

# Drogas: Prevenir é sempre melhor

Quando o assunto corresponde a "drogas", não há como não associá-lo a muitos problemas enfrentados pela sociedade, como a violência e a desigualdade social. Nesse contexto, tem-se que viver com saúde é a primeira condição do ser humano, que transita sobre uma linha tênue, na qual surgem experimentações e vícios. Um jogo de dupla face. De um lado a sociedade convivendo com processos lícitos e ilícitos; de outro, a indústria e os poderes públicos. E a cada caso especial, a busca por orientação especializada. Mas também há comodismos.

É sabido que, quanto mais cedo se experimenta uma droga, maiores são

os riscos de se tornar um viciado. Pesquisas revelam que a maioria dos jovens sabe que as drogas podem se transformar num problema sério. Mas isso não basta para mantê-los longe delas. Importante colocar a força de vontade como mola propulsora de mudança e também a sensibilização para essa difícil problemática que envolve a sociedade de forma geral.

Esse processo educacional demanda por estratégias que levem em consideração a necessidade de informação confiável, validada cientificamente, sem esquecer do desenvolvimento de ações que desemboquem em maior auto-estima, em maior capacidade de lidar

com a ansiedade e com as frustrações, em maior habilidade de decidir e interagir no trabalho coletivo, da parte das pessoas que educam e são educadas na universidade, quer sejam docentes, discentes ou funcionários técnico-administrativos. Isto tudo, entretanto, não evita que problemas aconteçam, posto que aqui não são reunidas pessoas onipotentes e oniscientes. Cada um e cada uma, porém, são convidados a assumir sua parcela de responsabilidade no bem-estar coletivo, abraçando valores que vão além dos defendidos pelos limites da lei e que se escudam na ética. Ou seja, o respeito para consigo mesmo e para com o outro é incentivado



**Prof. Dr. José Rui Camargo**  
Reitor da Universidade de Taubaté

como atitude promotora de qualidade de vida e fator de proteção contra o uso indevido de drogas. A prevenção é sempre a melhor e mais eficaz abordagem.

## Consumo de mel faz bem, mas exige cuidado

Por Ângela Loures e Thais Andressa

O mel possui várias características benéficas ao homem. Além de ser menos calórico e mais saudável que o açúcar, ajuda a curar a dor de garganta, melhora a digestão e é um grande aliado no combate à gripe.

O problema é que ele está entre os sete alimentos que mais estão suscetíveis a terem seus elementos adulterados, ou seja, misturados com outros ingredientes ou que tenham seus nutrientes retirados total ou parcialmente. Com essas adulterações o mel perde suas propriedades. "A falsificação mais comum é por amido, quando misturam amido, açúcar e aroma de mel" conta a Prof<sup>a</sup> Dr. Lídia Maria Ruv Carelli Barreto, do Centro de Apicultura - CEA, da UNITAU. O Centro, que existe há 25 anos e funciona no Departamento de Ciências Agrárias, tem como linha prioritária de pesquisa

o controle de qualidade dos produtos apícolas. "No Centro Apícola nós fazemos análise laboratorial para reconhecer um mel verdadeiro e de boa qualidade", explica Prof<sup>a</sup> Lídia Barreto. O controle é feito para assegurar ao consumidor um produto livre dos inúmeros processos de adulteração, e em consequência viabilizar ao apicultor da região a comercialização total de seus produtos.

Algumas dicas ajudam o consumidor a verificar se o mel é verdadeiro ou não, a primeira é observar se no rótulo há o selo de qualidade do Serviço de Inspeção Federal - SIF, Estadual - SISP ou municipal - SIM. "Se o consumidor duvidar da procedência do mel, ele deve levar para o laboratório, mas ele também pode fazer um teste simples, basta ir a uma farmácia, comprar iodo a 2%, pegar uma colher do mel em



Equipe do CEA faz manejo para colheita do mel em Redenção da Serra.

meio copo d'água e pingar três gotas do iodo. Se o mel mudar de cor para azul ou roxo é porque é falso ou adulterado" comenta Prof<sup>a</sup> Lídia, que aconselha ao consumidor não comprar mel sem rótulo, ou em garrafas vendidas em beira de estrada, o consumidor deve comprar sempre os vendidos em supermercado.

O mel protege o organismo contra várias do-

enças, mas ao contrário do que muitos pensam, não é um remédio. "É preciso fazer um uso constante do mel para que o sistema imunológico fique equilibrado", explica o biólogo Edson Timóteo Soares, auxiliar de campo do CEA. "Não adianta fazer coisas que prejudiquem a saúde e consumir o alimento, porque não vai haver o resultado esperado", alerta.

### EXPEDIENTE

#### ADMINISTRAÇÃO SUPERIOR

##### Reitor

Prof. Dr. José Rui Camargo

##### Pró-Reitor de Extensão

Prof. Dr. José Felício Goussain Murade

##### Chefe de Departamento

Prof. Ms. Maurílio do Prado Láu

##### Coordenação Jornal UNITAU/edição:

Profa. Ms. Angela Loures (MTB-MS 17301/87V)

##### Editores adjuntos

Simone Gonçalves (ACOM)  
Andréia Gomes (PRE)

##### Revisão:

Profa. Dra. Eliana Brito  
Profa. Ms. Angela Berbare  
Prof. Ms. Luzimar Gouvêa

##### Projeto gráfico e Diagramação:

PREX | Núcleo de Design Gráfico  
- NDG

##### Bolsistas do Programa de Bolsas de Extensão - PIBEX:

Thais Andressa Perez  
Guilherme Rodrigues

##### E-mail para contato:

jornalunitau@gmail.com



# Livros impressos disputam espaço com digitais

Bibliotecas da região já começaram a sentir o impacto da mudança. Escolas também buscam se adaptar à tecnologia

Por Daniel Corrá

A leitura sempre foi um dos hobbies prediletos da estudante de Jornalismo Larissa Caldieri, de 19 anos. Fascinada pela literatura, Larissa coleciona uma série de títulos, que vão desde sucessos de venda como a saga de Harry Potter, até grandes clássicos da literatura - lá estão eles, enfileirados na estante de seu quarto. São tantos, que a jovem já perdeu a conta. "Gosto de poder olhar para meus livros arrumados na estante e pegar um ou outro de vez em quando para ler meus trechos preferidos. A sensação de ter um livro nas mãos, de poder folhear sua páginas e sentir seu cheiro, seu peso e a textura do papel, é algo que me deixa muito feliz".

A paixão pela leitura de Larissa ganhou ainda mais opções com a chegada de novas tecnologias. Agora, além de consumir títulos impressos, ela também tem se aventurado no universo digital e lê com frequência e-books - livros no formato digital. O mercado para esse tipo de publicação ainda é modesto no Brasil, mas existe disponível publicações gratuitas, e são essas as de maior preferência de Larissa. "Algumas editoras fazem promoções, ou liberam livros gratuitos nos sites, e são esses que baixo com frequência. Tenho uma vasta coleção no computador, que consegui ao longo do tempo, e pretendo continuar com

isso, baixando os gratuitos que encontro pela internet", afirma.

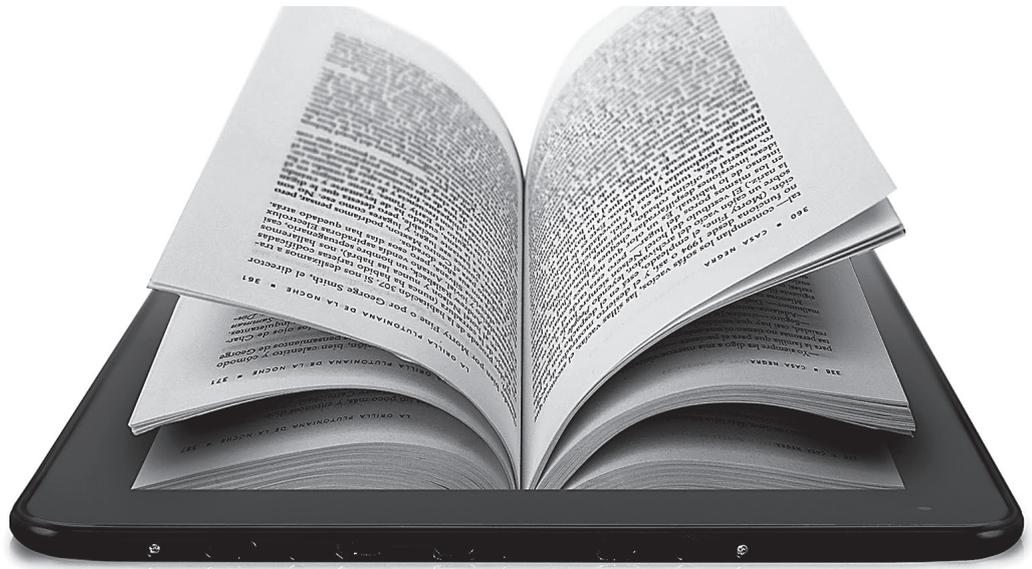
A troca dos livros de papel pelos digitais já pode ser percebida também em bibliotecas. No Vale do Paraíba, as principais bibliotecas públicas, de São José dos Campos e Taubaté, registram queda de público e empréstimo de materiais como livros, revistas e jornais, desde 2008, segundo levantamento realizado pelas prefeituras dessas cidades. Em São José, o número de empréstimos na biblioteca pública Cassiano Ricardo caiu 23% nos últimos quatro anos. Segundo a prefeitura, em 2012 foram realizadas 27.167 solicitações contra 35.313 em 2008. O número de pessoas cadastradas também caiu de 3.772 para 2.167. A biblioteca possui atualmente um acervo com 70 mil títulos.

Em Taubaté, a queda nos empréstimos na biblioteca municipal Professor José Jerônimo de Souza Filho, que fica no centro da cidade, foi ainda maior e chegou a 41%. A saída de títulos passou de 4.761 para 2.787 no período levantado pela Secretaria de Turismo e Cultura. A Secretaria de Educação informou que a biblioteca conta com mais de 40 mil títulos em seu acervo, mas não soube precisar o número de sócios ativos. Para especialistas, o número mostra uma mudança nos hábitos dos leitores adeptos à platafor-

mas impressas - mudou o perfil dos usuários com a popularização do acesso à internet.

Na opinião do publicitário e coordenador do curso de Publicidade e Propaganda da UNITAU, Josué Brazil, a popularização da internet e a chegada de plataformas digitais ao Brasil têm sido os principais responsáveis pela perda de espaço dos títulos impressos. Entretanto, o especialista acredita que publicações de papel ainda terão vida longa. "Ainda vejo um futuro longo para livros e revistas impressos. Vejo possibilidades amplas de se complementarem e conviverem no mercado por muito tempo ainda. Mas temos que acompanhar o ritmo de vendas de tablets, smartphones e ereaders e ver o que vai acontecer", afirma o publicitário.

Segundo ele, o hábito da leitura precisa ser melhor trabalhado de forma geral, sendo incentivado pela família e pela escola. "Acho que num futuro próximo teremos bibliotecas que terão acervos parte impresso, parte digital, e talvez com predominância dos e-books. Acho natural que isso aconteça. Creio que o importante é que a leitura permaneça, mesmo que o suporte mude".



## Livros digitais atraem mais os estudantes

Nas escolas, as plataformas digitais também tem despontado e proporcionado facilidade para professores e estudantes, otimizando o processo de aprendizagem. Com mais recursos, as escolas particulares também começaram a se modernizar. Em algumas escolas, ver um aluno com um tablet na mão virou coisa comum. "Com um dedo eu clico e aparece a imagem. Posso passar um pedaço de um filme, posso compartilhar as aulas com meus alunos, então facilita bastante", afirma a professora Alessandra Rosa.

Os alunos aprovam a medida, principalmente pela redução da quantidade de material e do peso levado para a escola. "Tínhamos que trazer muitas coisas nas costas e nas mãos, ficando tudo muito bagunçado. Agora num toque, chegamos na página que queremos", disse a alu-

na Nickole de Souza, de 14 anos.

Mas enquanto alguns alunos já trocaram cadernos e livros pelos dispositivos digitais, ainda existe quem não se renda à tecnologia. É o caso da Larissa Caldieri, a estudante apaixonada pela leitura. Para ela, os e-books trazem vantagens, mas ter um exemplar de papel em mãos, ainda lhe causa sensações únicas. "Poder segurá-los, sentir o peso, o cheiro de livro novo ou velho, isso é algo que só o livro físico tem. A história vai estar nas páginas amarelas e gastas de tanto serem folheadas, coisa que os livros digitais não transmitirão. Nunca, nunca será a mesma coisa", afirma Larissa.

Se as novas gerações terão a mesma resistência de Larissa quanto aos livros físicos, ou se mal saberão que eles existiram um dia, isso já é outra história.