



TECNOLOGIA

Velozes e curiosos

O 5G promete mudar as nossas vidas (para melhor). Será que vai? Quando? Como?

PÁGs. 4 e 5



LER PARA VER Os livros mais vendidos no Brasil em 2020 **PÁGs. 2 e 3**

MARIE KONDO Como separar vida pessoal e trabalho sem sair de casa **PÁGs. 6 e 7**

PONTO FINAL A doce polêmica do pudim: com ou sem furinho? **PÁG. 8**

CULTURA

BIBLIOTECA

Conheça os 15 livros mais vendidos no Brasil em 2020

LITROS DE LETRAS

O livro mais vendido no Brasil em 2020 foi *Do Mil ao Milhão. Sem Cortar o Cafezinho*. Segundo a editora da obra, foram comercializados cerca de 350 mil exemplares no ano passado. Com esse título publicado em novembro de 2018 e que fechou 2019 na terceira posição do ranking, Thiago Nigro, criador do canal Primo Rico, desbancou o estadunidense Mark Manson e seu *A Sutil Arte de Ligar o F*da-se*, que ficou no topo durante dois anos consecutivos. O levantamento exclusivo foi feito pela consultoria Nielsen a pedido do **Estadão**.

SÓ QUATRO MULHERES

Clarissa Pinkola Estes

3º *Mulheres que Correm Com os Lobos*

Carol S. Dweck

11º *Mindset*

Djamila Ribeiro

12º *Pequeno Manual Antirracista*

Stephenie Meyer

14º *Sol da Meia-Noite*

OS MAIS VENDIDOS DE 2020



1º Do Mil ao Milhão, de Thiago Nigro (HarperCollins Brasil)

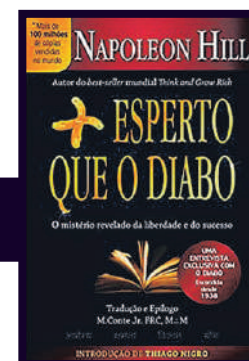
Thiago Nigro

Em novembro de 2019, na esteira do sucesso de *Do Mil ao Milhão*, Thiago Nigro lançou outros dois livros pela HarperCollins: *O Método Financeiro do Primo Rico*, um guia interativo para ajudar o leitor a atingir metas na área financeira; e o infantil *Como Cuidar do Seu Dinheiro*, um guia de educação financeira da Turma da Mônica escrito em parceria com Maurício de Souza.

2º A Sutil Arte de Ligar o F*da-Se, de Mark Manson (Intrínseca)



3º Mulheres que Correm Com os Lobos, de Clarissa Pinkola Estes (Rocco)



4º Mais Esperto que o Diabo, de Napoleon Hill (Citadel)

'Sol da Meia-Noite' de Stephenie Meyer (14º), resgata os personagens e o universo da saga best-seller *Crepúsculo*. É o único livro de 2020 a entrar no ranking dos mais vendidos



5º O Milagre da Manhã, de Hal Elrod (Best Seller)



6º Os Segredos da Mente Milionária, de T. Harv Eker (Sextante)



7º A Revolução dos Bichos, de George Orwell (Companhia das Letras)



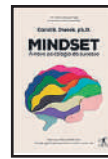
8º O Homem Mais Rico da Babilônia, de George S. Clason (HarperCollins Brasil)



9º O Poder do Hábito, de Charles Duhigg (Objetiva)



10º 1984, de George Orwell (Companhia das Letras)



11º Mindset, de Carol S. Dweck (Objetiva)



12º Pequeno Manual Antirracista, de Djamila Ribeiro (Companhia das Letras)



13º Pai Rico, Pai Pobre, de Robert Kiyosaki (Alta Books)



14º Sol da Meia-Noite, de Stephenie Meyer (Intrínseca)



15º Sapiens - Uma Breve História da Humanidade, de Yuval Noah Harari (L&PM)

A LISTA DE TEM...

...menos autoajuda (pessoal ou financeira)

entre os 15 livros mais vendidos de 2020 do que tinha em 2019

...três títulos de ficção contra zero no ano passado:

- > A Revolução dos Bichos, George Orwell *
- > 1984, George Orwell *
- > Sol da Meia-Noite (2020) de Stephenie Meyer

...novidades em não ficção:

- > Pequeno Manual Antirracista (2019), de Djamila Ribeiro
- > Sapiens - Uma Breve História da Humanidade (2015), de Yuval Noah Harari

*prestes a entrar em domínio público

Reportagem de Maria Fernanda Rodrigues, O Estado de S. Paulo

Faça coisas incríveis.

POSITIVO Duo

Perfeito para estudar e maratonar.
O 2-em-1 ideal para você!

POSITIVO



MODO
TABLET



MODO
PORTA-RETRATO



MODO
APRESENTAÇÃO

POSITIVO DUO C464C

- Processador Intel® Celeron®
- Windows 10 Home
- Armazenamento eMMC de 64GB
- Memória RAM de 4GB
- Tela touch de 11,6" IPS conversível Full HD
- Tecla Netflix
- Acompanha caneta capacitiva

Windows 10

MODO
NOTEBOOK

Saiba mais em meupositivo.com.br

© 2020 Positivo Tecnologia S.A. Todos os direitos reservados. Os computadores Positivo têm garantia balcão de um ano para peças e mão de obra, sendo nove meses de garantia contratual e 90 dias de garantia legal. Para acessar a internet, o cliente deve possuir uma linha telefônica fixa ativa e arcar com os custos de pulsos e/ou Interurbanos ou contratar o serviço de banda larga de sua preferência, adquirindo os periféricos necessários para o uso do serviço. Microsoft® e Windows® são marcas registradas da Microsoft Corporation nos EUA e em outros países. Intel, o logotipo da Intel, Intel Inside, Intel Core e Core Inside são marcas registradas da Intel Corporation ou de suas subsidiárias nos EUA e/ou em outros países. Este produto Positivo é compatível com a instalação do Netflix, o qual não está previamente instalado. A Positivo não se responsabiliza por tal instalação, para a qual é necessária uma conexão banda larga de Internet e a assinatura de um plano oferecido exclusivamente pela Netflix. Para mais informações, acesse www.netflix.com/termsofuse. Produto beneficiado pela legislação de informática. Imagens meramente ilustrativas. Janeiro/2021.

LINK

Para liberar o sinal 5G **antes** da licitação da Anatel, as operadoras pegam carona na frequência 4G. A velocidade melhora, mas ainda não é tudo isso

TECNOLOGIA

Entenda a importância do padrão 5G, que promete mudar as nossas vidas para melhor. No Brasil, já há cobertura em algumas cidades, mas só para dar um gostinho. O que vem por aí é bem maior

5G é o nome da tecnologia de quinta geração de conexão móvel para smartphones, máquinas conectadas, equipamentos de casa e em espaços públicos, a exemplo de semáforos urbanos e até mesmo carros autônomos. Ainda tem chão para ganhar nosso dia a dia, porque a cobertura no Brasil está muito distante do potencial. Mas ela vai chegar, então é bom saber do que se trata.

LIGEIRAMENTE RÁPIDO



PORQUE É IMPORTANTE?

Porque o fato de o novo padrão combinar alta velocidade e baixa latência permitirá muitos avanços. As tais mudanças na nossa vida.

VELOCIDADE

Estima-se que, em seu potencial máximo (bem entendido), a tecnologia 5G seja capaz de atingir velocidade de download de 10 gigabits por segundo. Uma tarefa que demora em torno de 20 segundos no 4G – como baixar uma playlist de uma hora no Spotify – poderia levar apenas 2 segundos no 5G.

LATÊNCIA

A boa conexão precisa de alta velocidade e baixa latência. Latência é o termo técnico para identificar o tempo de resposta de uma rede, a partir do momento em que o usuário faz uma solicitação (como, por exemplo, acessar uma página ou baixar um arquivo). É o tempo de reação de uma rede – da mesma forma que o cérebro humano reage a algo que vê ou sente. Na média, a latência na rede 4G gira em torno de 50 milissegundos (ms). A latência prevista para a 5G é de 1 ms. Enquanto isso, o tempo médio de reação do cérebro humano para uma imagem, por exemplo, é de 10 ms.

JÁ TEM NO BRASIL?

De acordo com previsão da GSMA, associação que representa os interesses das operadoras móveis em todo o mundo, o 5G no Brasil deverá estar em 18% dos celulares até 2025. Ou seja, você ainda tem algum tempo para juntar o dinheiro e comprar smartphone compatível...

ENTÃO VOUPRECISAR DE UM CELULAR NOVO?

Sim! Cada celular tem uma peça específica para acessar a internet, o modem. Modems 5G estão começando a chegar, mas ainda encarecem o preço dos aparelhos. A tendência é cair, só que daí tem o dólar. Vá com calma.

Com reportagem de Bruno Capelas, Marcela Coelho, William Mariotto e Marcos Muller, **O Estado de S. Paulo**

AVANÇOS IMPORTANTES COM 5G PLENO**CARROS AUTÔNOMOS**

O tempo entre a detecção de um obstáculo e a tomada de decisão para evitar o acidente é bem menor. A detecção e a transmissão são praticamente simultâneas

CIRURGIAS REMOTAS

A cirurgia poderá ser feita a distância e o braço robótico vai operar o paciente praticamente no mesmo instante em que o médico mover a máquina.

INTERNET DAS COISAS

Ao usar sensores de baixo consumo de energia, os fabricantes pretendem conectar tudo. Na casa “inteligente”, um comando bastaria para ligar ou desligar lâmpadas, ar-condicionado, chuveiro, eletrodomésticos e até a cafeteira...

CHAMADAS HOLOGRÁFICAS

Falar por vídeo já é algo corriqueiro. Mas quando for possível combinar a alta velocidade na transmissão de dados e a baixa latência do 5G a uma tecnologia de holografia, sua mãe poderá praticamente se materializar na sua frente.

STREAMING DE JOGOS

Para os fãs de games, acaba aquela história de morrer com o tiro do inimigo ou tomar um drible num jogo online por causa de uma conexão ruim. Vai ser só questão de habilidade e bons reflexos mesmo.

PÉ NO CHÃO**‘A REALIDADE É MAIS COMPLICADA’**

Falta alguma coisa (ou sempre tem um ‘mas’)

Há dois tipos de 5G: o extremamente veloz — suficiente para baixar um filme em poucos segundos — e o somente um pouco mais rápido que o 4G. Nos últimos anos, operadoras de telefonia celular dos EUA se gabaram de velocidades extremas. Mas foram menos transparentes a respeito das limitações técnicas.

A versão veloz do 5G é de baixo alcance e enfrenta problemas para atravessar paredes. Então, para o futuro próximo, teremos esse tipo de conexão somente em áreas livres, como parques, e não dentro de nossos escritórios ou nossas casas.

Nos meus testes, o 5G mostrou-se no máximo duas vezes mais rápido que o 4G, tão veloz quanto e, às vezes, mais lento. Novas tecnologias de celular sempre levam tempo para amadurecer. Esperemos que melhore em 2021.

Trecho de artigo de Brian X. Chen para o The New York Times. Tradução: Augusto Calil

EM QUE PÉ ESTAMOS

As operadoras de telecomunicações no Brasil deram a largada à corrida pela liderança na cobertura 5G no ano passado, com a ativação do sinal em grandes capitais. O passo é importante para a digitalização da sociedade, mas a popularização do acesso ainda demora. Primeiro, é necessário ocorrer o leilão de frequências da Agência Nacional de Telecomunicações (Anatel), previsto para 2021. O leilão é essencial para dar escala, porque determinará as frequências específicas para o 5G. Depois disso, vêm a disseminação das redes pelas operadoras e o barateamento de celulares e outros aparelhos. Agora, portanto, o que o consumidor experimenta na “cobertura 5G” possível é uma velocidade maior, mas ainda sem as vantagens plenas da nova tecnologia. (Circe Bonatelli)

CASA & BEM-ESTAR

ENTREVISTA

Marie Kondo, autora do best-seller
'A Mágica da Arrumação'

NÃO DEIXE A CASA

Ícone pop da arrumação fala sobre separar vida pessoal e profissional no home office – entre outras coisas importantes para os que estão confinados em suas casas durante a pandemia. A conversa é um trecho da entrevista feita pela redatora Jura Koncius para o 'The Washington Post's Home Front'

Em qual parte da casa uma pessoa deve se concentrar quando está começando a remover os itens desnecessários?

No método KonMari, você organiza por categoria, não por local. A ordem a seguir é: roupas, livros, papéis, komono (itens diversos) e itens sentimentais. Se você organizar por local, nunca poderá avaliar de fato quanto tem de um determinado – estará condenado a recolher pilhas de tralhas para sempre!

Como separar vida profissional e vida pessoal trabalhando de casa?

Antes de começar a trabalhar, reserve um momento para se concentrar. Eu toco um diapasão [instrumento metálico para afinar cordas, como o da foto] no início de cada dia de trabalho. Também aplico um óleo essencial estimulante para sinalizar ao meu corpo que estou mudando de marcha. Esse momento não

CAIR

Mudou para um novo imóvel? Não se apresse para preencher espaço com o que você acha que tem de ter, diz Marie Kondo. Viva nele por semanas ou meses e aprenda seus prós e contras. Sua casa dirá do que precisa. E onde



Desde que publicou o livro *A Mágica da Arrumação*, Marie Kondo, a fundadora da KonMari Media, estreou *Ordem na Casa* com Marie Kondo na Netflix, criou uma linha de produtos de organização, ofereceu cursos online com seus métodos e escreveu mais livros sobre como organizar e viver uma vida que desperta alegria. Ela foi nomeada uma das 100 pessoas mais influentes pela revista *Time*.

precisa ser elaborado – quanto mais simples, melhor, assim você estará disposto a fazê-lo todos os dias. Da mesma forma, marque o fim do seu dia de trabalho com outro ritual simples. Escute uma música, desative as notificações – qualquer coisa que lhe permita fazer a transição para a próxima parte do seu dia com facilidade.

Acabei de mudar e ainda estou desempacotando. Que recomendações você tem para criar um novolar e encontrar o lugar certo para as coisas?

É importante arrumar a casa atual antes de entrar na nova. Se você já estiver em seu novo espaço, imagine como deseja viver ali. Permita que essa visão oriente o processo de desempacotar – e divirta-se. Isso marca um novo capítulo. Em seguida, pegue os itens fáceis e óbvios de guardar: roupas em gavetas ou armário, alimentos e utensílios domésticos na cozinha etc. Ao desempacotar, você encontrará itens da mesma categoria. Agrupe-os para tornar o processo mais suave. E não se apresse para preencher o novo espaço com o que você acha que precisa. Em vez disso, viva nele por semanas ou meses e aprenda seus prós e contras. Sua casa dirá o que e onde precisa.

O que fazer se você tem um item que não lhe dá alegria, mas precisa economizar durante algum tempo até poder trocá-lo?

É sensato continuar com algo até que você possa substituí-lo. Visualize sua substituição enquanto você economiza, para se manter motivado e inspirado. Até lá, trate o item que você tem com gratidão. É importante valorizar e cuidar dos itens com os quais vivemos.

Você parece ter ganhado a reputação de ser contra ter livros. Isso é verdade?

Acho que há um mal-entendido em relação ao que penso sobre os livros. Quando publiquei meu livro *A Mágica da Arrumação*, declarei que mantive cerca de trinta livros depois de arrumar minha própria casa, mas isso nunca teve intenção de se tornar regra. O objetivo do método KonMari é determinar seus valores e cercar-se do que você considera mais precioso. Se os livros despertam alegria em você, mantenha-os com certeza.

Alguma sugestão para controlar o paradeiro de itens essenciais, como chaves, carteiras e objetos que vivem desaparecendo?

O segredo para eliminar a bagun-

ça é dar a cada item uma casa – um local designado para aquele objeto viver quando não estiver em uso. Quando se trata de objetos que várias pessoas da família usam, é essencial organizá-los, decidir onde esses itens serão guardados e concordar em sempre colocá-los de volta no lugar a que pertencem.

Como organizar a cozinha de um pequeno apartamento?

Primeiro, imagine como seria sua cozinha ideal e considere como você viveria e utilizaria o espaço. Dê uma olhada nos itens na cozinha e crie subcategorias: utensílios de cozinha, alimentos etc.. Em seguida, identifique os itens nessas subcategorias que despertam alegria. Fique com esses e deixe o restante de lado. Descarte todos os itens vencidos da despensa e da geladeira. Use qualquer produto que precise ser consumido e reserve as sobras de vegetais para fazer um caldo nutritivo. Em seguida, maximize o seu espaço de armazenamento.

Recomendo armazenar os itens verticalmente, para que sejam fáceis de retirar e, mais importante, colocá-los de volta. No entanto, se o espaço for mínimo, não há problema em empilhar itens. Apenas mantenha as torres pequenas.

Meu marido não quer jogar fora coisas desnecessárias. O que devo fazer?

Você não pode forçar. O mais eficaz é usar o método KonMari com suas coisas. É contagioso. Em minha experiência, à medida que meus clientes fazem a arrumação, seus familiares muitas vezes também começam a fazer o mesmo. Eles testemunham em primeira mão como a vida diária melhora após a organização e tornam-se naturalmente interessados em pôr as coisas em ordem.

Como posso organizar minhas decorações de Natal? Elas despertam alegria durante um mês por ano, mas depois são um problema. Além disso, o que fazer com itens relacionados a tradição, história, cultura familiar? Eles não me deixam mais tão contentes, mas são importantes para meus valores.

Eu uso um recipiente transparente e coloco um cartão de Natal ou decoração no topo. Isso me ajuda a saber o que há dentro – mas também inspira um arrepio de alegria quando vejo. No caso de relíquias de família, esforço-me para cuidar bem delas. Quanto mais eu faço isso, mais começo a apreciá-las.

O que fazer quando temos um presente de alguém pelo qual se é grato, mas realmente não conseguimos encontrar um lugar para guardá-lo?

Recomendo experimentar todos os presentes pelo menos uma vez, mesmo aqueles que não despertam alegria imediatamente. A capacidade de sentir o que realmente o anima só é obtida por meio da experiência. Seja aventureiro e dê boas-vindas a coisas diferentes. Quanto mais experiência você ganha, mais você refina e aumenta sua sensibilidade à alegria.

Mas se ainda assim não combinar com você, agradeça a satisfação que ele trouxe quando você o recebeu e diga adeus. O verdadeiro propósito de um presente é ser recebido, porque é um meio de transmitir os sentimentos. Visto dessa perspectiva, não há necessidade de sentir culpa. Só você pode decidir o que é certo para você, mas caso se sinta mais confortável mantendo-o à vista para que essa pessoa o veja, faça isso.

Excertos da entrevista concedida por Marie Kondo para Jura Concious, The Washington Post. Tradução: Romina Cácia

Classificados

ESTADÃO *expresso*

GRANDE SÃO PAULO

Vendem-se e alugam-se

COMERCIAIS

OSASCO

Vende-se 2 pavimentos, com/ residencial. 393m². Doc. 100m². Ótimo ponto e oport. (11) 3871-1465

INTERIOR E OUTRAS LOCALIDADES

Vendem-se

CASAS / APARTAMENTOS

CAMPINAS / SP

Casa de 700 m² em Cond Alto Padrão (19) 97410-9900 Whitas

TERRENOS

ÁGUAS SANTA BÁRBARA

Faço parceria loteam. em estância hidromineral-SP. Linda área urbana, 100.000m², plano, 500m Rod. Cast Branco (14) 99855-4009

ESTADÃO *expresso*
VEM PENSAR COM A GENTE

OPORTUNIDADES

ARTES E ANTIGUIDADES

ANTIGUIDADES - COMPRO E AVALIO

Pago o melhor preço! Esculturas, Quadros, Pratas, Móveis e Objetos de Artes. (11) 96332-7007 Noely

ESTADÃO *expresso*

RELAX / ACOMPANHANTES

FELIPO 23CM11)983981091
Sou disc, atenc e carinh p/ Alt. nível

ESTADÃO *expresso*
VEM PENSAR COM A GENTE



Um jornalismo que você pode ler, assistir, ouvir, compartilhar e dialogar.

JÁ PENSOU?

ESTADÃO *expresso*
VEM PENSAR COM A GENTE

RECEITA



Se usar só leite, ovos e açúcar, você terá feito um flã, que é mais leve. O leite condensado, por sua vez, deixa o pudim firme e untuoso, igual ao da foto

PONTO FINAL

QUANDO A POLÊMICA É DOCE

Pudim de leite é quase uma unanimidade. Mas basta perguntar como cada um prefere o seu que começa a confusão. Com furinho e doce de leite? Lisinho? Açúcar ou leite condensado? Nesta página, você vê o passo a passo da receita que a redação do 'Paladar', do **Estadão**, considera perfeita. Não tem furinho, é feito em banho-maria no forno, leva leite e, sim, leite condensado

Ingredientes

Pudim

- 3 latas de leite condensado
- 800 ml de leite
- 6 ovos

Calda

- 500g de açúcar
- 500 ml de água

Preparo

1. Cozinhe em fogo baixo o açúcar e a água por cerca de 20 minutos (ou até chegar ao ponto de fio). Despeje a calda na fôrma de modo uniforme.

2. Bata no liquidificador os ovos, o leite e o leite condensado, por 20 segundos. Coe para retirar a espuma e reserve em uma tigela.

3. Distribua a mistura na fôrma de buraco, por cima do caramelo (que já deve estar firme para não incorporar). Cubra com papel alumínio.

4. Encha uma assadeira com água morna e acomode ali a fôrma. Cozinhe no forno em banho-maria a 180°C por 50 minutos.

5. Espete o pudim com uma faca – se sair limpa e ele estiver gelatinoso, está pronto. Deixe esfriar e leve à geladeira por 12 horas.

6. Seja feliz.



TIAGO QUEIROZ/ESTADÃO

DIVERSIDADE

• O que no Brasil chamamos de pudim é conhecido como flã no resto do mundo. A receita apresenta variações. Pode ter um toque de baunilha aqui e uma casca de limão ali.

• A nossa, de origem portuguesa, é a que predomina na América Latina e leva leite condensado. Na Argentina e no Uruguai, porém, é bem comum o flã de dulce de leche.

• Na França (crème caramel), na Espanha (crema catalana) e na Itália (crema al caramello), a base é leite, açúcar e ovos. Ganha em leveza, perde em textura.

• No Reino Unido, "pudding" é sinônimo de sobremesa. Já para os americanos essa palavra é atribuída à mistura cremosa de leite, maisena e chocolate.