

VENDER MAIS NO B2B

## QUATRO ESTRATÉGIAS PARA CONQUISTAR NOVOS CLIENTES PARA O SEU NEGÓCIO

▶▶▶ [Leia na página 8](#)

## Vivemos conectados, mas esgotados: conheça a fadiga mental digital

Esquecer compromissos simples, perder o fio da conversa ou sentir a mente 'lenta' tem se tornado cada vez mais comum. Isso tem nome: fadiga mental digital.

A superexposição às telas pode levar a um esgotamento psíquico que se manifesta em dificuldade de concentração, sensação de mente embotada e lapsos de memória no dia a dia.

Um estudo realizado pela Universidade de Utah revelou que esse quadro está associado ao aumento das queixas de memória entre adultos com menos de 40 anos. No levantamento, o número de pessoas que referiam algum tipo de queixa cognitiva passou de 5,3% para 7,4%, indicando um crescimento significativo desse sintoma.

Outros fatores estão relacionados, como: sono irregular, estresse crônico e má alimentação, condições frequentemente agravadas pelo uso prolongado e desregulado de dispositivos digitais, que prolongam o tempo de vigília, intensificam a sensação de alerta constante e reduzem os momentos de verdadeiro descanso psíquico.

A chamada “vida conectada” é, em si, um paradoxo: ao mesmo tempo em que aproxima as pessoas de um mundo virtual ilimitado, acaba por desligá-las, em muitos momentos, da experiência concreta da vida cotidiana. O mundo virtual oferece uma sucessão de estímulos, notificações constantes, múltiplas conversas instantâneas, vídeos curtos e notícias em tempo real, que capturam a atenção e produzem uma sensação de presença em “todo lugar”.

Já o mundo real é aquele dos corpos, dos encontros face a face, das esperas, frustrações e desencontros, em que nos vemos confrontados com os limites e com a falta, um ambiente menos atraente diante da promessa de satisfação imediata das telas.



Juliana dos Santos Lourenço

“O mundo virtual oferece uma sucessão de estímulos, notificações constantes, múltiplas conversas instantâneas, vídeos curtos e notícias em tempo real, que capturam a atenção e produzem uma sensação de presença em “todo lugar”

A psicanálise explica que o fluxo incessante de estímulos online favorece um modo de funcionamento em que as experiências vão se acumulando de forma fragmentada, pois a mente não é apenas um processador de informações, mas um campo psíquico onde as

impressões são inscritas, formando a subjetividade de cada um.

Contudo, no mundo virtual as experiências passam a ser consumidas rapidamente, sem tempo de serem simbolizadas. O resultado é um aparelho psíquico saturado de impressões, convocado a responder sempre ao novo estímulo que surge, que busca continuamente uma inscrição na próxima imagem, notificação ou vídeo.

Nesse movimento, o usuário fica em um estado emocional cronicamente cansado e difuso, pois embora conectado a uma “rede social”, se sente isolado e angustiado, sendo demandado a responder a uma alta performance.

As telas não oferecem apenas entretenimento, mas também um cenário permanente de comparação, cobrança e exposição, no qual é preciso responder rápido, produzir conteúdo, opinar sobre tudo e estar atualizado o tempo todo.

A busca por esse ideal de alta performance é reforçada pelas redes, que funcionam como uma espécie de mandato superegóico: quanto mais o sujeito tenta acompanhar o fluxo e corresponder às expectativas (curtidas, respostas imediatas, presença constante), mais se sente em falta, culpado e exausto.

Portanto, não se trata apenas de excesso de informação, mas de um excesso de exigência sobre o eu, que fragiliza os recursos de simbolização e esvazia os espaços de silêncio, de ócio e de não saber, fundamentais para que algo do desejo possa emergir e para que a experiência psíquica encontre tempo de se inscrever. Recuperar o silêncio, o ócio e o tempo de elaborar não é luxo: é condição para existir sem se perder no excesso.

(Fonte: Juliana dos Santos Lourenço é formada em Psicologia, mestre em Psicanálise e especialista em Psicologia Clínica, além de professora/tutora do curso de Bacharelado em Psicanálise da Uninter).

### Do papel à tela: como preparar ilustradores infantis para um mercado em transição digital

Cultura da velocidade impacta a profundidade criativa e compromete o olhar autoral na produção de ilustração para crianças. ▶▶▶

### O papel do líder mentor na criação de equipes mais autônomas e empresas mais fortes

Modelo de liderança baseado em orientação contínua ganha espaço entre organizações que buscam equipes mais autônomas e ambientes de trabalho sustentáveis. ▶▶▶

### Sete dicas de especialistas em marketplace para vender com inteligência e escala

Estudo de especialistas em marketplace aponta que a Black Friday exige foco em previsibilidade, integração de dados e estratégia de margem para garantir lucro real aos sellers. ▶▶▶

### Comprar imóvel sem certidões é um salto no escuro

Para a maioria das pessoas, adquirir um imóvel representa a maior transação financeira de suas vidas. Trata-se do anseio pela casa própria, o investimento seguro, o abrigo familiar. Porém, esse sonho pode rapidamente se tornar um pesadelo se a aquisição não for precedida da devida precaução jurídica. ▶▶▶

Para informações sobre o

**MERCADO FINANCEIRO**

faça a leitura do QR Code com seu celular



### Negócios em Pauta

Reprodução: <https://semil.sp.gov.br/universalizasp/>



### UniversalizaSP: Governo de SP lança cartilha explicativa sobre o programa

O Governo do Estado de São Paulo lançou, nesta semana, o Guia Informativo do UniversalizaSP. Desenvolvido para apoiar prefeituras e informar a população, o material facilita a compreensão do programa, que orienta municípios na modernização dos sistemas de água, esgoto e drenagem urbana. A cartilha já está disponível para download no site da Secretaria de Meio Ambiente, Infraestrutura e Logística (Semil). Acesse em <https://semil.sp.gov.br/universalizasp/>. O conteúdo apresenta os principais pilares do UniversalizaSP: segurança hídrica, redução de perdas, ampliação do atendimento e organização regional dos serviços de saneamento e esgotamento sanitário. Outro destaque da cartilha é a seção “Verdade ou Mentira”, que esclarece dúvidas recorrentes sobre temas como gestão, investimentos e impacto para a população. ▶▶▶

[Leia a coluna completa na página 3](#)

### News@TI

PhoniamaiPhotos\_Images\_CANVA



### Coalizão Direitos na Rede promove 2º Encontro de Saúde Digital

@No dia 3 de dezembro de 2025, das 9h às 18h, a Coalizão Direitos na Rede (CDR) realiza o 2º Encontro de Saúde Digital – “Interoquê?! Interoperabilidade, da tecnologia à política”, no Espaço aFlora, em São Paulo. O evento propõe ampliar o debate sobre a incorporação das tecnologias digitais no Sistema Único de Saúde (SUS), com foco no conceito de interoperabilidade, que permite a troca e o uso integrado de informações entre diferentes sistemas de saúde. Durante o encontro, serão lançados dois estudos inéditos: um dedicado a explicar os aspectos técnicos da interoperabilidade — traduzindo termos e ferramentas para uma linguagem acessível — e outro que aborda as disputas políticas e institucionais envolvidas em sua implementação no Brasil. A proposta é fomentar uma compreensão crítica sobre os impactos dessa tecnologia nas políticas públicas, na gestão de dados e na consolidação da Rede Nacional de Dados em Saúde (RNDS). (<https://direitosnarede.org.br/saude-digital-interoque-interoperabilidade-da-tecnologia-a-politica/>). ▶▶▶

[Leia a coluna completa na página 2](#)

### Literatura

Livros em Revista

Por Ralph Peter



▶▶▶ [Leia na página 4](#)