



Liege Barbalho
liegebarbalho2@gmail.com.br

Que sirva de alerta!!!

Neofobia: a aversão a novidades que está mudando o comportamento dos consumidores. É um efeito do uso contínuo e excessivo de celulares e redes sociais, e está alterando como consumidores, especialmente os jovens. A informação é da BBC News. De acordo com o texto a hiperconexão e formação de 'bolhas' nas redes contribuem para o distúrbio.

Curiosa sobre o tema, pesquisei um pouco sobre a neofobia, que também é conhecida como medo do novo, é um fenômeno psicológico caracterizado pelo medo ou resistência em experimentar algo novo, seja em relação a alimentos, situações, ambientes ou ideias. Os sintomas incluem ansiedade, desconforto, recusa em experimentar coisas novas, resistência à mudança e dificuldade em lidar com a incerteza.

Segundo publicação do portal Maestrovirtuale.com, para enfrentar e superar o medo do novo de maneira eficaz, é importante adotar algumas estratégias. Uma delas é a exposição gradual ao objeto ou situação temida, conhecida como dessensibilização sistemática. Esta técnica envolve enfrentar o medo de forma progressiva, começando com situações menos assustadoras e avançando para aquelas mais desafiadoras.

O texto destaca a importância de buscar ajuda profissional para lidar com as fobias, já que elas podem ser tratadas com terapias cognitivo-comportamentais e medicamentos em alguns casos. O tratamento adequado pode ajudar a pessoa a enfrentar seus medos, reduzir a ansiedade e retomar o controle sobre sua vida.

Espero ter contribuído evidenciando o tema que é preocupante. Fico perplexa ao ver como algumas pessoas são viciadas nas redes sociais, e usam a ferramenta de forma desmedida. É bem comum ver tais pessoas grudadas nos celulares até mesmo ao atravessarem as ruas, sem o menor cuidado do perigo, seja de atropelamento, assaltos entre outros riscos!!!

VOTO DE PESAR da colunista para a família da querida Neuzinha de Oliveira, que partiu para eternidade. Ela foi uma guerreira na luta contra o câncer por quase duas décadas. A missa de sétimo dia será realizada hoje, às 18h, na paróquia de São José de Anchieta, no bairro de Lagoa Nova. Meu abraço de solidariedade para o esposo Mesquita e as filhas Anacarolina e Rafaela e demais familiares.



Violeta Fagundes Araújo pelas lentes da coluna, em noite de celebração natalina



Com meu neto João Miguel, durante consulta ao topíssimo oftalmo Breno Barth



Elegância em dose dupla de Dagraça Viveiros e Tânia Dal Santos, para a coluna



Do Instagram: Sônia Fonseca, Marília Borges e Jô Godeiro, em tarde de vivas!!!



Hilneth Correia com Diogo da Virgens. Ela brinda amanhã 57 anos de colunismo