

# Descubra como desenvolver hábito de leitura

Ler é uma ótima prática para promover o conhecimento e ajudar as pessoas que desejam crescimento pessoal e [atualização profissional](#). Mas, no Brasil, o índice de leitura é muito baixo e depõe contra a reputação do país. O [brasileiro lê em média apenas 2,4 livros por ano](#). Falta de tempo, preguiça e falta de hábito são alguns motivos que justificam essa realidade e que não deveriam existir.

Para reverter esse cenário, é importante mostrar os benefícios que a leitura pode trazer para todos. Além de **proporcionar o fortalecimento do senso crítico, aumenta a capacidade de questionar e argumentar de forma racional** sobre os mais diversos assuntos. Veja a seguir mais vantagens de se tornar um leitor:

- estimula a criatividade e a imaginação;
- é bom para a memória;
- relaxa e dá prazer;
- ajuda a deixar os problemas de lado por um tempo;
- aumenta sua bagagem cultural;
- **enriquece o vocabulário e melhora a escrita;**
- amplia o repertório para conversar com outras pessoas.

Se você tem dificuldade ou não tem costume de ler, mas gostaria de iniciar essa prática, confira agora mesmo como desenvolver hábito de leitura.

## Escolha um livro com um tema que você goste

A menos que precise ler algo mais técnico, o ideal para não se desestimular logo no início é **escolher algum tema que seja interessante e agradável** para você. Uma outra opção é escolher um livro que várias pessoas tenham indicado. Assim, a tendência de gostar da leitura é ainda maior.

## Estabeleça sua rotina

**Escolha um horário e leia um pouco [todo dia](#)**. Se comprometa em ler por um determinado tempo, por capítulo ou um número definido de páginas. Isso pode te estimular a dar continuidade à leitura no dia seguinte. Com o tempo, você vai se acostumar até se tornar natural.

## Crie um espaço apropriado

Chegou a hora de escolher um espaço seu. Um local que seja confortável e agradável. Você precisa se sentir bem onde está. Como não tem esse hábito, o ambiente, inicialmente, deveria ser calmo e silencioso. **O objetivo é você não se dispersar e focar apenas na leitura**. É como meditação, é preciso esvaziar a cabeça para conseguir se concentrar.

## Carregue o livro sempre com você

Ande para todo o lado com seu livro ou e-book, que pode virar seu melhor amigo. **Não perca nenhuma oportunidade para ler**, seja no intervalo entre uma aula e outra, enquanto espera em um consultório médico, na hora do almoço ou no transporte público. Sempre é tempo para adiantar a leitura.

## Mude de assunto se não estiver gostando

**Ler tem que ser um prazer**. Não adianta insistir se não se identificou com a leitura. Mas procure chegar na metade do livro antes de desistir. Pode ser que o início seja parado e aos poucos ele melhore. É

normal levar um tempo para se acostumar e se envolver com a história.

## Escolha outros canais

**Leia tudo o que te interessar**, em jornais, revistas, blogs, artigos das redes sociais e até revistas em quadrinho. O importante é que o assunto atraia a sua atenção e estimule a sua leitura. Faça com que ela se torne uma parte essencial para você.

Tudo é questão de prática. **Quanto mais desenvolver hábito de leitura, mais rápido e melhor vai ler.** Adquirir o prazer por livros dará a você a oportunidade de conhecer o mundo e aprender sobre os mais diversos assuntos. Vale a pena investir na leitura!

E aí, curtiu o post? Não deixe de seguir as nossas redes sociais — [Facebook](#), [Instagram](#), [LinkedIn](#) — e tenha acesso a mais conteúdos como este!