



'Aproveitar a vida real': o movimento para abandonar os smartphones



Em um mundo em que muitos de nós estamos grudados em nossos smartphones, os telefones celulares inteligentes, Dulcie Cowling é uma espécie de anomalia. Ela abandonou seu celular.

No final do ano passado, Cowling, de 36 anos, concluiu que parar de usar seu aparelho melhoraria sua saúde mental. Então, durante o Natal, ela disse à sua família e a seus amigos que estava mudando para um antigo telefone Nokia que só poderia fazer e receber chamadas e mensagens de texto.

Ela se lembra que um dos principais momentos que a levaram a tomar tal decisão foi um dia num parque com seus dois filhos, de 6 e 3 anos de idade. "Eu estava usando meu celular, num parquinho com as crianças, e vi que todo pai e mãe - havia quase uns 20 - estava olhando para seu celular, apenas navegando", diz ela.

"Eu pensei: 'Quando isso aconteceu?' Todo mundo está deixando de aproveitar a vida real. Eu não acho que você chegue a seu leito de morte e pense que você deveria ter passado mais tempo no Twitter ou lendo artigos online."

Cowling, que é diretora de criação na agência de publicidade Hell Yeah!, baseada em Londres (Inglaterra, Reino Unido), acrescenta que a ideia de abandonar seu smartphone cresceu durante os confinamentos causados pela covid-19. "Eu pensei sobre quanto da minha vida era gasto olhando para o celular e o que mais eu poderia estar fazendo. Estar conectado constantemente a muitos serviços cria muitas distrações, e é demais para o cérebro processar." Ela planeja usar o tempo adquirido com o abandono do smartphone para ler e dormir melhor.

Cerca de 9 de 10 pessoas no Reino Unido têm hoje um smartphone, um dado que se repete amplamente no mundo desenvolvido. Estamos grudados neles - um estudo recente identificou que, em média, uma pessoa passa 4,8 horas por dia com seu aparelho. No entanto, um pequeno, mas crescente, número de pessoas acredita que essa situação tenha chegado ao limite. [...]

Continuar lendo em: <https://www.bbc.com/portuguese/internacional-60113354>

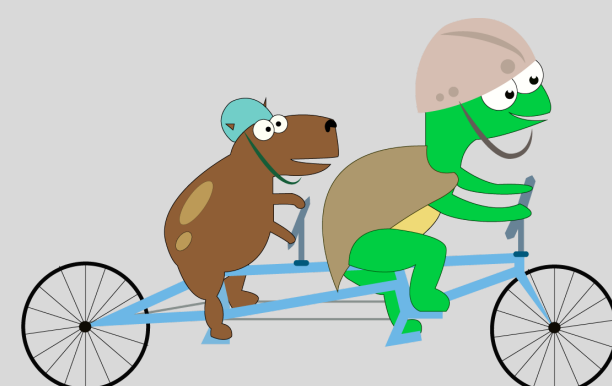
PARA DEBATER!

1. O que mais chamou a sua atenção do texto? Já conhecia o movimento para abandonar os smartphones?
2. Atualmente necessitamos dos smartphones para muitas coisas. Em sua opinião, é possível viver sem ele? Por quê?
3. Quais são os pontos positivos e negativos do uso dos smartphones?
4. Quanto tempo você costuma passar no celular? Acha que esse tempo é o indicado?
5. Liste de 1 a 5 as atividades em que você costuma usar mais o celular, sendo 1 a atividade que você gasta mais tempo e 5 a de menor tempo.
6. Que ideias podem ser pensadas, e colocadas em prática, para um uso mais saudável dos smartphones?

Refletindo sobre a nossa língua...

Você sabia que...

- “todo mundo” não é a mesma coisa que “o mundo todo”? E em espanhol?
- Comente os significados e contextos de uso de “grudar” e “pegar”





Por qué tu dinero vale cada día menos y 3 cosas que están afectando tus finanzas si vives en América Latina



Cuando la inflación se ha transformado en una ola que recorre el mundo, con Estados Unidos marcando su mayor nivel en los últimos 39 años al escalar a un histórico 7%, América Latina también sigue la tendencia alcista. Así lo están viviendo países como Brasil (con un aumento de precios de 10% en el último año), México (7,1%), Chile (7,2%), Perú (6,4%), Colombia (5,6%), o Argentina (50%).

Las seis mayores economías de la región han sido testigo del aumento en el costo de la vida impulsado, entre otras cosas, por el incremento en el precio de los productos energéticos y los alimentos, los atascos en las cadenas de suministro que mueven los productos de un país a otro, la subida en los niveles de consumo y la recuperación económica global tras casi dos años de pandemia.

Con niveles inflacionarios que han llegado a mucho más del doble del rango considerado por cada país como aceptable, el dinero tiene un valor cada día menor.

"A la inflación se le ha llamado el impuesto más lacerante para las familias, especialmente en los segmentos más pobres, porque algunas gastan más de la mitad de su presupuesto en alimentos", le dice a BBC Mundo José Luis de la Cruz, director del Instituto para el Desarrollo Industrial y Crecimiento Económico (IDIC) de México.

Como hubo un aumento del precio de las materias primas en 2020, explica, muchos países se beneficiaron al tener mayores ingresos, especialmente en América del Sur y Centroamérica. Pero, con el paso del tiempo, "el aumento en el precio de los commodities, como alimentos y productos energéticos, se transformó en una presión inflacionaria", agrega. "Eso es paradójico".

Junto al aumento de la inflación, hay otras 3 tendencias que están influyendo en el rumbo de las economías latinoamericanas y, por consiguiente, en tus finanzas personales: el aumento de las tasas de interés, la depreciación de las monedas y el menor crecimiento económico en 2022 [...]

Continuar leyendo en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-60164622>

¡A DEBATIR!

1. ¿Qué fue lo que más te llamó la atención del texto? ¿Conocías los tres factores mencionados?
2. ¿Cómo ha sido el aumento de los precios en tu país y/o región desde el inicio de la cuarentena hasta ahora?
3. ¿Qué otros factores crees que influyen en la crisis económica que se está viviendo en América Latina? ¿Por qué?
4. Durante este periodo pandémico, ¿qué estrategias ha implementado el gobierno de tu país para equilibrar la economía y ayudar a las personas de bajos recursos?
5. ¿Cuáles serán las posibles consecuencias del proceso de inflación por el que pasarán muchos de los países latinoamericanos?
6. ¿Cuáles son los efectos que trae la depreciación de las monedas locales? ¿Cómo se encuentra actualmente la moneda de tu país?

Reflexionando sobre nuestra lengua...

¿Sabías que...

- “ingresos” y “entradas” son cosas distintas? ¿Y en portugués?

Comenta los significados y contextos de uso de:

- “presupuesto” y “supuesto”
- “taza” y “tasa”

