

tecx

O NEWSLETTER MENSAL DO COLÉGIO TECX



FEVEREIRO NA TECX

Nesta edição você confere um pouco mais sobre o dia Mundial da Luta Contra o Câncer. Saiba um Pouco mais sobre essa doença terrível que afeta milhões de pessoas no mundo todo.

E também, algumas dicas de como se dar bem na entrevista de emprego e alguns dados do mercado de trabalho na área da saúde.

Tudo isso e mais no Newsletter de Fevereiro do Colégio Tecx.

Boa Leitura!

NESTE MÊS

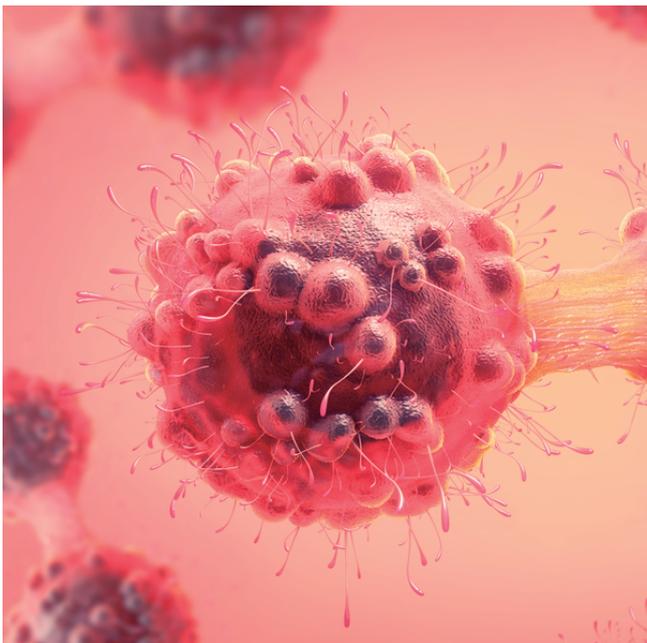
- 04/02 – Dia Mundial da Luta Contra o Câncer;
- Entrevista de emprego: saiba como se sair bem;
- Mercado de Trabalho na área da saúde;
- Tecx: 1º Congresso de Estética, Saúde e Bem Estar;
- Aniversariantes do mês;
- Tirinha do mês;



04/02 – Dia Mundial da Luta Contra o Câncer

Muitas vezes silencioso, o câncer é considerado um dos principais problemas de saúde pública no mundo todo. De acordo com o Instituto Nacional de Câncer (INCA), o mundo registrou um crescimento de 20% nos casos de câncer na última década e a doença já está entre as quatro principais causas de morte antes dos 70 anos de idade na maioria dos países.

O Dia Mundial do Câncer, 4 de fevereiro, é uma iniciativa global organizada pela União Internacional para o Controle do Câncer (UICC) com o apoio da Organização Mundial da Saúde (OMS), com o objetivo de incentivar a conscientização da população em torno da doença.



Mas afinal, o que é o Câncer?

O câncer é uma doença que ocorre por conta de mutações celulares ou alterações da estrutura genética (DNA) das células. É um conjunto de mais de cem doenças que têm em comum o crescimento desordenado de células que invadem os tecidos e órgãos. Ao se dividirem rapidamente, essas células provocam a formação de tumores malignos e podem se espalhar para outras partes do corpo, no processo conhecido como metástase.

Os diferentes tipos de câncer correspondem aos vários tipos de células do corpo. Outras características que diferenciam os diversos tipos de câncer entre si são a velocidade de multiplicação das células e a capacidade de invadir tecidos e órgãos vizinhos ou distantes.

Segundo o Instituto Nacional de Câncer (Inca), o câncer de pele não melanoma equivale a cerca de 30% de todos os tumores registrados no Brasil, que ainda apresenta os seguintes dados:

- Câncer de Próstata (31,7% em homens);

- Câncer de Mama feminina (29,5% em mulheres);

- Câncer de Cólon e reto (9,4% em mulheres e 8,1% em homens);

- Câncer de Colo do útero (8,1% em mulheres);

- Câncer de Traqueia, Brônquio e Pulmão (8,7% em homens e 6,2% em mulheres).

E quais são as causas do Câncer?

O câncer não tem uma causa única. Há diversas causas externas (presentes no meio ambiente) e internas (como hormônios, condições imunológicas e mutações genéticas). Entre 80% e 90%, os casos de



câncer estão associados a causas externas. As mudanças provocadas no meio ambiente pelo próprio homem, os hábitos e o estilo de vida podem aumentar o risco de diferentes tipos de câncer.

As causas internas estão ligadas à capacidade do organismo de se defender das agressões externas. São, na maioria das vezes, geneticamente pré-determinadas, e ligadas à capacidade do organismo de se defender das agressões. As causas podem interagir, aumentando a probabilidade de transformações malignas nas células.

São raros os casos que se devem exclusivamente a fatores hereditários, familiares e étnicos, apesar de o fator genético exercer



papel importante. Alguns tipos de câncer de mama, estômago e intestino parecem ter forte componente familiar, embora não se possa afastar a hipótese de exposição da família a uma causa comum.

Segundo estimativas do INCA, com dados de 2018 (última análise de dados publicada) em 2018 foram registrados 18 milhões de novos casos de câncer no mundo e 9,6 milhões de mortes. Estima-se que um terço dessas mortes poderia ter sido evitado com a detecção precoce e o consequente acesso aos tratamentos existentes.

Como evitar o Câncer?

Devido a sua natureza imprevisível, não existe um método 100% eficaz para evitar o Câncer. Mas existem alguns métodos de se prevenir a doença!

Um dos métodos de prevenção é a adoção de hábitos saudáveis, que contribuem na diminuição do risco de desenvolver a doença. Alguns exemplos são:

Não fumar; evitar o excesso de consumo de bebidas alcoólicas; alimentar-se de maneira saudável; praticar atividades físicas; amamentar (Alimento saudável para o bebê, o leite materno protege as crianças da obesidade infantil e a amamentação previne o câncer de mama nas mães); evitar a exposição excessiva e desprotegida da radiação solar (usar sempre protetor solar, chapéu e outros objetos que protegem contra os raios solares); evitar a exposição a substâncias tóxicas no dia-a-dia, (seja em casa ou no trabalho); e Vacinar-se. (Meninas de 9 a 14 anos e os meninos de 11 a 14 anos devem se vacinar contra o HPV. Jovens e adultos também podem se vacinar contra a hepatite B). Essas são algumas medidas de prevenção contra o Câncer.

Além disso, é fundamental fazer os exames de acompanhamento, como a mamografia anual para mulheres acima de 40 anos, o Papanicolau a cada três anos para mulheres entre 25 e 64 anos, que já iniciaram a atividade sexual e o exame de toque retal para homens para homens acima de 40 anos.

Nessa luta contra o câncer, o maior aliado é o diagnóstico precoce. Quanto mais cedo for detectada a doença e iniciado o tratamento, bem maiores são as chances de cura.



Entrevista de emprego: saiba como se sair bem!

Entrevista de emprego é uma etapa do processo de seleção do profissional que vai ocupar a vaga. Aqui, é o momento da empresa conhecer um pouco mais sobre o candidato por meio de uma conversa frente a frente com ele.

A felicidade ao receber uma ligação marcando a entrevista de emprego dá lugar a uma ansiedade sem fim. Afinal, são poucos minutos para demonstrar o seu valor, e com um bom desempenho, tudo pode mudar: novo emprego, novos desafios, novo salário.

Mas antes é preciso encarar o possível contratante de frente e provar que tem competência para assumir o cargo oferecido e convencer o entrevistador de que você é a pessoa certa para a vaga! Por esse motivo, nós

da Tecx preparamos algumas dicas que vão te ajudar a se sair bem na entrevista de emprego.



1º Pesquise sobre a empresa:

Além de ir para a entrevista afiado quanto ao que a empresa produz, é importante saber um pouco sobre a história, missão e valores da companhia.

Quanto mais você souber sobre a empresa e o mercado em que ela opera, melhor. Procure



sempre estar com todas as informações relativas ao cargo oferecido, à organização, seus produtos e serviços, além de outras informações que você achar relevante saber. Os recrutadores gostam de quando o candidato faz isso, pois demonstra interesse.

Essa preparação vai te dar todo o rumo durante a entrevista e te deixar preparado caso seja feita alguma pergunta sobre o tema.



2º Ensaie a sua apresentação pessoal:

Depois das suas pesquisas, pense nas respostas que você dará às perguntas. Apesar de não ser possível saber tudo o que será perguntado,

existem algumas perguntas genéricas que aparecem em qualquer entrevista. Alguns exemplos são:

Quais são os seus pontos fortes? Quais são os seus pontos fracos? Por que você quer trabalhar nesta empresa? Onde você se vê em 5 anos? Por que você quer deixar o seu emprego atual? Por que há uma lacuna na sua trajetória profissional? O que só você pode nos oferecer?

Talvez o recrutador não pergunte exatamente desta forma, mas ele provavelmente vai perguntar algo nesse sentido. Tendo pesquisado sobre a companhia e sua cultura, você pode se preparar para responder qualquer pergunta que surgir.



3º A roupa

Antes de sair de casa para uma entrevista, preste atenção no modo como você está vestido. Você não precisa comprar uma roupa nova e nem ir para a entrevista usando algo chique ou diferente da sua personalidade.

Mesmo que você esteja concorrendo a uma vaga em empresas despojadas, o ideal é optar

por um traje mais sóbrio. Uma entrevista de emprego, por mais despojada que seja a atmosfera dentro da empresa, é um momento de formalidade. Assim, o ideal é que você se vista de maneira discreta, objetiva e profissional.

Não é preciso exagerar na formalidade, mas sim se adequar aos parâmetros da empresa em questão. O segredo é não ir muito descolado nem muito formal. Veja o estilo ideal para cada um:

Homem: camisa social, calça em tons neutros (pode ser jeans), sapatos ou tênis discretos (evite tênis esportivo). Não precisa usar terno e gravata – a menos que o perfil da empresa exija algo do gênero.

Mulher: roupas mais sóbrias e estampas discretas. Evite trajes muito decotados ou curtos. Blusas sociais, saia na altura dos joelhos e sapatos discretos são sempre boas escolhas.



Outra dica muito importante é evitar usar muito perfume ou fragrâncias muito fortes.



4° Demonstre Interesse pela vaga

Ninguém quer contratar um profissional apático e desinteressado. Por isso, é importante que você comece a demonstrar seu interesse pela vaga na maneira como você fala e se comporta. O primeiro passo é sendo pontual.

Chegar atrasado pode ser aceitável com os seus amigos, mas o recrutador não vai tolerar isso. Chegue, no mínimo meia hora antes da entrevista. Chegar cedo vai permitir que você tenha um tempo para se concentrar, acalmar os nervos e se preparar mentalmente para a entrevista. Ao chegar, bote o celular no silencioso.

Durante a conversa, busque falar de suas experiências, pergunte, demonstre que você quer saber mais sobre a empresa, sobre o cargo ofertado, tente desenvolver uma conversação normal com o entrevistador. Evite responder apenas “sim” ou “não” ou dar respostas muito vagas, incompletas.

Busque enquadrar a conversa com algumas frases bem ensaiadas sobre como você quer ser percebido. Isso vai acabar sendo a estrutura com que a outra pessoa forma suas memórias sobre você.



5º Resolva o “problema” do recrutador

Essa é provavelmente a chave para o sucesso na entrevista. Se uma empresa abre uma vaga de emprego, é porque ela está com um “problema” ou uma situação em que é necessária a contratação de um profissional qualificado.

Demonstre, durante a conversa, estar atento às necessidades da empresa. O foco da conversa deve ser em resolver o problema do empregador. Aqui a pesquisa vai te ajudar bastante. O ideal é você entender o contexto da empresa e como suas competências e experiências se encaixam naquele contexto.

Na maioria das entrevistas, o recrutador vai te perguntar se você tem alguma questão que quer esclarecer. Neste momento, demonstre interesse e conhecimento fazendo uma pergunta bem construída. Isso pode te destacar em todo o processo.

6º Seja sincero e não minta

Essa regra serve para tudo na vida, e numa entrevista de emprego não é diferente! Não tente aumentar ou mentir sobre nenhuma informação.

Isso é principalmente válido para quando você for falar das suas qualidades e seus defeitos.

Sobre as qualidades: não invente qualidades que você não tem. Ao invés disso, tente ressaltar as suas qualidades mais genuínas, e tente deixar claro como elas serão úteis para a empresa.

Não invente competências que você não tem, tampouco fale de experiências profissionais que não adquiriu. Mentir no processo seletivo pode te prejudicar futuramente, principalmente se for ocupar um cargo em que não está preparado para exercer.

Na hora de falar sobre seus defeitos, a sinceridade ainda deve ser mantida. Durante a entrevista, não tente se passar por alguém livre de defeitos. Isso é uma prova autêntica de que você não está sendo sincero. Ao falar das suas limitações, fale o que tem feito para superá-las, afinal, além da honestidade e sinceridade, mostrará que você se conhece e busca ser uma pessoa melhor a cada dia.



7º Fique atento as sua linguagem corporal

Durante a entrevista, observe sua linguagem corporal. O ideal é estar à vontade, mas sem descuidar de alguns aspectos. Equilíbrio é a palavra-chave. A linguagem corporal fala muito sobre você. Por exemplo: Ficar de braços cruzados pode demonstrar que você está com medo; permanecer inquieto, mexendo constantemente nas mãos ou nos cabelos, é sinal de insegurança e ansiedade.

Aqui vão algumas dicas de como se comportar:

- O ideal é acomodar-se confortavelmente, mas manter uma postura mais reta, alerta. Cuidado para não parecer muito tenso ou muito relaxado;
- Preste atenção ao que o entrevistador está falando, olhe em seus olhos, responda com tranquilidade.
- Não boceje.
- Evite deixar os braços cruzados.

8º Seja você mesmo

Por fim, mesmo que você esteja sob pressão, nervoso, ansioso, tente ser você mesmo na conversa com o entrevistador. Somente se você se for genuíno, autêntico e verdadeiro é que será lembrado pela sua individualidade.



“Seja tão bom que os outros não possam ignorar você.”

-Steve Martin



Mercado de Trabalho na área da saúde

Sempre em alta no mercado de trabalho, as profissões relacionadas à área da saúde têm ganhado ainda mais destaque. Um dos fatores que impacta nesse cenário é a pandemia da Covid-19, que evidenciou a constante demanda – muitas vezes não atendida – por profissionais da saúde das mais diversas especialidades.

É o que mostra um estudo realizado pelo LinkedIn, que aponta enfermeiros, radiologistas, farmacêuticos, médicos e psicólogos como algumas das categorias em destaque.

Alguns dos motivos que fazem a área de saúde ter tanta demanda, são problemas como doenças crônicas, o dia a dia de trabalho muitas vezes estressante vivido por muitas pessoas em nossa sociedade e a falta de cuidado das pessoas com a alimentação e exercícios físicos. Tudo isso aliado ao aumento da expectativa de vida faz com que existam mais necessidades por esse profissional.

A tendência de crescimento também pode ser constatada na pesquisa realizada pela empresa Educa Insights, divulgada em novembro do ano passado. A pesquisa, realizada com homens e mulheres das Classes A, B, C e D, com idades entre 17 e 50 anos apontou que 30% dos estudantes demonstraram a intenção de fazer um curso na área da Saúde.

Algumas profissões foram “potencializadas” pela pandemia da Covid-19. Uma das profissões de grande visibilidade no mercado de trabalho, atualmente é a do profissional enfermeiro, no Brasil e internacionalmente.

A Enfermagem é promissora devido à alta taxa de empregabilidade. Muitos dos profissionais em atuação não possuem formação superior e trabalham como técnicos e auxiliares.

Além disso, pesquisas mostram que a enfermagem e a radiologia são ideais para quem busca para trabalhar com Saúde, seja pelo

potencial do mercado, aumento da expectativa de vida da população, falta de mão de obra especializada ou pelo surgimento de novas áreas do conhecimento.

Essas áreas têm uma grande abrangência, portanto, existem grandes oportunidades para quem deseja trabalhar nesse setor. São muitas especializações disponíveis, por isso pessoas que se identificam com essas profissões têm um grande leque de opções.

Existem universidades e centros de estudo técnico que são referências na área da saúde no Brasil e na América Latina. Portanto, os profissionais formados aqui, são preparados com as mais modernas técnicas, permitindo que atuem dentro e fora do país, seja na pesquisa ou na prática.

As projeções para o futuro são otimistas para profissionais da área da saúde. Mesmo em situações de crise e instabilidade, o mercado de trabalho na área gera empregos e oportunidades, se mantendo aquecido independente dos fatores externos.



“Escolhi ser Enfermeira porque amo e respeito a vida”

-Florence Nightingale





Tecx: 1º Congresso de Estética, Saúde e Bem Estar

Aqui no Colégio Tecx, acreditamos que o aprendizado vai além das paredes da escola. Por esse motivo, buscamos, sempre que possível, levar o ensino para fora da sala de aula de forma gratuita e acessível ao público. No dia 22 de fevereiro de 2022 (terça-feira), o Colégio Tecx realizou o 1º Congresso de Estética, Saúde e Bem Estar que teve como objetivo demonstrar por meio das palestras, que estética vai muito além do embelezamento e que acima de tudo, envolve também saúde e bem estar de quem se cuida..

O evento, que aconteceu no salão de artes do Teatro Adamastor, contou com palestras enriquecedoras sobre o tema, complementando e enriquecendo a formação dos alunos e convidados da tecx. Assim, a Tecx, trouxe a Fisioterapia Dra Fernanda Aguilera para falar sobre a promoção da imagem pessoal, o uso das redes sociais e o marketing digital com a palestra: “Marketing: Quem não é Visto não é Lembrado”. Também tivemos a participação da Esteticista Profª Vanessa da Silva Santos, que palestrou sobre o tema “O Cuidado da Pele em Cada Década de Vida” e a Fisioterapeuta especialista em Estética Fernanda Valinari com o tema: O Papel da Nutrição nos cuidados com a pele.

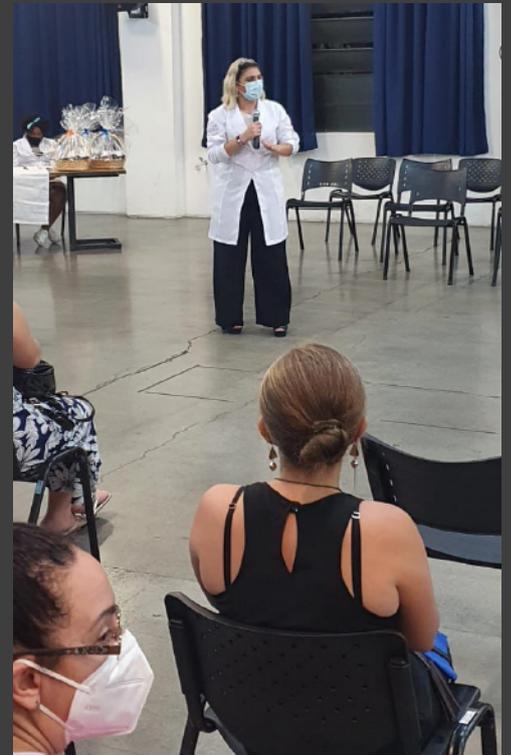
Foi Incrível! Mal podemos esperar pelo próximo evento. E convidamos você para participar também! Fique ligado nas nossas redes sociais!

#VEMPRATECX

tecx



tecX



tec 

Aniversariantes do Mês

Fevereiro



Jefferson Vinicius
07/02



Jenifer Aline
26/02



Sandra Sales
28/02

TIRINHA DO MÊS



