

3 benefícios da leitura para quem quer fazer uma faculdade

Bill Gates, empreendedor que criou uma das maiores empresas de tecnologia do planeta, a Microsoft, diz em uma de suas [frases mais famosas](#) que “sem livros, sem leitura, os nossos filhos serão incapazes de escrever – inclusive a sua própria história”. Os benefícios da leitura impactam diretamente na construção da história pessoal e profissional de cada um, por isso esse é um hábito tão importante.

Leitores ávidos são mais críticos e têm uma maior [capacidade de argumentação](#). Ler potencializa a interpretação de fatos, estimula a memória e o raciocínio, desenvolve a capacidade de argumentação e consolida o aprendizado. Por tudo isso, os benefícios da leitura impactam positivamente também quem está fazendo uma [faculdade](#). Se esse é o seu caso, confira como ler durante o ensino superior poderá ajudá-lo a expandir os seus horizontes e a ser ainda mais competente como estudante e profissional.

Quais os benefícios da leitura para quem está fazendo um curso superior?

Na faculdade, os alunos são apresentados a um volume de leituras obrigatórias extenso e complexo. Por isso, se até este momento você não tinha desenvolvido o hábito de ler com frequência, prepare-se porque você precisará ler mais do que o que você estava acostumado.

Agora, caso você tenha desenvolvido cedo o gosto pela leitura, certamente você conseguirá se sair melhor ao longo de toda a graduação ou pós-graduação. Assim, o hábito da leitura desenvolvido com o tempo potencializará seu rendimento e sua formação profissional.

Ao ingressar na universidade, você estará inserido em um ambiente que propicia acesso a um conhecimento específico sobre determinada área. Assim, fará parte desse processo sair da superficialidade e aprofundar-se em um determinado assunto. E é justamente isso o que a leitura nos proporciona.

Antes de procrastinar ou partir para estudos superficiais de resumos, confira três benefícios da leitura que vão convencê-lo que é importante praticar esse hábito durante toda a faculdade.

1. A leitura expande o conhecimento e te deixa mais inteligente

Ler ajuda a expandir nossos conhecimentos de uma maneira incrível. Esse gesto de expansão será um diferencial fundamental para que você tenha uma carreira de sucesso. Caso você deixe de lado as leituras complementares e as referências bibliográficas do seu curso superior e opte pela leitura de resumos, você estará limitando demais o acesso e a absorção dos conhecimentos que estão sendo oferecidos nessa fase.

Além disso, ao ler mais, você expande seu vocabulário e o domínio da língua na prática, deixando sua fala e os seus textos mais aprimorados e ricos em recursos linguísticos que fogem do usual. Assim, entre os benefícios da leitura, podemos destacar como os textos relacionados com o seu curso trarão novos conhecimentos e melhorarão o seu aprendizado sobre o idioma relacionado com esses conteúdos – que pode ser da sua língua materna ou de outro idioma, como inglês, espanhol, francês, entre outros.

2. O hábito de ler aumenta o senso crítico

Além da formação profissional dos alunos, um dos grandes objetivos de uma faculdade ou universidade é formar cidadãos com pensamento crítico. Ao ler mais, você conseguirá aprimorar o seu senso crítico, que ficará mais afiado. Isso ocorre porque, com a leitura, você consegue desenvolver a capacidade

de formar opiniões e argumentar sobre qualquer assunto, o que contribui para que você forme as suas próprias opiniões.

Quem desenvolve o senso crítico sabe onde buscar informações confiáveis e fica longe das *fake news* (notícias falsas), colaborando, assim, para disseminar conhecimento de qualidade. Um exemplo prático: a discussão de um texto em uma sala de aula onde predomina o pensamento crítico pode levantar debates entre alunos e professores com questões muito valiosas, gerar ideias proveitosas e levar aprendizado para todos, inclusive para o professor.

Esse é o ambiente universitário ideal. E um grande incentivo para que isso aconteça é que a maioria dos acadêmicos – se não todos – esteja ciente dos benefícios da leitura e procure colocar a prática de ler como um hábito.

3. Ler ajuda a escrever o TCC com mais facilidade

Por último, mas não menos importante, quem tem o costume de ler também desenvolve uma facilidade maior de dissertar sobre qualquer assunto. Por isso, durante a faculdade, escrever relatórios, trabalhos, provas e até mesmo o temido TCC será muito mais fácil para quem está acostumado a ler e a praticar a escrita.

A influência direta da leitura nisso se dá pelo fato de ela permitir a [redação](#) de textos mais fluídos e compreensíveis, na medida em que amplia o poder de argumentação e o vocabulário das pessoas.

Como desenvolver o hábito de ler e aproveitar seus benefícios

Assim como qualquer hábito, para desenvolver a leitura é preciso praticar com empenho e dedicação, principalmente no começo. Depois, com o tempo de prática, você verá como a obrigação se tornará um prazer e que terá valido muito a pena

investir nesse hábito.

Se você está começando o processo de buscar pelos benefícios da leitura, comece por livros que não tenham muitas páginas e que versem sobre assuntos que interessam a você. Você não precisa começar, necessariamente, por assuntos da sua faculdade.

Escolha em qual horário e por quanto tempo você irá se dedicar diariamente à leitura e persista até que isso se torne uma parte natural da sua rotina.

Com o tempo, é provável que você sinta de forma tão aprofundada os benefícios da leitura que você se torne um devorador de livros. Se isso acontecer, ficará cada vez mais fácil achar tempo para praticar essa atividade.

Depois de incorporar esse hábito em sua vida, ler textos e livros acadêmicos não será mais tão difícil e você estará muito mais preparado para compreendê-los e para absorver os seus conteúdos. Assim, a própria jornada da faculdade se tornará mais fácil para você.

Cursos de graduação com bolsas de estudos para todas as necessidades

Quem gosta de se aprimorar e de ampliar os seus conhecimentos sonha com cursar uma faculdade. Todavia, nem todos conseguem entrar em uma faculdade pública. A boa notícia é que ensino de qualidade é oferecido tanto por instituições públicas quanto privadas e que não é preciso pagar o [curso superior](#) de forma integral nas instituições privadas.

Se para você conseguir uma bolsa de estudo é fundamental para ingressar em um curso superior, saiba que uma das opções do mercado que oferece o maior leque de bolsas de estudo é a Universidade Estácio de Sá.

Na Estácio há opções para diferentes modalidades de ingresso,

sendo que as regras e descontos variam de acordo com as unidades da universidade e a modalidade de ensino escolhida.

Se você está interessado em entrar na universidade com uma bolsa de estudos, confira os principais tipos de incentivo oferecidos pela [Estácio](#):

– Enem

Ao utilizar a [nota do Enem](#) (Exame Nacional do Ensino Médio), não é necessário fazer o vestibular para se matricular nos cursos da Estácio. Além disso, dependendo da campanha da universidade que estiver valendo, a sua nota pode significar uma bolsa de estudo a partir de 30% do valor total do curso e podendo chegar a 100% do valor das mensalidades no primeiro semestre.

Para ter acesso a essas bolsas, as suas notas no Enem devem ser de, no mínimo, 300 pontos. Podem acessar as bolsas com nota do Enem na Estácio os candidatos que tiverem feito o Enem a partir de 2013 – incluindo o exame daquele ano.

– Vestibular

As inscrições para o [vestibular da Estácio](#) são gratuitas. Através dessa forma de ingresso é possível ganhar bolsas de estudo de até 30%. Para fazer o vestibular da Estácio e conseguir uma bolsa, basta optar por essa forma de ingresso no site da instituição e agendar a data e horário da sua prova – que consiste, basicamente, em uma redação.

Nesse caso, novamente, os benefícios da leitura poderão ser vistos na sua escrita. Nas edições especiais de vestibular realizadas algumas vezes por ano, o chamado Megavestibular, você pode concorrer a bolsas de até 100% – benefício concedido a quem faz as melhores redações.

– Transferência externa

Ao [transferir seu curso](#) de outra instituição de ensino

superior para a Estácio, você consegue, automaticamente, bolsa de até 50%. Contudo, esse benefício não é válido para transferências entre unidades que integram o grupo Estácio. Dependendo da época do ano e da campanha feita pela Estácio para o período, a sua bolsa para transferência externa pode chegar a 70%.

– Segunda graduação

Se você já tem diploma de ensino superior, não precisa fazer vestibular ou mesmo o Enem para se matricular nos cursos da Estácio. Optando pelo ingresso através da modalidade “[segunda graduação](#)”, você poderá ganhar uma bolsa de estudo de até 40%. Além disso, dependendo do curso que você fez anteriormente e da nova graduação escolhida, você poderá aproveitar créditos obtidos pela sua antiga formação.

Além dessas “bolsas padrão”, que podem beneficiá-lo nos cursos de graduação, a Estácio conta ainda com algumas campanhas específicas que oferecem bolsas de estudo especiais. Essas oportunidades são periódicas, então é importante ficar de olho no [site da instituição](#) para saber quando ocorrerão as próximas.

Pessoas bem-sucedidas em qualquer profissão sabem dos benefícios da leitura e praticam esse hábito diariamente para verificar os resultados positivos em suas carreiras. Gostou de saber mais sobre esse assunto? Então compartilhe este conteúdo com um amigo que também irá gostar de participar dessa discussão!

Speed Reading: 0 Guia Definitivo de Leitura Dinâmica

Se você conseguisse ler 1000 palavras por minuto, quantos livros leria por ano? Reservando meia hora de leitura por dia, a resposta é 137. Sim, 137 livros em um ano, lendo durante trinta minutos por dia. Quem pratica speed reading (ou leitura dinâmica) alcança esse índice, ou até mais.

Uma pessoa comum lê entre 200 a 400 palavras por minuto. Acima desse número, você já pode ser considerado um leitor ágil, mas existem casos de 3000 palavras por minuto. E é possível chegar lá.

Nos últimos tempos, o conceito de leitura dinâmica entrou em alta. Apesar de existir desde os anos 50, aplicativos como o [Spritz](#), [Spreed](#), [Outread](#), [Syllable](#) e muitos outros trouxeram uma atualização das técnicas, que não são poucas.

Juntamos neste *post* tudo o que você precisa saber sobre leitura dinâmica, quais são as técnicas de leitura dinâmicas mais utilizadas, o que fazer para aumentar sua velocidade de leitura e muito mais.

Entenda como é a sua leitura



Para você entender rapidamente como funciona a leitura, pense como o seu olho enxerga uma imagem. Ele precisa parar por um tempo para conseguir absorvê-la, certo? É a mesma coisa com as palavras.

Repare em como você está passando os olhos por esse texto agora. Você quase não percebe, mas lê em blocos de palavras e não de forma contínua. Cada vez que você precisa dar essa parada é chamada de [fixação](#).

Para então formar uma linha de raciocínio, os olhos passam de uma fixação para a outra, em um movimento que chamamos de sacadas. Esse é o processo que os praticantes de speed reading querem simplificar e tornar mais rápido.

Leitura dinâmica vs leitura tradicional

Alguns estudiosos, como o pesquisador [Keith Reyner](#), acreditam que não é possível alcançar uma velocidade maior do que 500

palavras por minuto.

Imagine, se você mexer os olhos de um lado para o outro muito rápido, tudo vira um borrão. Por isso, a conclusão é de que a anatomia da retina impede a leitura muito rápida.

Já os especialistas em speed reading, como o [Tim Ferriss](#) (mais sobre o método dele abaixo), acreditam que o segredo é o treinamento. Basta que você tenha em mente alguns objetivos, como aumentar o número de palavras absorvidas em cada fixação, diminuir o tempo de duração das sacadas e evitar ao máximo a releitura.

Tudo depende um pouco do que você quer ler. Para documentos que precisam ser analisados ou uma grande quantidade de notícias, leitura dinâmica pode ser a melhor escolha.

Mas, para o caso de livros complexos e artigos, nem sempre speed reading é o ideal. Isso porque você pode querer parar de vez em quando e refletir sobre o conteúdo.

De qualquer forma, pouca coisa na vida funciona sem metas. Então reflita. Qual tipo de texto você pretende consumir? Qual a velocidade que quer alcançar? Vamos entender melhor como descobrir isso a seguir.

Como medir sua velocidade de leitura

Antes de definir suas metas, você precisa descobrir qual é a sua velocidade de leitura atual. Existem alguns testes disponíveis na internet, mas todos em inglês.

Um dos mais interessantes é o da [Staples](#). Nele, você lê um texto cronometrando o tempo e depois de finalizado, responde a algumas perguntas sobre o que acabou de ler.

Além de dizer quantas palavras você lê por minuto, o teste

ainda compara o seu resultado com a média geral e diz quanto tempo demoraria para ler O Senhor dos Anéis, o Apanhador no Campo de Centeio e outros.

Mas como sua leitura em inglês deve ser um pouco mais lenta do que na língua nativa, pode ser interessante realizar o teste manual.

É simples: abra um documento (no Google Drive ou Word) e cole um texto que ainda não tenha lido. Não precisa ser grande, no máximo 500 palavras. Usando o celular, inicie o cronômetro e comece a ler.

Evite fazer uma leitura só global, pulando algumas palavras. Quando acabar, finalize o cronômetro. Agora é só aplicar uma regra de três simples e descobrir quantas palavras você normalmente lê por minuto.

Com essa informação, você já pode traçar metas para o seu speed reading. Pense que um livro comum, como o [Inteligência Emocional](#), de Daniel Goleman, por exemplo, tem cerca de 80 mil palavras, ou 400 páginas. Quantos livros desse você consegue ler na velocidade atual? Quantos deseja ler?

Leia sem vocalizar o conteúdo

A maioria das pessoas fala mentalmente o que está sendo lido. Se esse é o seu caso, é hora de abandonar esse hábito, que funciona como um obstáculo para uma leitura rápida. Isso porque, ao “pronunciar” em sua mente as palavras, antes de compreender os significados delas, você desacelera.

Quebre essa barreira, lendo mais rápido e sem pronunciar mentalmente as palavras. Assim, esse novo hábito será reescrito em seu cérebro. É o que garante a autora do livro [10 Days to Faster Reading](#).

Para ajudar no alcance da sua meta, selecionamos os métodos mais usados para você treinar em casa. Escolha o que funcionar

melhor para você!

Métodos para alcançar o speed reading

Skimming

O *skimming* é o que conhecemos também por leitura global. Consiste em passar os olhos pelo texto em busca dos conceitos centrais, sem reparar muito nos detalhes. É o que fazemos muito na internet, sem perceber.

Com a quantidade de dados que chegam ao nosso *feed* todos os dias, o *skimming* pode ser uma boa para absorver de tudo um pouco.

Alguns estudos ainda ensinam a fazer o *skimming* e depois ler o texto completo, com detalhes. Nesse caso, você garante maior entendimento do assunto, sem ter que reler cada sentença.

Meta *guiding*

Esse método de speed reading é bem antigo e você mesmo já deve ter usado quando ainda estava na escola.

Use uma caneta ou outro tipo de objeto com ponta e siga cada palavra enquanto lê. Assim, você guia as palavras uma por uma, quase eliminando a possibilidade de distrações.

Praticando o *meta guiding*, você consegue aumentar sua capacidade de foco para quando precisa analisar cada palavra de um texto.

Ler um artigo complexo, por exemplo, pode ser mais rápido utilizando esse método.

Rapid Serial Visual Representation (RSVP)

O RSVP foi o que trouxe o speed reading para o mundo digital. Funciona assim: o aplicativo mostra uma palavra por vez do

texto. Dessa forma, não é preciso movimentar os olhos para alcançar as palavras. Mas sua atenção precisa ser esforçada.

Esse método de speed reading parte do princípio de que seus olhos focam em um ponto central da palavra para poder compreendê-la. Por isso, além de colocar uma atrás da outra, o aplicativo alinha as palavras, para que esse centro fique sempre na mesma posição.



Figure 1. RSVP alignment of words



Figure 2. Spritz alignment of words

Aos poucos, você aumenta a velocidade e quando menos espera, está lendo mais de 1000 palavras por minuto.

As técnicas de speed reading foram desenvolvidas com base nesses métodos e procuram combiná-los para criar treinos específicos e bem direcionados. Vamos ver algumas:

Técnica da Terceira Palavra

Essa técnica é uma espécie de evolução do *skimming*. Ela parte do princípio que nossa visão periférica dá conta de compreender o que está fora do “centro” do seu olhar. Por isso, você pode pular as duas primeiras e as duas últimas palavras de cada frase, sem afetar sua compreensão do texto.

Ou seja, ao invés de simplesmente escanear o texto, você define um limite de palavras que pode desconsiderar de cada

frase. Claro que, se você precisa compreender cada detalhe de um texto, speed reading não é uma boa. Mas é suficiente para pegar a ideia geral de maneira mais rápida.

Uma dica é formatar o texto em colunas bem estreitas. Com elas, você consegue navegar de uma sentença a outra bem rapidamente.

Técnica de leitura dinâmica de Tim Ferris (Projeto PX)

A técnica é um conjunto de princípios que o escritor americano, empresário e [investidor anjo](#), Tim Ferriss ensinou a estudantes de graduação da Universidade de Princeton, em um seminário, o [Project X](#) (Projeto X).

Utilizando alguns métodos de speed reading combinados, ele chegou em um modelo que pode aumentar em 386% a sua velocidade de leitura.

Testada em vários idiomas, a técnica de speed reading de Ferris já ajudou leitores a pular de 400 para 3000 palavras por minuto. Para isso, ele define o tempo e o modo como você deve treinar todo dia para conseguir absorver mais texto em cada fixação e diminuir o tempo das sacadas.

Outro objetivo do Projeto X é eliminar de vez a releitura. Por isso, o foco é muito importante. Absorver o que cada parte do texto diz é essencial para não ter que voltar nele mais tarde.

Depois que você já definiu a sua meta e qual é a sua velocidade atual, Ferris propõe duas técnicas de speed reading.

A primeira, chamada de “Trackers and Pacers”, é quase um *skimming*. Funciona assim: você lê o texto bem rapidamente, levando menos de um segundo por linha e vai subindo a velocidade a cada página.

Continue então se condicionando a ler rápido, sem se preocupar com a compreensão, até atingir meio segundo por linha. Fazendo isso, você cria um ritmo acelerado para a leitura, que será aproveitado mais tarde, quando seu objetivo for compreender o texto.

A segunda técnica de speed reading apresentada por Ferris, "Perceptual Expansion", foca a otimização das fixações. É como a regra da Terceira Palavra. A diferença é que você começa pulando duas palavras no início e no fim e, quando estiver condicionado, pula três.

Repetição, velocidade **condicionamento,**



Resumindo, para saber como fazer leitura dinâmica, siga o protocolo:

- Aprenda as duas técnicas de speed reading;

- Aprenda a implantar a técnica com rapidez por condicionamento (repetições);
- Leia novamente compreendendo o texto;
- Teste-se para saber quando chegou ao objetivo.

Nos primeiros treinos, em que você não precisa se preocupar tanto com a compreensão do texto, Ferris sugere treinar até atingir uma velocidade três vezes maior do que a sua meta.

Mais tarde, quando você se dedicar a realmente compreender o texto, o ritmo pode cair automaticamente, mas para um nível mais alto do que o que você se encontrava.

Aplicativos de Speed Reading

Os aplicativos de speed reading quase sempre utilizam o método RSVP. Além dos citados acima, selecionamos alguns outros:

[Leitura Dinâmica](#) – feito em português, é compatível com aplicativos de leitura, como Pocket, Zite, Feedly, Google Keep e ColorNote.

[Spreeder](#) – é pago, mas bem mais completo, com versão para desktop e iOS, criação de contas múltiplas e mini cursos de speed reading.

[ReadQuick](#) – não utiliza o RSVP. A ferramenta “quebra” artigos salvos para que você capte a ideia sem precisar ler tudo.

[ReadMe!](#) – usa mesma tecnologia do Spritz e integra seus livros em uma biblioteca com layout excelente.

[Reedy](#) – extensão do Chrome para quem prefere ler no computador, transforma em RSVP qualquer texto que você selecionar no browser.

Se além de ler rapidamente, você ainda quer ler mais livros (quem sabe finalizar a lista até o fim do ano?) confira o [app 12min](#).

Aprendizado contínuo

Disponibilizamos um acervo incrível das melhores obras sobre empreendedorismo, negócios e desenvolvimento pessoal – todos resumidos para leitura em 12 minutos. Aproveitando, já segue uma excelente sugestão de leitura, que você pode ouvir por aqui mesmo:

[A Arte de Fazer Acontecer](#)

E nós selecionamos outra obra que pode ajudar você nesse desafio de acelerar a sua leitura. Ela fala sobre a força transformadora dos hábitos. Veja:

[O Poder do Hábito](#) – Charles Duhigg

Esse best-seller aborda o impacto dos seus hábitos em quem você é nas suas conquistas pessoais ou profissionais.

Segundo o autor, o nosso cérebro funciona como uma máquina. A todo instante ele busca maneiras de reduzir os esforços e automatizar as rotinas. Tudo isso para economizar energia.

O funcionamento de um hábito segue um fluxo de três etapas, que são:

- **Gatilho**: alguma coisa que acontece e o cérebro entende como um chamado para entrar no modo automático e escolher qual a rotina usar;
- **Rotina**: é uma ação física, emocional ou mental, que é automaticamente acionada pelo gatilho;
- **Recompensa**: um estímulo positivo que ocorre e diz ao seu cérebro que aquela rotina funciona e por isso deve ser armazenada.

É imprescindível entender como os gatilhos dos hábitos são acionados e como funcionam as recompensas. Ao desenvolver essa habilidade, você estará apto a alterar, adaptar e criar novas rotinas.

Boa leitura e ótimos aprendizados! E lembre-se de compartilhar esse post com os seus amigos!

Dicas infalíveis para desenvolver o importante hábito de ler livros

O hábito de ler tem um impacto muito positivo. O prazer que se tem com a leitura vem da possibilidade que os livros nos trazem de escaparmos um pouco do estresse do dia-a-dia, de aprender mais sobre assuntos novos, de explorar novas culturas e até mesmo de encontrar respostas para aquelas perguntas que nunca conseguimos responder.

Mas o hábito da leitura, mesmo que muito importante, não é comum entre a população do Brasil. Isso se deve a tentativa, muitas vezes forçada, de exigir que as crianças e adolescentes leiam uma lista de livros simplesmente “porque sim”.

Hoje em dia é ainda mais difícil manter este hábito de ler com a injusta competição que a leitura tem que passar contra o Netflix, Whatsapp e as redes sociais.

De acordo com publicação feita pelo CPDEC (Centro de Pesquisa, Desenvolvimento e Educação Continuada), a média de livros lidos por cidadão brasileiro é de apenas 4,7 ao ano. Dessa média apenas 1,3 livros não fazem parte da lista de títulos que as instituições de educação inserem na grade de estudos.

A importância do hábito de ler e como ele pode influenciar sua carreira

A leitura pode impactar positivamente não somente a sua vida pessoal, mas também a profissional. É comum que, [durante uma](#)

[entrevista de emprego](#), te questionem sobre os últimos títulos lidos. Pode parecer bobagem, mas com esta simples pergunta, o entrevistador pode descobrir se o candidato a vaga consegue:

- Ser persuasivo quanto estiver diante de uma argumentação;
- Mostrar interesse em aprender mais sobre assuntos novos;
- Usar vocabulário culto quando necessário;
- Escrever textos de qualidade;
- Usar a criatividade para resolver problemas do dia a dia.

Como incentivar a leitura, afinal?

O hábito de ler livros regularmente pode ser desenvolvido ou é uma tradição herdada? Ainda que se aprenda a gostar de ler por causa do estímulo da família e que a escola tenha influência nesse processo, só depende de você correr atrás do próximo livro interessante para ler.

Nós sabemos que isto não é uma tarefa fácil. Mas o primeiro passo é reconhecer essa necessidade e estar interessado nesse desafio! Nas próximas linhas, vamos compartilhar algumas dicas que podem te ajudar nessa missão. Você vai perceber que elas são bem simples e podem ser seguidas por qualquer um.

Qual o seu estilo de livro favorito?

A motivação pela leitura começa quando você se identifica com o estilo de livro que mais gosta. Portanto, é necessário buscar vários títulos que com certeza agradarão antes de tudo. Não comece indo atrás apenas de *best sellers* ou livros que estão na moda. Afinal de contas, as pessoas têm gostos diferentes, certo?

Se você se forçar a ler algo que não parece tão interessante e que possa ser chato, você aumenta as suas chances de se traumatizar e desistir de inserir o hábito de ler em sua vida.

Peça ajuda para seus amigos

Por outro lado, se houver grandes dúvidas sobre o que vale a pena ler, não tem problema nenhum em pedir ajuda. Quem não tem o hábito de ler diariamente, provavelmente vai ter dificuldade em reconhecer seu estilo preferido.

Se você é um desses que não sabe por onde começar, não tenha medo de consultar colegas, amigos e familiares. Pessoas que fazem parte de seu círculo social e que o conhecem minimamente bem com certeza serão capazes de fazer recomendações que podem agradar bastante.

Crie a sua hora da leitura

A disciplina pode ser uma grande aliada de um bom leitor. Quando você reserva um tempo e um horário para leitura na sua agenda, este hábito se torna algo automático.

Aposto que você conhece quem ama abrir um livro antes de dormir para pegar no sono. Já outros não resistem à vontade de ler na pausa do almoço, antes de voltar ao trabalho.

A questão é que a disciplina é capaz de trazer o hábito de ler para o cotidiano de maneira suave e o processo acaba sendo até mesmo inconsciente. Porém, isso não significa que o livro não possa ser aberto em outros momentos.

Existem “lacunas” de tempo que não costumam ser aproveitadas. Por exemplo, aqueles 20 minutinhos da viagem de metrô ou ônibus, aquela fila extensa no banco, aquela espera para atendimento em consultório médico – todos esses momentos podem ser ocupados com as páginas de um livro!

Todo leitor tem um perfil. Mas para que a leitura se torne de fato uma rotina, o ambiente tem que estar alinhado com essa proposta. Ficar longe de ambientes barulhentos é muito importante.

Mas se isso não for suficiente para manter a concentração, a nossa dica é juntar a leitura a outros hábitos que criem uma associação positiva na sua cabeça.

Vamos explicar o que isso significa logo abaixo.

Hábito de ler não é uma obrigação

Para começar, a leitura precisa passar a ser vista como uma atividade prazerosa e não como uma obrigação.

Vamos pegar como exemplo a última vez que você decidiu ir ao cinema. Só de pensar em assistir um filme, sua mente já associa esse momento de diversão a uma série de coisas agradáveis que você estará submetido: como comer uma [pipoca](#) deliciosa, boas companhias ou uma história incrível.

A nossa dica é agregar outras coisas prazerosas a esse momento de leitura. Que tal preparar uma [pipoca doce](#) bem gostosa com sua bebida favorita para se deliciar enquanto lê um livro?

Treinar sua mente para esse tipo de associação é um importante passo para passar a gostar de ler.

Acha que os livros são coisa do passado?

Passar algumas horas longe do Whatsapp e do Instagram é algo impossível para algumas pessoas. Se você é do tipo que não desgruda da tela do seu celular, temos uma boa notícia!

Hoje em dia há um monte de aplicativos de livros e aparelhos portáteis que te permitem continuar lendo quando e onde quiser de forma digital. E não são apenas livros – já existem inúmeros jornais e revistas online também.

O aplicativo [12min](#), por exemplo, oferece uma enorme quantidade de títulos resumidos justamente para quem não tem muito tempo disponível. Quem sabe ele não te ajuda a dar esse primeiro passo?

Você viu que não tem mais desculpa para virar um devorador de livros, não é? Espero que você tenha gostado dessas nossas dicas e que já comece hoje mesmo a criar um hábito de ler livros.

O que acha de dar uma conferida agora em um post que vai te ajudar a escolher [suas próximas leituras](#)?

Para se Inspirar: os hábitos de leitura das pessoas bem-sucedidas

Todas as pessoas bem-sucedidas têm uma característica em comum: elas leem muito. São inúmeras histórias de CEOs e grandes empreendedores que largaram o ensino médio, nunca pisaram na faculdade e hoje estão no topo do mundo.

O que fica implícito nas biografias de todos eles é que esses acontecimentos não os impediram de continuar aprendendo. Eles nunca abandonaram os hábitos de leitura.

Em “[Como ler livros](#)”, o filósofo americano [Mortimer Adler](#) observa: os livros são os melhores professores para quem não está na escola.

Confira o microbook dessa obra aqui mesmo:

[Como ler livros](#)

Mesmo sem uma educação formal, ou uma coleção de diplomas, o sucesso pode vir com o simples hábito de ler. É por isso que a leitura faz tanta diferença para quem quer se destacar profissionalmente.

Especialistas e pesquisadores garantem que ler é essencial para quem ocupa uma posição de liderança. Bons hábitos de leitura nos tornam melhores comunicadores, desenvolvem a empatia e ajudam nas relações interpessoais.

Pensando nisso e passando de, Jeff Bezos, [Elon Musk](#) a Oprah Winfrey, Mark Zuckerberg e Jorge Lemann, conheça os hábitos de quem usou os livros para subir – e muito – na vida.

Os famosos que não abrem mão dos hábitos de leitura



Desenvolver hábitos de leitura não requer nenhum talento ou aptidão natural. Então, se você não lê muito, fique tranquilo. [Como todo hábito, é possível se dedicar e “aprender” a ler](#) com frequência.

Adquirir hábito de leitura requer, primeiramente, grande curiosidade e paixão pelo conhecimento. Além disso, disciplina e organização também somam a seu favor.

Para buscar inspiração, que tal se espelhar nos hábitos de leitura de grandes empresários e personalidades bem-sucedidas?

Jeff Bezos: tudo começou com os livros

Se tem alguém que ama de verdade os livros, essa pessoa é Jeff Bezos. Ele não apenas lê muito, como fez dos livros a porta para construir sua fortuna. Ou seja, a sua paixão pela leitura o levou a abrir a primeira loja de livros online – Amazon.

A biografia desse fantástico empreendedor, “[The Everything Store](#)”, mostra como a forma de pensar de Bezos foi moldada pelos livros. Eles tiveram peso de ouro na sua vida pessoal e profissional e, também, na construção do seu império – a poderosa Amazon.com.

Assim, o homem mais rico do mundo, com um patrimônio estimado de US\$ 112 bilhões, Jeff Bezos não abre mão de uma boa leitura. Para ele, ler funciona como um escape da vida cotidiana, que em suas palavras “é o melhor que um livro pode proporcionar”.

É claro que a lista de indicações de Jeff Bezos é enorme, mas nós selecionamos 7 obras imperdíveis para você. Veja:

- The Remains of the Day – Kazuo Ishiguro
- The Innovator’s Dilemma – Clayton Christensen
- [Empresas Feitas para Vencer](#) – Jim Collins
- The Innovator’s Dilemma – Clayton Christensen
- [Sam Walton: Made in America](#) – Sam Walton
- [A Lógica do Cisne Negro](#) – Nassim Taleb
- Data-Driven Marketing: The 15 Metrics Everyone in Marketing Should Know – Mark Jeffery

Um ano de livros com Mark Zuckerberg

Ao longo de 2015, [Zuckerberg](#) criou uma meta. Essa é uma ótima forma de desenvolver um hábito de leitura e adquirir

conhecimento.

A meta era a seguinte: a cada duas semanas, ele lia uma obra diferente. Além disso, Zuckerberg criou "[A Year of Books](#)" (Um ano de livros), que é um clube de livros para discutir com a comunidade do Facebook o que ele vinha lendo.

A maioria dos livros tratava de outras histórias de sucesso. Entre as recomendações de Zuckerberg, destaca-se [Criatividade S/A](#), que conta a história da Pixar, cujo resumo você encontra no 12min:

[Criatividade S/A](#)

Veja outras indicações de Zuckerberg:

- The Muqaddimah – Ibn Khaldun
- Why Nations Fail – Daron Acemoglu e James A. Robinson
- World Order – Henry Kissinger
- The Varieties of Religious Experience – William James

Oprah Winfrey e o seu Clube do Livro

A apresentadora e empresária é uma das pessoas mais influentes dos Estados Unidos e que também desenvolveu hábitos de leitura.

Oprah é outra celebridade que, igualmente, mantém um [Clube do Livro](#) para debater com os seus fãs sobre as obras de sua preferência. Isso ocorre no website, por meio de vídeos, reviews e perguntas & respostas.

Algumas de suas indicações são:

- Wild (Selvagem, em tradução livre) – Cheryl Strayed
- Um conto de duas cidades – Charles Dickens
- Grandes Esperanças – Charles Dickens

Clube do Livro não é exclusividade das pessoas famosas. [Você mesmo pode criar um na sua empresa ou com seus amigos](#), se preferir.

Warren Buffett: leitura diária

Na lista das personalidades que têm hábitos de leitura está o gênio dos investimentos, [Warren Buffett](#). Atualmente, ele ganha mais de 20 bilhões por ano.

O que poucas pessoas sabem é que, no início da carreira, Buffet lia entre 600 e mil páginas por dia. Para se tornar o investidor que é hoje, essa dedicação foi essencial.

Mesmo depois de alcançar o sucesso, Buffet manteve o hábito de ler. Ele diz dedicar cerca de 80% do seu dia à leitura.

Algumas indicações de leitura de Warren Buffett são:

- [O Investidor Inteligente](#) – Benjamin Graham
- Security Analysis – Benjamin Graham e David L. Dodd
- [Ações Comuns, Lucros Extraordinários](#) – Não Siga o Rumo da Multidão – Philip Fisher
- Stress Test: Reflections on Financial Crises – Tim Gethner; Business Adventures – John Brooks

Bill Gates e a paixão pelo livro de papel

Quem não admira [Bill Gates](#)? Além de rico, bem-sucedido e influente, o empresário da Microsoft tem uma imagem sensacional. Responsável e sempre envolvido em boas causas, Gates ainda é famoso pelo seu apetite por livros.

“Cada livro abre novas avenidas de conhecimento para explorar. Essa é uma das coisas que eu gosto na leitura”, diz Gates.

É por meio dos seus hábitos de leitura que Gates chega a tudo

que tem de melhor no mercado editorial e, conseqüentemente, expande o já imenso conhecimento. Ele lê mais de 50 livros por ano.

O mais inusitado na história de Gates é que o empresário da tecnologia prefere os livros de papel.

Enfim, para colocar em prática bons hábitos de leitura, a exemplo de Bill Gates, não é preciso ceder ao livro impresso ou ler tanto quanto ele. Para ser igual ao empresário, o importante é ter a mesma paixão pelo conhecimento, antes de mais nada.

Algumas indicações de leitura de Bill Gates são:

- O melhor que podíamos fazer – Thi Bui; Evicted
- Poverty and Profit in the American City – Matthew Desmond
- Believe Me: A Memoir of Love, Death, and Jazz Chickens – Eddie Izzard
- O Simpatizante – Viet T. Nguyen

Elon Musk: dos livros aos foguetes

Se o nome [Elon Musk](#) não lhe diz nada, talvez você também precise investir um pouco mais em desenvolver hábitos de leitura.

Musk é um dos empresários mais impressionantes do Vale do Silício, rotulado pela mídia como o próximo [Steve Jobs](#). Ele é CEO bilionário da [SpaceX](#) e da [Tesla](#) e, também, um leitor ávido.

A trajetória profissional e de vida de Elon Musk é tão interessante que renderam [um livro](#), escrito por Ashlee Vance.

Nascido na África do Sul, Musk sempre foi apaixonado por tecnologia, pelo espaço e por energias renováveis. Mudou-se para os Estados Unidos ainda garoto. Lá, dedicou-se a unir

suas paixões e empreender.

Quando perguntado sobre como aprendeu a construir foguetes, Musk respondeu simplesmente: lendo livros.

Entre as indicações de Musk, estão:

- O Senhor dos Anéis – J.R.R. Tolkien
- Benjamin Franklin – Uma Vida Americana – Walter Isaacson
- O Guia dos Mochileiros da Galáxias – Douglas Adams
- [De Zero A Um](#) – O Que Aprender Sobre Empreendedorismo Com o Vale do Silício – Peter Thiel

Jorge Paulo Lemann e a Fundação Educar

Entre os brasileiros, é claro que também existem os bilionários e famosos que são amantes e defensores dos livros. Entre eles, Jorge Paulo Lemann (3G Capital), o segundo brasileiro mais rico, com um patrimônio estimado de US\$ 22,8 bilhões. Sua empresa mantém a Fundação Estudar – uma organização sem fins lucrativos para apoio e incentivo à educação.

A Fundação Estudar custeia bolsas de estudos e o foco é “contribui para a formação das futuras lideranças transformadoras do Brasil, por meio do estímulo à experiência acadêmica de excelência e do apoio ao desenvolvimento pessoal e profissional dos jovens”, como descrevem no site da entidade.

Para quem quer aprender a liderar e empreender, algumas das suas dicas de leitura são:

- [Guerra](#) – Angela Duckworth
- [Empresas Feitas para Vencer](#) – Jim Collins
- [Fora de Série](#) – Outliers – Malcolm Gladwell
- Vencedoras por Opção – Jim Collins & Morten T. Hansen

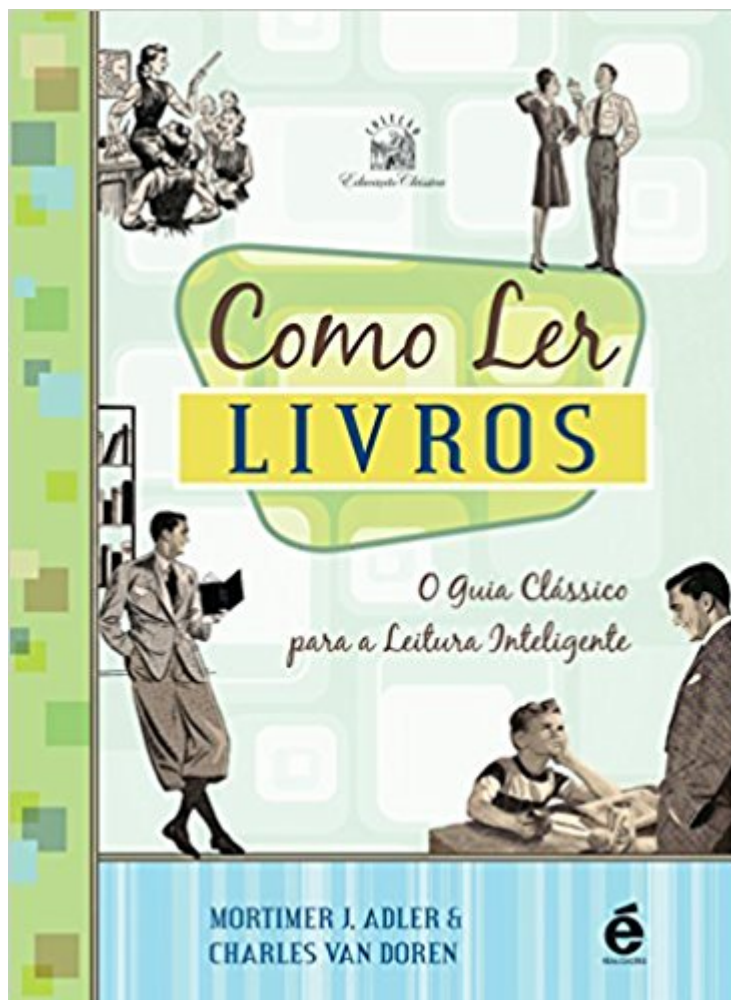
- [O Lado Difícil das Situações Difíceis](#) – Ben Horowitz
- [Faça Acontecer](#) – Sheryl Sandberg
- Start With Why – Simon Sinek

Esse são apenas alguns exemplos de famosos amantes da leitura. A lista deles é extensa.

Como ler livros

Outra coisa que os bem-sucedidos leitores têm em comum: eles não leem qualquer coisa. E como não têm tempo de sobra, podemos imaginar que a leitura deve ser dinâmica e inteligente.

Pensando nisso, vamos propor uma tarefa. Confira, agora mesmo, [Como Ler Livros](#) e aprenda as melhores técnicas para extrair o máximo dos conteúdos de cada obra.



As histórias de Bill Gates, Elon Musk e Oprah são inspiradoras

para você? Que tal passar adiante esse conhecimento e compartilhar o *post* com os amigos?

E não se esqueça de deixar um comentário, contando sobre os seus próprios hábitos de leitura e algum detalhe legal da obra que você está “devorando” nesse momento.

PS: No [12min](#), temos conteúdos MUITO bacanas, em um formato super fácil de consumir, em textos e áudios. Baixe o app e bons aprendizados!

Happy reading!