

Jornal Folha de São Paulo	Data 17/11/2018	Caderno Mercado	Página A-15
------------------------------	--------------------	--------------------	----------------

Currículo que funciona é enxuto, em tópicos e sem nenhum enfeite

O tempo que um recrutador leva para decidir se um currículo merece ou não uma análise mais cuidadosa é de menos de dez segundos. A primeira impressão é, portanto, essencial. "Você precisa criar a atração para um primeiro encontro", diz Fernando Mantovani, diretor geral da consultoria Robert Half.

Não adianta, então, encher páginas e páginas com todos os detalhes de seu histórico profissional. Recrutadores recomendam que o currículo não passe de duas folhas -até quatro são aceitáveis numa posição de gerência, segundo André Ferragut, da recrutadora Hays.

Todas as experiências, porém, devem estar incluídas, mesmo as temporárias, autônomas ou projetos pessoais.

Se for difícil condensar o histórico, pode-se detalhar os cargos ocupados nos últimos dez anos e só mencionar o resto. "Experiências que não contribuem para o que você quer fazer agora podem ser bem sucintas", orienta Patricia Paniquar, consultora de carreira da Lee Hecht Harrison.

A ordem das informações também importa e pode alterar o resultado. Como o recrutador é rápido na hora de decidir se o candidato vale a pena, informações mais importantes devem vir primeiro: após o cabeçalho, uma linha com objetivos do candidato, sua formação e, só depois, histórico profissional, do cargo mais recente ao mais antigo.

O importante é focar no conteúdo: enfeitar o currículo para chamar a atenção pode ser um tiro no pé.

"Na dúvida, vá no modelo básico. Destaque apenas os títulos em negrito, mas não use muitas cores. A entrevista é o momento ideal para mostrar sua criatividade", diz Luiza Rondinelli, gerente de recrutamento e seleção da Randstad Professionals.

Jornal Folha de São Paulo	Data 17/11/2018	Caderno Mercado	Página A-15
------------------------------	--------------------	--------------------	----------------

Pensar em layouts diferentes só vale a pena se a empresa para o qual o candidato está se aplicando for mais informal. "Ambientes de marketing ou vagas de trainee podem ter formato e visual diferentes, com gráficos", afirma Gabriel Santos, gerente sênior da consultoria Talenses.





Jornal Folha de São Paulo	Data 17/11/2018	Caderno Mercado	Página A-15
------------------------------	--------------------	--------------------	----------------

Mostre poder de síntese e senso de prioridade já no primeiro contato

Sem experiência Quem estiver ingressando no mercado deve colocar no currículo experiências pessoais que possam ajudar a carreira de alguma forma, orienta Rodrigo Vianna, presidente da Mappit, recrutadora especializada em início de carreira. Intercâmbios, domínio de línguas, habilidades com tecnologia, participação em empresas juniores ou trabalhos voluntários podem ser incluídos.

Cabeçalho Deve conter dados pessoais básicos -nome, endereço, celular e email-, diz o consultor Josué Bressane. Estado civil e idade são opcionais.

Objetivos É importante resumir em até cinco linhas que tipo de cargo busca e em que área, para que o recrutador veja de cara se seu perfil bate com o da vaga.

Estudos Devem vir antes do histórico profissional. Segundo Fernando Mantovani, diretor geral da Robert Half, às vezes a vaga exige um diploma ou registro profissional, como OAB, então a formação pode ser decisiva. É nesse tópico que entra uma pós-graduação. Se tiver cursado uma faculdade não há necessidade de colocar onde fez o segundo grau, diz Josué Bressane. Logo abaixo pode vir o domínio de idiomas -e é importante ser sincero.

Sem firulas É comum que os currículos sejam analisados primeiro por um computador, e imagens atrapalham. "Podem achar que fica bonito, mas imagens confundem o algoritmo", diz André Ferragut, da consultoria Hays.

Layout Use tópicos em vez de texto corrido, para facilitar a leitura. "Tem que ser visualmente atrativo, com intervalos, sem blocos de texto muito grandes", diz Ferragut. Melhor um currículo mais longo e espaçado do que um muito condensado.

Destaques Antes de elencar tudo o que fez, um parágrafo de até dez linhas pode sintetizar suas qualificações.



Jornal Folha de São Paulo	Data 17/11/2018	Caderno Mercado	Página A-15
------------------------------	--------------------	--------------------	----------------

Histórico Experiências profissionais devem ser listadas da mais recente para a mais antiga. Escreva o nome da empresa, a localização e uma breve descrição de seu porte e atividades. Todos os cargos exercidos devem ser elencados, com data. Liste tarefas e conquistas. Mas não precisa escrever o óbvio. "Se você foi diretor, é claro que geriu pessoas", diz Fernando Mantovani.

Quantifique Transforme suas conquistas em números. "Isso é importante para que o leitor entenda o tamanho do seu desafio e resultado", diz Amanda Guedes de Oliveira, da Randstad Staffing. Redução de custos e retorno de investimento são indicadores que mostram o resultado do seu trabalho.

Palavras-chave O currículo deve ser adaptado para cada vaga, diz o consultor de carreiras Robert Wong. A escolha de termos utilizados importa -na dúvida, veja as palavras utilizadas no anúncio da vaga.

Formato O currículo deve ser enviado, de preferência, como um arquivo de Word. Se for em PDF, evite o uso de caixas de texto, que confundem os algoritmos que fazem a análise inicial do currículo.

Linguagem Especialistas recomendam o uso de terceira pessoa no currículo, por ser mais formal.