

Networking para quem estuda à distância

O especialista responde

Antes de...

Estão falando por aí

Veja as edições anteriores

ed. 99
08/02/2026
Jornalista responsável: Keila Metz



Principal

Networking para quem estuda à distância: como construir conexões e ampliar oportunidades

Durante muito tempo, a ideia de networking esteve fortemente associada a eventos presenciais, corredores de empresas e encontros corporativos. Mas, no cenário atual — marcado pela transformação digital e pela expansão do Ensino à Distância — construir uma rede de contatos relevante não apenas é possível, como também se tornou essencial para quem estuda online.

Para os alunos do EAD da UniFatecie, o ambiente virtual oferece múltiplas possibilidades de interação, troca de experiências e construção de relacionamentos profissionais. O networking, nesse

contexto, vai além de “conhecer pessoas”: trata-se de criar conexões genuínas, baseadas em interesses em comum, colaboração e aprendizado contínuo.

A importância do networking ainda na graduação

Engana-se quem acredita que networking só deve ser uma preocupação após a formação. Iniciar esse processo durante a graduação amplia o repertório profissional, aproxima o estudante da realidade do mercado e abre portas para estágios, projetos, mentorias e oportunidades futuras.

Além disso, manter contato com

colegas, professores e profissionais da área ajuda o aluno a acompanhar tendências, compreender exigências do mercado e desenvolver habilidades socioemocionais, como comunicação, empatia e trabalho em equipe — competências cada vez mais valorizadas pelas empresas.

Onde construir conexões no EAD

Mesmo à distância, os espaços para networking são diversos. Fóruns de discussão, ambientes virtuais de aprendizagem, grupos de estudo, projetos colaborativos e atividades avaliativas em grupo são excelentes pontos de partida. Participar ativamente dessas experiências, contribuindo com ideias, perguntas e

reflexões, aumenta a visibilidade do estudante e fortalece sua presença acadêmica.

As redes sociais profissionais, especialmente o LinkedIn, também desempenham papel estratégico. Manter um perfil atualizado, compartilhar aprendizados da graduação, comentar conteúdos da área e interagir com colegas e docentes são ações simples que ajudam a consolidar uma identidade profissional.

Networking começa com postura

Construir uma boa rede não significa apenas adicionar contatos, mas cultivar relacionamentos. Responder mensagens, agradecer orientações, reconhecer contribuições e oferecer ajuda sempre que possível são atitudes que fazem diferença.

Outro ponto fundamental é a

autenticidade. Conexões duradouras nascem de interesses reais, não apenas da busca por vantagens imediatas. Demonstrar curiosidade, abertura para aprender e disposição para colaborar fortalece laços e gera confiança.

Professores como pontes para o mercado

No EAD, os docentes são importantes mediadores entre o mundo acadêmico e o profissional.

Interagir com professores, participar das aulas ao vivo, tirar dúvidas e demonstrar interesse pelos temas abordados pode render orientações valiosas, indicações e oportunidades.

Muitos professores atuam diretamente no mercado e trazem para a sala de aula virtual experiências práticas, o que enriquece o aprendizado e amplia as possibilidades de conexão.



Pequenas ações, grandes resultados

Enviar uma mensagem após um trabalho em grupo, manter contato com colegas que demonstram afinidade profissional, participar de eventos online e acompanhar conteúdos da área são atitudes simples, mas que, ao longo do tempo, constroem uma rede sólida.

Para o aluno EAD, o networking é um processo contínuo, que se desenvolve passo a passo e acompanha toda a trajetória acadêmica e profissional.

Na UniFatecie, acreditamos que formação de qualidade vai além do conteúdo técnico: envolve também preparar o estudante para se posicionar, se conectar e construir caminhos no mercado de trabalho. E isso começa agora, mesmo à distância.

O especialista responde

Dormir com o ventilador ligado faz mal à saúde?

Dormir com o ventilador ligado não faz mal por si só, mas pode causar problemas como ressecamento das vias aéreas, nariz entupido, dores de garganta e alergias devido à circulação de poeira e ácaros. O vento constante também pode causar tensão muscular e ressecamento da pele e olhos.

O Dr. Paulo Roberto Gomes, pneumologista em Presidente Prudente (SP), explica que **ventiladores podem espalhar poeira no ambiente e, ao circular o ar, facilitar irritações das vias respiratórias**. Ele ressalta que, ao dormir com ventilador ou ar-condicionado ligados, pode haver

resfriamento e ressecamento das vias aéreas, o que contribui para sintomas inflamatórios ou infecciosos, especialmente em pessoas com alergias ou doenças respiratórias crônicas.

Dicas para um uso mais seguro:

Não direcione o vento: Evite deixar o aparelho voltado diretamente para o corpo; prefira colocá-lo virado para a parede ou em modo oscilante.

Limpeza constante: Limpe as hélices e a grade do ventilador regularmente para evitar a dispersão de poeira e ácaros.

Hidratação: Beba água antes de

dormir e mantenha o ambiente com umidificador, se necessário.

Ambiente ventilado: Deixe uma fresta da janela aberta para renovar o ar.



Antes de...

Antes da máquina automática, lavar roupas era no tanque e à mão

Houve um tempo em que lavar roupa não era uma tarefa doméstica. Era um evento social, um teste de resistência física e, em certos casos, uma verdadeira prova de caráter.

Naquele tempo, a máquina de lavar não existia — e ninguém sentia falta dela... porque simplesmente não sabia que um dia ela pisaria na cozinha, na lavanderia ou no fundo do quintal como a maior revolução silenciosa da história doméstica.

Lavar roupa começava cedo. Muito cedo. O sol ainda espreguiçava seus primeiros raios quando alguém já estava de mangas arregaçadas,

diante de uma bacia imensa, um sabão em pedra que parecia um tijolo e uma pilha de roupas que crescia em proporções assustadoras durante a semana.

O tanque era o grande palco dessa epopeia. Ali aconteciam dramas, reflexões filosóficas e, ocasionalmente, pequenas negociações com o universo: “Se essa camisa sair limpa, eu nunca mais reclamo de lavar roupa.” (Reclamava. Sempre.)

As mãos, depois de horas esfregando, ganhavam uma textura misteriosa, algo entre passa de uva e papel crepom. As unhas ficavam

com aquele tom indefinido, meio esbranquiçado, meio derrotado. Mas havia orgulho. Muito orgulho. Porque roupa limpa naquela época não era acaso. Era conquista.

E tinha o enxágue. Ah, o enxágue. Uma etapa que hoje dura segundos, mas que antes exigia paciência, braços fortes e fé. Torcer roupa era praticamente uma modalidade olímpica. Se existisse campeonato mundial de torção de lençol, nossos avós trariam medalhas de ouro penduradas no pescoço.

Depois vinha o varal. O varal era o Instagram da época. Exibia, com orgulho, a coleção da família:

toalhas, camisas, meias desparelhadas e aquele lençol que sempre parecia grande demais para qualquer corda disponível. Quando o vento colaborava, a roupa dançava. Quando não colaborava, secar levava suspense.

E, curiosamente, a roupa tinha cheiro de sol. Um perfume que nenhuma marca conseguiu reproduzir fielmente até hoje.

Agora, avancemos no tempo. Hoje, lavar roupa começa com um gesto simples: apertar um botão. Às vezes, dois. No máximo três, se estivermos nos sentindo aventureiros. A máquina lava, enxágua, centrifuga, canta musiquinha e ainda avisa quando terminou. Falta pouco para pedir desculpas por nos incomodar.

Enquanto a máquina trabalhava, nós fazemos coisas importantíssimas, como olhar o celular, reclamar que estamos cansados e perguntar se

alguém já colocou o amaciante.

A grande batalha física virou escolha de programa: “Delicado ou pesado?” “Rápido ou econômico?”

Decisões que parecem profundas, mas não causam bochas nas nádegas.

Não que o progresso não seja maravilhoso — ele é. Bendita seja a máquina de lavar, essa entidade moderna que salvou costas, unhas e relacionamentos familiares.

Mas existe algo encantador naquela época. Em que lavar roupa reunia gente. Conversava-se ao redor do tanque, trocavam-se receitas, histórias, segredos e risadas. A tarefa era pesada, sim, mas também era compartilhada.

Hoje, a roupa gira sozinha dentro de um tambor silencioso, enquanto cada um gira em sua própria bolha digital.

Talvez a grande diferença não esteja apenas na tecnologia, mas no ritmo. Antes, tudo demorava mais. E, estranhamente, parecia caber melhor no tempo.

A máquina de lavar nos deu praticidade. O tanque nos deu histórias.

E, no fundo, é por isso que sentimos saudade.

Saudade das mãos enrugadas, do cheiro de sabão, do varal colorido balançando no quintal e daquela sensação simples de dever cumprido ao ver a pilha de roupas dobradas.

Hoje apertamos botões.

Ontem, a gente apertava memórias.

Estão falando por aí...

A violência doméstica não é um problema privado. É um problema público.

Barack Obama

A violência contra a mulher é talvez a mais vergonhosa violação dos direitos humanos. E talvez a mais difundida.

Kofi Annan

Nenhuma mulher nasce para ser vítima. A violência é aprendida — e pode ser desaprendida.

Chimamanda Ngozi Adichie

Não existe justificativa para a violência contra a mulher. Existe apenas o dever de combatê-la.

Michelle Bachelet

Veja as edições anteriores do Falatecie de 2026

FALATECIE_95

FALATECIE_96

FALATECIE_97

FALATECIE_98

Queremos saber a sua opinião

O Falatecie é feito pra você. Por isso, queremos saber a sua opinião sobre o nosso conteúdo e o que podemos melhorar para que você fique ainda mais informado.

Participe da nossa pesquisa, dê a sua opinião, sugestões e nos ajude a deixar nosso informativo sempre melhor pra você.

Clique aqui e avalie este informativo

