



O NEWSLETTER MENSAL DO COLÉGIO TECX



Nesta Edição

Na Edição de Outubro do Newsletter do Colégio Tecx você confere “Outubro Rosa: um Toque pela vida!”.

E também: saiba como um curso Técnico pode te ajudar a conseguir um bom emprego, e algumas diferenças entre um curso Técnico e uma Faculdade.

Tudo isso e mais na edição de junho de 2022 do Newsletter Tecx.

NESTE MÊS

- Outubro Rosa, Um Toque Pela Vida;
- Educação Técnica e Empregabilidade;
- Como montar um currículo atrativo;
- Colégio Tecx Realiza Ação Contra o Câncer de Mama em Guarulhos;
- Tirinha do mês.

outubro
rosa | mês de prevenção
ao câncer de mama



Outubro Rosa: Um toque pela vida!

Outubro Rosa é uma campanha anual realizada mundialmente em outubro, com a intenção de alertar a sociedade sobre o diagnóstico precoce do câncer de mama. O nome remete à cor do laço rosa que simboliza, mundialmente, a luta contra o câncer de mama e estimula a participação da população, empresas e entidades.

Este movimento começou nos Estados Unidos, onde vários Estados tinham ações isoladas referente ao câncer de mama e ou mamografia no mês de outubro. A campanha foi criada pela Fundação Susan G. Komen for the Cure no início da década de que distribuiu o laço cor-de-rosa aos participantes da primeira Corrida pela Cura, realizada em Nova York, em 1990 e, desde então, promovida anualmente na cidade.

Em 1997, entidades das cidades de Yuba e Lodi nos Estados Unidos, começaram efetivamente a comemorar e fomentar ações voltadas a

prevenção do câncer de mama, denominando como Outubro Rosa. Posteriormente o Congresso Americano tornou o mês de Outubro como o mês nacional (americano) de prevenção do câncer de mama.

No Brasil, o Outubro Rosa é realizado desde 2002, quando um grupo de mulheres, em conjunto com uma marca de cosméticos europeia, adornou com luzes cor-de-rosa o Obelisco do Ibirapuera, situado na cidade de São Paulo.

O movimento anualmente se mantém com a intenção de alertar a sociedade sobre a importância do diagnóstico precoce do câncer de mama. A mobilização visa também à disseminação de dados preventivos e ressalta a importância de olhar com atenção para a saúde, além de lutar por direitos como o atendimento médico e o suporte emocional, garantindo um tratamento de qualidade.

tec 

Durante o mês, diversas instituições abordam o tema para encorajar mulheres a realizarem seus exames e muitas até os disponibilizam. Iniciativas como essa são fundamentais para a prevenção, visto que nos estágios iniciais, a doença é assintomática.



O Que é o Câncer de Mama?

O câncer de mama é um tumor maligno que ataca o tecido mamário. Ele se desenvolve quando ocorre uma alteração de apenas alguns trechos das moléculas de DNA, causando uma multiplicação das células anormais que geram o cisto.

Embora seja predominante nas mulheres, o câncer de mama também acomete os homens. Porém, estima-se que eles representam apenas 1% dos casos.

De acordo com dados do Instituto Nacional de Câncer (INCA) são estimados cerca de

De acordo com dados do Instituto Nacional de Câncer (INCA) são estimados cerca de 66.280 casos novos da doença no Brasil em 2022, o que representa uma taxa ajustada de incidência de 43,74 casos por 100 mil mulheres.

O sintoma do câncer de mama mais fácil de ser percebido pela mulher é um caroço no seio, acompanhado ou não de dor. A pele da mama pode ficar parecida com uma casca de laranja; também podem aparecer pequenos caroços embaixo do braço. Deve-se lembrar que nem todo caroço é um câncer de mama, por isso é importante consultar um profissional de saúde.



Por ser uma doença de múltiplas causas, os exames preventivos são fundamentais. Entretanto, a idade é considerada um dos fatores de risco para a doença: cerca de quatro em cada cinco casos ocorrem em mulheres acima de 50 anos.



Toda mulher com 40 anos ou mais de idade deve procurar um ambulatório, centro ou posto de saúde para realizar o exame clínico das mamas anualmente, além disso, toda mulher, entre 50 e 69 anos deve fazer pelo menos uma mamografia a cada dois anos. O serviço de saúde deve ser procurado mesmo que não tenha sintomas!

Segundo o Instituto Oncoguia, diagnosticar o câncer precocemente aumenta significativamente as chances de cura, 95% dos casos identificados em estágio inicial têm possibilidade de cura. Por isso, a mamografia é imprescindível, sendo o principal método para o rastreamento da doença.

Ter um mês dedicado a conscientização é importante porque faz com que as mulheres parem pelo menos um mês no ano para terem informação e instrução sobre como investigar, fazer o autoexame e procurar ajuda.

Cuidar da sua saúde é um gesto valioso. As chances de cura são maiores quando a doença é descoberta no início. Faça o autoexame. Previna-se contra o câncer de mama.

*#juntoscontrao
CâncerdeMama*

tec 



Educação Técnica e Empregabilidade

O Ensino Médio chegou ao fim, e agora com contas a pagar, roupas e comidas para comprar e uma casa para sustentar, você precisa achar um emprego para ter um salário e poder honrar com seus compromissos financeiros, não é mesmo? Mas enquanto você entrega currículos, percebe que o mercado de trabalho está cada vez mais exigente e que hoje em dia não basta ter o ensino médio para conseguir um emprego. É nessa hora que um Curso Técnico pode te ajudar a conseguir rapidamente um lugar no mercado de Trabalho. Mas afinal o que é Curso Técnico? E qual a diferença dele para uma Faculdade?

Os cursos técnicos são uma categoria especial do Sistema de Ensino Brasileiro. Enquanto as Faculdades dão uma visão ampla de conhecimento permitindo a formação, por exemplo, de



pesquisadores ou cientistas, o curso técnico busca formar Trabalhadores para o Mercado de Trabalho.

A faculdade abre portas, mas irá demorar mais para colocá-lo com um diploma no mercado de trabalho. Já o Curso Técnico oferece a facilidade de você já sair formado com uma boa qualificação e, na maioria dos casos, com Emprego Garantido. Uma pesquisa, realizada pelo Ibope, aponta que 70% dos alunos

formados em cursos técnicos conseguem emprego já no primeiro ano após a conclusão do curso.

Na faculdade, o ensino é muito mais focado em aulas teóricas, onde o estudante é exposto a uma abordagem ampla do conteúdo lecionado e só aprende a profissão quando faz um estágio ou apenas depois de formado, quando coloca os conhecimentos adquiridos em prática. No ensino técnico, o conteúdo teórico é abordado em conjunto com aulas práticas, e o aprendizado sobre a profissão acontece durante todo o tempo de formação.

Essa modalidade de formação também enriquece o seu currículo. Atualmente as empresas olham com bons olhos para profissionais com formação técnica, pois esses profissionais estão mais qualificados para resolver questões do cotidiano e para dar conta de metas práticas. Isso porque os cursos técnicos estão em um nível entre o Ensino Médio e o Ensino Superior e são muito mais focados em prática que as faculdades. Existem até cursos que são **100% práticos**.

Outra pesquisa, da agência de empregos **Manpower**, mostra que nos últimos anos há uma demanda maior por esses profissionais no mercado de trabalho. Foi constatado que a chance de entrar no mercado de trabalho **aumenta em 50% com o curso técnico**, fator que pode ser fundamental para a entrada ou a permanência de um funcionário no mercado

de trabalho.

A pesquisa também aponta que um trabalhador com formação técnica tem um **salário 30% maior** em comparação com empregados que não fizeram essa especialização.

Outra vantagem do curso técnico é a duração. É comum que um curso técnico tenha a metade de duração de uma faculdade, podendo variar entre 18 e 24 meses. É justamente por essa característica que são maiores as chances de um estudante de curso técnico terminar o curso já empregado.

O Curso Técnico também é uma ótima opção para quem já atua no mercado, mas deseja um aperfeiçoamento na sua área de atuação, já que permite complementar os seus conhecimentos e até mesmo conseguir um aumento no salário ao finalizá-lo.



Mas e agora? Onde eu posso fazer um curso técnico?

Agora é hora de buscar instituições que ofereçam ensino de qualidade, com cursos que vão alavancar sua carreira no mercado de trabalho. E se você está se perguntando: “Onde fazer um curso técnico?”, nós te damos a resposta! Para quem mora na região de Guarulhos, SP, o **Colégio Tecx é uma ótima escolha!** Aqui na Tecx oferecemos cursos Técnicos na área da saúde e beleza.

Há 18 anos na cidade de Guarulhos, a Tecx já formou mais de 8 mil profissionais de sucesso para o mercado de trabalho. Nossos cursos Técnicos são: **Técnico em Enfermagem, Técnico em Radiologia e Técnico em Estética.**

Se você quer saber mais, chama a gente pelo **WhatsApp (11) 98926-1984** que tiraremos todas as suas dúvidas.

#vempratecx



tecx



Como Montar um Currículo Atrativo

Para garantir aquela vaga de emprego dos sonhos, o primeiro passo antes de se candidatar é elaborar um currículo atrativo. É ele que será o primeiro contato que a empresa terá com o candidato e que vai chamar a atenção dos recrutadores e aumentar as suas chances de conseguir o cargo.

E como o atual cenário profissional no Brasil tem demonstrado, conseguir um emprego é uma tarefa que requer cada vez mais dedicação. Isso porque, além do investimento em qualificação, o profissional precisa utilizar de estratégias cada vez mais criativas para se diferenciar da concorrência.

E nesse cenário, o currículo pode ser encarado como uma espécie de “Cartão de visitas” do profissional, ou seja, é baseado nele que o recrutador pode eliminar o candidato, ou chamá-lo para uma entrevista.



Sendo assim, fazer um bom currículo é indispensável para participar de processos seletivos e ser chamado para entrevista de emprego. Seja qual for a vaga que você queira conquistar, tudo começa pelo currículo. Mas então, como tornar o currículo mais atrativo?

O básico que o currículo deve ter é simples:

sua formação, cursos e experiências. Porém existem alguns pontos que devem ser considerados na hora de fazer o currículo, que podem aumentar as suas chances de ser chamado para a entrevista.

Se atente a **“poluição visual”** do currículo. A Revista **EXAME** abordou esse tema em uma de suas edições e apontou que currículos com textos extensos, formatação que desfavorece a leitura e visual carregado são pontos que fazem com que os recrutadores desistam do seu currículo.



Dados Pessoais: Quem é você?

O empregador precisa bater o olho no seu CV e já saber seu nome completo, data de nascimento e como entrar em contato. O Nome deve vir em negrito e com fonte um pouco maior que o texto. Atente-se para incluir os seus dados pessoais corretamente, não deixando faltar nenhuma informação. Essa parte é muito importante, pois, para o recrutador entrar

em contato, precisará ter seus dados atualizados. Dê atenção especial aos telefones e inclua um e-mail que você acessa com frequência.



Objetivo Profissional

Destaque um objetivo claro. Em apenas uma linha o objetivo deve ser inserido, ou seja, escreva o cargo e a área em que pretende atuar. Tenha em mente que o seu objetivo profissional deve “casar” com a vaga ofertada. Por exemplo, não faz sentido você se candidatar para uma vaga de marketing e no seu currículo estar como objetivo ser dentista.

Evite mais de um objetivo no mesmo currículo, pois pode demonstrar falta de foco.

Formação Acadêmica:

Nesse tópico do currículo, devem ser incluídas as informações referentes à faculdade cursada. Liste sempre da experiência mais atual para a mais antiga.

Além da graduação, inclua workshops, cursos técnicos e complementares da sua área. Esses cursos mostram que você é um profissional antenado ao seu mercado e são ótimos para atualização e aprimoramento do conhecimento em determinadas áreas. Porém, devem ser incluídos somente aqueles que estão relacionados ao cargo e área que estão informados no “objetivo”.

A forma correta de listar é: Instituição – curso – ano de conclusão. Se o curso ainda estiver em andamento, é preciso sinalizar em qual o período está.

Idiomas

Idiomas são importantes para o mercado de trabalho; porém, devem ser incluídos somente aqueles em que você realmente tem conhecimento, com o nível correto de proficiência. Nem pense em exagerar, viu? Se o seu nível é básico de inglês, por exemplo, deixe claro isso.

Liste da seguinte forma: nome da escola – idioma – nível de fluência – ano.

Dica: se não tiver domínio em outro idioma, é melhor evitar o tópico.

Experiência Profissional

A descrição das suas principais experiências é justamente o que vai dizer que você tem

competência e conhecimento na sua área. Nesse quesito é importante notar que as empresas não querem saber só o que você fez, mas que diferença isso causou. Por isso, pode ser interessante encaixe no seu currículo resultados e conquistas importantes que já teve com o seu trabalho, como alguma melhora ou crescimento que você gerou para a empresa.

Resumo Profissional:

Nessa área devem constar todas as informações do seu currículo, mas de forma resumida. Nada de se aprofundar nos pontos. Aqui você deve mostrar quem você é. Nesse campo é interessante dar frases curtas informando os cargos e responsabilidades que já teve e as metas que atingiu. Comece as frases com verbos de ação em primeira pessoa.

Outra dica é usar palavras-chave da sua área de atuação. Um recrutador, quando está no processo de seleção de candidatos, procura por palavras que identifiquem se o currículo encaixa na vaga. Por exemplo: se você é um profissional de TI, é fundamental que constem nomes de sistemas, que você domina, linguagens, projetos e certificados específicos. Dessa forma, o avaliador já terá uma idéia de que tipo de profissional você é e poderá se dispor a uma leitura mais atenta.

Cuidados (importantes) a tomar no currículo

Jamais minta uma informação:

Mentir nunca é uma boa escolha, por isso, coloque apenas informações verdadeiras, mesmo que você não tenha a qualificação exigida na vaga. Ser sincero e mostrar a vontade de aprender é sempre melhor.

Coloque o máximo de informações em poucas palavras:

Uma redação clara e concisa é um dos segredos de um currículo atraente. Na hora de redigir o conteúdo do seu currículo, procure montar textos que sejam os mais enxutos possíveis. Ser objetivo não significa deixar informações de lado, o ideal é comunicar tudo e apenas o que importa, sem sobrar nem faltar nada.

O mais importante deve vir na frente

Organize as informações por ordem de relevância, isto é, do mais ao menos pertinente para a vaga em questão. Organizar as informações por ordem de relevância é uma forma de favorecer a rápida compreensão do seu currículo. Organize do mais ao menos pertinente para a vaga em questão.

Revise o Currículo

Nada pode ser mais comprometedor para um profissional do que apresentar um currículo com erros de português. Parece que é chover no molhado, só que muita gente ainda envia CV sem revisar. Erros de digitação ou de concordância pode parecer coisa simples, mas dão uma péssima primeira impressão.





Colégio Tecx Realiza Ação contra o Câncer de Mama em Guarulhos, SP

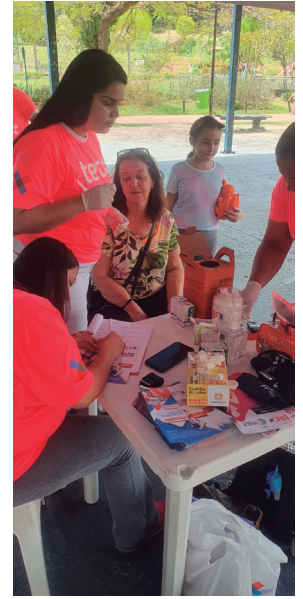
A 2ª caminhada “Tecx de Peito Aberto Contra o Câncer de Mama” tomou o espaço do Parque Bosque Maia da cidade de Guarulhos neste sábado (22/10) para alertar a população sobre a importância da realização da mamografia e diagnóstico precoce da doença. A ação reuniu a participação da equipe e alunos do Colégio Tecx e os visitantes do Bosque Maia. A iniciativa apóia o Movimento Outubro Rosa, com vistas a reforçar a necessidade e importância da prevenção e diagnóstico precoce do câncer de mama.



O público se reuniu no parque e atravessou todo o calçadão onde aconteceram atividades físicas e recreativas, aferição de pressão, teste de glicemia, medição de peso, altura, cintura e orientações nutricionais. Além disso, tivemos um espaço para o embelezamento, realizado pelas alunas do curso Técnico em Estética da Tecx e orientações sobre o Câncer de Mama.

Ainda não temos uma vacina para o câncer de mama, mas podemos descobrir a doença ainda no início e começar o tratamento com rapidez para aumentar a possibilidade de cura. A caminhada é um ato simbólico para reforçar a importância desse diagnóstico precoce.

Fique com alguns dos momentos que marcaram o evento.



tecX

TIRINHA DO MÊS



