

ENEM 2025 / Começa hoje o Exame Nacional do Ensino Médio. Especialistas reforçam que planejamento e organização são essenciais para evitar atrasos e garantir tranquilidade na resolução das questões. Segunda etapa será no próximo domingo

Atenção aos últimos detalhes

» JÉSSICA ANDRADE

Mais de 5 milhões de candidatos em todo o país farão, hoje, a primeira etapa do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem 2025). Após meses de estudo, simulados e revisões, o foco agora deve ser na organização e na tranquilidade. Saber o que levar, chegar com antecedência e cuidar da alimentação são detalhes que fazem toda a diferença no desempenho e podem evitar que o esforço de um ano inteiro seja comprometido por um imprevisto.

O Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep), responsável por aplicar o exame, reforça que os portões dos locais de prova abrem ao meio-dia e fecham pontualmente às 13h, no horário de Brasília. As provas começam às 13h30 e quem chegar atrasado não poderá entrar. Por isso, é essencial verificar o local de prova e o número da sala com antecedência, informações que constam no cartão de confirmação da inscrição, disponível na *Página do Participante*.

Entre os itens obrigatórios, estão o documento oficial de identificação com foto (como RG, CNH ou passaporte) e caneta esferográfica preta de corpo transparente, única aceita pelo sistema de leitura óptica. O candidato também deve levar o cartão de confirmação impresso, lanche leve em embalagem transparente e água em garrafa sem rótulo. O uso de lápis, borracha, corretivo, relógio digital e fones de ouvido é proibido. Celulares devem estar desligados e guardados no envelope lacrado fornecido pelo fiscal (**veja checklist**).

Segundo o coordenador pedagógico Igor Magalhães Cunha, da Bernoulli Educação, a atenção aos detalhes logísticos é tão importante quanto o preparo acadêmico. “O estudante precisa estar atento ao básico: saber

Marcelo Ferreira/CB/D.A Press



Para a professora Juliana Costa (de pé), do CEM 09 de Ceilândia, o “Enem é esperança”

Serviço

» **Conteúdos de hoje:** linguagens, códigos e suas tecnologias, ciências humanas e suas tecnologias, além da redação;

» **Horário:** os portões serão abertos às 12h e fechados às

13h. As provas começam a ser aplicadas às 13h30 e terminam às 19h;

» **Locais:** são informados no Cartão de Confirmação de Inscrição, no endereço enem.inep.gov.br/participante

onde vai fazer a prova, levar o documento e a caneta certa. São detalhes simples, mas que, se esquecidos, comprometem tudo”, reforça.

Cunha também orienta que o aluno vista roupas confortáveis e adequadas ao clima. Ele destaca, ainda, a importância de manter a calma e

confiar no que foi aprendido: “Ninguém aprende nada novo na véspera. O mais importante, agora, é descansar e acreditar no próprio esforço”.

Resistência

Juliana Costa, professora de

língua inglesa do Centro de Ensino Médio 09 (CEM 09) e fundadora do cursinho popular Smart Vestibulares, em Ceilândia, recomenda que o candidato durma bem e faça um café da manhã reforçado e um almoço leve, evitando alimentos gordurosos ou pesados. “A prova do Enem é longa, exige concentração e resistência emocional. O ideal é chegar descansado e confiante”, ressalta.

Juliana lembra que a Teoria de Resposta ao Item (TRI) avalia a coerência das respostas, e não apenas a quantidade de acertos. Por isso, recomenda começar pelas questões mais simples. “O Enem premia a estratégia. Fazer primeiro o que se sabe é a melhor forma de garantir pontuação e manter o equilíbrio emocional”, explica.

Checklist essencial

- » Documento oficial com foto (RG, CNH ou passaporte) físico ou digital;
- » Caneta esferográfica preta de corpo transparente, inclusive, reservas;
- » Cartão de confirmação da inscrição (impresso);
- » Lanche leve e água em garrafa transparente e sem rótulo;
- » Roupas confortáveis e adequadas ao clima;
- » Celular desligado e guardado no envelope fornecido pelo fiscal;
- » Chegar com antecedência e conferir o local e horário
- » Faça um café da manhã reforçado e um almoço leve antes da prova;
- » Durma bem na véspera;
- » Separe na noite anterior tudo o que vai levar;
- » Durante a prova, comece pelas questões mais fáceis;
- » Mantenha a calma e confie no seu preparo.

Entre os alunos da professora, a ansiedade é grande, mas o clima é de otimismo. Caroline Nolasco, de 17 anos, aluna do CEM 09 de Ceilândia, garante que vai seguir as orientações: “O mais importante, agora, é descansar a mente e não deixar o nervosismo dominar. A gente estudou, então está pronta”. Já Tales Queiroz, da mesma idade, acredita que o segredo é foco e calma. “A prova é desafiadora, mas é só mais uma etapa. Quero fazer o meu melhor e dar orgulho para a minha família”, afirma.

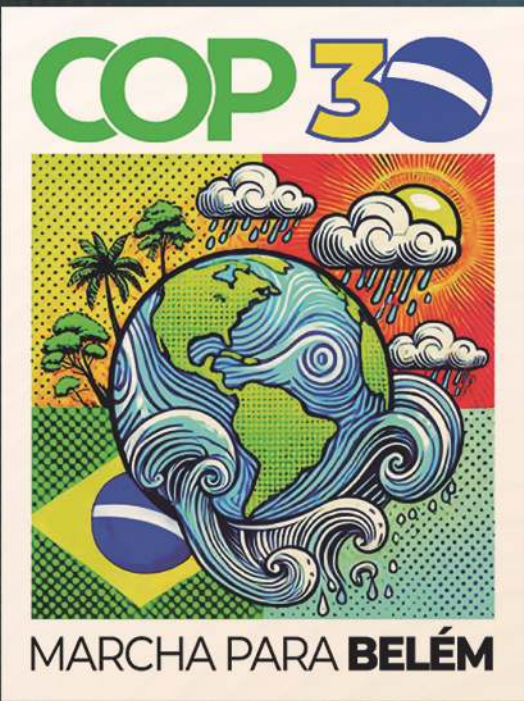
Controle

Além das dicas práticas, especialistas lembram que o controle da ansiedade e o preparo emocional contam muito na hora da prova. Técnicas simples de respiração, pausas breves para alongamento e hidratação durante a resolução das questões ajudam o cérebro a manter o foco. Segundo os educadores,

a autoconfiança é um diferencial que pode definir o desempenho. “A mente cansada erra por distração. Por isso, o equilíbrio entre preparo e serenidade é o segredo”, reforça o coordenador pedagógico da Bernoulli Educação.

Mais do que um exame, o Enem representa um marco de transformação social os jovens brasileiros. É a oportunidade de acesso à universidade, a bolsas de estudo e a programas como o Sisu, o Prouni e o Fies. Para alguns candidatos, especialmente os que vêm de realidades vulneráveis, o exame simboliza uma chance concreta de mudança de vida. “O Enem é esperança. Cada aluno que chega até aqui carrega consigo uma história de esforço e de superação”, resume a professora Juliana.

A segunda etapa do Enem, que será realizada no próximo domingo, trará as provas de matemática e ciências da natureza. O gabarito oficial será divulgado em 20 de novembro e o resultado final, em 13 de janeiro de 2026.



O futuro *caminha* com a gente

O **Correio Braziliense** traz para você a cobertura completa da **COP 30**

Em 2025, os olhos do mundo estarão voltados para a Amazônia.

A Conferência das Nações Unidas sobre Mudanças Climáticas – **COP 30** – acontece em **Belém** a partir do dia 10 de novembro.

É nesse contexto que nasce o especial **Marcha para Belém**, uma iniciativa de sustentabilidade do **Correio Braziliense**, com o patrocínio oficial do **Instituto Brasileiro de Mineração (IBRAM)**.



Acesse o site do projeto e saiba mais!

Patrocinador Oficial:



Realização:

