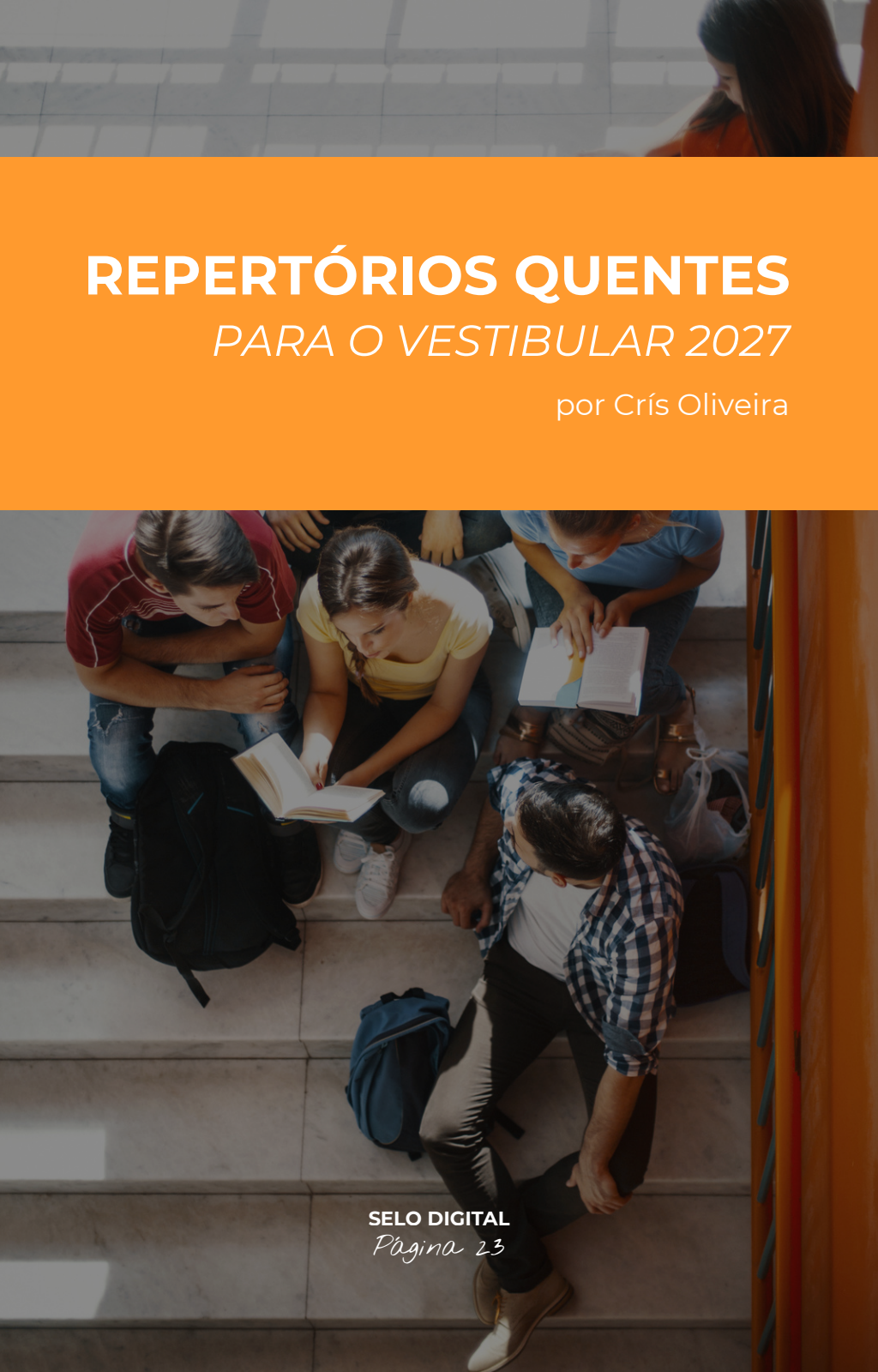




REPERTÓRIOS QUENTES

PARA O VESTIBULAR 2027

por Crís Oliveira

Repertórios Socioculturais pra você ARRASAR NO VESTIBULAR!



Construir repertórios socioculturais de autoridade é essencial para a redação do vestibular, pois fundamenta argumentos com referências legítimas, pertinentes e produtivas, atendendo critérios como a Competência 2 do Enem e as exigências da Fuvest.

Esses elementos demonstram domínio interdisciplinar, atualidade e maturidade intelectual, elevando a nota ao conectar temas contemporâneos a autores, obras, filmes e dados confiáveis.

O **nosso site** oferece e-books, cursos e conteúdos que vão turbinar seus estudos, ajudando você a **transformar TUDO em repertório sólido para os maiores vestibulares do país.**



Marina Silva – crise climática como crise ética

- **Quem é:** liderança política e ambiental brasileira, ex-ministra do Meio Ambiente, referência internacional na defesa da Amazônia e da justiça socioambiental.
- **Ideia central:** a crise climática não é apenas um problema técnico, mas uma crise ética: um modelo de desenvolvimento que coloca lucro acima da vida, da comunidade e das futuras gerações.
- **Por que usar:** mostra maturidade ao conectar meio ambiente, política e responsabilidade moral.
- **Como aplicar:** em temas sobre mudanças climáticas, Amazônia, justiça ambiental, responsabilidade intergeracional, ética na gestão pública.

Greta Thunberg – ativismo climático juvenil

- **Quem é:** ativista sueca que, ainda adolescente, iniciou greves escolares pelo clima e impulsionou o movimento global “Fridays for Future”.
- **Ideia central:** a pressão organizada de jovens pode expor a omissão dos governos e exigir ações concretas contra a crise climática.
- **Por que usar:** ilustra protagonismo juvenil e força dos movimentos sociais globais.
- **Como aplicar:** em temas sobre participação política dos jovens, mobilização social, responsabilidade dos Estados, impacto da opinião pública nas políticas ambientais.

Ailton Krenak – outro modo de estar no mundo

- **Quem é:** pensador e liderança indígena brasileira, autor de “Ideias para adiar o fim do mundo”, crítico da visão ocidental predatória.
- **Ideia central:** é preciso abandonar a ideia de natureza como recurso e recuperar a noção de interdependência com rios, florestas e comunidades.

- **Por que usar:** apresenta uma visão indígena e filosófica de sustentabilidade, fugindo do senso comum.
- **Como aplicar:** em temas sobre meio ambiente, povos originários, modelo de desenvolvimento, crítica ao consumo, alternativas ao capitalismo.

Relatório ONU-Habitat – arquitetura hostil e direito à cidade

- **O que é:** documento da agência da ONU para assentamentos humanos que considera a arquitetura hostil violação ao direito à cidade.
- **Ideia central:** bancos desconfortáveis, grades, espinhos e outras estruturas físicas podem expulsar pessoas vulneráveis e reforçar desigualdades urbanas.
- **Por que usar:** oferece respaldo institucional forte para discutir urbanismo, desigualdade e dignidade humana.
- **Como aplicar:** em temas sobre cidades, população em situação de rua, políticas públicas urbanas, segurança x exclusão, justiça social no espaço público.

Rachel Carson – “Primavera Silenciosa” (1962)

- **O que é:** livro que denuncia os impactos dos agrotóxicos, especialmente o DDT, sobre ecossistemas e saúde humana.
- **Ideia central:** o uso indiscriminado de químicos na agricultura provoca desequilíbrios graves e ameaça a vida, inaugurando a consciência ambiental moderna.
- **Por que usar:** clássico mundial, ótimo para discutir agronegócio, agrotóxicos e responsabilidade ambiental.
- **Como aplicar:** em temas sobre meio ambiente, agricultura, regulação de agrotóxicos, desenvolvimento sustentável.

IPCC – Relatórios sobre mudança climática

- **O que é:** painel científico da ONU que reúne pesquisas globais sobre aquecimento global e impactos climáticos.
- **Ideia central:** há consenso científico de que o aquecimento global é causado principalmente por ações humanas, exigindo redução urgente de emissões.

- **Por que usar:** dá base científica sólida a argumentos sobre crise climática.
- **Como aplicar:** em temas sobre mudanças climáticas, responsabilidade de países, políticas ambientais, energia limpa.

Agenda 2030 / ODS (ONU)

- **O que é:** conjunto de 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, propostos pela ONU para serem alcançados até 2030.
- **Ideia central:** desenvolvimento sustentável integra meio ambiente, inclusão social, redução da pobreza, paz e educação de qualidade.
- **Por que usar:** repertório extremamente versátil, aplicável a quase qualquer tema social ou ambiental.
- **Como aplicar:** em temas sobre desigualdade, educação, meio ambiente, pobreza, políticas públicas integradas.

GEOGRAFIA / POLÍTICA INTERNACIONAL

Filme “O Pântano” (The Swamp, 2020)

- **O que é:** documentário que mostra bastidores da política nos EUA, focando em lobby, disputas de poder e radicalização partidária.
- **Ideia central:** a polarização é alimentada por interesses políticos e econômicos que exploram a indignação pública.
- **Por que usar:** ajuda a discutir como a política pode manipular afetos e dividir a sociedade.
- **Como aplicar:** em temas sobre polarização, crise da democracia, populismo, desinformação política.

“Guernica” (Pablo Picasso, 1937) – horror da guerra

- **O que é:** pintura que denuncia o bombardeio da cidade de Guernica na Guerra Civil Espanhola, mostrando dor e destruição.
- **Ideia central:** a arte pode registrar e denunciar a brutalidade dos conflitos, transformando sofrimento em memória e alerta.

- **Por que usar:** clássico para discutir guerras, violência de Estado, memória histórica.
- **Como aplicar:** em temas sobre conflitos armados, refugiados, violência política, papel da arte.

Achille Mbembe – “Política da Inimizade”

- **O que é:** obra que analisa como Estados e grupos de poder constroem inimigos para justificar violência e exclusão.
- **Ideia central:** o medo e o ódio ao “outro” sustentam fronteiras morais, racismo, xenofobia e militarização.
- **Por que usar:** base teórica sofisticada para ódio político e xenofobia.
- **Como aplicar:** em temas sobre imigração, racismo, radicalização política, fronteiras, segurança.

George Packer – “O Despertar do Leviatã”

- **O que é:** livro-reportagem que examina a ascensão de nacionalismos e o desgaste das instituições democráticas.
- **Ideia central:** desigualdade, insegurança e sensação de abandono alimentam projetos autoritários.
- **Por que usar:** conecta contexto internacional, crise institucional e populismo.
- **Como aplicar:** em temas sobre democracia em risco, nacionalismo, desconfiança nas instituições.

Giorgio Agamben – “Estado de Exceção” (2003)

- **O que é:** ensaio sobre como governos usam crises para suspender direitos e ampliar controle.
- **Ideia central:** a exceção temporária tende a virar regra, normalizando vigilância e restrições em nome da segurança.
- **Por que usar:** importante para discutir segurança x liberdade, autoritarismo velado.
- **Como aplicar:** em temas sobre combate ao terrorismo, pandemias, vigilância digital, legislação emergencial.

Richard Sennett – “A Corrosão do Caráter” / “O Declínio do Homem Público”

- **O que é:** obras que analisam o impacto do capitalismo flexível e do urbanismo fragmentado nas relações sociais.
- **Ideia central:** o trabalho instável e as cidades segmentadas corroem laços comunitários e esvaziam a vida pública.
- **Por que usar:** une geografia urbana, trabalho e vínculos sociais.
- **Como aplicar:** em temas sobre cidade, individualismo, solidão urbana, espaço público.

Queda do Muro de Berlim (1989) – fim e permanência de fronteiras

- **O que foi:** evento que simbolizou o fim da divisão entre bloco capitalista e socialista.
- **Ideia central:** mesmo após a queda de fronteiras físicas, novas barreiras simbólicas, econômicas e culturais continuam a separar povos e classes.
- **Por que usar:** marco histórico forte para refletir sobre globalização e desigualdade.
- **Como aplicar:** em temas sobre fronteiras, migrações, integração internacional, xenofobia.

The Guardian (2023) – “War Zones of the 21st Century”

- **O que é:** reportagem que mostra como guerras contemporâneas se estendem à economia, informação e ciberespaço.
- **Ideia central:** conflitos atuais são híbridos, envolvendo ataques cibernéticos, desinformação e sanções econômicas.
- **Por que usar:** atualiza a visão de guerra para além do campo de batalha físico.
- **Como aplicar:** em temas sobre segurança digital, guerra informacional, conflitos modernos, paz mundial.

Hannah Arendt – “Origens do Totalitarismo”

- **O que é:** obra clássica que analisa como regimes totalitários surgem em contextos de crise.
- **Ideia central:** massas desorganizadas, propaganda e desvalorização da verdade facilitam o avanço do totalitarismo.

- **Por que usar:** fundamenta discussões sobre autoritarismo, ódio político, perseguições.
- **Como aplicar:** em temas sobre extremismo, populismo, erosão democrática, fake news.

Thomas Piketty – “O Capital no Século XXI”

- **O que é:** estudo sobre a evolução da desigualdade de renda e riqueza no mundo.
- **Ideia central:** sem políticas redistributivas, a desigualdade tende a aumentar, concentrando riqueza nas mãos de poucos.
- **Por que usar:** base econômica forte para discutir justiça social.
- **Como aplicar:** em temas sobre desigualdade, tributação, pobreza, política econômica.

Naomi Klein – “A Doutrina do Choque”

- **O que é:** livro que mostra como crises são usadas para impor reformas econômicas impopulares.
- **Ideia central:** desastres e crises funcionam como oportunidades para aprofundar políticas neoliberais.
- **Por que usar:** conecta política, economia e manipulação de crises.
- **Como aplicar:** em temas sobre privatização, austeridade, políticas públicas, desigualdade.

Hannah Arendt – “Origens do Totalitarismo”

- **O que é:** obra clássica que analisa como regimes totalitários surgem em contextos de crise.
- **Ideia central:** massas desorganizadas, propaganda e desvalorização da verdade facilitam o avanço do totalitarismo.

SOCIOLOGIA / TECNOLOGIA E SOCIEDADE

Filme “A Rede Social” (The Social Network, 2010)

- **O que é:** filme que narra a criação do Facebook, expondo conflitos e interesses por trás da plataforma.
- **Ideia central:** tecnologias que prometem conexão também nascem de disputas de poder e ambições pessoais.

- **Por que usar:** quebra a ideia de tecnologia como neutra e “boazinha”.
- **Como aplicar:** em temas sobre redes sociais, capitalismo de plataforma, ética na tecnologia.

Documentário “The Social Dilemma” (2020)

- **O que é:** documentário que revela como redes sociais são desenhadas para gerar dependência e coletar dados.
- **Ideia central:** algoritmos manipulam atenção, reforçam bolhas e exploram emoções para lucro.
- **Por que usar:** repertório direto para manipulação digital e saúde mental.
- **Como aplicar:** em temas sobre fake news, vício em tecnologia, economia da atenção, privacidade.

Sherry Turkle – “Alone Together” (2011)

- **O que é:** estudo sobre solidão na era das conexões digitais.
- **Ideia central:** estamos “juntos, porém sós”: cercados de contatos, mas carentes de vínculos profundos.
- **Por que usar:** base teórica para discutir solidão e relações superficiais.
- **Como aplicar:** em temas sobre isolamento, redes sociais, performance online, afetos.

Byung-Chul Han – “A Sociedade do Cansaço” (2010)

- **O que é:** ensaio que analisa o esgotamento psíquico na sociedade de desempenho.
- **Ideia central:** a exigência de autoexploração leva a burnout, depressão e ansiedade.
- **Por que usar:** muito cobrado em provas para temas de trabalho e saúde mental.
- **Como aplicar:** em temas sobre burnout, produtividade, meritocracia, adoecimento psíquico.

Zygmunt Bauman – “Vida Líquida”

- **O que é:** obra que descreve a modernidade como líquida, isto é, instável.

- **Ideia central:** vínculos, carreiras e identidades se tornam frágeis e descartáveis.
- **Por que usar:** clássico para falar de relações superficiais e insegurança.
- **Como aplicar:** em temas sobre relacionamentos, instabilidade profissional, crise de identidade, consumismo.

Hikikomori (Japão) – isolamento social extremo

- **O que é:** fenômeno em que jovens se isolam por meses ou anos em seus quartos, com pouco contato presencial.
- **Ideia central:** pressão social, medo do fracasso e cultura do desempenho podem levar ao isolamento radical.
- **Por que usar:** exemplo concreto dos efeitos sociais e psicológicos da pressão contemporânea.
- **Como aplicar:** em temas sobre juventude, saúde mental, escola, trabalho, cultura de alta performance.

BeReal – promessa de autenticidade nas redes

- **O que é:** aplicativo que estimula fotos “sem filtro” em horários aleatórios.
- **Ideia central:** mesmo apps voltados à autenticidade acabam integrados à lógica da curadoria de imagem.
- **Por que usar:** ajuda a discutir autenticidade e performance nas redes.
- **Como aplicar:** em temas sobre autoimagem, cultura da comparação, identidade digital.

Cigna Loneliness Index (2022) – solidão entre jovens

- **O que é:** pesquisa que aponta que 58% da geração Z se sente frequentemente ou sempre solitária.
- **Ideia central:** alta conexão digital não impede sensação de isolamento.
- **Por que usar:** dado quantitativo forte para fundamentar argumentos.
- **Como aplicar:** em temas sobre saúde mental, juventude, redes sociais, individualismo.

Harvard Graduate School of Education (2021) – solidão persistente

- **O que é:** estudo indicando que 61% dos jovens adultos norte-americanos se sentem profundamente solitários.
- **Ideia central:** a solidão é fenômeno social, não problema apenas individual.
- **Por que usar:** reforça a ideia de “epidemia de solidão”.
- **Como aplicar:** em temas sobre laços comunitários, saúde mental, redes de apoio.

Manuel Castells – “A Sociedade em Rede”

- **O que é:** obra que analisa a transição para uma sociedade conectada por redes de informação.
- **Ideia central:** internet e redes digitais reconfiguram economia, política e relações sociais.
- **Por que usar:** clássico para temas de globalização e tecnologia.
- **Como aplicar:** em temas sobre era da informação, internet, movimentos sociais digitais.

Evgeny Morozov – crítica ao “tecno-otimismo”

- **Quem é:** autor de “The Net Delusion” e “Big Tech”, que criticam a ideia de internet como automaticamente libertadora.
- **Ideia central:** governos e corporações usam a rede para vigilância, propaganda e controle.
- **Por que usar:** ótimo contraponto a visões ingênuas sobre tecnologia.
- **Como aplicar:** em temas sobre vigilância, autoritarismo digital, manipulação em redes.

Shoshana Zuboff – “Capitalismo de Vigilância”

- **O que é:** análise de um novo modelo econômico baseado na extração de dados pessoais.
- **Ideia central:** nossas experiências são transformadas em dados, que são usados para prever e influenciar comportamentos.
- **Por que usar:** excelente para discutir big data, privacidade, poder das big techs.
- **Como aplicar:** em temas sobre IA, redes sociais, coleta de dados, publicidade direcionada.

Byung-Chul Han – cansaço e envelhecimento

- **Quem é:** filósofo que discute sociedade do desempenho e a invisibilidade dos que não acompanham o ritmo.
- **Ideia central:** quem não é produtivo (idosos, adoecidos) tende a ser descartado em uma cultura que idolatra a performance.
- **Por que usar:** útil para etarismo, trabalho e saúde mental.
- **Como aplicar:** em temas sobre velhice, exclusão, produtividade, burnout.

Barbara Stiegler – era do cansaço

- **Quem é:** filósofa que relaciona neoliberalismo e esgotamento crônico.
- **Ideia central:** a exigência de adaptação constante ao mercado produz cansaço coletivo, e não falhas individuais.
- **Por que usar:** reforça que burnout é problema estrutural.
- **Como aplicar:** em temas sobre trabalho, políticas econômicas, saúde mental.

Simone de Beauvoir – “A Velhice” e “O Segundo Sexo”

- **Quem é:** filósofa existencialista que analisa condição feminina e envelhecimento.
- **Ideia central:** tanto gênero quanto velhice são construções sociais que podem gerar opressão.
- **Por que usar:** dá base teórica clássica a temas de gênero e etarismo.
- **Como aplicar:** em temas sobre feminismo, envelhecimento, exclusão, construção social da identidade.

Zygmunt Bauman – “Vida Líquida”, “Tempos Líquidos”

- **Quem é:** sociólogo que descreve a modernidade como fluida e instável.
- **Ideia central:** falta de estruturas sólidas gera medo, insegurança e vínculos frágeis.
- **Por que usar:** muito versátil para diversos temas contemporâneos.
- **Como aplicar:** em temas sobre trabalho, relações, política, consumismo, insegurança.

Anthony Giddens – “Modernidade e Identidade”

- **O que é:** obra que discute a construção da identidade na modernidade reflexiva.
- **Ideia central:** o indivíduo precisa constantemente “se escolher”, o que dá liberdade e traz angústia.
- **Por que usar:** ótimo para discutir crise de identidade e ansiedade.
- **Como aplicar:** em temas sobre juventude, redes sociais, escolhas de vida, individualização.

Søren Kierkegaard – angústia existencial

- **Quem é:** filósofo precursor do existencialismo.
- **Ideia central:** a liberdade de escolher gera angústia, pois implica responsabilidade total por nossas ações.
- **Por que usar:** base filosófica para temas de sentido da vida e ansiedade.
- **Como aplicar:** em temas sobre escolha, responsabilidade, crise de sentido.

Edgar Morin – pensamento complexo

- **Quem é:** filósofo que defende a necessidade de pensar problemas de forma integrada.
- **Ideia central:** questões contemporâneas não podem ser resolvidas com visões simplistas ou fragmentadas.
- **Por que usar:** legítimas propostas interdisciplinares.
- **Como aplicar:** em temas sobre educação, meio ambiente, políticas públicas.

Yuval Noah Harari – futuro da humanidade

- **Quem é:** historiador autor de “Homo Deus”, que discute IA, biotecnologia e futuro do trabalho.
- **Ideia central:** a tecnologia pode criar “super-humanos” e ampliar desigualdades, redefinindo o que é ser humano.
- **Por que usar:** fundamental em debates sobre IA, transumanismo, poder das big techs.
- **Como aplicar:** em temas sobre futuro do trabalho, ética da IA, desigualdade tecnológica.

Martha Nussbaum – “As Fronteiras da Justiça”

- **O que é:** obra que propõe o enfoque das capacidades para pensar justiça.
- **Ideia central:** justiça não é só renda, mas garantir que todos possam desenvolver capacidades humanas básicas.
- **Por que usar:** forte base ética para inclusão social.
- **Como aplicar:** em temas sobre direitos humanos, pobreza, deficiência, equidade.

Adela Cortina – “Aporofobia: o repúdio ao pobre” (2017)

- **O que é:** livro que define aporofobia como preconceito específico contra pobres.
- **Ideia central:** muitas exclusões se explicam menos pela origem de um indivíduo e mais pela condição de pobreza.
- **Por que usar:** ajuda a nomear e analisar rejeição aos pobres e moradores de rua.
- **Como aplicar:** em temas sobre pobreza, população em situação de rua, políticas assistenciais.

Michel Foucault – “Vigiar e Punir”

- **O que é:** obra sobre evolução das formas de punição e controle social.
- **Ideia central:** o poder moderno atua por meio de disciplina, vigilância e normalização de condutas.
- **Por que usar:** essencial para discutir prisões, escolas, hospitais e vigilância.
- **Como aplicar:** em temas sobre sistema prisional, controle social, educação, saúde.

Herbert Marcuse – “O Homem Unidimensional”

- **O que é:** livro que critica a sociedade industrial avançada e o conformismo.
- **Ideia central:** consumo e propaganda produzem indivíduos incapazes de perceber alternativas ao sistema.
- **Por que usar:** excelente para temas de consumismo, alienação, cultura de massa.
- **Como aplicar:** em temas sobre publicidade, consumismo, crítica social.

Judith Butler – teoria de gênero

- **Quem é:** filósofa que discute gênero como construção performativa.
- **Ideia central:** gênero não é algo fixo e natural; é construído por normas, discursos e práticas sociais.
- **Por que usar:** complementa Beauvoir em debates sobre identidade e diversidade.
- **Como aplicar:** em temas sobre gênero, direitos LGBTQIA+, violência simbólica.

Achille Mbembe – inimizade e digital

- **Quem é:** filósofo que analisa a produção de inimigos e novas formas de controle.
- **Ideia central:** o digital amplia dispositivos de vigilância, exclusão e discurso de ódio.
- **Por que usar:** potente para falar de ódio nas redes, racismo, xenofobia.
- **Como aplicar:** em temas sobre discurso de ódio, fronteiras, vigilância digital.

Richard Sennett – declínio da vida pública

- **Quem é:** sociólogo que discute o esvaziamento da esfera pública.
- **Ideia central:** privatização da vida e recuo do espaço público enfraquecem cidadania e debate democrático.
- **Por que usar:** ótimo para crise da democracia, individualismo, urbanismo.
- **Como aplicar:** em temas sobre participação política, redes sociais vs. praça pública, cidadania e urbanismo.

LITERATURA / NARRATIVAS CONTEMPORÂNEAS

Carla Madeira – “Tudo é Rio” (2014)

- **O que é:** romance brasileiro sobre amor, culpa, violência e perdão.
- **Ideia central:** relações humanas são atravessadas por traumas e tentativas de reconstrução.

- **Por que usar:** literatura nacional forte para violência, família e afeto.
- **Como aplicar:** em temas sobre violência doméstica, perdão, resiliência emocional.

Fernanda Melchor – “Temporada de Furacões”

- **O que é:** romance mexicano sobre uma comunidade marcada por machismo, violência e marginalização.
- **Ideia central:** violência estrutural combina pobreza, preconceito e abandono estatal.
- **Por que usar:** ilustra, em literatura, a interseção entre miséria e violência.
- **Como aplicar:** em temas sobre violência de gênero, pobreza, ausência do Estado.

Giovana Madalosso – “Pele Embrasa” (2021) e outros

- **Quem é:** escritora brasileira que aborda corpo, desejo e vulnerabilidade feminina.
- **Ideia central:** o corpo da mulher é palco de conflitos entre autonomia, desejo e normas sociais.
- **Por que usar:** atualiza debates feministas com literatura contemporânea.
- **Como aplicar:** em temas sobre feminismo, corpo feminino, violência simbólica.

Ryane Leão – “Disritmias”, “O Engano Digital”, “Tentativas de Controle”

- **Quem é:** poeta que fala de afetos, ansiedade e redes sociais em tom direto.
- **Ideia central:** a vida digital intensifica inseguranças e busca de validação.
- **Por que usar:** conecta poesia com temas digitais.
- **Como aplicar:** em temas sobre redes sociais, ansiedade, autocobrança.

Laura Assis – “poema” (2022)

O que é: poesia contemporânea sobre vulnerabilidade, identidade e amadurecimento.

- **Ideia central:** crescer hoje é lidar com expectativas externas e busca de pertencimento.
- **Por que usar:** bom repertório para juventude e identidades.
- **Como aplicar:** em temas sobre adolescência, identidade, redes sociais.

José Saramago – “Ensaio sobre a Cegueira”

- **O que é:** romance em que uma epidemia de cegueira revela barbárie e solidariedade.
- **Ideia central:** a civilização é frágil; diante do caos, emerge tanto desumanização quanto empatia.
- **Por que usar:** clássico para crise ética e desumanização.
- **Como aplicar:** em temas sobre indiferença, pandemia, crise social, empatia.

Dina Nayeri – “O que é o exílio” (2019)

- **O que é:** ensaio de quem viveu como refugiada, refletindo sobre fuga e acolhimento.
- **Ideia central:** exílio é perda de mundo, língua e pertencimento, não só de território.
- **Por que usar:** humaniza debates sobre migração.
- **Como aplicar:** em temas sobre refugiados, xenofobia, acolhimento.

Valter Hugo Mãe – “A Máquina de Fazer Espanhóis”, “O Filho de Mil Homens”

- **O que são:** romances sobre velhice, solidão, paternidade e pertencimento.
- **Ideia central:** sujeitos marcados pela perda buscam reconstruir laços e sentidos.
- **Por que usar:** ótimos para velhice, solidão, família.
- **Como aplicar:** em temas sobre etarismo, comunidade, cuidado.

Aline Bei – “Pequena Coreografia do Adeus” (2021)

- **O que é:** romance em linguagem poética sobre trauma, abandono e identidade.
- **Ideia central:** negligência emocional na infância molda autoestima e relações futuras.

- **Por que usar:** forte para temas de família e saúde emocional.
- **Como aplicar:** em temas sobre infância, saúde mental, violência emocional.

Franz Kafka – “A Metamorfose”

- **O que é:** novela em que um homem vira inseto e é rejeitado pela família.
- **Ideia central:** indivíduos tornam-se descartáveis quando deixam de ser úteis ao sistema.
- **Por que usar:** clássico para desumanização e utilitarismo.
- **Como aplicar:** em temas sobre trabalho, exclusão social, adoecimento, desumanização.

Lars von Trier – “Melancolia” (2011)

- **O que é:** filme em que o fim do mundo se aproxima enquanto os personagens lidam com a depressão e a finitude.
- **Ideia central:** a melancolia revela uma sensibilidade aguda ao vazio e à finitude.
- **Por que usar:** interessante para temas de depressão, crise climática, pessimismo.
- **Como aplicar:** em temas sobre saúde mental, desesperança, crise ambiental.

Aldous Huxley – “Admirável Mundo Novo” (1932)

- **O que é:** distopia em que a sociedade é controlada por condicionamento, consumo e prazer.
- **Ideia central:** controle social pode ocorrer pela oferta de conforto e entretenimento, não só pela repressão.
- **Por que usar:** clássico para consumo, tecnologia e controle.
- **Como aplicar:** em temas sobre mídia, liberdade, manipulação, sociedade de consumo.

William Gibson – “Neuromancer” (1984)

- **O que é:** romance cyberpunk que popularizou o conceito de ciberespaço.
- **Ideia central:** sistemas digitais e corporações concentram poder e moldam subjetividades.
- **Por que usar:** ótimo para temas de tecnologia, IA, big data.

- **Como aplicar:** em temas sobre cibercultura, hacking, vigilância, desigualdade tecnológica.

Conceição Evaristo – “Ponciá Vicêncio”, “Olhos d’Água”

- **Quem é:** escritora brasileira que narra experiências de mulheres negras em contextos de pobreza e racismo.
- **Ideia central:** violência estrutural e resistência se entrelaçam na trajetória de sujeitos negros.
- **Por que usar:** fortíssima para racismo, gênero e pobreza.
- **Como aplicar:** em temas sobre racismo estrutural, violência, memória, marginalização.

Carolina Maria de Jesus – “Quarto de Despejo”

- **O que é:** diário de uma mulher negra catadora de recicláveis na favela do Canindé.
- **Ideia central:** a fome e a miséria convivem com a indiferença social, revelando um “quarto de despejo” da cidade.
- **Por que usar:** clássico brasileiro para desigualdade e fome.
- **Como aplicar:** em temas sobre pobreza, direito à cidade, invisibilidade social.

Chimamanda Ngozi Adichie – “O perigo de uma história única”

- **O que é:** palestra/ensaio em que a autora fala sobre estereótipos e representação.
- **Ideia central:** reduzir um povo a uma única narrativa produz preconceito e apaga sua complexidade.
- **Por que usar:** excelente para diversidade, mídia, racismo, xenofobia.
- **Como aplicar:** em temas sobre representação, narrativas midiáticas, preconceito, cultura.

CINEMA / SÉRIES / DOCUMENTÁRIOS

“Clube da Luta” (1999) – crítica ao consumo

- **O que é:** filme em que um homem frustrado cria um clube de lutas clandestinas.

- **Ideia central:** tentar preencher o vazio existencial com consumo leva à alienação e à violência.
- **Por que usar:** ícone para discutir consumismo e identidade.
- **Como aplicar:** em temas sobre consumismo, masculinidade tóxica, alienação.

“BoJack Horseman” – fama e depressão

- **O que é:** série animada sobre um ex-astro de TV em crise existencial.
- **Ideia central:** sucesso e visibilidade não garantem saúde mental; podem mascarar traumas.
- **Por que usar:** ótimo para discutir saúde mental e cultura do sucesso.
- **Como aplicar:** em temas sobre depressão, vício, pressão por desempenho, redes sociais.

“Her” (2013) – amor e tecnologia

- **O que é:** filme em que um homem se apaixona por uma assistente virtual.
- **Ideia central:** relações mediadas por IA expõem carência emocional e dificuldade de vínculo humano.
- **Por que usar:** poderoso para temas de IA e afetos.
- **Como aplicar:** em temas sobre solidão, relações virtuais, IA, desumanização.

“IA – Inteligência Artificial” (2001)

- **O que é:** filme sobre um robô-criança criado para amar.
- **Ideia central:** questiona se máquinas podem sentir e o que isso implicaria eticamente.
- **Por que usar:** bom para debates sobre consciência em máquinas.
- **Como aplicar:** em temas sobre IA, ética, humanidade, empatia.

“Children of Men” (2006) – distopia sem nascimentos

- **O que é:** filme em que a humanidade se torna infértil e o mundo entra em colapso.
- **Ideia central:** a ausência de futuro (crianças) revela o esgotamento da esperança coletiva.

- **Por que usar:** metáfora potente para crise social e ambiental.
- **Como aplicar:** em temas sobre futuro, migração, crise climática, desesperança.

“The Jetsons” (1962) – otimismo tecnológico

- **O que é:** desenho animado sobre uma família do futuro.
- **Ideia central:** imagina um futuro em que tecnologia resolva problemas, sem discutir desigualdades.
- **Por que usar:** para contrastar visão ingênua com a realidade atual da IA.
- **Como aplicar:** em temas sobre tecnologia, automação, desigualdade.

“O Poço” (2019) – metáfora da desigualdade

- **O que é:** filme em que presos em uma estrutura hierarquizada recebem comida por uma plataforma, com menor ou maior quantidade de alimentos.
- **Ideia central:** um sistema injusto de distribuição transforma pessoas em inimigas, mesmo com recursos suficientes.
- **Por que usar:** excelente metáfora para desigualdade social.
- **Como aplicar:** em temas sobre pobreza, meritocracia, solidariedade.

“Black Mirror” (série)

- **O que é:** série antológica sobre futuros próximos distópicos ligados à tecnologia.
- **Ideia central:** tecnologias amplificam medos e vícios humanos, gerando cenários de controle e alienação.
- **Por que usar:** extremamente versátil em tecnologia.
- **Como aplicar:** em temas sobre redes sociais, IA, privacidade, reputação, vigilância.

“O Show de Truman” (1998)

- **O que é:** filme em que um homem tem sua vida transmitida como reality show sem saber.
- **Ideia central:** a espetacularização da vida e a vigilância constante podem manipular identidades e escolhas.
- **Por que usar:** ótimo para mídia, exposição e privacidade.

- **Como aplicar:** em temas sobre reality shows, redes sociais, vigilância, consentimento.

“Não Olhe Para Cima” (Don’t Look Up, 2021)

- **O que é:** filme satírico em que políticos e mídia ignoram um cometa que destruirá a Terra.
- **Ideia central:** negacionismo científico e espetacularização da notícia impedem respostas a crises reais.
- **Por que usar:** perfeito para clima, ciência e desinformação.
- **Como aplicar:** em temas sobre crise climática, negacionismo, fake news, política.

DADOS / RELATÓRIOS OFICIAIS

OMS (2023) – burnout no Brasil

- **O que é:** relatório que indica que 86% dos trabalhadores brasileiros sofrem algum tipo de exaustão mental.
- **Ideia central:** saúde mental é urgência coletiva, ligada às condições de trabalho.
- **Por que usar:** dado forte para temas de trabalho e saúde mental.
- **Como aplicar:** em temas sobre burnout, produtividade, políticas de bem-estar.

Instituto Ipsos (2024) – afastamentos por saúde mental

- **O que é:** pesquisa que aponta crescimento de 35% nos afastamentos do trabalho por motivos de saúde mental no Brasil.
- **Ideia central:** adoecimento psíquico impacta diretamente o mundo do trabalho e a economia.
- **Por que usar:** quantifica um fenômeno em expansão.
- **Como aplicar:** em temas sobre trabalho, saúde, políticas públicas.

Oxford Internet Institute (2023) – medo da IA

- **O que é:** estudo que mostra que 60% dos jovens (16–24 anos) sentem-se ameaçados ou substituídos por IA.

- **Ideia central:** a inovação tecnológica gera ansiedade e sensação de insegurança profissional.
- **Por que usar:** dado atualíssimo sobre tecnologia e trabalho.
- **Como aplicar:** em temas sobre IA, futuro do trabalho, educação, juventude.

UNESCO (2023) – diretrizes éticas para IA

- **O que é:** documento que define princípios para um uso responsável da IA.
- **Ideia central:** é preciso garantir transparência, justiça e respeito aos direitos humanos no desenvolvimento de IA.
- **Por que usar:** mostra que o debate ético já está institucionalizado.
- **Como aplicar:** em temas sobre regulação tecnológica, ética na IA, privacidade.

Global Peace Index (2024) – queda da paz global

- **O que é:** índice que avalia níveis de paz em países do mundo.
- **Ideia central:** o relatório aponta a queda da paz global pelo 9.º ano consecutivo.
- **Por que usar:** dado importante para temas de guerra, violência, segurança.
- **Como aplicar:** em temas sobre conflitos, militarização, refugiados, paz.

ACNUR (2023) – deslocamento forçado

- **O que é:** agência da ONU para refugiados que registrou 117 milhões de pessoas deslocadas por guerras, perseguições e desastres.
- **Ideia central:** deslocamento forçado atinge recordes históricos, tornando-se uma crise global.
- **Por que usar:** número forte para debates sobre migração.
- **Como aplicar:** em temas sobre refugiados, guerras, desastres climáticos, direitos humanos.

FAO – fome e insegurança alimentar

- **O que é:** órgão da ONU para agricultura e alimentação, que monitora a fome no mundo.

- **Ideia central:** milhões ainda passam fome em um planeta que produz alimento suficiente para todos.
- **Por que usar:** central em temas de fome, agronegócio, desigualdade.
- **Como aplicar:** em temas sobre segurança alimentar, pobreza, políticas agrícolas.

UNICEF – infância e adolescência

- **O que é:** fundo da ONU que divulga dados sobre trabalho infantil, violência, evasão escolar e pobreza entre crianças.
- **Ideia central:** crianças e adolescentes são os mais afetados por desigualdade e violência.
- **Por que usar:** útil em qualquer tema que envolva infância.
- **Como aplicar:** em temas sobre educação, proteção infanto-juvenil, pobreza infantil.

OIT – trabalho infantil e trabalho escravo

- **O que é:** Organização Internacional do Trabalho, órgão que monitora violações trabalhistas.
- **Ideia central:** milhões de pessoas ainda são vítimas do trabalho infantil ou condições análogas à escravidão.
- **Por que usar:** fundamenta temas de trabalho e direitos trabalhistas.
- **Como aplicar:** em temas sobre exploração, trabalho infantil, dignidade no trabalho, direitos trabalhistas.

ARTE / FOTOGRAFIA / INSTALAÇÕES

René Magritte – “The Lovers” (1928)

- **O que é:** pintura de um casal se beijando com os rostos cobertos por panos.
- **Ideia central:** mesmo em proximidade física, pode haver barreiras invisíveis à verdadeira intimidade.
- **Por que usar:** símbolo visual da dificuldade de contato genuíno.
- **Como aplicar:** em temas sobre comunicação, solidão, superficialidade nas relações.

Eric Pickersgill – projeto “Removed”

- **O que é:** série fotográfica que remove, digitalmente, celulares das mãos das pessoas nas imagens.
- **Ideia central:** ao tirar os aparelhos, vemos gestos vazios e desconexão presencial.
- **Por que usar:** metáfora direta para vício em telas.
- **Como aplicar:** em temas sobre redes sociais, atenção, presença ausente.

Ai Weiwei – “Fronteiras Invisíveis”

- **O que é:** instalações que abordam migração, opressão estatal e exclusão.
- **Ideia central:** fronteiras físicas e simbólicas controlam corpos e restringem liberdade.
- **Por que usar:** forte para temas de direitos humanos.
- **Como aplicar:** em temas sobre refugiados, autoritarismo, fronteiras.

Chris Milk – “The Treachery of Sanctuary” (2012)

- **O que é:** instalação interativa que usa projeções e sensores para explorar corpo e transcendência.
- **Ideia central:** questiona os limites entre corpo, tecnologia e identidade.
- **Por que usar:** une arte e tecnologia.
- **Como aplicar:** em temas sobre identidade, tecnologia, arte digital.

Nuno Ramos – “Sem teto, sem teto” (2018)

- **O que é:** obra que tematiza a invisibilidade de pessoas em situação de rua.
- **Ideia central:** corpos excluídos são apagados da paisagem urbana.
- **Por que usar:** forte para direito à cidade e aporofobia.
- **Como aplicar:** em temas sobre população em situação de rua, exclusão urbana, políticas sociais.

Rembrandt – “Old Woman Reading” (1655)

- **O que é:** pintura de uma idosa lendo, em ambiente íntimo.
- **Ideia central:** simboliza sabedoria, dignidade e introspecção na velhice.
- **Por que usar:** contrapõe estereótipos negativos sobre idosos.
- **Como aplicar:** em temas sobre velhice, etarismo, valor do conhecimento.

Banksy – arte de rua politizada

- **O que é:** artista anônimo cujos grafites criticam guerra, consumo, vigilância e fronteiras.
- **Ideia central:** a arte urbana pode denunciar injustiças e intervir diretamente no espaço público.
- **Por que usar:** muito atual e visual.
- **Como aplicar:** em temas sobre protesto, desigualdade, cidade, liberdade de expressão.

“Metrópolis” (Fritz Lang, 1927) – cinema e cidade

- **O que é:** filme expressionista sobre uma cidade dividida entre a elite e operários subterrâneos.
- **Ideia central:** retrata a brutal divisão de classes na cidade industrial.
- **Por que usar:** metáfora forte para desigualdade e exploração.
- **Como aplicar:** em temas sobre desigualdade urbana, trabalho, desumanização.

MOVIMENTOS / CAMPANHAS SOCIAIS

#IdadismoNão – ONU Mulheres (2021)

- **O que é:** campanha global contra preconceito em relação a pessoas mais velhas.
- **Ideia central:** o etarismo limita oportunidades e desumaniza idosos, especialmente mulheres.
- **Por que usar:** repertório específico para envelhecimento.
- **Como aplicar:** em temas sobre etarismo, mercado de trabalho, direitos dos idosos.

#RemoveAHostilidade – Instituto Polis (2022)

- **O que é:** campanha nacional contra arquitetura hostil nas cidades.
- **Ideia central:** denunciar estruturas que expulsam pessoas vulneráveis de espaços públicos.
- **Por que usar:** conecta urbanismo e direitos humanos.
- **Como aplicar:** em temas sobre direito à cidade, população em situação de rua, urbanismo.

#NemUmaAMenos – contra feminicídio

- **O que é:** movimento latino-americano que denuncia violência contra mulheres e impunidade.
- **Ideia central:** feminicídio é resultado de uma cultura machista que naturaliza agressões.
- **Por que usar:** referência forte em temas de gênero.
- **Como aplicar:** em temas sobre violência de gênero, políticas de proteção, cultura do estupro.

“Cidade para quem?” – coletivos de arquitetura popular

- **O que é:** coletivos que questionam para quem a cidade é planejada e defendem moradia e espaços inclusivos.
- **Ideia central:** o planejamento urbano deve considerar os grupos historicamente excluídos.
- **Por que usar:** ótimo para direito à cidade e moradia.
- **Como aplicar:** em temas sobre habitação, desigualdade urbana, participação social.

Fridays for Future

- **O que é:** movimento global de estudantes que fazem greves contra as mudanças climáticas, inspirado por Greta Thunberg.
- **Ideia central:** jovens exigem ação climática dos governantes e questionam inércia política.
- **Por que usar:** reforça protagonismo juvenil e questão ambiental.
- **Como aplicar:** em temas sobre juventude, meio ambiente, participação política.

Black Lives Matter

- **O que é:** movimento que denuncia violência policial e racismo contra pessoas negras.
- **Ideia central:** racismo estrutural se manifesta na violência de Estado e no sistema de justiça.
- **Por que usar:** forte para racismo e violência; muito conhecido.
- **Como aplicar:** em temas sobre racismo, violência policial, direitos civis.

MeToo

- **O que é:** movimento que expôs casos de assédio e violência sexual, especialmente em ambientes de poder.
- **Ideia central:** o silêncio é quebrado quando vítimas falam coletivamente, revelando a dimensão do problema.
- **Por que usar:** muito relevante para violência de gênero e abuso de poder.
- **Como aplicar:** em temas sobre assédio, cultura do estupro, direitos das mulheres.

EDUCAÇÃO / INFORMAÇÃO / CULTURA

Paulo Freire – “Pedagogia do Oprimido”

- **O que é:** obra que defende educação como prática de liberdade.
- **Ideia central:** ensinar é despertar consciência crítica para transformar a realidade, não apenas transmitir conteúdo.
- **Por que usar:** central em qualquer debate sobre educação.
- **Como aplicar:** em temas sobre escola, cidadania, desigualdade educacional.

Pierre Bourdieu – “Capital cultural”

- **O que é:** conceito que explica como hábitos, linguagem e conhecimento funcionam como capital simbólico.
- **Ideia central:** quem nasce com mais capital cultural tem mais chances de sucesso escolar e profissional.
- **Por que usar:** ótimo para criticar a ideia de meritocracia simples.

- **Como aplicar:** em temas sobre desigualdade de oportunidades, vestibular, escola pública.

TECNOLOGIA E IAS (EIXO EXTRA)

Yuval Noah Harari – IA e futuro do trabalho

- **Quem é:** historiador que discute, em “Homo Deus” e conferências, o impacto da IA e da biotecnologia.
- **Ideia central:** a automação pode criar uma “classe inútil” do ponto de vista econômico, ampliando desigualdades.
- **Por que usar:** referência global em debates sobre IA e futuro da humanidade.
- **Como aplicar:** em temas sobre IA, trabalho, desigualdade, controle de dados.

Oxford Internet Institute / UNESCO – regulação da IA

- **O que são:** instituições que produzem dados e diretrizes sobre impacto e ética da IA.
- **Ideia central:** é necessário regulamentar desenvolvimento e uso da IA para proteger direitos e empregos.
- **Por que usar:** dá legitimidade a preocupações éticas e sociais.
- **Como aplicar:** em temas sobre regulação tecnológica, proteção de dados, direitos digitais.

Shoshana Zuboff – capitalismo de vigilância (revisando no eixo IA)

- **O que é:** análise de um sistema econômico baseado na coleta massiva de dados.
- **Ideia central:** IA e algoritmos se alimentam desses dados para prever e moldar comportamentos.
- **Por que usar:** liga IA, dados e poder corporativo.
- **Como aplicar:** em temas sobre IA, privacidade, big techs, manipulação algorítmica.

SOBRE A AUTORA

Cris Oliveira é daquelas mulheres que transformam palavras em potência. Educadora, empreendedora, comunicadora — ela é a mente e o coração por trás da Cris Oliveira - Tudo de Texto - Soluções Educacionais e para a Escrita, uma empresa que, desde 2014, vem revolucionando a forma como milhares de pessoas se relacionam com a escrita.

Com uma trajetória marcada pela coragem de criar e inovar, Cris Oliveira construiu uma plataforma de conhecimento acessível, afetiva e altamente eficaz. Seu trabalho vai muito além do ensino tradicional: ela forma sujeitos pensantes, afia vozes, prepara futuros. Já são mais de duas décadas e meia ensinando Língua Portuguesa, Literatura e Redação, com uma paixão que atravessa salas de aula, vídeos, livros, cursos e mentorias.

Sim, muitos a chamam de “a professora de redação”. Mas Cris Oliveira é mais: é uma mulher que lidera, que empreende, que abre espaço onde antes faltava representatividade. Ela é a voz firme que ensina a encontrar a própria voz - em um vestibular, em um concurso, em uma reunião, ou em um texto que muda vidas.

Graduada em Letras, com diversas pós-graduações em áreas como Design Instrucional, Produção Textual e Neurociência para a Educação, fez recentemente MBA em Digital Business pela USP/Esalq, ampliando ainda mais sua visão estratégica. O que antes era apenas paixão por ensinar, virou missão de vida e modelo de negócio: uma mulher à frente, levando outras e outros consigo.

Já esteve em grandes corporações como Bosch, BMW, Voith e Mercedes Benz, ensinando comunicação oral e escrita e formando profissionais com excelência. Participou da criação de provas, escreveu livros, corrigiu redações - viveu, por dentro, os bastidores das grandes avaliações do país.

É com essa bagagem que te fazemos esse convite: venha aprender a se comunicar com clareza, confiança e autenticidade. Porque em tempos de inteligência artificial, o que nos diferencia é a alma que colocamos em cada palavra. Escrever bem tem que ser para todo mundo.



Cris Oliveira®

TUDO DE TEXTO

SOLUÇÕES EDUCACIONAIS
E PARA A ESCRITA

Treinamentos
Educação Digital
Português e Redação
Concursos e Vestibulares
Produção de Materiais Didáticos Digitais

CONTATOS



tudodetexto.com.br/



[@crisoliveira.tudodetexto](https://www.instagram.com/crisoliveira.tudodetexto)



[@crisoliveira.tudodetexto](https://www.youtube.com/c/crisoliveira.tudodetexto)



[.\(11\) 99152-6910](https://api.whatsapp.com/send?phone=5511991526910)



[@crisoliveira.tudodetexto](https://www.facebook.com/crisoliveira.tudodetexto)



[@cristudodetexto](https://www.linkedin.com/company/cristudodetexto)



crisoliveira@tudodetexto.com.br