avaliado por meio do Questionário Internacional de Atividade Física (Ipaq), que considera apenas as atividades físicas moderadas e intensas, bem como caminhadas que tenham sido realizadas por no mínimo 10 minutos ininterruptos. Após os participantes foram classificados em três níveis de atividade física: baixo (considerados sedentários), moderado e alto, sendo os dois últimos classificados como ativos.

Dentre os entrevistados, 47,9% dos estudantes considerados acima do peso, segundo o Índice de Massa Corporal (IMC), apresentaram níveis de sedentarismo. Os resultados também mostram que o fator se agrava conforme o tempo que o acadêmico está na Universidade. Entre os alunos que ingressaram no Ensino Superior há menos de dois anos 36% não praticam atividades físicas, chegando a 48,8% quando analisados os

estudantes que estão há mais de dois anos na graduação.

Em relação à rotina, o estudo constatou uma diferença de 4,1% (não significativa) em termos de sedentarismo entre os acadêmicos que trabalham (40,6%) e os que não trabalham (44,7%). Outro dado interessante do estudo indicou que não houve diferenças entre os estudantes alocados nos diferentes centros da Universidade, bem como não fez diferença o turno de estudo dos pesquisados.

Parte desses números Ross também acredita estar relacionada aos reflexos da sociedade moderna, na qual a tecnologia se faz presente em diversos momentos. "Sabe-se da importância do uso da tecnologia, bem como dos avanços que esta trouxe para o nosso cotidiano, porém isso

causou uma comodidade excessiva nas pessoas. Ela transformou a atividade física em algo dispensável em muitos casos, diminuindo dessa forma o gasto energético e, como consequência, elevando o nível de sedentarismo", explica o professor.

Já o professor especialista na área e orientador da pesquisa, Carlos Tiggemann, destaca a importância de alertar para essa situação no país. Segundo ele, poucos estudos são desenvolvidos na área e muitas doenças surgem a cada ano associadas ao sedentarismo. "Atividades físicas em doses insuficientes são um fator de risco para diversas doenças cardiovasculares, bem como para o câncer de cólon e de mama, e ainda para a obesidade, a hipertensão, a depressão e para doenças osteoarticulares", garante ele. A pesquisa está disponível no [site www.revistamundodasaude.com.br](http://site.wwww.revistamundodasaude.com.br).

SOMOS CONHECIMENTO, SOMOS UNIVERSIDADE.

Todos os dias trabalhamos para gerar, mediar e difundir conhecimento.

Com propostas inovadoras, estrutura completa e corpo docente qualificado com alta titulação, oferecemos cursos de mestrado e doutorado em Ambiente e Desenvolvimento, Biotecnologia, Ensino, Ensino de Ciências Exatas e Sistemas Ambientais Sustentáveis.

Dessa forma possibilitamos a formação de profissionais qualificados e com alto domínio de seus campos de saber, com capacidade de desenvolver, por meio da investigação específica, novos conhecimentos científicos e tecnológicos.

WWW.UNIVATES.BR

 UNIVATES

DIPLOMADO DE CIÊNCIAS CONTÁBEIS RELATA COMO FORAM OS PRIMEIROS ANOS

Por Leonardo Seibel | leonardo.seibel@univates.br

Formado em Ciências Contábeis pela Univates, Ivo Dirceu Villa atualmente desempenha a função de supervisor na empresa Dália Alimentos, onde trabalha há 37 anos. Diplomado desde 1989, Villa lembra que, na época, a Univates oferecia apenas três opções de cursos: Letras, Economia e Contábeis, e que escolheu a última opção por ter mais afinidade com a área e pela abrangência do mercado de trabalho. Ele conta que, ao iniciar os estudos na Univates, já trabalhava na empresa de alimentos, mas em outro setor.

Passado algum tempo, foi transferido para o setor de contabilidade, “Passamos por muitas transformações, bem como a contabilidade. Eu estou na função de supervisor há 24 anos e praticamente tudo mudou e continua mudando. Partimos de um sistema mecânico - tudo era manual, braçal... - para um ambiente totalmente

eletrônico, *on line...*”, lembra. E ressalta: “A tecnologia auxiliou muito, mas também trouxe muitos desafios para o cumprimento das obrigações”.

Villa destaca a importância que seu tempo de aluno na Univates teve para o crescimento como profissional. Ele lembra que na Universidade aprendeu a desenvolver senso crítico, entender os fundamentos e normas, entre outros ensinamentos que contribuíram para o crescimento pessoal e profissional.

Ivo conta que se sente realizado profissionalmente e que estar à frente de projetos grandes e que fazem a diferença na vida de pessoas é algo muito gratificante. Para o futuro, ele planeja reduzir seu ritmo de trabalho, e se dedicar mais a causas sociais, família, viagens, conhecer lugares e aproveitar a vida.

CARINA MARQUES/IMPrensa DÁLIA



Confira alguns dos diplomados que estiveram em eventos da Univates nos últimos tempos:



Realizado no dia 9 de dezembro de 2017, o programa Momento Conexão promoveu um bate-papo com o diplomado em Enfermagem Luís Felipe Pissaia e a professora Arlete Kunz da Costa.



Já no dia 24 de março, o programa recebeu a diplomada em Estética e Cosmética Fernanda Beuren e a professora Giovana Sinigaglia.



O diplomado em Enfermagem Luís Felipe Pissaia esteve na Univates para conversar com os alunos da disciplina de Habilidades Básicas em Gastronomia, do curso de Gastronomia, no dia 6 de março.

O Momento Conexão na Rádio Univates FM é um programa mensal, realizado sempre aos sábados, às 11h, ao vivo. O bate-papo com diplomados da Instituição tem como objetivo a troca de ideias sobre a vida profissional do convidado e as experiências acadêmicas, além de proporcionar o reencontro com um professor.

É diplomado e quer participar?

Contate-nos pelo e-mail conexao@univates.br. Você também pode enviar indicações de diplomados que podemos convidar para o programa.

A coluna Pluralidades busca debater temas contemporâneos sob uma ótica humanística e voltada para a promoção da cidadania.

ESCOLA: UM MODELO, MUITAS VERSÕES

Por Morgana Domênica Hattge | mdhattge@univates.br

A quase universalização da escola na sociedade ocidental é fato. Praticamente todos passamos por esse espaço. Nossos filhos e netos passarão, certamente. Talvez não seja exagero falar que há uma crença de que a escola é um espaço imprescindível de formação das novas gerações. São raros aqueles que defendem o contrário, com exceção de poucos grupos como o movimento de desescolarização ou da defesa da educação domiciliar (prática comum em alguns países, mas ainda pouco difundida no Brasil).

Se é unânime o entendimento de que todos devem frequentar a escola, por outro lado há muitas divergências na forma como esse espaço é compreendido e significado no contexto social mais amplo.

Por alguns, a escola é vista como espaço de normalização, de padronização dos corpos e das condutas. Podemos lembrar aqui da música "Another brick in the wall", do álbum "The Wall", de 1979, da banda britânica de rock Pink Floyd. Com letra forte e contestadora, e um clipe igualmente impactante, a música denuncia a escola como formadora de condutas pasteurizadas e mentes colonizadas.

Há também aqueles que acreditam na escola como a salvação para todos os males. Por ser essa instância coletiva de tão longo alcance sobre a população, inúmeros são os projetos de lei que tramitam no sentido de incluir no currículo escolar discussões capazes de minimizar problemas de saúde pública ou sociais.

Por outro lado, há aqueles que defendem a escola como espaço de empoderamento, de formação partilhada e construção da subjetividade na relação com os conhecimentos e sujeitos que ali circulam, numa perspectiva de potência de criação.

Talvez o mais prudente, ao se olhar com mais profundidade para a escola, seja perceber que nenhuma dessas formas de compreendê-la pode ser considerada a verdade ou a realidade. A escola se institui e é instituída pelo social e é de dentro das práticas cotidianas que

precisamos buscar compreendê-la. Como instituição viva, cada dia na escola é um dia a se construir. Para além dessa lógica binária que classifica a escola ora como mocinha, ora como vilã da história, talvez possamos aprofundar as análises e isso nos possibilite perceber que ela não é nem uma nem outra. Acredito que a escola carrega em si muitas versões conhecidas e outras por se construir. Apostar na potência de criação da escola continua sendo uma forma de esperança no hoje e no amanhã.





Marinês Pérsigo Morais Rigo
Coordenadora do curso de Farmácia

USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS

Conforme a Organização Mundial da Saúde, ocorre uso racional de medicamentos quando pacientes recebem remédios apropriados para suas condições clínicas, em doses e períodos adequados e com o menor custo para si e para a comunidade.

Mas a realidade é diferente. Pelo menos 35% dos medicamentos adquiridos são para automedicação. Cerca de um terço das internações no País são decorrentes do uso incorreto de medicamentos. Estatísticas do Sistema Nacional de Informações Tóxico-

Farmacológicas da Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) revelam que os fármacos respondem por 27% das intoxicações no Brasil e 16% dos casos de morte por intoxicações são causados por medicamentos, fazendo com que os hospitais usem de 15% a 20% de seus orçamentos para lidar com as complicações causadas pelo mau uso de remédios.

Para diminuir esses casos, é necessário ter consciência de que não devemos nos automedicar e prestar muita atenção quando compramos e utilizamos um medicamento para que o tratamento ocorra de maneira correta, evitando prejuízos à saúde.

Dicas importantes para o uso racional dos medicamentos:

- Siga corretamente o TEMPO de tratamento

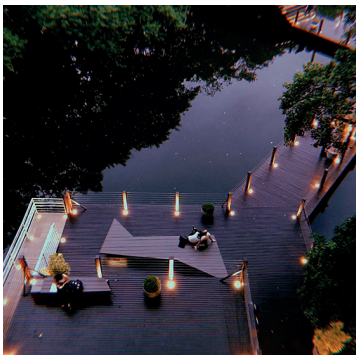
e o HORÁRIO em que o medicamento deve ser tomado. A interrupção do tratamento pode resultar em agravamento da doença e tomar o medicamento por mais tempo que o recomendado pode causar problemas.

- Verifique se o medicamento é de uso interno ou externo.
- Medicamentos vencidos perdem eficácia e podem prejudicar o organismo. Eles devem ser levados a uma Unidade de Saúde ou farmácia para serem corretamente descartados.
- É necessário guardar os medicamentos em suas embalagens originais e com suas respectivas bulas.
- Medicamentos que necessitam de refrigeração nunca devem ser guardados na porta da geladeira, nem próximo ao congelador, devido às grandes variações de temperatura, pois podem perder sua eficácia.
- Não abra cápsulas nem quebre ou tente dividir comprimidos. Use sempre seus medicamentos conforme as informações da bula e orientações do profissional da saúde.
- Principalmente, NÃO SE AUTOMEDIQUE. PROCURE SEMPRE UM PROFISSIONAL DA SAÚDE!

@univates



tiagobortolotto



danineumand



fabiquadross



layanaschnack



@univates



Lelê
@Lepozzebon

Eu podia morar na Biblioteca da @Univates. Que lugar fantástico.



Luís Gustavo Machado
@lgustavomachado

Universidade incentivando uso de #transporte alternativo e #sustentável. @univates #univates #bike



Ny
@_nykks_

Univates fez marca páginas e eu to apaixonada, já peguei uns 3 ❤️❤️❤️



Ana Laura
@heylaalih

Conheci os laboratórios e as demais salas da univates hoje, ai meu coraçãoooo!!! ❤️📷🔪🍷❤️



Siga a Univates nas Redes Sociais



facebook.com/univates



youtube.com/univatesmultimedia



SEU MOMENTO CHEGOU.

VESTIBULAR DE INVERNO UNIVATES

INSCRIÇÕES ABERTAS

[**univates.br/**](http://univates.br/)
[**vestibular**](http://univates.br/)

**CREDIVATES
2.0**

**BOLSA
LICENCIATURA**

JURO
ZERO



PARCELAS
FIXAS



CONCLUSÃO
MAIS RÁPIDA
DO CURSO



Saiba mais em
[**univates.br/**](http://univates.br/)
[**financiamentos**](http://univates.br/)



UNIVATES

DICAS CULTURAIS

por Conrado Schwambach,
estudante de Direito



The Eddie - Carnaval do Inferno

“Carnaval do Inferno” é um álbum de uma banda pernambucana muito original e autêntica. Uma mistura de frevo, blues, samba e rock enaltece as músicas. Influências como: Academia da Berlinda, Beirut, Siba e Fuloresta do Samba, The Smiths, Canhoto da Paraíba e Cartola, Chavela Vargas, David Bowie são percebidas nos trabalhos do grupo. De certa forma, algumas músicas do trabalho refletem uma realidade dura; outras, sentimentos introspectivos.



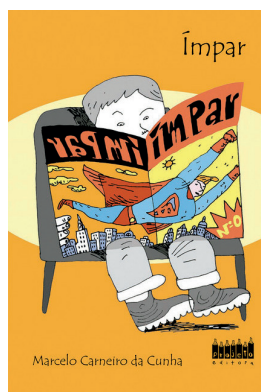
Into the Wild (Na Natureza Selvagem)

É um filme baseado em fatos reais, adaptado do livro de mesmo nome de 1996 de Jon Krakauer. Conta a história das viagens de Christopher McCandless, um jovem que decide viver uma vida longe do materialismo do cotidiano. Abandona, assim, a próspera casa paterna sem que ninguém saiba e aventura-se na estrada - a sociedade em que ele vivia não era na qual desejava viver. Passou a viver de caronas, com o mínimo possível, tendo experiências únicas pela estrada. O filme é tão único e real que até a trilha sonora foi criada pelo artista Eddie Vedder (vocalista do Pearl Jam), músicas que transmitem o momento vivido pelas aventuras de Chris.



Artistas na Rua

Passei uma parte da vida artística tocando minhas músicas na rua. Minha dica está em ver a quantidade de artistas que há pelo Brasil (e mundo afora). Saber as possibilidades de fazer algo artístico em espaços públicos que são tão diversas quanto o ambiente da cidade. Percebe-se que tudo é possível, arte nas ruas, avenidas, praças e parques (www.artistasnarua.com.br).



Ímpar

Para quem busca um livro com uma leitura leve e que seja diferente dos outros, Marcelo Carneiro Cunha, autor gaúcho, traz no livro “Ímpar” a essência da inclusão ao abordar a história de um menino que sofre um acidente e passa a conviver com uma deficiência. Demonstra que não somos “par” ou “ímpar”, somos tão diferentes quanto iguais.



UNIVATES

Rua Avelino Talini, 171 | Bairro Universitário | Lajeado | RS | Brasil
CEP 95914.014 | Cx. Postal 155 | Fone: 51 3714.7000
www.univates.br | 0800 7 07 08 09