

# CORREIO BRAZILIENSE

(DOMINGO)

NÚMERO 22.926 • 70 PÁGINAS • R\$ 7,00

BRASÍLIA, DISTRITO FEDERAL, 28 DE DEZEMBRO DE 2025

**Revista**  
do CORREIO


Mariana Campos/CB/D.A Press

**Versatilidade** — O look para comemorar o réveillon pode virar uma roupa estilosa para várias ocasiões durante o ano. Uma proposta de consumo responsável e funcionalidade.

**Atividade doméstica também gasta caloria**

## Toffoli mantém acareação do Master, apesar de pedido do BC

O ministro Dias Toffoli, do Supremo Tribunal Federal, confirmou para esta terça-feira a audiência que reunirá o controlador do Banco Master, Daniel Vorcaro, o ex-presidente BRB Paulo Henrique Costa e o diretor de Fiscalização do Banco Central, Ailton de Aquino Santos. O magistrado negou embargos de declaração do BC pedindo a suspensão do encontro, que será virtual e faz parte do processo que investiga irregularidades em negociações envolvendo o Master, liquidado pela autoridade monetária. É a segunda negativa de Toffoli sobre a acareação. Na sexta-feira, ele rejeitou parecer do procurador-geral da República, Paulo Gonet, que considerou "prematuro" esse tipo de diligência. Na argumentação deste sábado, o BC questionou a participação de seu diretor na atual fase das apurações, realizadas também pela Polícia Federal, e a pressa para a reunião. Em vários comunicados publicados ontem, entidades do setor financeiro saíram em defesa da atuação e da independência do BC.

PÁGINA 7

Marcelo Camargo/Agência Brasil



## Silvinei vai à Papudinha. Moraes prende mais 10

A pedido do ministro Alexandre de Moraes, do STF, a Polícia Federal cumpriu ontem mandados de prisão domiciliar, com uso de tornozeleira, contra condenados pela tentativa de golpe — entre eles Filipe Martins, ex-assessor de Jair Bolsonaro. A decisão foi tomada após a fuga frustrada do ex-diretor-geral da PRF Silvinei Vasques, pego quando tentava embarcar de Assunção, no Paraguai, para El Salvador. Apenado pelo Supremo, Silvinei agora está numa cela da Polícia Militar no complexo da Papuda.

PÁGINAS 2 E 3

## Cirurgia para conter soluções

O ex-presidente Jair Bolsonaro voltou a ser submetido a uma cirurgia, desta vez para conter o nervo frônico direito. Segundo a equipe médica, amanhã o procedimento será repetido no lado esquerdo.

PÁGINA 4

Minervino Júnior/CB/D.A Press



**O Brasil ferve!** — O calor de 32 °C levou dezenas de brasilienses à Água Mineral. Em todo o país, 1,2 mil cidades estão em alerta para temperaturas extremas. PÁGINAS 6 E 17

## Um drible no radar do semiaberto



Presos beneficiados com saída, licenças quinzenais e trabalho ou estudo externo tentam burlar a fiscalização para passar mais tempo na rua. Grupos de WhatsApp com centenas deles dão avisos sobre a chegada da Polícia Penal. Muitos detentos neste regime e pouco pessoal para vigilância facilitam "as escapadas".

PÁGINA 13

**Trabalho &**  
formação profissional

### Trace metas possíveis

Planejar a carreira, a evolução no cargo ou a mudança de emprego estão nas resoluções de ano novo. Especialistas falam sobre estratégias para alcançar as metas, evitando frustrações.



### Violência é estrutural

"A violência de gênero não é episódica," afirma Patrícia Blanco, presidente do Instituto Palavra Aberta.

EIXO CAPITAL, 14



Marcelo Ferreira/CB/D.A Press

### Caminho das estrelas



Selton Mello mergulha em Hollywood em *Anaconda*, filme com estreia mundial. Brasileiro está ao lado de astros como Paul Rudd e Jack Black.

### Ana Dubeux

2026 será desafiador, por isso é bom preparar o espírito. PÁGINA 10

### Luana Patriolino

El Salvador, o destino insólito da fuga de Silvinei Vasques. PÁGINA 5

### Luiz Carlos Azedo

Chico e Milton em *O que será?* é uma ode à esperança. PÁGINA 4

 ISSN 1808-2661  
 9771808 266011

**CLASSIFICADOS: 3342.1000 • ASSINATURA / ATENDIMENTO AO LEITOR: 3342.1000** (61) 99158.8045 • assinante.df@dabr.com.br • **GRITA GERAL: 3214.1166** (61) 99256.3846



## TRAMA GOLPISTA

# Moraes fecha o cerco contra novas fugas

Após a tentativa frustrada de Silvinei Vasques, o ministro do STF decreta prisão domiciliar a dez condenados pela conspiração antidemocrática. Segundo o magistrado, há um "modus operandi" de burlar as penas impostas pela Justiça

» WAL LIMA  
» FERNANDA STRICKLAND  
» ALÍCIA BERNARDES

**P**or determinação do ministro Alexandre de Moraes, do Supremo Tribunal Federal (STF), a Polícia Federal cumpriu dez mandados de prisão domiciliar com uso de tornozeleira eletrônica contra condenados da chamada trama golpista. A medida busca evitar novas fugas e garantir o cumprimento das penas impostas pelo Supremo, em meio à execução das decisões já em andamento.

A ordem saiu logo após a prisão, no Paraguai, do ex-diretor-geral da Polícia Rodoviária Federal (PRF) Silvinei Vasques, que rompeu a tornozeleira eletrônica e tentou deixar o Brasil usando passaporte falso. O episódio reforçou a percepção, segundo ressaltou Alexandre de Moraes, de que existe risco concreto de evasão entre parte dos condenados.

Na decisão, o ministro afirma que há "um padrão de condutas indicativo de fuga" e diz que "o modus operandi da organização criminosa condenada pelo Supremo Tribunal Federal indica a possibilidade de planejamento e execução de fugas para fora do território nacional, como feito pelo réu Alexandre Ramagem, inclusive com a ajuda de terceiros".

A Polícia Federal cumpriu os mandados em oito unidades da Federação — Rio de Janeiro, São Paulo, Espírito Santo, Paraná, Goiás, Bahia, Tocantins e Distrito Federal — com atuação coordenada das equipes da PF. Em localidades onde havia militares entre os alvos, houve apoio de tropas do Exército para garantir a segurança das diligências.

Os dez condenados alcançados pela ordem são réus dos núcleos 2, 3 e 4 da trama golpista, julgados e condenados pela Primeira Turma do STF por crimes relacionados à tentativa de golpe de Estado após as eleições de 2022. Entre eles estão Filipe Martins, ex-assessor internacional de Jair Bolsonaro, condenado a 21 anos de prisão; Marília Alencar, ex-diretora de Inteligência do Ministério da Justiça; Guilherme Marques, tenente-coronel do Exército; Fabrício Moreira de Bastos, coronel do Exército; Ailton Gonçalves, ex-major do Exército; Sérgio Ricardo Cavaliere de Medeiros, tenente-coronel do Exército; Bernardo Romão Corrêa Netto, coronel do Exército; Giancarlo Rodrigues, subtenente do Exército; Angelo Denicoli, major da reserva; e Carlos César Moretzsohn Rocha, presidente do Instituto Voto Legal (IVL), que não foi localizado e é considerado foragido.

### Usa de tornozeleira

Moraes determinou que todos usem tornozeleira eletrônica, entreguem os passaportes, fiquem proibidos de manter contato entre si, não utilizem redes sociais e tenham o porte de arma suspenso. Segundo o ministro, essas restrições visam "assegurar a eficácia das decisões e impedir a repetição de condutas voltadas à obstrução da Justiça".

O despacho cita que a adoção de medidas mais duras decorre de uma "sequência de episódios" que demonstram capacidade organizada de alguns réus em planejar rotas de fuga, receber apoio



**O modus operandi da organização criminosa condenada pelo Supremo Tribunal Federal indica a possibilidade de planejamento e execução de fugas para fora do território nacional (...), inclusive com a ajuda de terceiros"**

*Alexandre de Moraes,  
ministro do STF*

### Operação antifuga

A Polícia Federal cumpriu determinação do Supremo Tribunal Federal para impor prisão domiciliar a um grupo de condenados da trama golpista. As ordens judiciais foram executadas nos estados do Rio de Janeiro, São Paulo, Espírito Santo, Paraná, Goiás, Bahia, Tocantins e no Distrito Federal, com apoio do Exército Brasileiro em parte das diligências. Saiba quem são os presos.

#### Núcleo 2

Planejou a operação "Punhal Verde Amarelo", que previa o monitoramento e o assassinato de autoridades — entre elas o presidente Lula, o vice Geraldo Alckmin e o ministro do STF Alexandre de Moraes.



**Filipe Martins**  
Ex-assessor de Assuntos Internacionais do ex-presidente Jair Bolsonaro:  
21 anos de prisão.



**Marília de Alencar**  
Delegada da PF e ex-diretora de Inteligência do Ministério da Justiça: 8 anos e 6 meses de prisão.

#### Núcleo 3

Formado na maioria pelos chamados "kids pretos" (militares da tropa de elite do Exército) e responsável por executar a operação "Punhal Verde Amarelo".



**Bernardo Romão Corrêa Netto**  
Coronel do Exército:  
17 anos de prisão.



**Sérgio Ricardo Cavaliere de Medeiros**  
Tenente-coronel:  
17 anos de prisão.



**Fabrício Moreira de Bastos**  
Coronel:  
16 anos de prisão.

#### Núcleo 4

Chamado de "Núcleo da Desinformação", segundo a denúncia da Procuradoria-Geral da República, disseminou notícias falsas sobre as urnas eletrônicas e atacou instituições e autoridades públicas, contribuindo para a articulação golpista.



**Ailton Gonçalves Moraes Barros**  
Major da reserva do Exército:  
13 anos de prisão.



**Ângelo Martins Denicoli**  
Major da reserva do Exército:  
17 anos de prisão.



**Giancarlo Gomes Rodrigues**  
Subtenente do Exército:  
14 anos de prisão.



**Guilherme Marques de Almeida**  
Tenente-coronel do Exército:  
13 anos e 6 meses de prisão.



**Carlos Cesar Moretzsohn Rocha**  
Presidente do Instituto Voto Legal:  
7 anos e 6 meses de prisão.

### Monitoramento

O ministro destacou que a operação não se encerra com o cumprimento dos mandados. Segundo o despacho, haverá acompanhamento permanente entre STF, Polícia Federal, Ministério Público e órgãos de inteligência. Moraes afirma que a complexidade das condutas e a capacidade de organização demonstrada por alguns condenados exigem vigilância constante e atuação coordenada das instituições.

A decisão também cita a necessidade de articulação internacional. O relator dos processos sobre a trama golpista registrou que há indícios de planejamento prévio e uso de rotas de saída do país, o que reforça a importância de diálogo com autoridades estrangeiras e sistemas de controle de fronteiras. O objetivo é impedir que a aplicação da lei penal brasileira seja frustrada por estratégias transnacionais e assegurar que as decisões do Supremo sejam efetivamente cumpridas.

Em nota divulgada, a defesa de Filipe Martins afirmou que a decisão do ministro Alexandre de Moraes de impor prisão domiciliar ao ex-assessor representa "mais um abuso" e não tem fundamento jurídico, pois teria sido motivada por um "ato de terceiro", em referência à tentativa de fuga de Silvinei Vasques, pessoa que, segundo os advogados, não integra o convívio do cliente.

A defesa sustentou, ainda, que Martins vem cumprindo "de forma exemplar" todas as medidas cautelares anteriormente impostas pelo Supremo, lembrando que, em novembro, o próprio ministro recuou de uma ameaça de prisão após constatar erro na leitura de dados da tornozeleira eletrônica, e reforça que ele não cometeu os atos que lhe são atribuídos pela Procuradoria-Geral da República.

O Correio não localizou a defesa dos outros réus.

logístico e tentar escapar da execução das penas. Segundo Moraes, as cautelares anteriores "não se mostraram suficientes" diante do cenário mais recente.

Os mandados atingem condenados que já estavam sob medidas cautelares diversas da prisão, como uso de tornozeleira e liberdade restrita. A partir de agora, os réus passarão a cumprir prisão domiciliar mais rígida, sem autorização de saída e sob monitoramento permanente.

Para Moraes, a manutenção

de certas liberdades poderia permitir novas tentativas de evasão e comprometer a autoridade do Supremo. No texto, ele afirma que há "inequivoca intenção de alguns condenados em frustrar a aplicação da lei penal", apontando "comportamentos condonados, estruturados e dotados de apoio logístico", o que justificaria a necessidade de reação "rápida, firme e proporcional à gravidade das condutas".

O ministro também registrou que o risco de evasão "não é hipotético", mas sustentado em fatos recentes. Ele escreve que não se trata de "descumprimentos pontuais", mas de "um conjunto de iniciativas deliberadas para oclusão de paradeiro, saída clandestina do território nacional e afronta direta às decisões desta Corte".

A Polícia Federal informou que as diligências começaram ainda nas primeiras horas do dia e seguiram ao longo da manhã e da tarde. Os agentes compareceram aos endereços dos condenados para notificar a prisão domiciliar

e ajustar as novas condições impostas pelo STF, garantindo a execução imediata da decisão.

Moraes deixou claro que as medidas têm caráter preventivo e buscam proteger "a autoridade das decisões judiciais, a efetividade da execução penal e a ordem pública". Ele determinou monitoramento contínuo e comunicação imediata ao Supremo caso haja qualquer violação, alertando que descumprimentos poderão resultar em sanções ainda mais rígidas.

Valdo Virgo/CB/D.A Press

## TRAMA GOLPISTA

# Silvinei preso na Papudinha

Ex-diretor da PRF chega a Brasília após tentativa de fuga pelo Paraguai. Defesa pede que ele não fique em presídio comum

» FERNANDA STRICKLAND

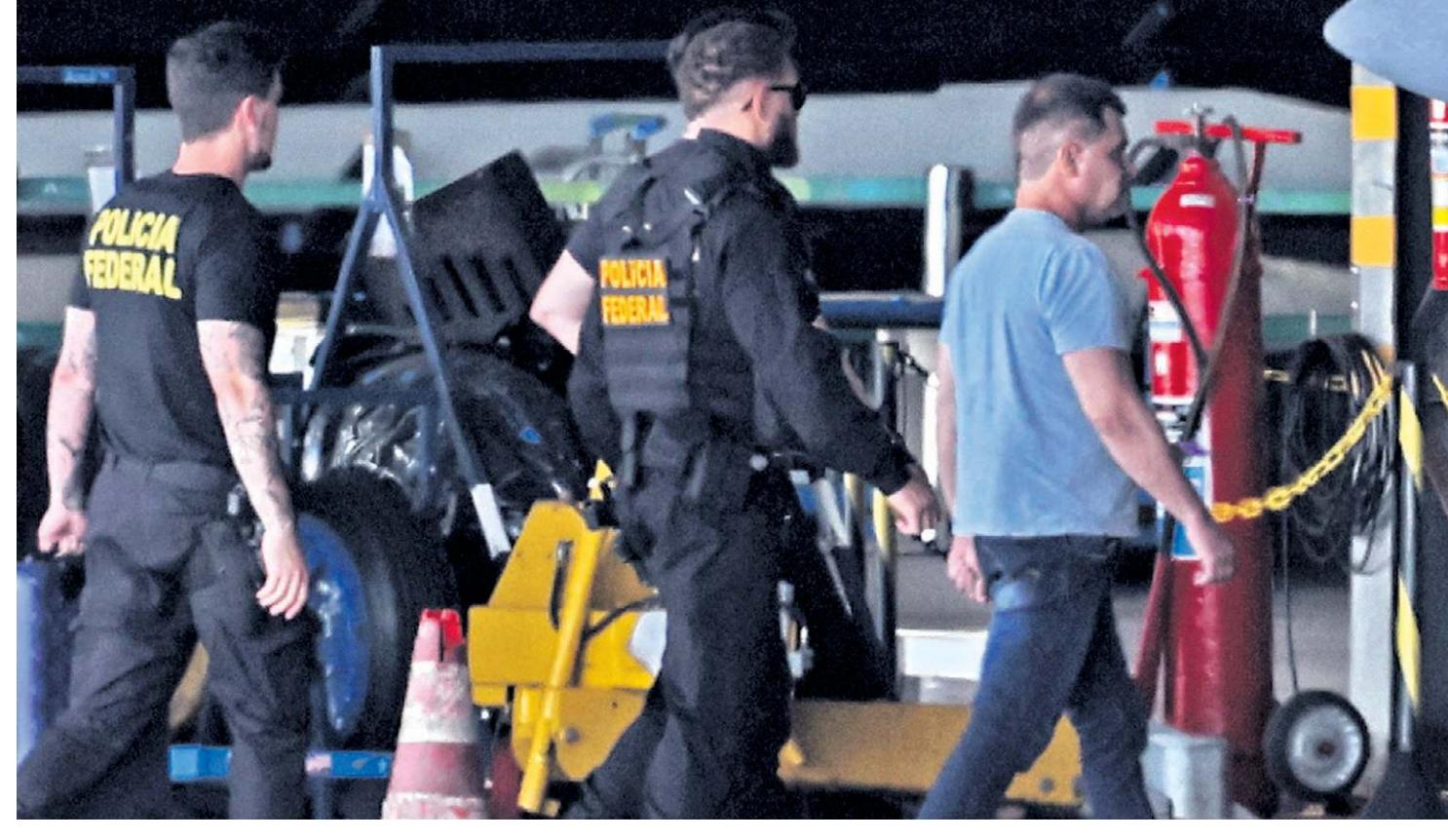
**P**reso após tentar deixar o país com documentos falsos, o ex-diretor-geral da Polícia Rodoviária Federal (PRF) Silvinei Vasques chegou a Brasília ontem sob escolta da Polícia Federal (PF). Ele foi transferido de Foz do Iguaçu (PR) para a capital federal em uma aeronave oficial, após ter sido detido na sexta-feira (26) no Aeroporto Internacional Silvio Petrirossi, no Paraguai, quando tentava embarcar para El Salvador.

A viagem teve início às 9h20, com decolagem às 10h20, e durou cerca de 2 horas e 52 minutos. O pouso ocorreu por volta das 13h11, em frente ao hangar da Polícia Federal, em Brasília. A chegada foi marcada por forte esquema de segurança e movimentação discreta. Assim que os motores da aeronave foram desligados, seis agentes da PF se aproximaram do avião. Vasques desceu, entrou diretamente no hangar e, sem falar com a imprensa, foi conduzido em uma viatura oficial para as dependências da corporação na capital.

Inicialmente, estava previsto que o ex-diretor da PRF passasse por exame de corpo de delito no Instituto Nacional de Criminalística por volta das 13h. No entanto, devido ao atraso no deslocamento, o procedimento foi remarcado para mais tarde. Antes da transferência, Vasques passou a noite de sexta-feira na sede da Polícia Federal em Foz do Iguaçu.

Segundo a investigação, ele teria rompido a tornozeleira eletrônica em Santa Catarina e seguido de carro até o Paraguai, onde acabou interceptado. A Polícia Federal informou que, na madrugada de quinta-feira (25/12), o equipamento de

Marcelo Camargo/Ag.ncia Brasil



Ex-diretor-geral da PRF Silvinei Vasques desembarca no hangar da Polícia Federal em Brasília

monitoramento ficou sem sinal de GPS e GPRS, possivelmente por término da bateria. Diante da falha, equipes realizaram diligências no endereço residencial de Vasques, em São José (SC), mas não o encontraram, tampouco localizaram o veículo inicialmente cadastrado em seu nome.

No mesmo dia da prisão, o ministro Alexandre de Moraes, do Supremo Tribunal Federal (STF), decretou a prisão preventiva de Silvinei Vasques. A decisão ocorre no contexto de sua condenação a 24 anos e seis meses de prisão, sob

a acusação de ter ordenado operações policiais no Nordeste para dificultar o deslocamento de eleitores do então candidato Luiz Inácio Lula da Silva (PT) durante o segundo turno das eleições de 2022.

Neste sábado, a defesa do ex-diretor encaminhou petição ao STF solicitando que ele não seja mantido em presídio comum. Os advogados sustentam que o fato de Vasques ter integrado a Polícia Militar de Santa Catarina configura "elemento concreto de avaliação de risco", uma vez que ex-agentes de segurança pública estariam mais

expostos a ameaças em unidades prisionais convencionais — entendimento que, segundo a defesa, já foi reconhecido pelo próprio Supremo em decisões anteriores.

O pedido também menciona que, durante o período em que Silvinei Vasques esteve preso anteriormente na Penitenciária da Papuda, houve registros de assédio e ameaças, ainda que controlados pela administração penitenciária. Por isso, a defesa solicita que ele cumpra eventual custódia em Santa Catarina, onde reside, ou no 19º Batalhão da PMDF, conhecido

como "Papudinha". É o mesmo local onde o ex-ministro Anderson Torres, também condenado à trama golpista, cumpre pena.

"A definição do local de custódia, especialmente em sede de prisão cautelar, deve observar critérios estritamente técnicos e individualizados, compatíveis com a natureza instrumental da medida, que não se confunde com antecipação de pena nem se presta a finalidades simbólicas", argumentam os advogados no documento encaminhado ao ministro Alexandre de Moraes.

## Fuga e prisão

24/12

19h — Silvinei Vasques coloca bagagens em um veículo no condomínio onde mora em São José (SC). No carro, o ex-diretor da PRF também leva um pitbull e ração para cachorro. O réu deixa o prédio onde mora, ao volante, por volta de 19h22.

25/12

3h — Polícia Federal detecta falhas no sinal emitido pela tornozeleira eletrônica de Silvinei. Ao longo do dia, duas equipes policiais constatam que o apartamento do condenado está vazio.

26/12

O ministro Alexandre de Moraes decreta prisão preventiva do ex-diretor da PRF. No mesmo dia, Silvinei Marques é preso no Aeroporto de Assunção tentando embarcar para El Salvador. Ele utilizava um passaporte paraguaio, em nome de Júlio Eduardo. Os agentes da imigração, disseram que tinha uma doença terminal e não podia ouvir nem falar.

20h

Polícia paraguaia conduz Silvinei Vasques até a Ponte da Amizade, na fronteira com o Brasil, e entrega o condenado à Polícia Federal.

27/12

Após passar a noite em Foz do Iguaçu (PR), Silvinei é transferido para Brasília. Ele desembarca na capital federal às 13h15. Após a audiência de custódia e exames, é encaminhado para o Complexo da Papuda.

## Relatório elogia democracia

Divulgação/STF



**A democracia se sustenta em instituições fortes e Justiça independente. É esse compromisso que o Brasil vem reafirmando, com clareza, perante a comunidade internacional!**

**Gilmar Mendes,**  
ministro decano do STF

movimento político que alimentou os atos antidemocráticos de 2022 e 2023.

Bolsonaristas recorreram à OEA, denunciando desrespeitos aos direitos democráticos. O relatório foi divulgado, após ouvir até a choradeira e Fake News do Chupetinha. Resultado, OEA, não só reconhece a democracia brasileira, como afirmou que houve

tentativa de golpe contra Lula", escreveu o deputado federal Rogério Correia (PT-MG).

O senador Humberto Costa (PT-PE) também foi taxativo. "OEA atesta: foi golpe. Relatório oficial desmonta narrativa bolsonarista, reconhece o papel do STF e fecha o cerco após EUA também recuarem do tarifaço e descartarem a Lei Magnitsky. Fim da linha para Bolsonaro."

Apesar dos elogios à democracia brasileira, o relatório da OEA recomenda atenção no arcabouço legal relativa à liberdade de expressão. O documento afirma que medidas extremas para conter excessos antidemocráticos não devem se perpetuar, sob o risco de ocorrência de abusos.

Essa ressalva foi suficiente para bolsonaristas fazerem um contraponto à euforia dos petistas. "Minha interpretação do relatório: 'discurso de ódio' e 'desinformação' são usados para perseguir alvos pré-determinados e a democracia no Brasil é relativa. E não há mais imunidade parlamentar para políticos de direita", escreveu o senador Flávio Bolsonaro em uma rede social.

## PT e Bolsonaro

Parlamentares governistas comemoram a publicação do relatório da OEA. E reforçaram os ataques a figuras do bolsonarismo,

## PO NEWS

Boletim informativo das Organizações PaulOctavio



## PLANALTINA SHOPPING

OBRAS SÃO INICIADAS COM COLOCAÇÃO DA PRIMEIRA ESTACA

**A cidade de Planaltina viveu um momento histórico com o içamento da primeira estaca** do Planaltina Shopping, empreendimento que promete transformar a dinâmica econômica e social da cidade. A cerimônia contou com a presença do empresário Paulo Octávio, idealizador do projeto.

**Após 15 anos de estudos e planejamento, o shopping começa a sair do papel** como um dos projetos mais aguardados pela população. Com investimento estimado em R\$ 300 milhões, o Planaltina Shopping terá 156 lojas, salas de cinema, praça de alimentação e ampla estrutura voltada ao entretenimento e ao bem-estar.

**Localizado na Avenida Goiás, próximo à DF-128, o centro comercial** terá área construída de 83.983,45 metros quadrados e área bruta locável de aproximadamente 21.524 metros quadrados, com previsão de entrega entre 24 e 30 meses. O projeto deve gerar milhares de empregos diretos e indiretos, impulsionando a economia local.

**O empreendimento trará melhorias urbanas significativas**, como a ampliação de calçadas, implantação de ciclovias, novos abrigos de ônibus e reforço da iluminação pública. Para Paulo Octávio, o projeto representa o compromisso de entregar à população um centro de lazer, convivência, bem-estar e oportunidades de negócios que dialogue com o futuro da cidade.

[www.paulooctavio.com.br](http://www.paulooctavio.com.br)

**PODER**

# Procedimento para conter crise de soluço

Bolsonaro voltou ao centro cirúrgico, ontem, para bloqueio do nervo frênico direito e repetirá a intervenção, amanhã, no lado esquerdo. Previsão de alta está mantida, dizem médicos

» FERNANDA STRICKLAND  
» WAL LIMA

Internado no Hospital DF Star, em Brasília, em recuperação da cirurgia de hernia inguinal bilateral realizada por via convencional, o ex-presidente Jair Bolsonaro (PL) precisou passar por novo procedimento, ontem, após apresentar uma crise de soluços.

Segundo a equipe comandada pelos médicos Cláudio Birolini e Brasil Caiado, Bolsonaro foi submetido a um procedimento para bloqueio anestésico do nervo frênico direito, realizado sob sedação e "sem intercorrências". O procedimento durou cerca de uma hora. A avaliação inicial é de boa resposta, mas o quadro ainda requer acompanhamento próximo.

Antes, a medicação contra os soluços teve que ser dobrada. "Ontem (sexta-feira), ele teve uma crise de soluço prolongada, que o incomodou profundamente, e hoje (sábado) acordou abatido", disse o médico Brasil Caiado, em coletiva de imprensa.

Os médicos informaram, também, que está programado para amanhã o bloqueio do nervo frênico esquerdo, medida considerada complementar ao procedimento realizado. Enquanto permanece internado, o ex-presidente seguirá em fisioterapia para reabilitação e monitoramento clínico contínuo.

Bolsonaro está tomando analgésicos e medicamentos para a prevenção de trombose, que acontece quando um coágulo se forma dentro da via sanguínea. A jornalistas, a equipe médica confirmou que as intervenções não afetam a previsão de alta em 31 de dezembro, anunciada quando o ex-presidente foi internado.

**Bloqueio do nervo**

O bloqueio anestésico do nervo frênico é um procedimento para interromper a função do diafragma (paralisia temporária). Usado intencionalmente para tratar soluços persistentes (hiccups) — sintoma frequentemente informado por Bolsonaro. O ex-presidente passa por crises de soluço crônico desde a época em que era deputado federal, de acordo com Cláudio Birolini.

O objetivo da intervenção é aliviar o diafragma irritado, como em casos pós-cirúrgicos ou de refluxo, mas requer monitoramento respiratório devido ao risco de insuficiência

Ton Molina/STF



De acordo com Michelle Bolsonaro, o ex-presidente tem tido episódios diários de soluço há nove meses



**Ontem (sexta-feira), ele teve uma crise de soluço prolongada, que o incomodou profundamente, e hoje (sábado) acordou abatido"**

**Brasil Caiado**, um dos médicos de Bolsonaro

respiratória. Por isso, é preciso observação prolongada e monitoramento respiratório pós-procedimento.

"Esse bloqueio anestésico é um procedimento relativamente seguro, mas não é o padrão para o tratamento de soluço. Precisa ver realmente se isso justifica o benefício, o risco", afirmou Birolini ainda na quinta-feira, após a cirurgia de hernia a que Bolsonaro foi submetido.

A realização do procedimento tinha sido divulgada mais cedo pela ex-primeira-dama Michelle Bolsonaro, líder do PL Mulher, em postagem

nas redes sociais. "Meu amor acabou de ir para o centro cirúrgico para realizar o bloqueio do nervo frênico. Peço que intercedam em oração por mais esse procedimento, para que seja exitoso e traga alívio definitivo. Já são nove meses de luta e de angústia com soluços diários", escreveu.

Ainda segundo o relato, o ex-presidente enfrenta um período prolongado de sofrimento, descrito como uma fase de "luta e angústia", marcada por episódios diários de soluços, que teriam impactado sua rotina e bem-estar.

O médico Matheus Saldanha afirmou, porém, que o procedimento tem efetividade de até três meses, mas não representa uma cirurgia. A equipe médica estuda outras alternativas para solucionar as crises de soluço do ex-presidente.

**Filhos**

Mensagens publicadas na internet pelos vereadores Jair Renan Bolsonaro (PL-SC) e Carlos Bolsonaro (PL-RJ), ontem, revelaram momentos de tensão e angústia vividos pela família do ex-chefe do Executivo. De acordo com eles, o pai teria sido levado às pressas para o centro cirúrgico.

Em postagem feita pouco antes da cirurgia, Jair Renan afirmou

que chegou ao hospital com a intenção de visitar o pai, mas se deparou com a equipe médica conduzindo-o com urgência para o centro cirúrgico. Segundo ele, não foi autorizado a acompanhar o ex-presidente no momento que antecedeu o procedimento.

Jair Renan também relatou que, no lugar da presença da família, dois policiais armados acompanharam Bolsonaro no deslocamento até a cirurgia, o que classificou como um ato de "crueldade". "Estou com o coração na mão", disse.

A situação também foi comentada por Carlos Bolsonaro, que repostou a mensagem do irmão. Segundo o vereador, apenas um dos filhos poderia permanecer no hospital aguardando informações, em razão de restrições impostas no local. Carlos questionou a necessidade da medida, demonstrando indignação com o que chamou de tratamento excessivamente rígido.

Bolsonaro cumpre pena de 27 anos e três meses de prisão após condenação pelo Supremo Tribunal Federal (STF) por tentativa de golpe de Estado. Na decisão que autorizou a internação, na quinta-feira passada, o ministro Alexandre de Moraes destacou que a medida não interfere na execução da pena.

**JUSTIÇA**

## Novas regras para acordos de leniência

Carlos Vieira/CB/D.A.Press



Instrumento ficará "mais previsível, técnico e funcional", diz ministro da CGU

A Advocacia-Geral da União e a Controladoria-Geral da União publicaram nova portaria que reorganiza as regras para negociação, assinatura e acompanhamento de acordos de leniência previstos na Lei Anticorrupção. Segundo informações divulgadas pela AGU, ontem, a Portaria Normativa Interministerial CGU/AGU nº 1/2025 "consolida procedimentos anteriores dispersos, incorpora diretrizes do Decreto nº 11.129/2022 e substitui atos anteriores sobre o tema".

A principal novidade é a criação do mecanismo de "marker", que permite à empresa reservar os benefícios da autodenúncia enquanto conclui investigações internas. Pela nova regra, a pessoa jurídica pode comunicar formalmente a intenção de colaborar e solicitar prazo para apresentar a proposta completa de leniência. Caso o acordo não seja formalizado, as informações prestadas nessa fase não poderão ser utilizadas pela administração pública para outras finalidades.

"A coordenação entre as instituições e a atenção à segurança jurídica são essenciais para que esses acordos produzam resultados concretos, tanto na responsabilização das empresas quanto na recuperação de valores e na prevenção de novas irregularidades", declarou o advogado-geral da União, Jorge Messias.

Ainda de acordo com informações da AGU, o texto detalha critérios objetivos para o cálculo das obrigações financeiras.

A portaria define metodologias para estimar a vantagem recebida ou pretendida com o ilícito, fixa parâmetros para o perdimento desses valores e disciplina a análise da capacidade de pagamento, com possibilidade de parcelamento em até 60 meses, ou até 120

meses em situações excepcionais, como recuperação judicial.

No rol de incentivos à colaboração, a norma prevê hipóteses de redução de até dois terços da multa administrativa, inclusive quando a empresa reporta voluntariamente fatos ainda desconhecidos pelo Estado ou irregularidades identificadas em operações de fusão e aquisição, "desde que atendidos requisitos adicionais, como

medidas de remediação e programa de integridade".

A portaria estabelece ainda regras detalhadas sobre publicidade e sigilo. Os acordos e anexos deverão ser publicados em transparência ativa no site da Controladoria, "com restrição de acesso apenas às informações que possam comprometer investigações, processos em curso, dados pessoais ou informações comercialmente sensíveis".

**Compensação**

Para reduzir riscos de dupla penalização, o texto prevê mecanismos de compensação de valores pagos em outros acordos ou processos administrativos e judiciais, inclusive no exterior, quando houver identidade de fatos e reciprocidade entre as autoridades envolvidas.

"Com as novas regras, buscamos tornar o acordo de leniência um instrumento mais previsível, técnico e funcional, com regras claras desde a fase inicial de negociação até o acompanhamento do cumprimento das obrigações", explicou o ministro da CGU, Vinícius de Carvalho.

A portaria entrou em vigor com a publicação e se aplica às negociações em curso e aos acordos celebrados a partir desta semana, sem alterar as cláusulas de acordos já firmados.

## NAS ENTRELINHAS

Por Luiz Carlos Azedo

luizacedo.df@dab.com.br



## O lirismo cult de *O que será?* e a esperança que renasce a cada ano-novo

Um dos momentos mais sublimes da cultura brasileira foi a gravação ao vivo de *O que será? (À flor da pele)* por Milton Nascimento e Chico Buarque, no programa *Chico & Caetano*, exibido em 14 de março de 1987. O encontro histórico cristalizou um instante raro da música brasileira: dois artistas em sintonia plena, interpretando a canção lançada no álbum *Meus caros amigos*. A abertura vocal profunda e comovente do artista, que Elis Regina resumiu na frase "Se Deus cantasse, seria com a voz do Milton", e o olhar marejado de Chico ao iniciar o dueto compõem uma cena antológica, dessas que eternizam artistas e obras.

*O que será?* foi composta em 1976 para o filme *Dona Flor e seus dois maridos*, dirigido por Bruno Barreto e inspirado no romance homônimo de Jorge Amado. A canção tem três versões — *Abertura*, *À flor da pele* e *À flor da terra* — que marcam passagens distintas da narrativa. Segundo Chico Buarque, talvez para driblar a censura prévia vigente à época, as letras não guardam relação direta com o país. A força da obra está na universalidade do texto e na qualidade melódica.

O dueto com Milton não estava nos planos iniciais. Após ouvir Francis Hime tocar a canção ao piano, nos estúdios da gravadora, Milton se encantou e sugeriu a interpretação em duo. Chico e Francis acolheram a ideia e finalizaram os arranjos já considerando a voz de Milton. *O que será?* saiu no álbum *Meus caros amigos*, enquanto Milton a gravou em *Geraes*. Na versão cinematográfica, a canção foi interpretada por Simone.

Em 1992, ao acessar sua ficha no DOPS, Chico se surpreendeu com a leitura feita pelos censores. Em declaração ao *Jornal do Brasil*, comentou: "acho que eu mesmo não sei o que existe por trás dessa letra e, se soubesse, não teria cabimento explicar". Desde então, a música se consolidou como ícone do nosso lirismo cult — um amor aéreo, uma paixão que brota à flor da pele e escapa a qualquer controle ou explicação racional.

Há 50 anos, versos como "não tem governo, nem nunca terá", "não tem juiz", "não tem vergonha" foram lidos como crítica sutil à ditadura militar, um hino à liberdade que driblava a censura. A canção descreve uma força que move a vida — corporal e espiritual —, atravessando o sagrado e o profano, o privado e o coletivo.

**Esperança utópica**

Muito elogiada pela crítica por sua densidade e pelo jogo preciso com as palavras, a obra captura a essência do amor e do mistério humano. A melodia e as vozes de Milton e de Simone, em especial, ampliam a sensação de entrega. *O que será?* tornou-se um clássico do cancionero porque permite que cada ouvinte projete suas paixões e inquietações, sendo, ao mesmo tempo, celebração do desejo, metáfora da resistência e reflexão sobre forças indomáveis da experiência humana.

Escrita sob a ditadura, a interpretação antológica de Chico e Milton permanece perturbadora. Envie o vídeo dessa gravação icônica como votos de feliz Ano-Novo a amigos. Em um grupo de vizinhança supostamente apolítico, o vídeo foi censurado e removido pelo administrador — talvez por antipatias pessoais, talvez por evocar os anos sombrios dos 1970, quem sabe por ser visto como ameaça aos bons costumes. A reação, ainda que trivial, diz muito sobre o nosso tempo: o desejo, quando se expressa com força e beleza, continua perturbando. A música fala do desejo em sua forma mais profunda:

"O que será que me dá/ Que me bole por dentro, será que me dá/ Que brota à flor da pele, será que me dá (...) / O que não tem remédio, nem nunca terá/ O que não tem receita (...) / Que é feito estar doente de uma folia/ Que nem dez mandamentos vão conciliar/ Nem todos os unguedos vão aliviar/ Nem todos os quebrantos, toda alquimia/ E nem todos os santos, será que será (...) / Que me queima por dentro, será que me dá/ Que me perturba o sono, será que me dá/ Que todos os tremores me vêm agitar/ Que todos os ardores me vêm atiçar/ Que todos os suores me vêm encharcar/ Que todos os meus nervos estão a rogar/ Que todos os meus órgãos estão a clamor..."

Em que momento Chico Buarque ultrapassou os limites da MPB e passou a integrar o repertório da poesia brasileira? Estudosa da sua obra, Adélia Bezerra de Meneses, professora de Literatura da USP, destaca que sua poesia sempre foi reconhecida por Antônio Cândido e Carlos Drummond de Andrade. "O que será?" representa de forma paradigmática a variante utópica do compositor. Para Adélia, é uma canção "visionária e épica, um canto libertário, erótico e político".

Ao fim de um ano difícil, o dueto de Chico e Milton nos chega aos sentidos como um lembrete poderoso. Ali há algo que insiste em brotar, apesar de tudo. Algo que não tem governo, nem receita, nem remédio — mas que mantém vivos os afetos, a imaginação e a esperança. Que esse canto nos acompanhe na nova travessia. *O que será?* representa uma ode à esperança. Feliz ano-novo!

Estarei de volta em 2026.

**A CANÇÃO DESCRIE ALGO QUE MOVE A VIDA E VEM DO CORPO, DO DESEJO, DA FOLIA E DA ANGÚSTIA, PRESENTE EM TODOS OS LUGARES: DO SAGRADO AO PROFANO, DO ÍNTIMO AO COLETIVO**

# Brasília-DF



LUANA PATRIOLINO (INTERINA) COM EDUARDA ESPOSITO  
luanapatriolino.df@dabr.com.br

## Salvador dos extremistas

Ainda não está claro para a Polícia Federal o que levou o ex-diretor da Polícia Rodoviária Federal (PRF) Silvanei Vasques a escolher El Salvador como o destino final de seu roteiro de fuga mirabolante, nem onde ele se instalaria, caso conseguisse escapar das autoridades. Pequeno e com pouca relevância no cenário político internacional, o país ganhou destaque com a ascensão da extrema direita nas últimas eleições e recebeu atenção especial do bolsonarismo. Para o presidente dos Estados Unidos, Donald Trump, o chefe de Estado salvadorenho Nayib Bukele tornou-se queridinho por suas ideias extremistas e desalinhadas aos direitos humanos. Com uma carta de opções como EUA, Argentina e Hungria, o condenado também tinha receio de não conseguir o asilo adequado por causa de repercussão mundial do julgamento da trama golpista.

Um dos fatos que agrada os extremistas é o fato de que El Salvador montou um complexo presidiário que atende à lógica ultradireita de "prisão dura" e passou a receber inúmeros voos de deportação vindos dos Estados



Unidos. Em novembro, o governador de São Paulo, Tarcísio de Freitas (Republicanos), defendeu prisão perpétua no Brasil e elogiou o modelo de Bukele. No mesmo mês, um relatório da Human Rights Watch e do grupo

de direitos humanos Cristosal alegou que dezenas de venezuelanos deportados para uma cadeia salvadorenha foram submetidos à tortura e a outros abusos graves, incluindo violência sexual.

### Brasil indefeso

Por sua larga experiência e décadas de atuação na PRF, Silvanei Vasques conhecia todas as brechas das fronteiras para que pudesse escapar. Na avaliação do embaixador aposentado Jorão Dauster, a nação vive o desafio de proteger seu território e deve repensar o trabalho de segurança em suas áreas de extensão. "Somos, hoje, um país totalmente inerme. Não temos Forças Armadas capazes de passar três dias em uma ação militar porque acaba a gasolina e coisas do gênero", aponta o diplomata.



### Cadê o cachorro?

O caso do ex-PRF deixa dúvidas sobre o modus operandi da fuga, como os preparativos para a viagem até o Paraguai e a emissão do passaporte falso. Mas a pergunta que não quer calar é: onde está o cachorro de Silvanei Vasques? Ele teria dito aos policiais que deixou o animal com conhecidos de confiança, mas ainda não se sabe o que teria sido feito do pet.

### Sobrou para geral

Como punição exemplar, o ministro Alexandre de Moraes, do Supremo Tribunal Federal (STF), determinou o cumprimento de 10 mandados de prisão domiciliar como forma de alertar os outros condenados pela trama golpista que tentaram fugir do país. Mas nem todo mundo foi encontrado. O presidente do Instituto Voto Legal, Carlos Cesar Moretzsohn Rocha, é considerado foragido. Procurada pela coluna, a defesa dele disse que também não conseguiu falar com o condenado. "Ao tentar contato com Carlos Rocha, ele nos telefonou, informou que havia mudado de endereço, declinou o novo e encerrou a chamada. Informamos o fato à agente da Polícia Federal", disse.

### Luxo

Crises envolvendo o Banco Master continuam surgindo. Há um impasse quanto à quitação da dívida de R\$ 360 milhões do empresário francês Alexandre Allard, gerando disputas sobre quem receberá o pagamento. A operação foi realizada em dezembro de 2023 para proteger a participação do empresário no empreendimento de luxo Cidade Matarazzo, em São Paulo. A partir de fevereiro, Allard passaria a pagar R\$ 5 milhões mensais para o Master em razão da dívida.

### Master

Fontes que acompanharam a negociação acreditam que o dono do banco, Daniel Vorcaro, autorizou o negócio por interesse de entrar de alguma forma no empreendimento, dado o apetite do empresário para o mercado de luxo. Caso Allard não consiga refinanciar (de novo) a dívida, o banco poderia executar cláusulas contratuais que incluem participação no negócio. Contudo, a própria fragilidade do Master torna o desfecho incerto, afinal, não se sabe a quem o francês deve pagar?

### Prioridade para 2026

Diane da guerra travada pelas forças de segurança pública e o crime organizado, em franca expansão no Brasil, o líder do Solidariedade na Câmara dos Deputados, Aureo Ribeiro (RJ), está empolgado em levar para o plenário da Casa um projeto de lei que institui o Programa Nacional de Apoio à Aquisição de Habitação para Profissionais da Segurança Pública (Programa Habite Seguro). "Nossa ideia é garantir moradia digna para agentes que atuam na área de segurança pública, para que esses profissionais saibam que suas famílias estão seguras enquanto eles combatem o crime organizado", afirmou o parlamentar.

### Pausa respeitada

A Ordem dos Advogados do Brasil (OAB) pediu ao Conselho Nacional de Justiça (CNJ) a suspensão das intimações em processos ordinários durante o recesso forense, entre 20 de dezembro e 20 de janeiro. No ofício assinado pelo presidente Beto Simonetti, a entidade argumenta que a prática recorrente de expedição de intimações nesse período compromete o descanso da advocacia e desvirtua a previsão legal da pausa, prevista no CPC de 2015. A solicitação é para que, durante o recesso, sejam mantidas apenas comunicações relacionadas a medidas urgentes, no âmbito do plantão judicial.

### RESTOS A PAGAR

## Lula veta resgate no Orçamento

Alinhado com decisão do STF, chefe do Executivo é contrário a dispositivo que renderia R\$ 3 bilhões a parlamentares



Lula e Alcolumbre: Congresso ainda analisará veto do presidente

O presidente Luiz Inácio Lula da Silva sancionou o projeto de lei que corta benefícios fiscais em 10% e amplia a tributação sobre bets, fintechs e juros sobre Capital Próprio (JCP) a partir de 2026.

Em compensação, o chefe do Executivo vetou uma proposta embutida no projeto para facilitar a reciclagem de verbas do orçamento secreto, por meio dos chamados "restos a pagar". A inclusão do dispositivo foi derrubada pelo ministro Flávio Dino, do Supremo Tribunal Federal (STF), após questionamentos da Rede e do PSol.

A nova lei deve gerar uma arrecadação de R\$ 22,45 bilhões em 2026. A tributação sobre as bets subirá de 12% para 15%, de forma escalonada até 2028.

A alíquota da Contribuição Social sobre o Lucro Líquido (CSLL) para fintech, que hoje é de 9%, vai subir até 15% no mesmo período.

Investidores que recebem proventos de empresas via JCP, por sua vez, pagará mais Imposto de Renda. A alíquota na fonte subirá de 15% para 17,5%.

Em relação ao Orçamento, o presidente vetou o dispositivo que poderia destravar até R\$ 3 bilhões em recursos de interesse dos parlamentares. São os chamados "restos a pagar" — recursos indicados em anos anteriores, mas que estavam parados porque as obras não haviam começado em tempo hábil. Pelo projeto aprovado no Congresso, os restos a pagar poderiam ser "ressuscitados" até o fim de 2026, ano de eleições.

"Em que pese a boa intenção do legislador, a proposição legislativa contraria o interesse

público, ao gerar insegurança jurídica quanto à possibilidade de execução dos restos a pagar de que trata o dispositivo", argumentou o Executivo na mensagem enviada ao Congresso.

Somente em 2024, foram cancelados R\$ 3 bilhões em emendas parlamentares que não haviam sido executadas em anos anteriores, incluindo R\$ 2,2 bilhões do orçamento secreto. O cancelamento auxilia o Executivo a destravar aquele recurso para prioridades atuais.

Dispositivo semelhante foi incluído na Lei de Diretrizes Orçamentárias (LDO) de 2026, que ainda não foi sancionada por Lula.

Apesar do voto e da decisão de



Associação de Empresas do Mercado Imobiliário do Distrito Federal

Informativo do mercado imobiliário



Brasília-DF, 28/12/2025

### Setor reconhece importância do crédito imobiliário, mas alerta para redução de juros

Ao longo de 2025, o governo federal anunciou medidas para estimular a aquisição de imóveis em todo o país, com foco principalmente na população de classe média. O valor máximo do imóvel financiado, por exemplo, passou de R\$ 1,5 milhão para R\$ 2,25 milhões. O governo também decidiu reestruturar o uso da poupança para ampliar a oferta de crédito imobiliário. Já a Caixa Econômica Federal voltou a permitir mais de um financiamento para a mesma pessoa.

Na avaliação da Associação de Empresas do Mercado Imobiliário (ADEMIDF), as medidas são relevantes e projetam uma potencial expansão na oferta e acesso à moradia, pela ampliação do volume de recursos disponíveis, mas não respondem questões essenciais para que o sonho da casa própria ganhe maior velocidade no Brasil. Hoje, o maior desafio – tanto do empreendedor quanto do comprador – são as taxas de juros elevadas, fator crítico em

uma aquisição de longo prazo, como é a casa própria, com contratos de até 35 anos.

O juro é fator decisivo também na tomada de decisão por novos investimentos: o empreendedor assume o risco do lançamento e reduz a margem de lucro para garantir que o imóvel caiba no bolso do comprador. Essa é a realidade no Brasil e no Distrito Federal, onde construtoras, incorporadoras e lotadoras estão adiando novos lançamentos na expectativa de uma redução da taxa básica da economia.

Ampliar o volume de crédito disponível é essencial, mas as medidas não terão efeito sem que as condições para aquisição da casa própria sejam ajustadas. Esse é o grande desafio do Brasil para 2026. A redução do déficit habitacional não apenas melhora a qualidade de vida das pessoas, como cria emprego, renda e arrecadação de impostos.



## CLIMA

# Calor intenso atinge mais de 1.200 cidades

Inmet mantém alerta vermelho para temperaturas que podem chegar a 40 graus em estados localizados nas regiões Sul, Sudeste e Centro-Oeste. O sol forte não impede, no entanto, a ocorrência de tempestades, como a que afetou São Paulo

**O** Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet) mantém ativo até amanhã, o alerta vermelho para perigo de onda de calor, válido para oito estados brasileiros. O fenômeno afeta 1.200 cidades em partes das regiões Sul, Sudeste e Centro-Oeste.

Os municípios estão, em sua maioria, em São Paulo e Rio de Janeiro, mas também se localizam em trechos de Espírito Santo, Minas Gerais, Mato Grosso do Sul, Paraná e Santa Catarina.

De acordo com o Inmet, a área afetada está, desde o último dia 23, com a temperatura alterada em cerca de 5°C acima da média histórica para essa época do ano.

Os estados do Rio de Janeiro e São Paulo estão totalmente incluídos no alerta vermelho, além da região Norte do Paraná, compreendendo as áreas de Londrina

e Curitiba; o Sul de Minas Gerais, englobando Uberaba, Varginha e Juiz de Fora; o Leste do Mato Grosso do Sul, incluindo Três Lagoas; e o Sul do Espírito Santo, na área de Cachoeiro de Itapemirim.

De acordo com o Ministério da Saúde, as ondas de calor são particularmente perigosas em áreas urbanas devido ao efeito de ilha de calor, em que a concentração de edifícios, concreto e asfalto retém calor, elevando ainda mais as temperaturas.

As ondas de calor podem ter impacto maior principalmente nos mais vulneráveis — como idosos, crianças, pessoas com problemas renais, cardíacos, respiratórios ou de circulação, diabéticos, gestantes e população em situação de rua.

O Ministério alerta que os principais sinais de alerta são:



Na capital paulista, houve calor intenso pela manhã e tempestade à tarde

transpiração excessiva, Fraqueza, Tontura, náuseas, dor de cabeça, caíbras musculares e diarreia.

Nestes casos, a orientação é procurar a unidade de saúde mais próxima para uma avaliação.

O Ministério da Saúde disponibiliza um guia com orientações sobre como lidar com temperaturas extremas. As principais indicações são manter a hidratação, utilizar vestimenta adequada, evitar atividades ao ar livre nos períodos mais quentes, e fazer refeições leves.

### Temporal

Em meio ao registro de temperaturas elevadas, também há registro de uma frente fria. Mesmo com o calor intenso, o Inmet altera para o risco de temporais em diversas partes do país. O alerta amarelo para tempestades atinge os estados de São Paulo, Minas Gerais, Goiás, Mato Grosso do Sul, Paraná, e trechos de Santa Catarina.

Ontem, a cidade de São Paulo foi atingida por uma forte chuva durante a tarde, após um dia de muito

calor. O Centro de Gerenciamento de Emergências (CGE) colocou o município em estado de alerta. A Defesa Civil enviou alerta de celular informando sobre a chuva na região central e norte. A zona oeste também é atingida. Houve ventos, raios e queda de granizo.

Segundo a Defesa Civil e o Corpo de Bombeiros, foram feitas mais de 30 chamados para queda de árvores. Os telhado de duas casas — uma na Brasilândia e outra no Jaraguá — caíram, mas não houve vítimas.

Na Vila Anastácio, uma árvore caiu sobre um carro e um homem de 40 anos ficou preso nas ferragens. Ele foi retirado e encaminhado para o Hospital das Clínicas.

Mais de 150 mil clientes da Enel ficaram sem energia devido às chuvas e à queda de árvores. (Com agência Brasil)

## EXPECTATIVA

# Otimista e com os dois pés no chão

» EDLA LULA

### Promessas

Independentemente do pé a ser usado para começar o ano novo, o certo é que o brasileiro está muito otimista para 2026. É o que revela a pesquisa realizada pelo Instituto Locomotiva em parceria com a QuestionPro.

Segundo o levantamento, 83% da população acredita que o próximo ano será melhor do que o que se encerra, o equivalente a cerca de 135 milhões de pessoas. Em 2024, 79% dos brasileiros avaliavam que 2025 seria melhor.

A pesquisa mostra um Brasil com um otimismo pé no chão: a maioria acredita que 2026 vai ser melhor, mas o sonho não é abstrato — é bem prático. O brasileiro quer organizar a vida: cuidar do corpo, comer melhor, poupar dinheiro, buscar um curso, trocar de emprego, mudar de casa, abrir um negócio. No fundo, a mensagem é: 'não estou esperando milagre, estou montando um plano', diz, ao *Correio*, o presidente do Instituto Locomotiva, Renato Meirelles.

Ele explica que "a virada do ano funciona como um momento simbólico de reorganização para os brasileiros. Mais do que grandes planos, há uma expectativa de retomar o controle da própria vida, ajustar rotas e buscar melhorias possíveis no dia a dia."

A pesquisa atual, diz Meirelles, revela que a sociedade brasileira, mesmo convivendo com incertezas, "segue procurando equilíbrio, bem-estar e perspectivas de avanço".

A percepção positiva é mais forte entre os jovens de 18 a 29 anos, em que 93% acreditam que 2026 será melhor, índice que cai para 73% entre os 50+.

"Juventude é o segmento que tem maior futuro disponível: menos amarras, mais capacidade de recomeço, mais disposição para experimentar", diz Meirelles, ao comentar que os jovens projetam para 2026 ações relacionadas à mobilidade, como melhorar a rotina, estudar, ou cuidar da autoestima. "O jovem não está apostando que o mundo vai ficar mais fácil. Está apostando que ele vai ficar mais forte para enfrentar o mundo", observa.

### 2025 bom... ...2026 excelente

49% da população acredita que 2025 foi melhor do que o esperado e 83% dos brasileiros acreditam que o próximo ano será ainda melhor do que este

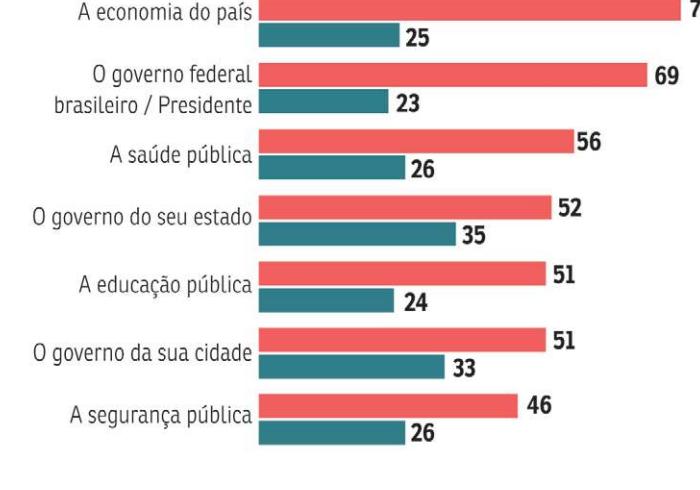
### OS MAIS OTIMISTAS ESTÃO ENTRE OS JOVENS

#### Expectativas sobre 2026 (Em %)

Faixa etária	será melhor	será igual	será pior
18 a 29	93	4	3
30 a 49	86	7	7
50+	73	13	14

### OS DE ESQUERDA SÃO MAIORIA

Brasileiros que acreditam que os seguintes aspectos do país irão melhorar em 2026 (Em %)



■ Esquerda ■ Direita



### PROMESSAS DE AÇÕES EM 2026

56% dos brasileiros pretendem fazer alguma resolução / promessa de ano-novo para 2026 (Em %)

Guardar dinheiro / fazer poupança	90
Melhorar sua alimentação	89
Praticar mais atividade	86
Fazer algo para melhorar sua aparência física / se sentir mais bonito(a)	79
Começar um curso	52
Mudar / começar em um novo emprego	38
Mudar de casa	34
Abrir um negócio	33
Casar-se ou começar um relacionamento	24
Ter um filho	10

Fonte: Instituto Locomotiva

O otimismo, diz, tem uma relação direta com a ideia de organizar o orçamento, poupar ou melhorar de vida por esforço próprio.

### Posição política

Em um país polarizado, o levantamento não poderia deixar de contemplar a bandeira política dos entrevistados. Entre os brasileiros que se dizem de esquerda, a expectativa de melhora em 2026 é majoritária em todos os aspectos avaliados, chegando a 70% na economia, 69% na avaliação do governo federal, 56% na saúde pública e 52% no governo de seu estado, 51% na educação e no governo de sua cidade e 46% na segurança pública. Já entre os que se dizem de direita, os percentuais são mais baixos e refletem maior cautela, com 25% acreditando na melhora da economia, 23% na atuação do governo federal, 26% na saúde e 35% no governo de seu estado, 24% na educação, 33% no governo de sua cidade e 26% na segurança pública.

"A forma como as pessoas enxergam o futuro do país passa também pelo alinhamento político. Esse alinhamento impacta diretamente o otimismo com o rumo da economia, dos serviços públicos e da capacidade do Estado de responder às demandas da sociedade. Esse recorte ajuda a entender que

essas expectativas não são moldadas de forma fria e racional, mas imersas em subjetividade."

Para Meirelles, esse termômetro não tem relação com acontecimentos específicos que marcam o ano de 2025, como a prisão dos envolvidos na trama golpista ou o sucesso da pauta econômica. "Eu vejo mais como efeito de lente do que um único motivo. Quem se identifica com a esquerda tende a ler 2026 com mais esperança porque enxerga mais possibilidade de continuidade e 'alguma direção' no país, enquanto parte da direita está mais conectada a uma narrativa de desordem e crise, que naturalmente puxa o humor para baixo", analisa. "Não é só 'pauta negativa' nem só 'mérito do governo': é como cada grupo escolhe o que entra no zoom da câmera — um foca no que melhou, o outro no que ainda assusta," completa.

A pesquisa revela ainda que a visão sobre o país é mais cautelosa. Para 41% dos brasileiros o Brasil, de forma geral, irá melhorar em 2026, mesmo percentual registrado no ano anterior. Outros 26% acham que a situação ficará igual, enquanto 33% acreditam que o país irá piorar.

"Esse contraste revela um país que aposta nos avanços possíveis do cotidiano, mas mantém um olhar mais exigente e realista sobre o futuro coletivo", conclui Meirelles.



## INFRAESTRUTURA

# País joga fora energia limpa

Desperdício de mais de 20% de toda a geração solar e eólica em 2025 revela um risco estrutural no sistema elétrico brasileiro

» RAFAELA GONÇALVES

O ano de 2025 entrou para a história do setor elétrico brasileiro como um paradoxo. Apesar de figurar entre as maiores potências globais em energia renovável e de ter ampliado de forma significativa sua capacidade instalada nos últimos anos, o país desperdiçou uma parcela relevante da energia limpa que produziu.

Ao longo do ano, 20,6% de toda a geração solar e eólica disponível deixou de ser aproveitada em razão de cortes operacionais e limitações do sistema elétrico, fenômeno conhecido como curtailment. Em termos econômicos, a energia não escoada representou uma perda estimada em mais de R\$ 6 bilhões entre janeiro e dezembro, segundo o relatório Curtailment 2025: retrospectiva e projeção, da Volt Robotics.

Para Donato da Silva Filho, diretor-geral da Volt Robotics, o volume desperdiçado não pode ser tratado como um dado marginal. "Estamos falando de energia limpa que poderia abastecer casas, indústrias e hospitais, mas que simplesmente foi jogada fora", afirma.

De acordo com o estudo, os cortes atingiram níveis inéditos em 2025, pressionando financeiramente projetos renováveis e acendendo alertas sobre a segurança da operação do sistema elétrico nacional. O problema se concentrou sobretudo nas primeiras horas do dia, quando a geração solar atinge seu pico.

"Os cortes ocorrem, principalmente, pela manhã porque há um excesso de geração, sobretudo da solar, entre 10h e 11h. Nesse momento, ou não existe carga suficiente para absorver toda essa energia ou o sistema de transmissão não consegue escoá-la", explica Donato. Segundo ele, o curtailment em 2025 se dividiu praticamente em duas frentes. "Cerca de 50% dos cortes ocorreram por falta de consumo, o que chamamos de sobreoferta, e os outros 50% por limitações do sistema de transmissão."

A expansão acelerada da geração, especialmente da solar descentralizada — micro e minigeração conectadas às redes de distribuição — não foi acompanhada no mesmo ritmo pelos investimentos em infraestrutura. "A geração solar cresceu muito rápido e as outras lições não foram feitas a tempo. Agora estamos correndo atrás, mas o sistema não foi planejado para a realidade atual", diz o executivo.

Para o professor de engenharia elétrica da Universidade de Brasília (UnB) Ivan Camargo, o aumento do curtailment decorre de um problema estrutural associado à rápida expansão das fontes renováveis, e não de falhas pontuais de planejamento ou de transmissão. "Isso está acontecendo no mundo inteiro. É um problema estrutural", destaca.

A transição energética impulsionou a entrada de fontes intermitentes no sistema. Dados do Operador Nacional do Sistema Elétrico (ONS) indicam que o Brasil conta hoje com cerca de 60 gigawatts de capacidade solar instalada e 33 gigawatts de energia eólica, volume que supera a carga do sistema ao meio-dia.

Segundo Camargo, esse descompasso não se resolve apenas com a expansão da rede. "Não há linha de transmissão que resolva esse problema. Transmitir energia exige que exista carga do outro lado, e essa carga simplesmente não existe ao meio-dia, que é justamente quando a geração solar atinge o pico", diz.

No curto prazo, avalia o professor, os cortes de geração tendem a continuar. Já a solução estrutural passa pela criação de novas cargas capazes de absorver a energia nos horários de sobra, como armazenamento e outros usos, o que exige investimentos de longo prazo.

O relatório da Volt Robotics mostra que o problema se intensificou ao longo do segundo semestre. Agosto, setembro e outubro registraram recordes consecutivos de cortes de geração renovável. Em outubro, o volume

Tibico Brasil/Divulgação BNB



Estação eólica: a Aneel e o ONS estudam a aplicação automática de tarifa branca para grandes consumidores de baixa tensão

## Prejuízos

Cortes em energia solar e eólica somam R\$ 6 bi em perdas

- 20,6% da energia solar e eólica disponível no Brasil não foi aproveitada em 2025
- Aproximadamente 1/5 da geração renovável disponível foi perdida ao longo do ano.
- Prejuízo econômico: R\$ 6 bilhões (jan-nov/2025)
- Volume comparável, em vários meses, à geração mensal de grandes hidrelétricas

## DISTRIBUIÇÃO REGIONAL

Em novembro de 2025 – Em %



**Existe, sim, o risco de apagão por excesso de energia. Se toda a geração renovável centralizada for cortada e, ainda assim, houver sobra, principalmente da geração distribuída, o sistema pode entrar em colapso"**

**Donato da Silva Filho,**  
diretor-geral da Volt Robotics

chegou a cerca de 8.000 MW médios — equivalente à geração média da Usina de Itaipu.

"Foi o ponto máximo de um ciclo que vinha se formando, resultado da combinação entre

## ESCALADA DOS CORTES

- Agosto, setembro e outubro: três recordes consecutivos de curtailment
- Outubro (pico histórico): aproximadamente 8.000 MW médios cortados
- Volume equivalente à geração média da Usina de Itaipu

## DATAS

Mai: 4
Julho: 6 e 13
Agosto: 3, 10, 17 e 31
Setembro: 7, 14, 21 e 28
Outubro: 5, 19 e 26
Novembro: 9 e 16

crescimento acelerado das renováveis, limitações da rede e falta de planejamento adequado para lidar com a sobra de energia", avalia Donato.

Em novembro, houve um alívio parcial. Os cortes recuaram para 4.600 MW médios, e o impacto financeiro caiu para cerca de R\$ 700 milhões, ante R\$ 1,1 bilhão em outubro. Até meados de dezembro, os cortes ficaram em torno de 1.700 MW médios.

Apesar da melhora, Donato ressalta que o movimento foi conjuntural. "A redução no fim do ano ocorreu, em grande parte, porque a geração eólica diminui com o fim da safra dos ventos. Não se trata de uma correção estrutural do problema."

## Períodos críticos

O estudo identifica um padrão claro: os momentos mais críticos do sistema elétrico ocorrem, majoritariamente, aos domingos pela manhã, quando o consumo cai e a disponibilidade de geração renovável permanece elevada. "O domingo se tornou um verdadeiro teste de estresse do sistema

## PARTICIPAÇÃO POR FONTE

- 72%: eólica
- 28%: solar

## DIAS CRÍTICOS NO SISTEMA ELÉTRICO

Foram identificados 16 dias críticos em 2025

- Critério: menos de 20% da geração potencial não cortada nos horários mais sensíveis
- Em diversos desses dias, mais de 80% da geração disponível foi cortada durante o fim da manhã

## DATAS

Mai: 4
Julho: 6 e 13
Agosto: 3, 10, 17 e 31
Setembro: 7, 14, 21 e 28
Outubro: 5, 19 e 26
Novembro: 9 e 16

## Consequência:

- Cortes recorrentes e extremos
- Risco operacional de apagão por excesso de geração

## Alerta para o período de festas

- Queda estimada no consumo: 8.600 MW médios
- Mesmo com cortes totais da geração eólica e solar centralizada, pode persistir sobreoferta
- Operação exige medidas emergenciais do ONS

Fonte: Volt Robotics — Análise Curtailment 2025.

elétrico", diz Donato. "É quando ficam mais evidentes as fragilidades da rede e da operação."

Com base em uma métrica de segurança que exige ao menos 20% da geração potencial não cortada, a Volt Robotics identificou 16 dias críticos em 2025. Em vários deles, mais de 80% da geração disponível foi cortada durante o fim da manhã.

"Existe, sim, o risco de apagão por excesso de energia. Se toda a geração renovável centralizada for cortada e, ainda assim, houver sobra, principalmente da geração distribuída, o sistema pode entrar em colapso", alerta o diretor-geral.

O fim de ano aparece como um fator adicional de risco. Segundo a consultoria, a queda no consumo nesse período pode chegar a 8.600 MW médios. "Mesmo cortando integralmente a geração eólica e solar centralizada, ainda pode haver sobra suficiente para provocar desequilíbrios relevantes", afirma.

## Quem paga a conta

O custo do curtailment ganhou centralidade na reforma do setor elétrico, sancionada em novembro, quando o Executivo considera legítimo o resarcimento aos geradores quando

há falha do próprio Estado em assegurar a infraestrutura de transmissão necessária para o escoamento da energia produzida. "É como alguém tentar chegar ao destino por uma estrada cheia de buracos. Quando o Estado deixou de construir, cabe ressarcir esse investidor", completou sobre o tema.

O enfrentamento do curtailment no Brasil passa, sobretudo, por decisões regulatórias e políticas capazes de lidar com a expansão acelerada e descentralizada da geração, avalia Diogo Lisbona, pesquisador do Centro de Estudos em Regulação e Infraestrutura da Fundação Getúlio Vargas (FGV-CERI).

Para Lisbona, um dos principais gargalos é a falta de instrumentos que sinalizem corretamente onde e quando investir. "Hoje, a geração distribuída praticamente não exerce sinal de preço ou de localização. É possível instalar painéis em qualquer ponto da rede, com remuneração garantida, e o operador precisa absorver essa energia", diz.

Ele defende o uso de mecanismos como preços com maior granularidade locacional, revisão das regras de compensação da geração distribuída e maior coordenação com instrumentos de armazenamento. "Sem revisitar essas regras, especialmente as da geração distribuída, o aumento dos cortes vai continuar."

No campo político, o pesquisador ressalta que a discussão sobre quem paga pelo desperdício de energia tem avançado no Congresso, mas enfrenta resistência. "É uma disputa distributiva. Revisar a matriz de risco tem impacto tarifário e, por isso, é politicamente sensível", diz. Segundo Lisbona, sem uma redefinição clara das regras, o setor continuará operando em um ambiente de incerteza.

"Não dá para tratar o curtailment apenas como um problema operacional. Ele exige escolhas regulatórias e políticas." Ele defende o uso de mecanismos como preços com maior granularidade locacional, revisão das regras de compensação da geração distribuída e maior coordenação com instrumentos de armazenamento. "Sem revisitar essas regras, especialmente as da geração distribuída, o aumento dos cortes vai continuar."

No campo político, o pesquisador ressalta que a discussão sobre quem paga pelo desperdício de energia tem avançado no Congresso, mas enfrenta resistência. "É uma disputa distributiva. Revisar a matriz de risco tem impacto tarifário e, por isso, é politicamente sensível", diz. Segundo Lisbona, sem uma redefinição clara das regras, o setor continuará operando em um ambiente de incerteza. "Não dá para tratar o curtailment apenas como um problema operacional. Ele exige escolhas regulatórias e políticas."

## Curto prazo

Diante do agravamento do problema, o setor começou a reagir. A Agência Nacional de Energia Elétrica (Aneel) e o ONS reconheceram formalmente o risco e aprovaram um Plano Emergencial para lidar com cenários de excesso de geração. Entre as iniciativas em discussão está a aplicação automática da tarifa branca para grandes consumidores de baixa tensão, como forma de sinalizar economicamente os horários de maior e menor custo da energia.

Segundo o relatório da Volt Robotics, a adesão voluntária ao modelo foi historicamente baixa, inferior a 0,1% do público elegível. "Esse reconhecimento institucional é um marco. Mostra que o problema existe, é relevante e exige medidas concretas", avalia o diretor-geral Donato da Silva Filho. Entre as soluções estruturais, ele destaca a expansão da transmissão. "Há obras importantes que vão interligar o Nordeste ao Sul e ao Sudeste e devem entrar em operação entre 2029 e 2030. Elas vão reduzir muito os cortes por falta de escoamento", afirma.

O estudo também ressalta que parte da solução passa pelo comportamento do consumidor. A simples reorganização do horário de uso de cargas flexíveis — como máquinas de lavar, lava-louças e carregamento de veículos elétricos — pode reduzir significativamente os cortes de renovaíveis.

Para Donato, o enfrentamento do curtailment exige uma mudança estrutural na forma como o sistema é operado e consumido. "Não se trata de consumir mais energia, mas de consumir melhor. Se o consumidor tiver incentivo para usar energia pela manhã, todo mundo ganha. O sistema fica mais equilibrado e a transição energética avança com mais segurança."

Enquanto isso, a principal alternativa é estimular o consumo nos horários de maior oferta. "É preciso dar sinal econômico para o consumidor consumir pela manhã. Tarifas inteligentes, energia mais barata nesse período e sistemas de armazenamento, como baterias, são fundamentais para equilibrar oferta e demanda", aconselha.

## ALEMANHA

# Entre o ódio e o nacionalismo

Correntes neonazistas e extremistas de direita ganham força na sociedade e na política alemã, ameaçando o pluralismo e a democracia. Com agenda xenofóbica e anti-imigração, o ultraconservador AfD tornou-se o segundo maior partido do país

» RODRIGO CRAVEIRO

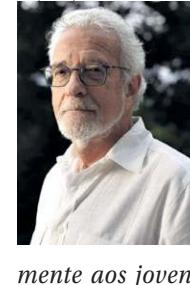
**A**dolf Hitler disparou contra a própria cabeça em 30 de abril de 1945, dentro do bunker, quando estava prestes a ser capturado pelo Exército Vermelho, da União Soviética. Oito décadas depois da morte de seu líder, a ideologia do Führer — na forma do neonazismo — segue viva na Alemanha e inspirou outras correntes, com visões ultranacionalistas e xenofóbicas, que ganharam espaço na política. Sob os slogans "Alemanha, mas normal"; "Nosso país primeiro"; e "Remigração, em vez de imigração em massa", o partido Alternative für Deutschland (Alternativa para a Alemanha) tem conquistado cada vez mais adeptos. Na esteira de seu crescimento, crimes de propaganda e atos de violência cometidos pela extrema direita ameaçam uma sociedade pluralista e multiétnica.

Tanjev Schultz, especialista em extrema direita da Johannes Gutenberg-Universität Mainz (centro-oeste da Alemanha), lembrou que, no meio acadêmico e entre as agências governamentais, costuma-se fazer uma distinção entre neonazistas — que aderem claramente ao nacional-socialismo histórico em termos de ideologia e comportamento — e extremistas de direita. "Esse último grupo pode ser encontrado em várias organizações com orientações diversas, inclusive em partidos como o AfD. Os neonazistas podem ser compreendidos como um subgrupo de todos os extremistas de direita. Se considerarmos todas as pessoas da Alemanha que são integrantes de partidos da extrema direita (como o AfD ou legendas menores, como 'Die Helmat' ou 'Der III Weg') ou que estão envolvidas em estruturas não partidárias, estima-se um total potencial de 51.500 em todo o país", disse ao *Correio*.

Segundo Schultz, o número de crimes de extremistas de direita, incluindo crimes de propaganda, subiu drasticamente. Por isso, ele vê o extremismo de direita como uma grave ameaça na Alemanha. Pessoas de cor negra ou pertencentes à comunidade LGBTQIAPN+ estão cada vez mais expostas à



Pólicia usa canhão d'água para dispersar protesto durante convenção do partido Alternativa para a Alemanha, em Giessen (oeste do país)



**OMER BARTOV, professor titular da cátedra de Estudos do Holocausto e Genocídio na Universidade Brown (Rhode Island)**

*"A ideologia do AfD encontra eco na Alemanha devido a setores da população que se opõem ao fluxo de migrantes, principalmente muçulmanos; à sensação, especialmente na Alemanha Oriental (antiga RDA), de que os alemães 'comuns' foram deixados para trás e que há menos oportunidades de emprego e carreira para os jovens; ao ressentimento em relação ao que é chamado de Schuldkult (culto da culpa) — que lembra repetidamente aos jovens sua responsabilidade histórica pelo Holocausto; e à sensação de que não podem se orgulhar de serem alemães e da cultura e história alemãs. A combinação do ressentimento socioeconómico e da vergonha de serem alemães, com a sensação de que os partidos tradicionais não cumprem suas promessas, reflete-se na mudança do mapa eleitoral da Alemanha."*

**TANJEV SCHULTZ, especialista em extrema direita da Johannes Gutenberg-Universität Mainz (Alemanha)**

### Eu acho...



*"Felizmente, a ideologia neonazista declarada não desempenha papel significativo nos governos dos estados federados ou no governo federal. Mas os extremistas de direita atacam a mídia e outros partidos. O AfD tem assentos nos parlamentos estaduais e é a maior facção da oposição no Bundestag (Parlamento). Apesar de isso não lhe conferir poder executivo, lhe dá certa influência sobre os acontecimentos políticos. E outros partidos mudaram de posição em questões como a imigração, em parte devido a essa pressão. O AfD conta com vários integrantes particularmente radicais que têm ligações com estruturas neonazistas. O partido pode obter ganhos significativos em algumas eleições estaduais em 2026. Membros do partido conservador do chanceler Friedrich Merz (a CDU) estão cada vez mais dispostos a fazer coligações com o AfD."*

**TANJEV SCHULTZ, especialista em extrema direita da Johannes Gutenberg-Universität Mainz (Alemanha)**

violência da direita. Em 2024, foram registrados quase 38 mil crimes cometidos pela extrema direita, a maioria deles de propaganda, incluindo 1.281 delitos violentos — dos quais 1.121 envolveram

lesão corporal. "No ano passado, uma média de três crimes violentos foram cometidos por extremistas de direita todos os dias na Alemanha", advertiu.

Professor titular da cátedra de

Estudos do Holocausto e Genocídio na Universidade Brown (em Rhode Island), Omer Bartov explicou ao *Correio* que o número de neonazistas tem aumentado na Alemanha. Em 2023, eram

cerca de 40 mil — mais da metade da capacidade de público da Arena BRB, em Brasília. "Ainda que bastante marginal, essa estatística representa o crescimento de tendências de extrema direita que são

**Paulo Delgado**



contato@paulodelgado.com.br

## A ESPERANÇA COMO PESADELO

Fim de mais um ano, novas invenções, o espelho não prova mais que envelhecemos, a produção de riqueza aumenta. Mas em que país as colunas da ordem e da desordem não são artifícios do progresso para esconder um tempo inventor de pesadelos?

Sem apelar para o otimismo meio cínico de quem vê transcendência na bagunça que são as equívocadas preferências do mundo — mas também sem se perder na indiferença de quem acha que nada mais é genuíno e verdadeiramente bom —, o tempo de Natal e Ano-Novo é sempre uma boa época em que a pausa nos permite refletir sobre o que vai bem e o que vai mal por aí.

Em sua primeira mensagem *Urbi et Orbi*, por ocasião do dia de Natal, o papa Leão XIV disse que o mundo melhoraria de verdade "se entrássemos de fato no sofrimento dos outros e fôssemos solidários com os fracos e os oprimidos". A mensagem, seguida de uma bênção direcionada "à cidade (de

Roma) e ao mundo" lembra o imperativo ético de, em primeiro lugar, proteger os desprotegidos e melhorar a vida daqueles que estão numa situação de maior vulnerabilidade. É essa a primordial capacidade de amar, para quem quer ser verdadeiramente feliz.

Nas principais praças do mundo, no entanto, os dados mostram que 2025 foi mais um ano que alimentou a bifurcação estrutural do bem-estar, na qual que muitos visualizam como uma economia em formato de K. O formato da letra K sintetiza uma distribuição de bem-estar em que uma parcela menor da população experimenta uma trajetória ascendente, com crescente segurança econômica baseada na acumulação e consumo requintado de tudo, enquanto uma outra faixa muito mais ampla da população segue em direção descendente, enfrentando a deterioração das condições e das expectativas de trabalho — o que vem acompanhado por endividamento insustentável e cronificação

da insegurança pessoal e material.

Isso não resulta numa sociedade verdadeiramente segura e que conta com o apoio racional necessário para o funcionamento geral dos seus sistemas e instituições. Por isso, vivemos tempo de constante apelo à irracionalidade e de tolerância com a fatalidade que é ver tantas almas desunidas.

Revertendo a trajetória de expansão do bem-estar social observada no mundo nos últimos anos, temos hoje uma clara dissociação que descamba em dualidades de baixa harmonia. Duas realidades humanas desencontradas, onde cada uma quer uma coisa, sendo, ao mesmo tempo, causa e efeito do enfraquecimento do afeto social. Tal retroalimentação ocorre porque aqueles que prosperam passam a viver em realidades econômicas quase desconectadas das dificuldades enfrentadas pelos mais vulneráveis. Ou é isso, ou é visto de tal maneira pelos marginalizados, o suficiente para rasgar

a harmonia do tecido social. Enfim, dois produtos de condições sociais diversas, que vão se tornando duas diferentes famílias de almas e espíritos que se esbaram sem se unir.

Essa configuração, historicamente associada a sociedades marcadas por desigualdade estrutural, abuso de poder normalizado e informalidade persistente, deixou de ser uma exceção periférica para se tornar uma tendência central nas economias avançadas. Nesse sentido, não é difícil observar uma gradual "brasilianização" do mundo. Situação curiosa de nosso país, onde a esperança é uma profissão e hoje parece ser sinal obrigatória de qualquer país neste mundo desigual.

Melhorar a vida de todos estava consolidado no mundo como promessa de que a periferia subdesenvolvida convergiria gradualmente aos padrões do chamado "mundo desenvolvido", e não o contrário. Essa era a expectativa, sobretudo no caso brasileiro, um país de renda média que foi sintetizado na metáfora da Belíndia, formulada pelo ministro Edmar Bacha, na década de 1970, para descrever um país composto por ilhas de

Bélgica em um oceano de Índia. O que se observa nas décadas mais recentes, no entanto, é uma convergência no sentido inverso: aquilo que antes parecia uma especificidade brasileira passou a se manifestar como um fenômeno global. A própria Índia se desenvolveu de um jeito desequilibrado e ficou cada vez mais parecida com o Brasil. As regras do jogo da desigualdade, tão associadas ao Brasil, espalharam-se para países em desenvolvimento e também desenvolvidos.

Que venha 2026, com votos de que seja maior o interesse racional de todos os países em reduzir as fricções sociais causadas pela insatisfação daqueles deixados para trás num contexto que permite tanto luxo. Isso porque, no longo prazo, só essa moderação e esse equilíbrio podem preservar o apoio necessário ao funcionamento geral do sistema econômico sem maiores violências.

\*Estimados leitores: a coluna entra em recesso e retorna no domingo, 8 de fevereiro.

PAULO DELGADO, sociólogo

## VISÃO DO CORREIO

# Regra de conduta fortalece o STF

**Q**uando historiadores se debruçarem sobre o primeiro quarto de século 21 no Brasil, perceberão com clareza o papel fundamental exercido pelo Judiciário na defesa da democracia. Em um momento conturbado do país, o Supremo Tribunal Federal (STF) e o Tribunal Superior Eleitoral (TSE) atuaram de modo firme contra as investidas de um grupo político, liderado pelo então presidente da República Jair Bolsonaro, disposto a ir às últimas consequências para colocar em xeque o processo eleitoral e o Estado Democrático de Direito.

Nos meses seguintes — e particularmente após o fatídico 8 de Janeiro —, o STF aplicou penas rigorosas para os envolvidos na trama golpista, a partir da investigação da Polícia Federal e da acusação oferecida pela Procuradoria Geral da República (PGR). A diligência do Judiciário está presente até os dias de hoje, passados três anos daquele período conspirador na República. Ontem mesmo, o ministro do STF Alexandre de Moraes endereceu as medidas restritivas aos condenados golpistas, apesar uma tentativa de fuga frustrada do ex-diretor da Polícia Rodoviária Federal (PRF) Silvanei Vasques.

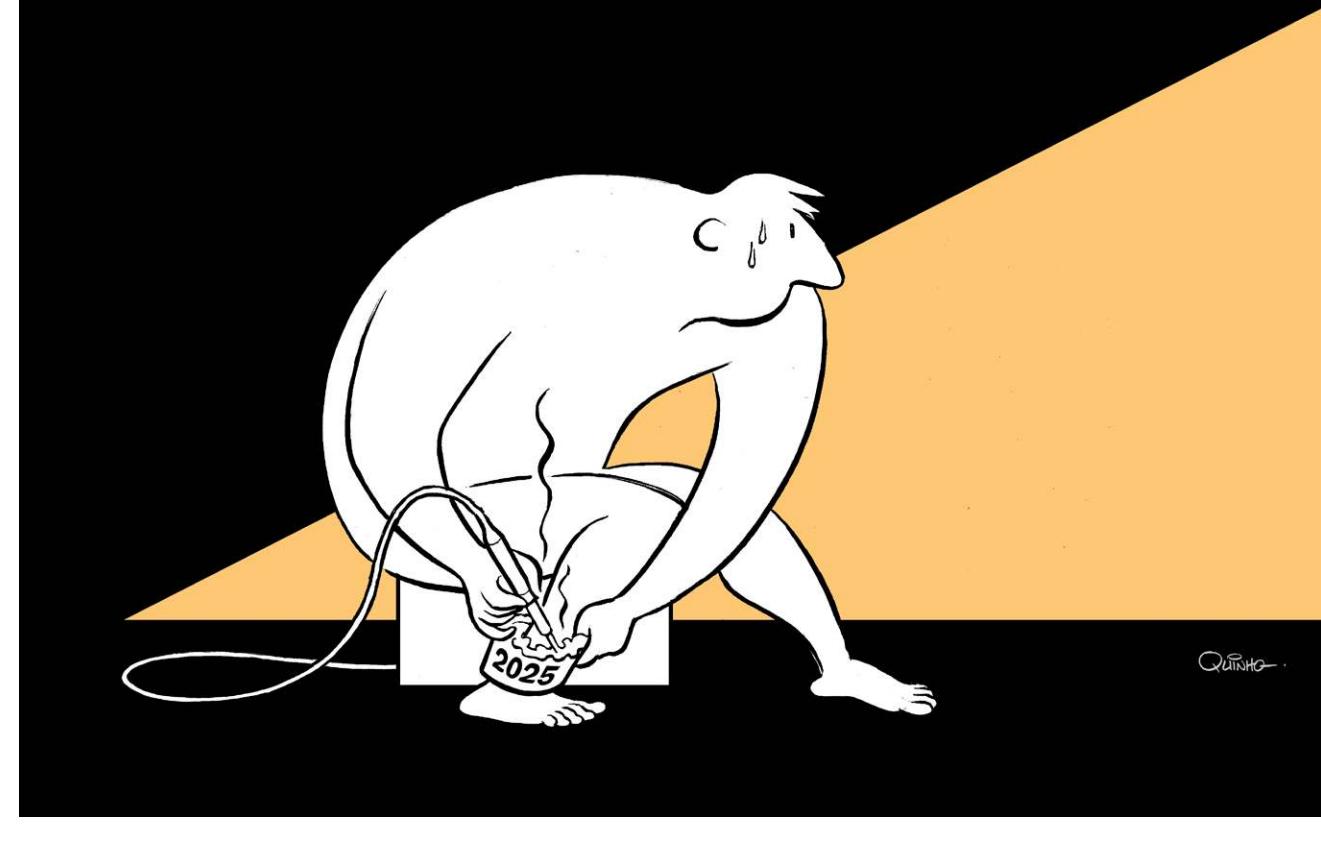
Não resta dúvida, pois, que o Supremo Tribunal Federal prestou inestimável serviço à nação ao conter a sanha antidemocrática, além de seguir o estrito cumprimento da Constituição Federal. Esse reconhecimento institucional foi reiterado na última sexta-feira pela Organização dos Estados Americanos (OEA). O relatório sobre liberdade de expressão destaca o "papel fundamental" da Corte na contenção dos delitos antidemocráticos. Apesar de ressaltar o valor do STF na salvaguarda da democracia, o documento da OEA propõe uma revisão sobre as condições de liberdade de expressão no Brasil, a fim de

evitar uma "concentração de poder" por parte do STF e a perpetuação de medidas que deveriam ser excepcionais.

Esse mesmo espírito de aprimoramento institucional motiva o presidente da Suprema Corte brasileira, ministro Edson Fachin, a elaborar um código de conduta para os integrantes do tribunal. A proposta recebeu amplo apoio de presidentes de tribunais Brasil afora, além da aprovação de juristas consagrados, como o ex-decano do STF e ministro aposentado Celso de Mello. "Trata-se de medida de Estado, moralmente necessária e institucionalmente urgente. Em democracias consolidadas, a confiança na Justiça exige não só juízes honestos, mas regras claras, que impeçam qualquer aparência de favorecimento, dependência ou proximidade indevida com interesses privados e governamentais", escreveu em artigo recentemente publicado na imprensa.

Precisamente por causa da responsabilidade de zelar pelos princípios constitucionais de publicidade, imparcialidade e moralidade, o Supremo Tribunal Federal precisa avançar na definição de normas que esclareçam os limites da conduta de seus integrantes. Ao dar esse passo, a instância máxima da Justiça conferirá mais legitimidade aos seus magistrados. Esclarecer os limites éticos para os ministros é uma maneira de preservá-los. Aumentará a credibilidade da instituição que, a qualquer tempo, é essencial para o fortalecimento da democracia.

O código de conduta do STF vem para reforçar recomendações já estabelecidas para integrantes do Judiciário — como o Código de Ética da Magistratura Nacional, instituído em 2008 pelo então presidente do Conselho Nacional de Justiça, ministro Gilmar Mendes. Transparéncia é a essência da democracia. Sem ela, não há República.



## » Sr. Redator

» Cartas ao Sr. Redator devem ter, no máximo, 10 linhas e incluir nome e endereço completo, fotocópia de identidade e telefone para contato.

» E-mail: sredat.df@dab.com.br

### Férias escolares

Estamos em plenas férias escolares, e eu observo que, enquanto uma parte dos meninos e meninas tem oportunidades de viajar para diversos lugares, a maior parte tem de ficar mesmo em casa, com poucas opções de lazer. Enquanto isso, as escolas particulares e públicas estão fechadas. Os filhos de trabalhadores mais humildes acabam se tornando um estorvo para os pais que têm de trabalhar nesse período. Os meninos têm de recorrer aos celulares e à televisão. Sei que vários países costumam manter as escolas funcionando durante as férias das aulas, com atividades esportivas, música, teatro, danças. Por que nossas escolas não adotam esse procedimento? Os governos poderiam contratar orientadores temporários. É lamentável passar hoje pelas escolas e observá-las fechadas. Nossa país não se importa com isso.

» Hélio Socolik  
Lago Sul

### Desabafos

» Pode até não mudar a situação, mas altera sua disposição

Passaporte falso, cachorro, carro alugado... parecia roteiro de filme ruim. E terminou em prisão. O curioso é que quem deveria garantir o cumprimento da lei foi pego tentando escapar dela.

» Pacelli M. Zahler — Sudoeste

Silvanei Vasques: além de todos os crimes cometidos, só resta esclarecer se o pitbull é cúmplice ou foi sequestrado.

» Abrahão F. do Nascimento — Águas Claras

Condenado afirma que precisa de prisão domiciliar porque está doente e precisa de cirurgia. Logo, tendo sido operado, poderá cumprir pena em prisão não domiciliar, uma vez recuperado.

» Marcos Paulino — Vicente Pires

### Ano novo

Dentro de alguns dias, um ano novo vai chegar a esta estação. Se não puder ser o maquinista, seja o seu mais divertido passageiro. Procure um lugar próximo à janela, desfrute cada uma das paisagens que o tempo lhe oferecer, com o prazer de quem realiza a primeira viagem. Não se assuste com os abismos, nem com as curvas que não lhe deixam ver os caminhos que estão por vir. Procure curtir a viagem da vida observando cada arbusto, cada riaço, beirais de estrada e tons mutantes de paisagem. Desdobre o mapa e planeje roteiros. Preste atenção em cada ponto de parada e fique atento ao apito da partida. E, quando decidir descer na estação onde a esperança lhe acenou, não hesite. Desembarque nela os seus sonhos. Desejoso que sua viagem pelos dias do próximo ano seja de primeira classe. Um feliz e próspero ano novo a todos os brasileiros!

» Renato Mendes Prestes  
Águas Claras

### BRT

Carros funerários poderão circular em faixas exclusivas no Distrito Federal, decide o Departamento de Trânsito (Detran). A pessoa pega o BRT para agilizar o caminho para o seu destino. Daqui a um tempo, não vai fazer mais sentido ter uma faixa exclusiva para o BRT, já que meio mundo de carro é liberado para trafegar nela!

» Marcelo Rodrigues  
Brasília

### Pênaltil

Gabriel Barbosa Almeida (Gabigol), John Kennedy, Pedro e Pablo Vegetti são os favoritos batedores de pênaltis para, respectivamente, os técnicos adversários Dorival Júnior (Corinthians), Fernando Diniz (Vasco), Luiz Henrique (PSG) e Luis Zubeldía (Fluminense) e malquisto cobradores para os técnicos dos próprios clubes Leonardo Jardim (Cruzeiro), Zubeldía (Fluminense), Pedro Luiz (Flamengo), Diniz (Vasco). E, claro, também para os apostadores da bet.

» Humberto Schuwartz Soares  
Vila Velha (ES)



ANA DUBEUX  
anadubeux.correio@gmail.com

## Em 2026: a ordem é forrar o costado para suportar o rojão

Este texto é para você que, neste momento, está costurando seus botões, alinhavando as barras meio soltas, tentando soltar os nós e fazer laços bem vistosos. Para você que pegou a lista de resoluções de 2025 e está agora rindo para o papel diante da sua falência de sempre. A gente sempre cumpre muito pouco do que promete. É da natureza humana esquecer-se até da própria palavra empenhada. E dá-lhe refazer os mesmos planos, tão previsíveis e tão pouco convincentes que nos distraímos deles antes mesmo do carnaval.

A gente temia em achar que ano-novo é um combo: comida boa, vestido de festa, calcinha nova, bolão da Mega, fogos à meia-noite. É uma noite em que decidimos, acima de tudo, ter esperanças. É mesmo fantástico ter rituais para atravessar o tempo. Haverá sempre anjos a soprar nos nossos ouvidos: "Neste ano vai ser tudo diferente". É isso, amigos, fazemos tudo igual esperando o diferente.

Fico pensando se é possível inventar um ano de fato diferente, mesmo sendo este 2026 com Copa do Mundo e eleições. Coloque na conta do ano: aprofundamento das investigações de escândalos bilionários, muita intriga política, polarização forte, com riscos graves para conflitos entre amigos, vizinhos, familiares.

Sabemos que será um ano desafiador em muitos sentidos, por isso sugiro preparar também os espíritos — se for para armá-los, que seja com as armas de Jorge. Com a espada em punho, peça ao seu Deus, seu santo, a si mesmo o trôno proteção, coragem e força espiritual. A ordem é forrar o costado para suportar o rojão.

Com as costas quentes, invente, de fato, o seu ano. Eu gostaria muito que a gente mirasse nas questões essenciais, algumas íntimas sim, mas outras no coletivo. Uma delas é a manutenção da democracia — não podemos nos dar ao luxo de apagar o 8 de Janeiro da memória. Miremos também no combate ao feminicídio. As mulheres viveram um ano inteiro de luto com a matança sucessiva. Saibamos batalhar de forma consciente para mudar essa realidade, começando pelo voto. E que vejamos ainda com muita atenção a situação climática, que impõe provações tão difíceis ao mundo.

Não se deixe enredar com bobagens. O que nós podemos fazer para mudar? Repensar nossas atitudes é bom começo, mas mudar nossas atitudes é o que move o mundo e as causas. O essencial, no entanto, é votar com intenção: quem pode nos ajudar, quem contribuirá para frear o superaquecimento da Terra, quem vai trabalhar para poupar vidas de mulheres? O que desejo para 2026 é que cada um de nós tenha paz, saúde, alegria e... consciência.

### Inteligência artificial

Ao cantar que "o cérebro eletrônico faz tudo, faz quase tudo", Gilberto Gil antecipava, em linguagem poética, uma tensão que hoje se revela central no debate ético sobre a inteligência artificial (IA): os méritos e os limites dos aparatos tecnológicos como extensões do ser humano. De um lado, observa-se a chamada "inteligência alienada", fruto de sistemas concebidos sem a devida atenção aos valores humanos, capazes de reproduzir preconceitos, ampliar desigualdades e agir de forma descontextualizada. De outro, projeta-se a "inteligência aprimorada", resultado de práticas orientadas pela transparência, responsabilidade e princípios éticos, que transformam a IA em extensão da capacidade humana de pensar e decidir com justiça. Nesse cenário, a ética não é apenas um conceito abstrato, mas o regulador que impede a alienação tecnológica e garante que o avanço da IA se mantenha em sintonia com o bem-estar coletivo, fortalecendo a confiança social e delineando os contornos de um futuro mais consciente.

» Marcos Fabrício  
Asa Norte

Sejamos sinceros: por muito menos, Alexandre de Moraes teria mandado prender Alexandre de Moraes.

» Ricardo Santoro — Lago Sul

O país precisa de BC e STF independentes.

» Marcos Figueira — Sudoeste

A Asa Norte está muito escura, não tem uma alma viva depois de certo horário. Fica terreno fértil para os crimes. Tem que iluminar melhor e botar câmera para todos os lados!

» Jefferson Mattos — Asa Norte

É triste acompanhar o que vem acontecendo com a nossa cidade, a qual nos enchia de orgulho ao falarmos da segurança e da qualidade de vida que existiam!

» Erika Fernandez — Asa Norte

minense), Pedro Luiz (Flamengo), Diniz (Vasco). E, claro, também para os apostadores da bet.

» Humberto Schuwartz Soares  
Vila Velha (ES)

\*Preços válidos para o Distrito Federal e entorno.

Central de Atendimento: (61) 3342-1000 ou (61) 98163045 WhatsApp, para mais informações sobre preços e condições das localidades, assim como outras modalidades e formas de pagamento. Assinaturas com forma de pagamento em empréstimo terão valores diferenciados. Aquisição de assinaturas para atendimento de demanda de licitação só sob consulta. Preços válidos para até 10 (dez) assinaturas por CPF ou CNPJ.

Assinante: (61) 3342.1000 - Opção 01 ou (61) 99966.6772 WhatsApp

Publicidade: (61) 3214.1339 ou (61) 99555.2585 WhatsApp

Publicidade legal: (61) 3214.1245 ou (61) 98169.9999 WhatsApp

Classificados: (61) 3342.1000 ou (61) 98169.9999 WhatsApp

SA-CORREIO BRAZILIENSE - Administração, Redação e Oficinas Edifício Edilson Varella, Setor de Indústrias Gráficas - Quadra 2, nº 340 - CEP 70610-901. Rua Interna: 3214.1078 - Redação: (61) 3214.1100; Comercial: (61) 3214.1339 ou (61) 99555.2585 WhatsApp.

ANJ

# 2025: o ano da normalização do anormal

» JOSÉ HORTA MANZANO  
Empresário



Já estamos no futuro? Pois ele me parece bem diferente do que tudo o que costumavam nos prometer no passado. Nos diziam que, no século 21, tudo seria "atômico" (termo da época para designar a modernidade), que os carros deslizariam pelo ar, que a comida se resumiria a pilulas coloridas, que viajariam à Lua com a velocidade do pensamento. Tirando o russo Putin, que não se cansa de nos lembrar que ele a possui, a arma atômica saiu do noticiário. Carros continuam se arrastando no engarrafamento insano das metrópoles. A comida continua baseada em prosaicos arrozes e feijões. Apesar de uma ou outra nave enviada à Lua, o astro continua mais ao alcance dos namorados que dos turistas.

Mas que diferença há, então, entre hoje e algumas décadas atrás? Vivíamos na quase certeza de que uma guerra entre nações da Europa e da América fosse fantasma do passado, devidamente exorcizado e enterrado. Trágico engano. Aliás, essa impressão de paz garantida está entre os fatores que contribuíram para o ressurgimento de robustas faixas de extrema-direita.



## Seis lições da COP30 para 2026

» ANDRÉ FERRETTI  
Membro da Rede de Especialistas em Conservação da Natureza e gerente sênior de Economia da Biodiversidade da Fundação Grupo Boticário de Proteção à Natureza

Por ter sido realizada no Brasil, a Conferência das Partes despertou um interesse inédito entre os brasileiros. E, num cenário em que notícias negativas costumam ecoar com mais força do que conquistas, é importante afirmar que a COP30, apesar da insatisfação manifestada com o texto do acordo final, esteve longe de ser decepcionante.

Pelo contrário, Belém entregou resultados expressivos, trouxe surpresas positivas e reforçou a percepção de que estamos avançando, ainda que em um ritmo mais lento do que o desejado, rumo a um novo patamar de ação climática global. Afirmo isso após ter acompanhado presencialmente 19 edições desse encontro promovido pela Organização das Nações Unidas (ONU).

Destaco o fato de que, pela primeira vez, entrou oficialmente na mesa de negociação um roteiro para a eliminação gradual dos combustíveis fósseis. A construção de mapas do caminho foi apoiada por mais de 80 países. Essa iniciativa será discutida em uma conferência internacional, organizada pela Colômbia em parceria com a Holanda, a ser realizada em abril de 2026 na cidade colombiana de Santa Marta.

Esse compromisso não é simbólico. Três semanas depois da COP30, o governo brasileiro deu o prazo de 60 dias para que sejam estabelecidas diretrizes para desenvolver uma jornada para uma transição energética justa e planejada, com

A assunção do presidente Donald Trump, em janeiro 2025, assustou as gentes e ribombou como trovão em céu azul. Brutal e impiedoso, o novo inquilino da Casa Branca, verdadeiro viking emerso de tempos primitivos, passou a comportar-se como se senhor dos mundos fosse. Ameaçou anexar o Canal do Panamá, a Groenlândia e até seu vizinho do norte, o imenso Canadá. Prometeu expulsar 11 milhões de estrangeiros. Fez olhos lánguidos para o díspota Vladimir Putin. Bombardou o Irã. Afagou Netanyahu, enquanto este destruía, com carnices e mísseis, o formigueiro miserável em que Gaza se transformou. Para coroar, aumentou dramaticamente os impostos de importação americanos, perturbando os fluxos da economia mundial.

Após o fulgurante progresso que tem feito, a inteligência artificial (IA) deixa de ser vaga promessa e vai-se instalando como infraestrutura silenciosa de poder. A política econômica global passou a vibrar aos sobressaltos, com juros elevados e crescimento baixo. Todos os países, sem exceção, vivem em permanente estado de alerta, sempre na afluxiva espera do próximo anúncio bomba de Mr. Trump. O anormal normalizou-se.

E o Brasil nessa ebólula? É curioso notar que, em nosso país, dispensamos influências d'álgemar para abalar o curso de nossa existência. Sabemos muito bem como nos aperrear nós mesmos. Na política brasileira, 2025 foi o ano em que o futuro perdeu o glamour. Tivemos, já para o final do ano, o julgamento dos réus da sedição de 22-23, que deixou um epitáfio nulo: nenhum dos condenados

exprimiu arrependimento — numa confirmação tácita que dispensa confissão.

Para quem ainda contava com alguma renovação do discurso político, o que sobrou foi a sempiterna gestão de crises. Assistimos à resurreição de debates antigos, como soberania, nacionalismo, protecionismo. Incansável, o discurso presidencial insiste na velha pregação lulopetista de um Estado forte. Apesar da renovação pela qual passou a Câmara, com a entrada de representantes mais jovens e, esperava-se, portadores de ideias novas, nossa política continua entravada, pouco criativa, distante dos anseios dos eleitores, sempre mais reativa que propositiva. O próprio governo e, em certa medida, também a oposição, jogam para "não perder", com pouco empenho em se preparar para as transformações de 2026.

Assim, vamos nos preparando para as eleições do novo ano, com pouca imaginação e uma dose de temor. O "Centrão" vai se ampliando como força dominante de nosso Congresso, um agrupamento de contornos indefinidos, com parlamentares sem grande que os ligue, unidos tão somente por uma ganância sem freios, indigna de representantes do povo. Esse centro, em que vicejam personalidades amorais e apolíticas, funciona como espaço de contenção, não de liderança.

Se 2025 nos ensinou algo foi que a política não está à beira de uma ruptura, mas está se acomodando num estado crônico de tensão estéril. É possível que 2026 não traga grandes eventos. E talvez seja exatamente isso que devemos temer.

Feliz ano novo a todos.

O Brasil nessa ebólula? É curioso notar que, em nosso país, dispensamos influências d'álgemar para abalar o curso de nossa existência. Sabemos muito bem como nos aperrear nós mesmos. Na política brasileira, 2025 foi o ano em que o futuro perdeu o glamour. Tivemos, já para o final do ano, o julgamento dos réus da sedição de 22-23, que deixou um epitáfio nulo: nenhum dos condenados

exprimiu arrependimento — numa confirmação tácita que dispensa confissão.

Para quem ainda contava com alguma renovação do discurso político, o que sobrou foi a sempiterna gestão de crises. Assistimos à resurreição de debates antigos, como soberania, nacionalismo, protecionismo. Incansável, o discurso presidencial insiste na velha pregação lulopetista de um Estado forte. Apesar da renovação pela qual passou a Câmara, com a entrada de representantes mais jovens e, esperava-se, portadores de ideias novas, nossa política continua entravada, pouco criativa, distante dos anseios dos eleitores, sempre mais reativa que propositiva. O próprio governo e, em certa medida, também a oposição, jogam para "não perder", com pouco empenho em se preparar para as transformações de 2026.

Assim, vamos nos preparando para as eleições do novo ano, com pouca imaginação e uma dose de temor. O "Centrão" vai se ampliando como força dominante de nosso Congresso, um agrupamento de contornos indefinidos, com parlamentares sem grande que os ligue, unidos tão somente por uma ganância sem freios, indigna de representantes do povo. Esse centro, em que vicejam personalidades amorais e apolíticas, funciona como espaço de contenção, não de liderança.

Se 2025 nos ensinou algo foi que a política não está à beira de uma ruptura, mas está se acomodando num estado crônico de tensão estéril. É possível que 2026 não traga grandes eventos. E talvez seja exatamente isso que devemos temer.

Feliz ano novo a todos.

## Visto, lido e ouvido

Desde 1960

Circe Cunha (interina) // circe.cunha.dj@abr.com.br



## Por que o Brasil desperdiça a voz do eleitor

O ano de 2026 será, mais uma vez, um marco na vida política brasileira. Eleições gerais mobilizam milhões de eleitores, envolvem uma complexa máquina institucional e consomem cifras astronômicas dos cofres públicos. Trata-se, sem exagero, de um dos eventos mais caros e logisticamente sofisticados da República. Diante desse cenário, uma pergunta simples e incômoda se impõe: por que o Brasil, ao consultar sua população em um momento de tamanha mobilização cívica, insiste em limitar essa consulta apenas à escolha de nomes, deixando de fora questões centrais que afetam diretamente a vida do cidadão?

A Constituição de 1988 consagrhou o princípio da soberania popular não apenas pelo voto, mas também por meio de instrumentos de democracia direta, como o plebiscito e o referendo. No entanto, passadas quase quatro décadas, esses mecanismos permanecem subutilizados, tratados como exceção, quando deveriam ser regra em temas de alta relevância nacional. O resultado é um distanciamento crescente entre representantes e representados, alimentando a percepção de que decisões fundamentais são tomadas em gabinetes, longe do crivo popular.

O custo elevado das eleições, frequentemente citado como justificativa para não ampliar consultas, na verdade reforça o argumento contrário. Se o país já arca com uma estrutura monumental para ouvir o eleitor, por que não aproveitar essa oportunidade para submetê-lo a decisões que moldam seu cotidiano?

O combate à corrupção é um exemplo. Embora seja frequentemente utilizado como slogan eleitoral, a prática revela um histórico de investigações inconclusas, prescrições convenientes e punições seletivas. A sensação de impunidade mina a credibilidade do Estado e corrói o pacto social. Por que não submeter à população propostas objetivas sobre endurecimento de penas, mudanças processuais ou limites a privilégios legais? Um referendo bem formulado poderia conferir legitimidade popular a reformas que hoje enfrentam resistência justamente entre aqueles que seriam afetados por elas.

A segurança pública, talvez o tema que mais aflige o cidadão comum, segue refém de disputas políticas e de uma fragmentação federativa que dificulta soluções eficazes. Estados e municípios alegam falta de recursos, enquanto a União se esquivava de responsabilidades mais diretas. Um plebiscito poderia esclarecer se a população deseja maior centralização das políticas de segurança, mudanças no sistema penal ou novas diretrizes para atuação das forças policiais. Decidir isso sem ouvir quem vive sob a ameaça cotidiana da violência é um exercício de arrogância institucional.

Já a carga tributária, reconhecidamente elevada e complexa, é outro campo em que o cidadão raramente é ouvido. Reformas tributárias avançam a passos lentos, sempre mediadas por interesses corporativos e setoriais. O contribuinte, que sustenta o Estado, permanece como figurante em decisões que impactam diretamente seu poder de compra e a competitividade da economia. Consultá-lo sobre princípios básicos, como simplificação, limites de tributação ou prioridades de gasto, seria não apenas democrático, mas também pedagógico, fortalecendo a consciência fiscal da sociedade.

Os críticos da democracia direta costumam argumentar que o eleitor não teria informação suficiente para decidir temas complexos. Trata-se de uma visão elitista e contraditória: o mesmo eleitor considerado apto a escolher presidente, governadores e parlamentares seria incapaz de opinar sobre questões que afetam a própria vida? Além disso, plebiscitos e referendos não eliminam o papel do Parlamento; ao contrário, oferecem diretrizes claras para a atuação legislativa, reduzindo o abismo entre vontade popular e ação política.

Há, ainda, o argumento do risco de manipulação emocional ou populista. Esse risco, contudo, não é exclusivo da democracia direta; ele já existe, e em grau elevado nas eleições tradicionais. A diferença é que, em consultas temáticas, a sociedade é chamada a refletir sobre ideias e propostas concretas, e não apenas sobre personalidades ou promessas vagas. Com campanhas informativas equilibradas e fiscalização adequada, o debate tende a amadurecer o eleitorado, e não o contrário.

O Brasil vive uma crise de representatividade profunda. A abstênia cresce, o voto de protesto se banaliza e a confiança nas instituições segue em queda. Ignorar instrumentos que poderiam revitalizar a participação popular é um erro estratégico e democrático. Aproveitar as eleições gerais de 2026 para realizar plebiscitos e referendos sobre temas de primeira ordem seria um gesto de respeito ao cidadão e um passo concreto na direção de uma democracia mais madura.

Democracia não se resume a escolher governantes a cada quatro anos. Ela exige participação contínua, transparência e corresponsabilidade. Ouvir o povo apenas para legitimar o poder, mas não para decidir os rumos do país, é reduzir a soberania popular a um ritual vazio. Em um momento histórico marcado por desconfiança e polarização, ampliar a voz do cidadão não é um risco: é uma necessidade.

### » A frase que foi pronunciada

"O governo existe para nos proteger uns dos outros. Onde o governo ultrapassou seus limites foi ao decidir nos proteger de nós mesmos."

Ronald Reagan

### » História de Brasília

O IAPC iniciou o serviço de dedetização dos seus blocos nas superquadras 106, 306 e Asa Norte. Já que está com essa disposição, poderia também mandar limpar escadas e corredores, e varrer os periodicamente, já que não se pode exigir que isso seja feito todos os dias. (Publicada em 13/5/1962)

# De OLHO no QUADRO PSICOLÓGICO das MÃES

No último dia da série de reportagens sobre pós-parto, mostramos a importância de olhar para a saúde mental materna. É necessária muita atenção sobre potenciais complicações que possam surgir após o nascimento

» ISABELA ALMEIDA

**A** saúde mental também é afetada durante e após uma gravidez. Pensando nessa questão, cientistas de diferentes países buscam compreender melhor as doenças psiquiátricas que afloram nesse período. Um painel internacional de especialistas defende que a psicose pós-parto seja reclassificada como uma categoria própria de doença mental, separada de outros transtornos, para garantir diagnóstico mais rápido e tratamento adequado — em última instância, para salvar vidas de mães e bebês. Enquanto isso, outros cientistas desvendam quando há maior risco para a condição surgir, facilitando o rastreamento.

A psicose pós-parto é uma doença psiquiátrica grave, que afeta 2,6 em cada mil parturientes. Os sintomas incluem episódios de mania, depressão com características psicóticas, pensamento desorganizado, agitação, irritabilidade, alucinações, paranoia e insônia. Sem tratamento, o quadro pode evoluir para situações extremas, como suicídio ou homicídio do bebê, sendo considerada uma emergência psiquiátrica que frequentemente exige hospitalização. Agora um grupo de especialistas luta pela reclassificação da condição, conforme publicado na revista *Biological Psychiatry*.

Apesar do início rápido e de sinais clínicos bem definidos, a psicose pós-parto ainda não é reconhecida como um diagnóstico independente em dois instrumentos centrais da prática médica, o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5) e a Classificação Internacional de Doenças. Atualmente, essas referências somente mencionam o "início periparto", uma definição considerada imprecisa por não contemplar casos que surgem semanas ou meses após o parto.

Segundo os especialistas, essa lacuna dificulta o diagnóstico e o acesso ao tratamento. "A psicose pós-parto é uma doença psiquiátrica muito rara e grave que requer uma abordagem de tratamento específica", afirmou Jennifer Payne, especialista em psiquiatria reprodutiva da Faculdade de Medicina da Universidade da Virgínia, nos Estados Unidos, e autora principal da nova "declaração de consenso" sobre o tema. "O reconhecimento da psicose pós-parto como uma entidade clínica distinta

McKinsey/ Freepik



Entre as condições mentais mais comuns após o nascimento do bebê estão "baby blues", depressão pós-parto e psicose

## Duas perguntas para

**ANDRÉ CAMPBELL**, psiquiatra da Maternidade Brasília, da Rede Américas

**Quais são os problemas de saúde mental mais comuns que podem surgir após o parto?**

Os três principais problemas são o "baby blues" — melancolia leve nas primeiras duas semanas —; a depressão pós-parto, que afeta cerca de uma em cada sete mulheres com tristeza intensa, desinteresse e dificuldade para estabelecer vínculo com o bebê; e, mais raramente, mas algo gravíssimo,

a psicose pós-parto, com sintomas como alucinações, delírios e comportamentos desorganizados. Também é comum a ansiedade pós-parto, que pode acompanhar qualquer uma dessas condições.

**Como diferenciar mudanças emocionais normais do pós-parto de sinais de alerta para depressão ou psicose?**

O "baby blues" apresenta tristeza leve e oscilante, que desaparece em duas semanas, enquanto a depressão pós-parto se mostra com sintomas mais

intensos e duradouros, além de duas semanas, que prejudicam o cuidado com o bebê e consigo mesma, incluindo desinteresse persistente e culpa avassaladora. A psicose pós-parto é facilmente identificável pelo aparecimento súbito de alucinações — ver, ouvir, sentir na pele, no cheiro ou no paladar coisas que não existem —, delírios, envolvendo frequentemente o bebê, confusão mental extrema e comportamentos erráticos que configuram uma emergência médica imediata.

Arquivo cedido



promoverá um tratamento seguro, eficaz e baseado em evidências."

Os pesquisadores destacam que muitas mulheres respondem bem aos tratamentos já disponíveis. Estudos mostram que mulheres que desenvolvem psicose pós-parto têm cerca de 50% de chance de, ao longo da vida, desenvolver transtorno bipolar.

Por outro lado, gestantes com diagnóstico de transtorno bipolar apresentam risco extremamente elevado de psicose após o parto.

### Subdiagnósticos

Conforme a psiquiatra e integrante da equipe do Inki, plataforma de consultas médicas,

Carolina Guedes, a ausência de uma categoria diagnóstica autônoma pode contribuir para subdiagnósticos ou atraso na identificação desses quadros, especialmente nos estágios iniciais. "Em contextos assistenciais, sintomas precoces como insônia grave, desorganização do pensamento, alterações

abruptas de comportamento ou ideação delirante podem ser interpretados como manifestações emocionais esperadas do puerpério. Essa leitura equivocada pode retardar a avaliação especializada e a implementação de medidas terapêuticas adequadas, apesar de se tratar de um quadro de alta gravidade

clínica, que exige intervenção rápida e estruturada."

Enquanto especialistas defendem mudanças nos critérios diagnósticos, novas evidências científicas reforçam a necessidade de maior atenção à condição. Um estudo conduzido por pesquisadores do Mount Sinai, nos Estados Unidos, e publicado na revista *American Journal of Psychiatry*, analisou dados de mais de 1,6 milhão de mulheres a partir de registros nacionais suecos. Entre elas, foram identificados 2.514 casos de psicose pós-parto nos três meses seguintes ao primeiro parto.

Os resultados revelaram que uma mulher tem pouco acima de 10 vezes mais chances de desenvolver psicose pós-parto se uma irmã tiver apresentado a condição previamente. O risco é ainda maior quando há histórico familiar de transtorno bipolar: gestantes com uma irmã diagnosticada com bipolaridade e psicose pós-parto têm risco 14 vezes maior.

Para Veerle Bergink, diretora do Centro de Saúde Mental da Mulher do Mount Sinai e coautora do estudo, a conscientização é fundamental. "Toda mulher em idade fértil e seus médicos precisam saber sobre a existência, a gravidez, os sintomas e o risco familiar da psicose pós-parto para que ela possa ser diagnosticada precoceamente e, com sorte, prevenida", afirmou. "Atualmente, muitas mulheres com maior risco desconhecem a condição e ficam sozinhas com um recém-nascido, sem nenhum apoio."

Os resultados também reforçam a ideia de que, embora exista sobreposição com o transtorno bipolar, a psicose pós-parto apresenta características próprias. "Esses achados corroboram a visão de que, embora haja sobreposição entre a psicose pós-parto e o transtorno bipolar, tratam-se, na verdade, de condições distintas", disse Bergink.

Segundo a coordenadora do pronto socorro de ginecologia e obstetrícia do Hospital Anchieta Taguatinga, Mayara Duques, um ponto essencial é lembrar que a psicose pós-parto, apesar de rara, é uma emergência psiquiátrica tratável. "O maior risco não é o diagnóstico em si, mas o atraso no reconhecimento, muitas vezes causado por estigma, medo ou desconhecimento. Falar abertamente sobre saúde mental no pós-parto, ainda durante o pré-natal, é uma forma eficaz de impedir desfechos negativos."

## Projeto pioneiro no SUS dá suporte digital a mães no pós-parto

Para fornecer apoio a mães no puerpério, um novo programa foi incorporado ao Sistema Único de Saúde (SUS). Chamado Aurora, o projeto desenvolvido pelo L2D Saúde Digital oferece suporte 24 horas a mulheres no pós-parto e recém-nascidos, no interior de São Paulo. A iniciativa combina telemonitoramento, conteúdos educativos e equipe multidisciplinar, incluindo psicólogo.

O programa gratuito oferece um suporte contínuo a mães e bebês nos primeiros 60 dias após o parto, combinando tecnologia e uma abordagem multidisciplinar humanizada. A Santa Casa de Tatuí, que foi palco do projeto-piloto, é uma das principais maternidades da região. Dos cerca de 140 partos por mês, 60% são de pacientes de populações vulneráveis, o que dificulta o acompanhamento após o nascimento do bebê.

O programa, que já está completamente implementado na rede pública, acompanha atualmente

192 puérperas. Segundo dados oferecidos pela iniciativa, 69% dos atendimentos são feitos pela enfermagem, com atuação integrada de psicologia e nutrição. O suporte psicológico remoto tem foco em acolher insegurança, sobrecarga emocional e prevenir quadros como baby blues e depressão pós-parto.

### Sem julgamentos

Ao *Correio*, a psicóloga clínica e coordenadora de psicologia do Programa Aurora da L2D Saúde Digital, Tatiana Barbosa, o acompanhamento permite que a mãe exponha o que está sentindo no momento. "Isso sem julgamentos e com liberdade para dizer o que pensa, tirar dúvidas de maneira sigilosa, acolhedora e de fácil acesso, além de receber orientações de uma pessoa habilitada e capacitada. Com isso, o profissional pode identificar de maneira precoce sinais de

que a puérpera apresenta sintomas compatíveis com o quadro de baby blues ou depressão pós-parto, podendo intervir diretamente."

O projeto Aurora trouxe para nós um feedback essencial sobre

uma lacuna que existia no atendimento pós-parto. As mães passam pelo pré-natal e pelo parto, mas o acompanhamento depois da alta sempre foi limitado. Muitas vezes, as dúvidas e inseguranças delas

não eram sequer percebidas. Agora, com o suporte técnico e o acolhimento que o projeto oferece, conseguimos reduzir a ansiedade materna e até identificar precocemente quadros como baby blues e depressão pós-parto", detalha a médica ginecologista, obstetra e interventora da Santa Casa de Tatuí, Maria Laura Matias.

### Monitoramento

Desde a alta hospitalar, as mães são acompanhadas por uma equipe de enfermagem, nutrição e psicologia. Quando necessário, o monitoramento pode ser iniciado ainda durante a internação, assegurando maiores cuidados desde os primeiros momentos. Além dos telemonitoramentos agendados, o programa oferece suporte contínuo



Atendimento do programa acontecendo ao vivo



Agora, com o suporte técnico e o acolhimento que o projeto oferece, conseguimos reduzir a ansiedade materna e até identificar precocemente quadros como baby blues e depressão pós-parto"

**Cristiana Barbosa,**  
COORDENADORA DO AURORA

para esclarecer dúvidas e orientar as mães, previnindo complicações evitáveis. Casos que exigam auxílio presencial são orientados e encaminhados às unidades de saúde.

## SISTEMA PENAL

# WhatsApp para driblar a fiscalização

Dados exclusivos obtidos pelo **Correio** mostram o quantitativo de presos do DF e de 45 municípios goianos submetidos a monitoramento domiciliar. Em um mês, 240 policiais penais foram escalados para acompanhar mais de 13 mil detentos

» DARCianne Diogo

O aviso é curto e circula em um grupo de WhatsApp com pouco mais de 930 participantes. "Vigia aí, que eles já vieram duas vezes na minha casa." A mensagem é uma entre milhares trocadas por presos do regime aberto e semiaberto monitorados em suas residências pela Polícia Penal. Beneficiados com o saído, saídas quinzenais, trabalho externo, estudo ou prisão domiciliar, esses detentos estão sujeitos a um compilado de regras, incluindo restrições de horário. Na prática, o sobreaviso funciona como um salvo-conduto informal: depois do "conferir", ajustam deslocamentos fora do horário permitido, com baixo risco de abordagem.

A população carcerária do Distrito Federal é a 11ª maior do país e soma 28.568 custodiados, segundo dados da Secretaria Nacional de Políticas Penais (Senappem). O número coloca a capital à frente de 16 estados brasileiros, incluindo aqueles com índices historicamente mais altos de mortes violentas, como Bahia e Amapá. Do total, 16.455 estão em celas físicas, e 12.113 em prisão domiciliar com e sem tornozeleira eletrônica.

Benefícios penais para progressão de regime estão no centro das críticas ao sistema prisional. Por um lado, criteriosos associam as medidas ao aumento da sensação de segurança e da reincidência. Defensores da política penitenciária, por outro lado, argumentam que a saída da prisão é um instrumento fundamental de ressocialização. O debate, no entanto, se dilui quando confrontado com a forma como essas medidas operam fora do papel.

O **Correio** recorreu à Lei de Acesso à Informação (LAI) e obteve dados exclusivos sobre o quantitativo de presos do DF e de 45 municípios goianos subordinados à Justiça da capital federal e submetidos à fiscalização domiciliar. Os dados mostram que 13.198 detentos — 11.246 do DF e 1.952 de Goiás — estão sob monitoramento em casa, determinado pela Justiça. O contingente reúne perfis distintos. Há custodiados do semiaberto lotados no Centro de Internamento e Reeducação (CIR), na Papuda, sem trabalho externo. Outros, do semiaberto, no Centro de Progressão Penitenciária (CPP), que estão autorizados a sair para trabalhar ou para estudar. Também fazem parte do grupo os do regime aberto. Todos precisam seguir as normas judiciais.

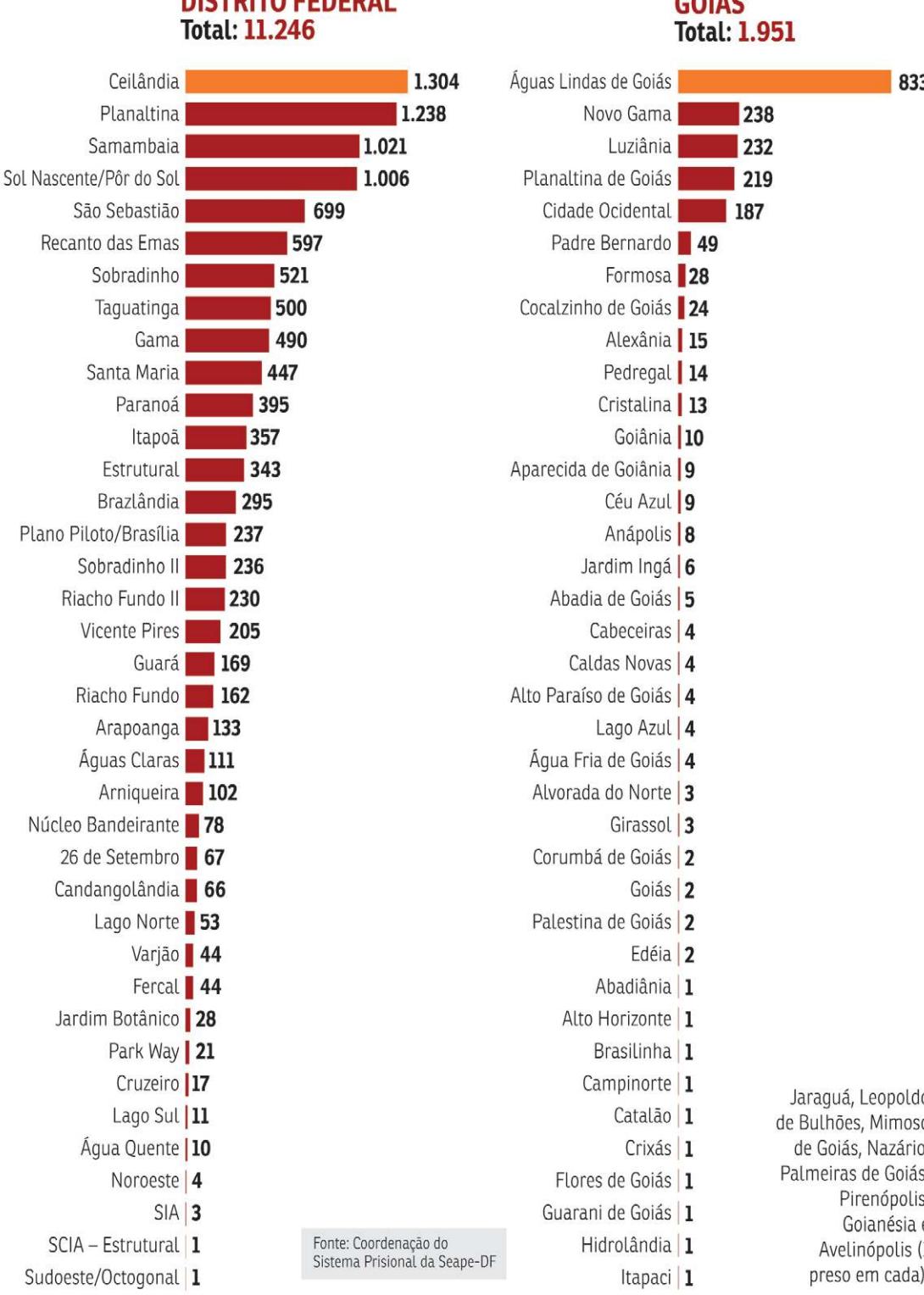
As exigências partem do básico. A começar pelo fornecimento do endereço onde o preso poderá ser encontrado durante o gozo do benefício. É estritamente proibido frequentar bares, casas noturnas ou espaços semelhantes, bem como portar substâncias ilícitas. Em despacho padrão, a Vara de Execuções Penais (VEP) dá ênfase aos limites da convivência: "Nunca andar em companhia de pessoas que se encontrem cumprindo pena, seja em regime aberto, semiaberto, fechado, ou livramento condicional, mesmo estando autorizadas a sair do presídio. Não andar acompanhado de menor de idade que esteja cumprindo medida socioeducativa."

### Controvérsia

Pouco antes das 7h de segunda-feira, a Rodoviária do Plano Piloto registrava um fluxo incomum. Familiares e amigos aguardavam a chegada dos detentos do regime semiaberto lotados no CIR, liberados para o saído. A escolta das viaturas da Diretoria Penitenciária de Operações Especiais (Dope) anuncia a chegada

Fonte: Coordenação do Sistema Prisional da Seape-DF

### Total de presos fiscalizados em domicílio no DF e Entorno



Minervino Júnior/CB/D.A.Press



Polícia Penal faz ronda em Ceilândia para monitorar presos no saído de Natal

de parte dos 1.689 custodiados em ao menos quatro ônibus.

A cena se repetiu nove vezes ao longo de 2025. O último saído do ano terminou na sexta-feira. Os presos tiveram que se apresentar às respectivas unidades prisionais até as 10h. Em caso de descumprimento, há risco de regressão de regime.

Entre a liberação e o retorno obrigatório, o dia corre quase sem restrições visíveis. Até as 18h, eles podem circular pela cidade, visitar familiares e resolver pendências. Depois, precisam estar em casa até a manhã do dia seguinte. Ao começo da noite, entram em cena os grupos de WhatsApp formados entre os próprios

beneficiários. Quase todas as cidades do DF têm um grupo específico de aviso. As regras são claras: só deve "bipar" (avisar) se o conferir realmente passou na "quebrada". São verdadeiras conversas sobre outros assuntos, memes e vídeos.

"Acho que vou morrer. Tinha ido

ali levar minha filha na praça e,

### Três perguntas para

Ana Paula Correia de Souza, advogada criminalista e professora

**A Polícia Penal tem um total de 2.229 policiais. Duzentos e trinta e sete atuaram na fiscalização de campo em novembro. Como a senhora avalia a eficácia real de fiscalizar 14.952 endereços com esse contingente?**

Esse número de agentes (237) não representa o efetivo disponível simultaneamente. O trabalho policial opera, invariavelmente, em regimes de escala. Considerando a lógica das escalações de serviço, o contingente diário seria de algo em torno de 59 agentes para cobrir todo o território do DF e das cidades do Entorno. Além disso, uma fiscalização domiciliar efetiva não é apenas uma passagem visual. Exige deslocamento, abordagem tática de segurança, verificação biométrica ou documental do apenado, inspeção do perímetro para verificar a ausência de ilícitos e preenchimento de relatório. Isso significa que a fiscalização deixa de ser uma rotina de controle e torna-se um evento estatístico raro, assemelhando-se a uma loteria. Logo, a fiscalização, nesses moldes, não pode ser considerada efetiva. Estamos diante de uma equação estruturalmente inviável, que resulta em uma fiscalização seletiva e insuficiente, evidenciando uma grave falha do Estado em seu dever de custódia e supervisão, transformando a sanção penal em uma formalidade burocrática desprovida de conteúdo punitivo ou ressocializador.

**Presos de alta periculosidade deveriam ter benefício de saídos e saidinhas?**

Na minha avaliação, não. O benefício da saída temporária deve ser interpretado de forma restritiva e responsável, à luz dos princípios da proporcionalidade e da

proteção da sociedade. Embora a Lei de Execução Penal preveja o instituto, ele não é um direito automático. Para presos de alta periculosidade, especialmente aqueles com histórico de violência grave, reincidência ou vínculo com organizações criminosas, a concessão do benefício contraria a finalidade preventiva da pena e expõe a sociedade a riscos concretos. A execução penal não pode se afastar da realidade criminológica. Benefícios devem ser concedidos com base em avaliação individualizada e risco real, e não como política de desafogamento do sistema.

**Regiões como Ceilândia, Planaltina e Sol Nascente concentram milhares de indivíduos sob monitoramento. Essa alta densidade de apenados em regimes aberto e semiaberto pode sobrestrar a policiamento preventivo local?**

Indiscutivelmente, existe um desvio de função sistêmico que onera a PMDF. A PM tem a missão constitucional do policiamento ostensivo e preventivo. Já a Polícia Penal tem a missão da execução e fiscalização da pena. Com apenas 237 policiais penais para quase 15 mil apenados cumprindo pena em regime aberto e semiaberto ou em prisão domiciliar, a PM acaba, na prática, assumindo também a função de fiscal de pena. Cada vez que uma equipe da PMDF aborda um apenado descumprindo as regras do seu regime de pena, essa equipe sai de sua rota de patrulhamento preventivo por horas para procedimentos na delegacia. Isso cria embarracos na malha de segurança preventiva e, consequentemente, aumenta a vulnerabilidade do cidadão comum.

residem em Goiás. Na lista, entram cidades como Goiânia, Pirenópolis, Caldas Novas e Anápolis. É quase inviável o deslocamento dos policiais até esses municípios, relataram fontes ouvidas pela reportagem.

### Critérios

Em novembro, a Secretaria de Administração Penitenciária (Seape-DF) fiscalizou 14.952 endereços ativos de presos. O roteiro não se limita apenas às casas. As viaturas também se deslocam a estabelecimentos comerciais e empresas que mantêm vínculos empregatícios com os apenados autorizados ao trabalho externo. No DF, 1.483 custodiados estão em atividades laborais, sendo 1.283 pela Fundação de Amparo ao Trabalhador Preso (Funap) e 203 por organizações privadas.

Os policiais seguem critérios técnicos de priorização para a fiscalização. A Coordenação do Sistema Prisional citou a situação jurídica do apenado, o histórico disciplinar, o risco individual, a necessidade de verificação e diretrizes judiciais. Segundo a Seape, para custodiados em prisão domiciliar há mais de 60 dias, as fiscalizações começam à meia-noite.

A lista de fiscalização domiciliar não inclui os presos com tornozeleiras eletrônicas, que são monitorados 24 horas por dia, durante toda a semana, pelo Centro de Monitoração Eletrônica (Cime).

# Eixo Capital



**ANA DUBEUX (Interina)**  
anadubeux.correio@gmail.com

## O sarau no apartamento de Odette Ernest Dias



Fotos: Beth Ernest Dias/Arquivo Pessoal

• Três dias após a morte de Odette Ernest Dias, lembranças dos amigos ressaltam a importância da flautista na construção da cultura brasileira. Ela desembarcou em Brasília para ser professora do Departamento de Música da UnB em 1974. Mas, desde os tempos em que morava no Rio de Janeiro, integrava a Orquestra Sinfônica Brasileira e atuava na Rádio Nacional, ela apreciava as rodas de choro. Conheceu Pixinguinha quando ele era arranjador da TV Tupi. Quando se mudou para Brasília, se encontrou com o clarinetista Celso Cruz, e ele disse: "Sei que você gosta de choro. O Waldir Azevedo, o Avena de Castro e o Pernambuco do Pandeiro se reunem na casa do jornalista Raimundo de Brito. Apareça por lá". No entanto, logo em seguida, Raimundo morreu, e Odette disse: "Então, vamos reunir o pessoal no meu apartamento, que é grande". E, assim, surgiram os famosos saraus do apartamento de Odette, que foram a nascente do Clube do Choro.

• Apareceram por lá Waldir de Azevedo, Avena de Castro, Pernambuco do Pandeiro, Valério, Tio João do Trombone, Tio Nilo, Miudinho e Nivado de Souza, entre outras feras da música instrumental. As fotos que publicamos integram o arquivo pessoal de Beth Ernest Dias e registram momentos do sarau no apartamento de Odette, que chegaram a atrair gente ilustre de outros estados. Também vieram Paulinho da Viola, Paulo Moura, Copinha e César Faria (pai de Paulinho da Viola e integrante do conjunto Época de Ouro, que acompanhava Jacob do Bandolim).

Divulgação



## O avô como inspiração

Pré-candidato ao GDF pelo PT-DF, o presidente do Iphan, Leandro Grass, passa as festas de fim de ano em Santo Ângelo, no Rio Grande do Sul, terra natal de sua família. Em visita aos tios, aproveitou para rever a casa dos avós

Angelina e João Grass, que foi expedicionário na Segunda Guerra Mundial e participou da famosa Batalha de Monte Castelo. "Estou recarregando as baterias para as lutas do próximo ano, que serão muito duras." Grass está seguro de que terá sua candidatura oficializada pelo Diretório Regional. "Já pactuamos o apoio de todas as correntes internas, à exceção do grupo do Geraldo

Magela, ex-deputado e que também tem a pretensão de concorrer ao Buriti". Segundo

Grass, as negociações também estão fechadas com o PV e o PCdoB, que formam a federação com o PT e com o PDT.



## À QUEIMA-ROUPA

# "Estamos vendo cada vez mais casos de ataques misóginos contra jornalistas"

Marcelo Ferreira/CB/D.A Press



*Os casos recentes de feminicídio e agressões contra mulheres faz crescer a percepção de que a violência de gênero não é episódica, mas parte de um problema estrutural. Para a presidente do Instituto Palavra Aberta, Patricia Blanco, romper esse ciclo exige ações coordenadas que combinem educação, segurança pública, assistência social, responsabilização e mobilização da sociedade. O enfrentamento ao feminicídio tem que ser abraçado por todos. Ao compreender melhor o ambiente midiático, passamos a entender que a retórica violenta e discriminatória pode começar de maneira localizada e aparentemente pontual e sem consequências, sob a forma de posts. Quando olhamos para mulheres que trabalham de forma exposta nas mídias, a situação também é crítica.*

### Qual o papel da escola na desconstrução de padrões de violência de gênero?

Episódios de violência como os vistos recentemente exigem ações pontuais e imediatas. Mas não podemos perder a chance de discutir caminhos mais duradouros para uma cultura de paz, em que crianças e jovens sejam preparados para uma postura mais saudável e responsável para atuar na sociedade de forma a compreender e respeitar a diversidade, pluralidade e igualdade de gênero.

A violência de gênero ou não — seja ela retórica (que aparece, por exemplo, em ameaças e boatos de atentados), seja física (com casos concretos de ataques) — só será efetivamente enfrentada a partir de um conjunto amplo de iniciativas, envolvendo agentes públicos, a sociedade de maneira geral e as escolas, em especial. A construção de uma cultura de não violência começa no ambiente familiar, mas precisa passar pela sala de aula, a partir da incorporação de temas ligados ao universo midiático e questões socioemocionais ao currículo.

### De que forma a educação midiática ajuda a enxergar a violência de gênero como um problema estrutural, e não casos isolados?

A educação midiática tem muito a contribuir nesse sentido. Quando aprendemos a analisar criticamente mensagens de mídia, passamos a ter uma atitude questionadora e não mais passiva em relação a conteúdos que podem reforçar vieses e preconceitos, principalmente contra mulheres. Além disso, ao compreender melhor o ambiente midiático, passamos a entender que a retórica violenta e discriminatória pode começar de maneira localizada e aparentemente pontual e sem consequências,

sob a forma de posts, piadas e memes desrespeitosos, que acabam banalizando discursos violentos. O perigo desse tipo de comportamento será maior quanto maior for o desconhecimento de como todos nós temos responsabilidades ao criar, compartilhar ou simplesmente engajar em determinados conteúdos.

Por isso, a escola precisa incluir em seu dia a dia novos letramentos que ajudem crianças e adolescentes a entender

fenômenos que amplificam retóricas de ódio contra grupos da sociedade, sejam de mulheres ou qualquer outro grupo.

### A falta de letramento midiático reforça o machismo estrutural? O ambiente digital reforça esse padrão?

Com certeza. A objetificação e a desumanização de mulheres são pilares estruturantes da sociedade em que vivemos. Se praticamente toda mulher já foi assediada na rua, na escola, em casa ou no trabalho, por que isso seria diferente no ambiente on-line? Ao contrário: a distância e o anonimato dão justamente mais liberdade para que homens ofendam e violentem, com textos, áudios e vídeos, mulheres conhecidas e desconhecidas. É claro que há um problema crônico de combate a discursos com preconceito de gênero e orientação sexual nas plataformas digitais. Mas também é necessária a compreensão de que esse é um problema social que se reflete no ambiente digital e a falta de letramento midiático reforça este comportamento.

### O problema também ocorre com jornalistas?

Quando olhamos para mulheres que trabalham de forma exposta nas mídias, a situação também é crítica. Estamos vendo cada vez mais casos de ataques misóginos contra jornalistas mulheres nas redes sociais. Só nestes últimos dias, tivemos notícias de duas profissionais vítimas dessa violência — Malu Gaspar (O Globo) e Renata Mendonça (TV Globo), ambas simplesmente por exercerem o seu ofício.

### O enfrentamento ao feminicídio deveria ser tratado como política de Estado, e não de governo?

Como política de Estado, mas não só. O enfrentamento ao feminicídio é a toda e qualquer violência contra a mulher tem que ser abraçado por toda a sociedade. Somente a partir de políticas públicas que integrem ações de educação, prevenção e punição efetiva é que conseguiremos avançar no combate a esta chaga que afeta a todos nós.

### É possível combater o feminicídio sem enfrentar o machismo estrutural?

Acredito que se não enfrentarmos esta

questão de forma sistêmica, só estaremos enxugando gelo. O problema da banalização da violência é uma questão mais ampla. Vivemos numa sociedade que infelizmente se acostumou com isso no dia a dia. Desde a retórica do "em briga de marido e mulher não se bota a colher", até a culpabilização da vítima: "você viu a roupa que ela estava usando?" Ou seja, o problema é muito mais profundo e está incorporado na nossa sociedade.

### Como as redes sociais influenciam a percepção e a reprodução de relações abusivas?

De diversas maneiras, entre elas, pela formação de grupos que convergem e compactuam com este tipo de comportamento. São homens que enviam áudios, montam imagens e acessam e divulgam pornografia, degradando individual e coletivamente a imagem de mulheres. Comentários em grupos de WhatsApp nada mais são do que conversas machistas de bar levadas para o ambiente virtual, onde têm potencial quase infinito de alcance. Os autores são homens de carne e osso responsáveis por suas falas e posturas. A violência de gênero aparece no discurso: em memes machistas, xingamentos a jornalistas, nudes de conhecidas e desconhecidas vazados e compartilhados e em tantos outros formatos que é impossível mensurar.

### O que jornalistas e influenciadores precisam mudar ao tratar feminicídios?

Acredito que os jornalistas têm feito um bom trabalho ao expor os casos de forma bastante crítica e dando a dimensão necessária para comportamentos que não podem ser mais tolerados. O papel da imprensa é justamente este: de dar luz aos acontecimentos, cobrar uma atuação consistente do poder público e chamar a atenção da sociedade, contribuindo para que a mudança cultural aconteça.

E os influenciadores digitais, detentores de grande massa de seguidores e diante do seu potencial de engajar essas milhões de pessoas precisam entender o seu papel e responsabilidade na busca por uma sociedade mais segura para todos. Que o exemplo do Felca seja seguido e se torne praxe na prática diária desses criadores de conteúdo.

## Por dentro da mente dos feminicidas

Fortemente comprometida no combate à violência doméstica, a vice-governadora Celina Leão quer conhecer a mente dos feminicidas. Em parceria com o Tribunal de Justiça do Distrito Federal e dos Territórios, o GDF pretende realizar entrevistas com os condenados por crimes contra a vida das mulheres. Celina acredita que o estudo pode contribuir de maneira qualificada para as políticas de prevenção e enfrentamento da violência de gênero. Na avaliação da vice-governadora, trata-se de uma iniciativa relevante até o ponto de vista acadêmico, pois são escassos os estudos sobre o perfil psicológico do feminicida. De fato, pesquisas semelhantes à que está sendo conduzida pelo GDF auxiliam a rede de proteção às mulheres a identificar situações de risco e comportamentos potencialmente perigosos do agressor.

## Ética além do expediente

Para a deputada Paula Belmonte, o episódio envolvendo um servidor da Controladoria-Geral da União, flagrado em vídeo agredindo uma mulher e uma criança, recoloca no centro do debate a responsabilidade ética de quem exerce função pública. "Quando há cargo público envolvido, a cobrança precisa ser maior, porque a função pressupõe responsabilidade dentro e fora do expediente", afirmou. Ela ainda pondera que a prioridade absoluta do Estado deve ser a proteção das vítimas e a responsabilização efetiva do agressor.



## Para não esquecer o 8 de janeiro

No terceiro aniversário do 8 de Janeiro, o Partido dos Trabalhadores pretende promover atos em Brasília e em diversas cidades do país para lembrar o atentado aos Poderes da República ocorrido em 2023. As manifestações terão como lema "Brasil nas ruas pela democracia". Na capital federal, o presidente Lula deve realizar uma cerimônia simbólica, com a presença de autoridades, a exemplo do que ocorreu nos dois anos anteriores. Ainda não há local definido para o evento: a Praça dos Três Poderes está em reforma. Há expectativa de que durante o ato o chefe do Executivo anuncie o veto ao Projeto de Lei da Dosimetria.

Três anos depois do ataque à democracia, a temperatura política em Brasília segue alta. O bolsonarismo resiste, o Congresso se mostra condescendente com golpistas e o Supremo Tribunal Federal enfrenta um teste de credibilidade em meio ao desgaste provocado pelo Banco Master.

## Balanço do Nota Legal

Um dos programas do GDF mais conhecidos dos brasilienses, o Nota Legal devolveu R\$ 136,6 milhões em 2025 aos contribuintes que exigem a emissão de cupons fiscais das compras. Outro ponto de destaque do ano foi que o prêmio principal passou de R\$ 500 mil para R\$ 1 milhão, totalizando R\$ 7 milhões distribuídos nos dois sorteios. Além disso, em outubro, começou o Nota Legal Solidária, voltado às entidades sem fins lucrativos, ampliando o alcance social da iniciativa.

## Assim é (se lhe parece)

As festas de fim de ano estampam mais do que a alegria típica do Natal e do ano-novo. Revelam a vulnerabilidade. Há cenas que sempre se repetem e se mostram nas ruas. Eis algumas: tutores irresponsáveis que abandonam seus animais nas ruas apenas para saírem de férias; barracos que se proliferam às margens das avenidas — ali, a população de rua aguarda a solidariedade em forma de doações; acidentes que matam famílias inteiras, vítimas da imprudência no trânsito, da pressa em chegar; excessos no consumo de álcool detonando toda espécie de agressividade e crimes, em especial feminicídios.

## Conversas secretas ao ar livre

Nada mais popular que uma feira. De produtores, de ideias e de esperança. O futuro de uma cidade sempre nasce numa feira.



Mariana, Gorgulho, Filippelli, Arruda, Kiko. Em pé: Gastão e Gontijo



## Crônica da Cidade

SEVERINO FRANCISCO | severinofrancisco.df@dab.com.br

### A soberania da sandália

Em meio à polêmica sobre a propaganda das Havaianas, estrelada por Fernanda Torres, a sandália do meu neto estragou e fui até uma loja comprar outra. Perguntei à vendedora o que ela estava achando da pendenga e ela me respondeu que era péssimo para todos ou para quase todos: os comerciantes, os consumidores e a economia.

Argumentou que as sandálias Havaianas fazem sucesso e são muito valorizadas fora do Brasil. "Eu tenho uma filha que mora em Dubai. Quando ela veio ao Brasil nos visitar, levou oito pares de Havaianas, pois disse que a sandália fica muito cara

com as taxas de importação." Quer dizer, os supostos patriotas resolveram atacar precisamente um dos produtos mais genuinamente brasileiros, associados à descontração, ao conforto e à leveza.

Eu considero legítimo exercer pressão sobre empresas por posicionamentos políticos nocivos ao interesse público. Durante a pandemia, alguns empresários apoiam discursos e ações negacionistas do ex-presidente, que contribuíram, decisivamente, para que o Brasil fosse o segundo país do mundo com mais mortes, alcançando o patamar de mais de 700 mil óbitos, perdendo apenas para os Estados Unidos, sob a gestão de Donald Trump.

E, nesse sentido, considero equivocada a postura do presidente Lula de defender o agronegócio, de maneira irrestrita, contra as sanções impostas pela União Europeia

para empresas que degradam o meio ambiente. Basta ver como vota a bancada do agro no Congresso Nacional quando estão em jogo questões de grande impacto sobre as mudanças climáticas, quer dizer, sobre as nossas vidas. Basta ver o calor de rachar que nos assola.

As excelências ignoram totalmente os alertas e jamais convidaram os cientistas para audiências, enquanto os tornados devastam as cidades, as secas transformam rios transbordantes em trilhas desertas e as temperaturas sobem nas cidades a níveis insuportáveis. O único argumento capaz de persuadir líderes tão inscientes é o prejuízo econômico.

Mas, no caso da propaganda das sandálias Havaianas com Fernanda Torres, não é o bem comum, o desprezo pela vida durante uma pandemia, o protesto contra o

trabalho escravo ou a alienação contra os perigos do aquecimento global que estão em jogo. A publicidade em questão fala em não entrar no novo ano com o pé direito, o que é muito diferente de direita ideológica. E também não sugere que o correto seria andar equilibrado no pé esquerdo como se fosse um Saci Pererê. Propõe que se entre no novo ano com os dois pés na porta, na jaca, na estrada.

A uma empresa não interessa discriminar consumidores de direita ou de esquerda. Isso é inimaginável. Essa leitura fanática, paranoica e infantil que fizeram da propaganda é preocupante por outras razões. Ela explica por que temos um parlamento tão despreparado, desqualificado e descompromissado com as pautas de interesse coletivo.

Ao votar, não se preocupam em analisar se o candidato fez um bom mandato,

se ficou do lado das causas sociais, se tem biografia relevante, preparo intelectual, histórico de luta, compromisso com a democracia. Escolhem sem a menor capacidade de análise crítica, seguem a primeira ordem baseados exclusivamente no fanatismo. Para mim, não importa a cor ideológica, todos os governos precisam passar por esse crivo. Senão, como avaliar e como votar?

Ainda bem que a campanha, ao que parece, fracassou. No primeiro dia, provocou uma queda de mais de R\$ 150 milhões no valor de mercado da Alpargatas na bolsa de valores. Mas se recuperou nos dias seguintes e chegou a ganhar R\$ 450 milhões até sexta-feira. Quer dizer, cresceu R\$ 300 milhões até sexta-feira, depois da polêmica. A soberania da sandália Havaianas está preservada contra os fanatismos ideológicos.

**TRÂNSITO /** De sexta-feira até ontem, pelo menos cinco ocorrências provocaram interdições em vias e acenderam o alerta das autoridades para o aumento da imprudência ao volante durante as festas de fim de ano

## Acidentes deixam 13 feridos em 24h

» DAVI CRUZ

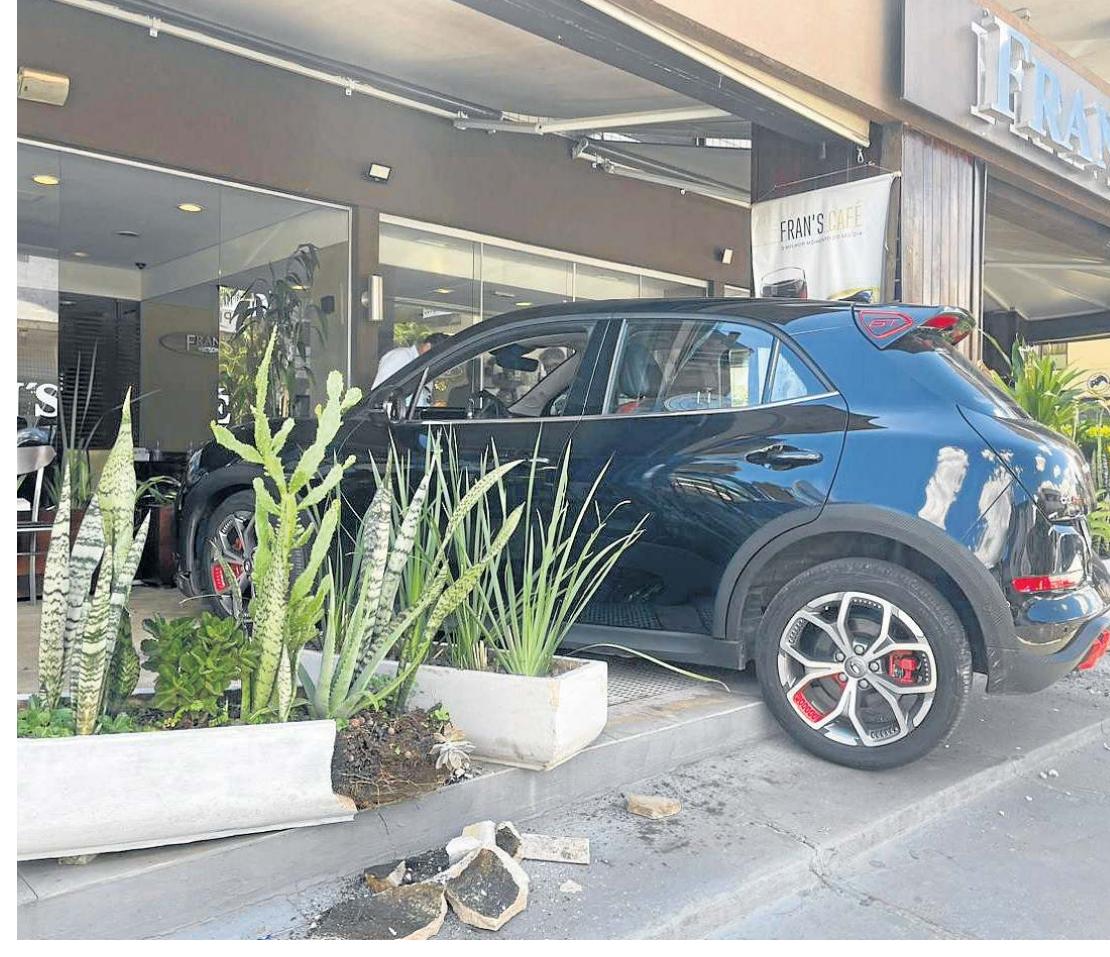
Pelo menos cinco sinistros de trânsito foram registrados no Distrito Federal em um intervalo de 24 horas. Os casos mobilizaram equipes do Corpo de Bombeiros Militar do DF (CBMDF), da Polícia Militar (PMDF) e de outros órgãos de segurança. As ocorrências, que deixaram 13 feridos, causaram interdições em vias importantes e reforçam o alerta das autoridades sobre os riscos da imprudência no trânsito, especialmente neste período de festas de fim de ano.

Um dos casos ocorreu por volta das 10h de ontem, na comercial da 209 Norte, na Asa Norte. Uma idosa, de 82 anos, estacionava um carro elétrico da marca Ora, de cor preta, quando invadiu a área externa do Fran's Café e provocou momentos de pânico entre clientes que estavam no local.

O CBMDF foi acionado e enviou duas viaturas para atender à ocorrência. No local, os bombeiros encontraram o veículo sobre a calçada da área comercial. A região foi isolada para garantir a segurança, e todas as pessoas envolvidas foram avaliadas. O veículo atingiu uma mulher que estava sentada à mesa com uma parente. A vítima ferida seguiu para o hospital por meios próprios.

A filha da motorista esteve no local e afirmou que o acidente ocorreu em questão de segundos, no momento em que a mãe tentava estacionar. Disse, ainda, que a idosa havia renovado recentemente a habilitação e sempre dirigiu com autonomia. A condutora sofreu apenas uma leve escoriação no braço, causada por uma pulseira, sendo liberada e encaminhada para casa.

No entanto, testemunhas apresentaram outra versão. A turista Raquel Vieira Parrini contou que estava sentada com a tia quando percebeu o carro subindo a calçada. "As pessoas começaram a gritar, mas o veículo não parou", relatou. Ela disse que acabou sendo prensada entre o carro e a janela da cafeteria. A tia precisou ser levada ao hospital com machucado no pé. "No momento do impacto, não senti nenhuma dor, mas agora que a adrenalina está baixando, sinto dores na perna e no joelho. Vou ao hospital", disse.



Um carro elétrico conduzido por uma idosa invadiu uma cafeteria na comercial da 209 Norte



Veículo caiu da ponte do Rio Descoberto e deixou quatro feridos

### » Aluna da UnB morre em acidente em SP

Uma estudante da Universidade de Brasília (UnB) morreu, aos 21 anos, após um grave acidente de trânsito ocorrido na noite da última terça-feira, na Rodovia Carvalho Pinto, em Caçapava (SP). Michely Sousa Pereira estava no banco traseiro de um carro que capotou depois que a motorista perdeu o controle do veículo, invadiu a pista contrária e saiu da estrada. Os socorristas atenderam os três ocupantes, mas a jovem não resistiu aos ferimentos e morreu no hospital. A condutora teve ferimentos graves, enquanto o outro passageiro sofreu apenas ferimentos leves. O teste do bafômetro realizado na motorista deu negativo. Em nota, o Instituto de Letras da Universidade de Brasília lamentou a morte da estudante. "Lamentamos profundamente o falecimento de Michely Sousa Pereira. Neste momento de dor, o Instituto de Letras se solidariza com familiares, amigos e colegas."

O advogado Edson Muniz, padastro de Raquel, destacou que a tragédia poderia ter sido maior. "Poucos minutos depois, um bebê de seis meses chegaria ao local com outros familiares. Vamos reunir todos os elementos para prestar queixa", afirmou. As circunstâncias do acidente serão investigadas.

#### Colisão

Também ontem, por volta das 13h, os bombeiros atenderam a uma ocorrência de uma colisão envolvendo uma carreta do tipo cegonha e um carro de passeio, modelo Fox preto, na EPIA Sul, próximo à passarela, no sentido Candangolândia, na região do Núcleo Bandeirante.

Os socorristas avaliaram todos os envolvidos e seguiram os protocolos de atendimento a trauma, mas nenhuma vítima precisou ser transportada ao hospital. Os envolvidos entraram em acordo para sanar os prejuízos, e o local ficou sob responsabilidade deles.

Não há informações sobre a dinâmica do acidente.

Durante a madrugada, por volta das 4h, um grave acidente foi registrado no corredor do BRT do Gama. Um VW Gol preto colidiu contra um poste de iluminação pública, saiu da pista e capotou na DF-480, próximo à entrada da cidade.

O Corpo de Bombeiros enviou quatro viaturas para o local. Dois jovens ficaram gravemente feridos. Um deles, 24 anos, estava consciente, porém desorientado, com traumatismo crânioencefálico, e foi encaminhado ao hospital. O condutor, 19, foi encontrado inconsciente, com diagnóstico de traumatismo crânioencefálico grave, sendo transportado com urgência. Até o fechamento desta edição, não havia informações sobre o estado de saúde de ambos.

#### Ponte

Na tarde de sexta, por volta das 18h, um carro colidiu contra uma

mureta e despencou da ponte do Rio Descoberto, no km 05 da BR-060, sentido Goiânia. No veículo, um VW Santana prata, estavam seis ocupantes, sendo quatro adultos e duas crianças.

As crianças não se feriram. Os adultos sofreram escoriações e lesões. Uma mulher teve fratura no fêmur direito e um homem apresentou suspeita de fratura no antebraço esquerdo. Após atendimento das vítimas, por parte dos bombeiros, a área ficou isolada e sob responsabilidade da Polícia Rodoviária Federal. A dinâmica do acidente ainda é desconhecida.

Também na sexta-feira, por volta das 12h, uma colisão envolvendo três veículos, na QL 15 do Lago Sul, mobilizou seis viaturas do CBMDF. A via foi interditada e sinalizada. Cinco vítimas adultas precisaram ser transportadas, todas conscientes e orientadas, para hospitais de referência. O local ficou aos cuidados da Polícia Militar. Não há informações sobre a dinâmica do sinistro.

O comandante de Policiamento

de Trânsito da PMDF, coronel Edvaldo Oliveira, reforçou o alerta sobre os riscos ampliados no período de fim de ano. "Com certeza, os sinistros são potencializados nesta época por conta das festas, das confraternizações, dos encontros. Isso acarreta o aumento da irresponsabilidade, principalmente pela questão da bebida. Beber e dirigir é uma combinação mortal", assinalou.

O coronel destacou que, embora 2024 tenha registrado o menor número de mortes no trânsito da última década, o cenário ainda é preocupante. "Foram 228 mortes no ano passado. Não é motivo para comemorar. Foram 228 vidas perdidas. Enquanto houver uma vida sendo ceifada, a gente não pode ficar tranquilo, principalmente quando muitas dessas mortes são por imprudência e irresponsabilidade."

Outro fator recorrente, segundo o comandante, é a desatenção. "O uso do celular tem sido um dos grandes vilões. Muitas vezes, não se percebe nem a frenagem no local do acidente. A reação natural é frear, tentar evitar, e quando isso não acontece é porque a pessoa estava desatenta", explicou.

De acordo com o policial, o trabalho de fiscalização tem sido contínuo. "Todos os dias, a Polícia Militar realiza pontos de bloqueio e abordagens, principalmente próximos a locais de ingestão de bebida alcoólica e em rodovias. Só neste ano, já registramos mais de 21.800 ocorrências relacionadas à alcoolemia. Não é um número do qual a gente se orgulha. Era para ser bem menor."

Dados do Comando de Policiamento de Trânsito (CPTran) apontam que, somente em dezembro de 2025, foram registradas 1.573 ocorrências de alcoolemia, 6.077 de uso de celular, 4.392 pela falta do cinto de segurança e 487 de condutores inabilitados. "O trabalho dos órgãos de segurança é intenso, mas não funciona sem a colaboração da comunidade. Preservar vidas é uma responsabilidade de todos", concluiu o coronel.

## Obituário

Envie uma foto e um texto de no máximo três linhas sobre o seu ente querido para: SIG, Quadra 2, Lote 340, Setor Gráfico. Ou pelo e-mail: cidades.df@dab.com.br

**Sepultamentos realizados em 27 de dezembro de 2025**

### » Campo da Esperança

Bárbara Miranda Coelho Lopes, 44 anos  
Isaura Maria Ferreira Varella Mateus, 90 anos  
Jesuina Varandas Ferreira, 84 anos  
Joaquina Fonseca Moura, 96 anos  
Luzia Ximenes de Melo Redusino, 81 anos  
Luzimar Rodrigues Medeiros, 78 anos  
Maria Abadia Germano

### » Taguatinga

Edson Nogueira da Silva, 85 anos  
Emanuel Farias dos Santos, 62 anos

### » Lopes, 87 anos

Maria Zuleide Martins Moura, 77 anos  
Mauro Francolin, 94 anos  
Meyr Riscado Vaz, 84 anos  
Naiza Coelho Serra, 72 anos  
Nélio Miguel Lopes  
Quaresma, 83 anos  
Valmir Nogueira, 83 anos

### » Cabral, 32 anos

Francisco Edmundo Mesquita, 91 anos  
Jonathan Gonzaga de Oliveira, 37 anos  
José Bonfim Filho, 72 anos  
Lucas Gaspar Rodrigues, 23 anos  
Marlene Rodrigues de Sousa, 75 anos  
Reinaldo Braz dos Santos, 73 anos  
Sincler Carneiro da Silva, 36 anos  
Tauany Gabriele Gomes Vieira

### » Reinilda Barreira Alves, 98 anos

Wendel Wilson Araújo dos Santos Silva, 31 anos

### » Gama

Arnaldo Pereira de Moraes, 83 anos  
Cícero José Bezerra, 51 anos  
Dezuita Lopes de Oliveira da Silva, 59 anos  
Gabriel Lima dos Santos, 29 anos  
Rafael Costa Santos, 41 anos

### » Planaltina

Delon Gomes Siqueira, 35 anos  
Getúlio Vieira Lima, 65 anos

### » Sobradinho

Adrielle Mendes de Souza, menos de 1 ano  
Antônio Edmilson Silva Lopes, 52 anos  
Eliete da Silva Pereira, 84 anos  
Geová dos Santos Silva, 60 anos

### » Jardim Metropolitano

Raimundo Nelson Araújo, 68 anos

**SAÚDE /** Balanço divulgado pelo Hemocentro aponta falta de todos os tipos sanguíneos negativos — O-, A-, B- e AB-

# Estoques de sangue em nível crítico

» CARLOS SILVA

**O** Hemocentro de Brasília encerra o ano com parte significativa dos estoques de sangue em situação de alerta. Balanço divulgado na sexta-feira aponta que todos os tipos sanguíneos negativos — O-, A-, B- e AB- — estão com nível baixo, enquanto os tipos positivos permanecem em situação regular. A queda ocorre em um período tradicionalmente marcado pela redução no número de doadores, ao mesmo tempo em que a demanda hospitalar segue elevada, especialmente em decorrência de acidentes e procedimentos de urgência, comuns na época das festas de fim do ano.

De acordo com a Fundação Hemocentro de Brasília, o tipo O-, considerado doador universal, está entre os mais preocupantes. A escassez desse grupo impacta diretamente o atendimento a pacientes em situações emergenciais, quando não há tempo para a identificação do tipo sanguíneo. Também

estão abaixo do ideal os estoques de A-, B- e AB-, que, embora menos frequentes na população, são essenciais para garantir a compatibilidade em transfusões específicas. Os tipos O+, A+, B+ e AB+ apresentam níveis regulares, mas a instituição reforça que a situação ainda exige atenção.

A redução no número de doadores é recorrente no período de festas e férias. Viagens, confraternizações e mudanças na rotina acabam afastando voluntários dos postos de coleta. Ao mesmo tempo, hospitais registram aumento de atendimentos relacionados a acidentes de trânsito, quedas e outras ocorrências típicas do fim do ano, o que pressiona ainda mais os estoques.

## Quem pode doar?

Para ser doador, é necessário atender a alguns critérios básicos. Pessoas entre 16 e 69 anos podem doar, mas menores de idade devem apresentar autorização assinada pelos pais ou

Geovana Albuquerque/Agência Brasília



**Queda ocorre em um período tradicionalmente marcado pela redução no número de doadores**

passaporte, carteira de trabalho, certificado de reservista e carteiras profissionais são aceitos. Não são válidos crachás, carteiras estudantis, certidão de nascimento ou imagens de documentos.

Antes da coleta, todos passam por avaliação realizada por profissionais de saúde, que verificam se o voluntário está apto a doar. A sinceridade nas respostas durante a triagem é fundamental para garantir a segurança tanto do doador quanto do receptor do sangue.

O Hemocentro orienta que o doador durma pelo menos seis horas na noite anterior, não consuma bebidas alcoólicas nas 12 horas que antecedem a doação e evite fumar duas horas antes do procedimento. Também é recomendado aumentar a ingestão de água e não ir em jejum.

Alimentos gordurosos devem ser evitados nas três horas anteriores à coleta.

Após a doação, a recomendação é permanecer no local por, no mínimo, 15 minutos, ingerir bastante líquido nas 24 horas seguintes e evitar esforços físicos intensos. Também não é indicado consumir álcool no dia da doação ou dirigir veículos pesados, especialmente em casos de primeira doação. Todo o processo — do cadastro ao lanche final — leva, em média, 90 minutos. Segundo a Fundação, segunda, terça e quarta-feira costumam ser os dias de menor movimento.

## Onde doar

O atendimento ocorre de segunda a sábado, das 7h15 às 18h, na sede do Hemocentro de Brasília, no Setor Médico Hospitalar Norte, próximo ao Hospital Regional da Asa Norte (HRAN) e à Fundação de Ensino e Pesquisa em Ciências da Saúde (Fepesc). O agendamento pode ser feito pela internet, no site [agenda.dfgov.br](http://agenda.dfgov.br).

## OBITUÁRIO

# Antônio Lourival, pioneiro do DF

Morreu nesta sexta-feira o engenheiro civil Antônio Lourival Ramos Dias, 93 anos, pioneiro de Brasília. Mineiro de Diamantina, cidade de JK, ele veio para a capital em 1960 para trabalhar nas obras de construção da nova capital. Aqui permaneceu e criou a família.

Em 1959, Tonico, como era chamado pelos amigos, graduou-se em engenharia civil pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). No ano seguinte, já estava em Brasília, vivendo no acampamento da Vila

Planalto, com a cidade em obras e os famosos redemoinhos de terra vermelha do início da capital.

O engenheiro deixa um legado de trabalho para a consolidação de Brasília. Antônio Lourival ingressou na Novacap assim que chegou à nova capital e exerceu a presidência do órgão. Começou suas atividades profissionais como engenheiro do Departamento de Edificações da companhia e trabalhou na fiscalização de obras, como as construções dos prédios do Ministério da Fazenda,

do Ministério do Exército, do Ministério de Relações Exteriores e do Hospital de Base de Brasília.

Foi diretor-presidente da Construtora Engebrasilia e realizou diversas obras para o Ministério das Relações Exteriores e para o Ministério da Aeronáutica.

Em 2018, Antônio Lourival foi agraciado com o título de cidadão honorário de Brasília na Câmara Legislativa, por iniciativa da então deputada distrital Celina Leão, hoje vice-governadora do Distrito Federal. "Profissional dedicado e um ser

humano incrível. Sentimos muito sua perda", lamentou Celina.

Paulo Henrique Nunes Dias, filho de Antônio, e o neto Caio Henrique Maia Dias, escreveram ao **Correio** ressaltando o legado deixado pelo pioneiro. "O legado deixado por Antônio Lourival Ramos Dias transcende o tempo e se manifesta nos valores que permanecem vivos em sua família. Homem exemplar, íntegro, ético e de caráter raro, foi referência como ser humano, chefe de família e exemplo de retidão para todos que tiveram o privilégio de conviver com ele."

Segundo os familiares, a conduta de Antônio sempre foi pautada pela honestidade, pelo trabalho sério e pelo respeito ao próximo. Como forma de homenagear o avô, Caio fundou a empresa Engebrasilia Construtora e Incorporadora, no ramo da construção civil. "Um gesto que simboliza continuidade, respeito à história e compromisso com os princípios que sempre nortearam Antonio Lourival", destacou.

Antônio Lourival deixa a mulher, Antonietta Nunes Dias, quatro filhos, Paulo Henrique, Alberto, Sergio e

Ronaldo, quatro netos e um bisneto. Em 22 de janeiro, ele completaria 94 anos. O velório será hoje, na Capela 3 do Cemitério Campo da Esperança, das 8h às 10h. O enterro está marcado para as 10h30.

Arthur Menescal/Esp. CB/D.A Press



**O CARNAVAL 2026 PROMETE SER VIBRANTE**

**E O CORREIO BRAZILIENSE ESTÁ PREPARANDO CONTEÚDOS EXCLUSIVOS PARA CELEBRAR A MAIOR FESTA POPULAR DO PAÍS.**

**ASSOCIE A SUA MARCA AO PROJETO CB FOLIA 2026 E CONECTE-SE A UM PÚBLICO ENGAJADO E FESTIVO.**

**FALE COM A NOSSA EQUIPE COMERCIAL**



**CORREIO BRAZILIENSE**  
PLATAFORMA DE COMUNICAÇÃO





# VERDE E ÁGUA PARA FUGIR DO CALOR

TEMPERATURAS BATENDO OS 32°C INCENTIVAM MORADORES DA CAPITAL A PROCURAR ESPAÇOS COMO A ÁGUA MINERAL, PARQUES ECOLÓGICOS E A PRAINHA DO LAGO NORTE



Maria Clara Norberto e Arthur Barbosa foram à Água Mineral pela primeira vez



» MARIA EDUARDA LAVOCAT

**C**om a chegada de dias mais quentes, o verão transforma a rotina dos brasilienses. O período de férias escolares, somado às altas temperaturas, convida moradores e visitantes a buscarem alívio e lazer em meio à natureza e à água. Parques com piscinas naturais, clubes, cachoeiras urbanas e o Lago Paranoá tornam-se alguns dos destinos procurados para aproveitar o dia, relaxar e se refrescar.

A capital do país registrou, ontem, temperatura máxima de 32°C. Para escapar do calor intenso, o casal de namorados Maria Clara Norberto e Arthur Barbosa, ambos de 21 anos, visitou, pela primeira vez, o Parque Nacional da Água Mineral. Nascidos e criados em Brasília, eles contam que, apesar de sempre ouvirem falar do local, só resolveram conhecê-lo agora, motivados pelo calor e pela busca por uma opção diferente de lazer.

"A gente costuma ir à Ermida, que é mais perto de casa. Hoje, resolvemos conhecer um lugar diferente. Estava muito quente, não dava para ficar dentro de casa de jeito nenhum; o ventilador só jogava vento quente. Então, a melhor opção foi vir pra cá", contou Maria Clara.

Moradores do Itapoã, os dois afirmaram terem se surpreendido positivamente com a experiência. "Aqui é muito gostoso. Na chegada, a gente até se assustou com a forma como os micos chegam perto da gente, é muito engraçado. As piscinas com água gelada são perfeitas para se refrescar. É exatamente o que a gente estava precisando para o dia de hoje", contou Arthur.

Assim como o casal, muitos outros brasilienses também tiveram a mesma ideia e escolheram ir ao Parque Nacional da Água Mineral que, neste sábado, atingiu sua capacidade máxima de dois mil visitantes. Entre eles, estava Mariana

Luiz, 44, que levou os filhos, Ana Carolina e Davi Luiz, de 11 e 9 anos, para desfrutar das piscinas naturais e fugir da quentura.

"O calor estava difícil de enfrentar em casa. Não tinha como, nem picolé resolvía," brincou Mariana. "A gente veio para curtir as férias e dar uma refrescada", disseram.

Segundo Mariana, a ida à Água Mineral começa a se tornar um costume. "Eu moro aqui há 42 anos, e essa é apenas a segunda vez que venho, mas quero mudar isso. Eu me apaixonei por esse lugar maravilhoso e quero começar a vir sempre com as crianças", adiantou.

Na família, os micos — famosos moradores da Água Mineral — também chamaram a atenção. "As crianças gostam muito dos macaquinhos, apesar de aprontarem bastante. Durante o passeio, os animais chegaram a se aproximar e tentar pegar alimentos. Inclusive, furtaram um pote de manteiga e um açai", relatou a mãe, rindo da situação.

## Passeio refrescante

O Lago Paranoá é sempre um dos destinos procurados pelos brasilienses em busca de alívio do calor. Débora Leite, 34, reuniu a família na Prainha do Lago Norte. Moradora de Ceilândia, ela diz que a ida ao local faz parte da rotina familiar, especialmente aos fins de semana. "Vim com minha mãe, meu filho, meus primos, meu irmão, minha cunhada, o namorado da minha mãe e o namorado da minha sobrinha. A gente sempre vem em grupo, para aproveitar melhor."

Eles costumam ficar o dia inteiro no espaço. As atividades incluem banho no lago, brincadeiras na areia, uso de boias, caiaque e churrasco à beira da água. "Como a gente não tem praia, acaba sendo aqui mesmo", ressalta Débora.

As crianças são as que mais se divertem durante o passeio. "Eles

aproveitam mais do que a gente. Gastam energia, brincam bastante e depois dormem melhor", conta. O hábito é permanecer no local até o fim da tarde. "A gente só vai embora quando todo mundo já está cansado", conclui.

Apesar de ser um programa tradicional da família, o passeio deste sábado teve um motivo especial: apresentar a prainha a um primo que veio de Pernambuco e ainda não a conhecia. José Eugênio da Silva está em Brasília pela segunda vez, passando o fim de ano na casa de familiares e aproveitando os dias de descanso.

Ele destacou que, mesmo Brasília não tendo praia, oferece boas alternativas de lazer. "O dia está sendo ótimo aqui, o lago é muito gostoso. O que eu acho mais legal é a acessibilidade. É bem tranquilo, dá pra querer um vir."

Do outro lado da cidade, no parque Saburo Onoyama, em Taguatinga, Valéria Pereira dos Santos, 32, teve a mesma ideia e foi com os filhos fugir do calor. Moradora do Recanto das Emas, ela conta que visitar o local faz parte da história da família. "Eu venho aqui desde criança. Minha mãe trazia eu e meus irmãos, e hoje sou eu quem trago meus filhos", recorda.

Os pequenos Eduardo, de 1 ano, e Everton, 3, divertiram-se com a programação. As atividades preferidas deles são a piscina e as brincadeiras na areia. Para Valéria, o Saburo Onoyama é uma opção ideal para enfrentar as altas temperaturas. "É um lugar com muita natureza, muito verde, trilhas, parquinho e piscina. As crianças se distraem, e a gente consegue sair de casa para se refrescar", avalia.

A filha mais velha, Vivian, 14, estava junto e ajudou a cuidar dos irmãos pequenos. "Estava chovendo quase todo dia, agora que o sol apareceu, dá pra sair, aproveitar o calor, tomar um bronze e se divertir", celebrou a jovem.

Para Valéria Santos (D), frequentar o Parque Saburo Onoyama com a família é tradição



Marina Eduarda Lavocat/CB/D.A.Press

Débora Leite reuniu os parentes na Prainha para escapar do sol ardente



Marina Eduarda Lavocat/CB/D.A.Press

Mariana foi com os filhos pela segunda vez à Água Mineral e irá retornar



Minervino Júnior/CB/D.A.Press

# Tome Nota

As informações para esta seção são publicadas gratuitamente. O material de divulgação deve ser enviado com informações completas do evento (inclusive data e preço), no mínimo cinco dias úteis antes de sua realização.

## CURSOS

### Idiomas

Estão abertas até 9 de janeiro as inscrições para os Centros Interculturais de Línguas (CILs) da Secretaria de Educação do Distrito Federal. Há vagas para estudantes da rede pública, colégios militares e comunidade. Os cursos oferecidos são: inglês, espanhol, francês e japonês. A primeira chamada será para estudantes da rede pública e o resultado será divulgado em 26 de janeiro. A segunda chamada será para estudantes da rede pública e dos colégios militares, em 7 de fevereiro. As vagas da terceira chamada serão para a comunidade e o resultado sai em 13 e 14 de fevereiro. Mais informações e inscrições pelo link [educacao.df.gov.br/cil-1o-semestre-2026](http://educacao.df.gov.br/cil-1o-semestre-2026).

### Ensino Superior

Os processos seletivos para o Programa de Concessão de Bolsas de Estudo do GDF junto ao Centro Universitário do Distrito Federal (UDF) oferecem 74 vagas destinados a servidores públicos efetivos, empregados públicos e sociedade civil do DF. O objetivo é garantir que a comunidade tenha acesso ao ensino superior com bolsas de estudo 100% gratuitas do começo ao fim do curso. Para o público externo, é necessário ter concluído o ensino médio; ter realizado o Exame Nacional do Ensino Médio (Enem) do ano de 2024 ou 2025; ter obtido média mínima de 400 (quatrocentos) pontos no exame; e ter comprovado hipossuficiência de renda. As inscrições estão abertas até as 18h do dia 12 de janeiro. Mais informações em [gov.df.gov.br](http://gov.df.gov.br).

## OUTROS

### Carimbos

O Museu de Arte de Brasília (MAB), no Plano Piloto, está com a visitação para a mostra *Carimbo Obra/Karimbada* aberta até 30 de dezembro. A exposição reúne artistas do Brasil, México, França, Argentina e Inglaterra que utilizam carimbos como linguagem artística e forma de arte contemporânea. A mostra homenageia Unhandejara Lisboa, artista parabaiano responsável por unir tradição e inventividade por meio da xilogravura. As obras são inspiradas na Arte Correio dos anos 1960. Trata-se de uma forma de arte contemporânea que realizava a troca de obras pelo sistema postal. A entrada é gratuita e a visitação ocorre todos os dias, exceto terça-feira, das 10h às 19h.

## Telefones úteis

Polícia Militar	190	Doação de Órgãos	3325-5055	<b>Autorização para vaga especial</b>
Polícia Civil	197	Farmácias de Plantão	132	Divtran I - Plano Piloto
Aeroporto Internacional	3364-9000	GDF - Atendimento ao Cidadão	156	SAIN, Lote A, Bloco B, Ed. Sede - Detran/DF 12h e 14h às 18h
SLU - Limpeza	3213-0153	Metrô - Atendimento ao Usuário	3353-7373	Divpol - Plano Piloto SAM, Bloco T, Depósito do Detran
Caesb	115	Passaporte (DPP)	3245-1288	Divtran II - Taguatinga QNL 30, Conjunto A, Lote 2 a 6, Tag. Norte
CEB - Plantão	116	Previsão do Tempo	3344-0500	Sertran I - Sobradinho Quadra 14 - ao lado do Colégio La Salle
Corpo de Bombeiros	193	Procon - Defesa do Consumidor	151	Sertran II - Gama SAIN, Lote 3, Av. Contorno - Gama-DF
Correios	3003-0100	Programação de Filmes	3481-0139	
Defesa Civil	3355-8199	Pronto-Socorro (Ambulância)	192	
Delegacia da Mulher	3442-4301	Receita Federal	3412-4000	
Detran	154	Rodoferroviária	3363-2281	
DF Trans	156, opção 6			

## Desligamentos programados de energia

» **Até o fechamento desta edição, não havia desligamentos programados.**

### Nosso Natal

Até dia 4 de janeiro, a Esplanada dos Ministérios recebe as últimas luzes natalinas com o festival Nosso Natal 2025. A programação conta com atividades para a família como: oficinas criativas, com turma de 17h40, 18h45, 19h50, 20h55; trenzinho de natal, a partir das 17h; visita da Casa do Papai Noel, das 17h às 22h; teatro infantil, às 18h; patinação no gelo, carrossel e roda-gigante, das 17h às 22h30. A entrada é livre para o público de todas as idades.

### Cerimônia budista

O Templo Shin Budista de Brasília (315/316 Sul) realizará a cerimônia das 108 badaladas na noite do dia 31 de dezembro. Ao som do Bonsh, o grande sino do Templo, cada uma das badaladas simboliza a liberação dos desejos e inquietações que o ser humano carrega, preparando o coração e a mente para receber o ano novo com mais leveza e clareza. Um ritual simples, profundo e cheio de significado para celebrar o começo de um ciclo. O evento é livre para o público de todas as idades e a organização recomenda que as pessoas cheguem antes da meia-noite.

### Xilogravura

Até 15 de janeiro, o Museu Nacional da República recebe as obras de J. Borges, o autodidata pernambucano e grande nome da arte da xilogravura. A exposição em Brasília reúne mais de 80 obras provenientes da coleção do pesquisador e jornalista Jeová Franklin, um dos maiores incentivadores e divulgadores da obra de J. Borges. Os núcleos temáticos percorrem o vasto universo borgiano: a religiosidade popular, as fábulas e lendas, o cotidiano sertanejo, as festas, os animais e a fauna do Nordeste. Obras emblemáticas, como A chegada da prostituta no céu e O monstro do sertão, integram a mostra. O museu é aberto de terça a domingo, das 9h às 18h30.

### Feira e Show

Hoje é o último dia do festival que ocorre na Feira Permanente do Rio-

cho Fundo II, a Feira Tour. O evento é uma parceria com o Fundo de Apoio à Cultura do Distrito Federal (FAC-DF) e conta com atrações como Tony Safadão e Forró Perfeito, além de serviços gratuitos para o público em geral, entre eles, exame de vista, design de sobrancelhas, brinquedoteca, oficinas e palestras. A Feira Tour vai das 14h às 22h e a entrada é livre.

### Réveillon

No dia 31 de dezembro, às 18h, a Esplanada dos Ministérios recebe a festa do réveillon, batizada como Celebra DF 2026. O evento marcará a chegada do ano-novo com atrações nacionais, entre elas, Ana Castela, Lauana Prado e Carlinhos Brown, além de uma queima de fogos de artifícios, com duração de 12 minutos. O festival é livre, mas é necessário retirar a cortesia no site do Agita Brasília. Na ocasião, o transporte público será gratuito.

### Memes

O Centro Cultural Banco do Brasil abre a primeira mostra dedicada ao fenômeno cultural e social dos memes. Com curadoria de Clássica Diniz e Ismael Monticelli e colaboração do perfil @newmemesum, a exposição reúne manifestações que surgem nas ruas e nas redes sociais, acompanhando seus processos de reinvenção no ambiente digital e revelando, de forma inventiva, as maneiras pelas quais o Brasil se expressa e se transforma coletivamente. A mostra *Meme: no Brasil de memeficação* reúne artistas consagrados como Anna Maria Maiolino, Gretta Sarfaty, Nelson Leirner e Claudio Tozzi, e criadores digitais, como Blogueirinha, Porta dos Fundos, Alessandra Araújo, Melted Vídeos, John Drops e Greengo Dictionary. Visitação de terça a domingo, das 9h às 21h (entrada até 20h40), até 1º de março. Entrada gratuita.

### Lô Borges

No dia em que Lô Borges completaria mais um ano de vida, 10 de janeiro, a Eye Patch Panda abre as portas para um evento em tributo ao artista. O festival será conduzido pelos artistas Alessandra Terribile e Franco Carneiro, em um formato de voz e violão que combina com a poesia, a leveza e o brilho das canções do Lô. A apresentação será às 19h e é aberta ao público em geral, mediante retirada de ingresso pelo Sympla.

**Brasilidade**



## Sagrada Família

A paróquia Sagrada Família, na Quadra 27 do Park Way, ao lado do Viaduto do Catetinho, recebeu vários prêmios nacionais e internacionais. Em 2023, o site de arquitetura internacional [architecturaldigest.com](http://architecturaldigest.com) a classificou como uma das 12 paróquias mais espetaculares do mundo. A obra — projetada pelos arquitetos Luciana Saboia, Eder Alencar e André Velloso, com o aval do pároco, padre Américo Betta — encanta e surpreende pelo formato de uma nave espacial.

Poste sua foto com a hashtag #istoerbrasiliacb e ela pode ser publicada nesta coluna aos domingos

#istoerbrasiliacb

## » Destaques

### Contos de terror

» O Espaço Cultural Renato Russo (508 Sul) recebe hoje, a partir das 14h, o evento Literário *Tarde dos Inocentes — Contos que Não Deveriam Ser Contados*. A atividade de leitura pública é voltada a escritores, estudantes e público em geral que se interessam pelo gênero de terror e mistério. A iniciativa conta com autores da literatura contemporânea como: Alexandre Bernardo, Ana Rossi, Bruno Presmic, Bruno Lago, Carol Castro, Gustavo Cordeiro, Marcos Linhares e Maristela Papa. O evento é gratuito e pode ser acompanhado presencialmente e por transmissão ao vivo no Instagram do Instituto Viver Bem.

## Acompanhe o Correio nas redes sociais

(61) 99256.3846

Quem quiser fazer sugestões ao Correio pode usar o canal de interação com a redação do jornal por meio do WhatsApp. Com o programa instalado em um smartphone, adicione o telefone à sua lista de contatos.

/correiobrasiliense

@correio.brasiliense

@correio

@correio.brasiliense

## O tempo em Brasília

Sol com muitas nuvens a céu nublado com chuva pela manhã. Tarde com temporal e noite chuvosa.

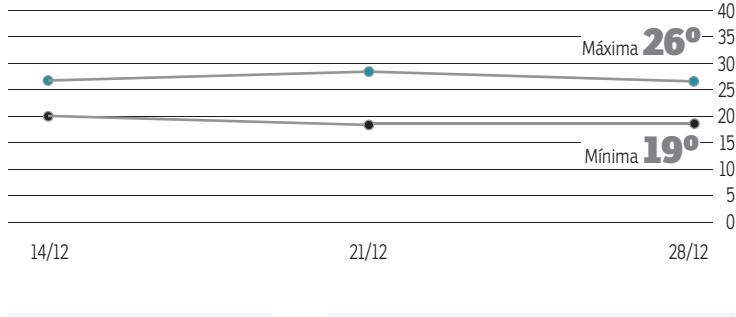


## Umidade relativa

Máxima 98%

Mínima 70%

## A temperatura



## O sol

Nascente  
5h40

Poente  
18h44

## A lua



3/1



10/1



18/1



28/1

# grita geral

grita.df@dab.com.br (cartas: SIG, Quadra 2, Lote 340 / CEP 70.610-901)

## CEILÂNDIA

### PISTA PELA METADE

O morador de Ceilândia Norte Rick Brito reclama que os responsáveis pela obra da pista da QNM 18/20 não terminaram o serviço de recuperação. "Vieram fazer metade da pista e deixaram a outra metade para o ano que vem. A rua está cheia de buracos", afirma o morador.

» A Novacap informa que "é um órgão executor de obras, que atua somente após solicitações feitas e priorizadas e conforme disponibilização orçamentária para a execução". A Companhia orienta que a comunidade se dirija à administração para relatar o problema e oficializar o pedido para que os órgãos competentes possam vistoriar o local e tomar as devidas providências. "As solicitações também podem ser feitas, via internet, por meio do site: [portalcidadao.df.gov.br](http://portalcidadao.df.gov.br) ou por meio da Ouvidoria", explica, em nota.



## GAMA

### BURACOS NAS RUAS

Silvia Helena, moradora do Gama, queixa-se que nas ruas residenciais da Quadra 1 do Setor Central há muitos buracos. "Eu sou moradora da região há anos e parece que essas ruas estão sempre malfeitas", afirma a moradora. "A rua esburacada atrapalha a vida da vizinhança em algumas coisas. Já vi dois carros, nesses últimos meses, terem o pneu furado por causa desses buracos e, quando consertam, as ruas ficam mal asfaltadas", relata.

» A Administração Regional do Gama informa que, "com o apoio do Governo do Distrito Federal (GDF), as vias têm as operações de reparos realizadas diariamente pela equipe da administração". O órgão acrescenta que os serviços são executados para atender às solicitações feitas por meio da Ouvidoria. "Caso tenham uma reclamação, é necessário acessar o site da Administração do Gama ou o telefone 156."

# ESPORTES

correiobraziliense.com.br/esportes - Subeditor: Marcos Paulo Lima. E-mail: esportes.df@dabr.com.br Telefone: (61) 3214-1176

## Próxima espionagem

Anfitrião da Copa Africana, torneio equivalente à nossa Copa América e à Eurocopa, Marrocos lidera o Grupo A com quatro pontos contra dois de Mali e Zâmbia e um de Comores. O último duelo dos donos da casa na fase de grupos será diante de Zâmbia nesta terça-feira, às 16h, com transmissão dos canais Band e BandSports. O Brasil também enfrentará Haiti e Escócia na fase de grupos da Copa, mas o técnico Carlo Ancelotti aponta Marrocos como adversário mais duro depois do sorteio do último dia 5 de dezembro.

**COPA AFRICANA** Correio analisa jogos do Marrocos contra Comores e Mali: posse de bola, repertório tático, perrengue contra ferrolhos e dependência de faltas e escanteios indicam ao Brasil pontos fortes e fracos para a estreia no Mundial

# A tua hora vai chegar!

MARCOS PAULO LIMA

**U**m boa diversão para entrar no clima do ano de Copa do Mundo é brincar com um pântano — frase lida da mesma forma de trás para frente com o mesmo significado — envolvendo o primeiro adversário do Brasil na fase de grupos: “Socorram-me, subi no ônibus em Marrocos”. A outra é sentar-se à frente da tela de um dispositivo com caneta e papel para estudar a seleção anfitriã da Copa Africana de Nações.

Empenhado no fim da abstinência de 50 anos sem a conquista do título continental, Marrocos entrou em campo duas vezes no torneio sob a lupa da comissão técnica do Brasil. Venceu Comores e empate com Mali.

O quarto lugar na Copa do Mundo de 2022, a liderança no ranking da Fifa entre as seleções do continente africano e o título recente do Mundial Sub-20 no Chile dão protagonismo na Afcon 2025. A expectativa pela estreia contra o Brasil em 13 de junho no MetLife Stadium, em New Jersey, Estados Unidos, aumenta a curiosidade.

Walid Regragui tem 44 jogos no Marrocos. Uma das características do trabalho dele é a variação tática. Desde que ele assumiu, os sistemas táticos utilizados no início das partidas foram o 4-3-3, 4-2-3-1, 4-1-4-1 e 5-4-1 contra a França, o mais poderoso dos adversários na gestão do treinador.

Marrocos foi protagonista nas duas exibições na Copa Africana. A vitória contra Comores foi praticamente um

ataque contra defesa e expôs algumas deficiências quando a seleção precisa propor o jogo. Houve 70% de posse de bola e 16 finalizações. Paciente até demais, o time trocou 648 passes.

Apesar do amplo domínio na partida, Marrocos fez só dois gols.

Um de

Brahim Díaz e outro com a plasticidade de uma bicicleta de Ayub El Kaabi. Comores adotou um bloco baixo e testou a paciência dos donos da casa. Walid Regragui alternou ações pelos lados do campo, infiltrando pelo meio, mas houve muita dificuldade no chamado

túltimo terço do campo. Faltava capricho nas assistências. Quanto

do o passe encaixava, o problema era ausência de capricho no acabamento dos lances.

A configuração tática mudou para o duelo com Mali. Marrocos passou do 4-3-3 para o 4-1-4-1. A seleção ficou mais ofensiva na

tentativa de manter o controle da bola e pressionar no campo do adversário explorando os lados do campo com triangulações. Mali fechou espaços, quebrou o ritmo da partida na força física, obrigou o adversário a usar passes longos e sofreu gol apenas em uma cobrança de pênalti de Brahim Díaz. Compacto na defesa e eficiente nas transições, Mali equilibrou a partida e arrancou empate por 1 x 1.

Alguns indicadores são relevantes para o Brasil. Marrocos ostenta a segunda maior posse de bola da Copa Africana com 66%, atrás apenas dos 67% de Burkina Faso, mas sabe se comportar sem a bola. Eliminou a Espanha com 23% nas oitavas e Portugal com 27% da Copa de 2022. Tem a segunda melhor troca de passes da Copa Africana abaixo apenas do Senegal.

SEBASTIEN BOZON/AFP



Brahim Díaz  
do Real Madrid  
marcou dois dos  
três gols da seleção  
anfitriã na fase  
de grupos contra  
Comores e Mali

### TATICAMENTE: COMO MARROCS JOGOU

2 x 0 Comores: 4-3-3



1 x 1 Mali: 4-1-4-1



Técnico: Walid Regragui

## ESPORTES

**MERCADO** No mesmo dia, Corinthians vê Soldado acertar com o Inter, Spindel se retirar, mas fecha com o ex-CEO do Fortaleza

# Será Paz em meio à guerra?

VICTOR PARRINI

A demanda do mercado da bola do futebol pós-moderno não é restrita a jogadores ou técnicos. Os novos tempos pedem atenção das equipes aos executivos, aqueles com os poderes de contratar ou até dispensar. Hoje, são tão importantes quanto os treinadores. O Corinthians entendeu isso. Contratou Fabinho Soldado em 2024, viu-o montar o elenco vitorioso na Copa do Brasil e do Paulistão de 2025, mas lamentou a saída dele em meio aos conflitos nos bastidores. O presidente Osmar Stabile recorreu ao know-how de outro dirigente com experiência de Flamengo, Bruno Spindel. As conversas fluiram, houve acerto, mas faltou a assinatura. Com pressa para resolver pendências no plantel e evitar que a procura afete o planejamento de 2026, o alvinegro recorreu a Marcelo Paz, ex-CEO da SAF do Fortaleza, para tentar pacificar o ambiente.

Fabinho Soldado deixou o Corinthians na terça-feira. Embora prestigiado, queixou-se da influência política no departamento do futebol e preferiu deixar São Paulo. O destino dele é Porto Alegre. O profissional de 49 anos tem acerto com o Internacional. Pesou na balança o bom relacionamento com o diretor-técnico Abel Braga com quem trabalhou e conquistou o título do Mundial de Clubes da Fifa de 2006.

O Corinthians esteve perto de outro dirigente ex-Flamengo, Bruno Spindel, com 12 anos de Ninho do Urubu no currículo. Não é de hoje que o alvinegro olha com carinho para profissionais com experiência no rubro-negro. Além de Fabinho, Fred Luz trabalhou como CEO e depois consultor financeiro e administrativo do então presidente Augusto Melo, impeachado em agosto. Bruno Spindel analisou a proposta

CBC/Divulgação



corintiana, deu sinal positivo, mas reclamou da demora para fechar o negócio. Alegou não ter recebido o contrato para assinatura. Horas depois, recebeu ligação pelo novo rubro-negro Cruzeiro, gesto do que ouviu do dono da SAF celeste, Pedro Lourenço, e disse "sim" para ocupar o cargo.

O Corinthians escolheu Marcelo para dar paz à guerra de bastidores. O profissional de 41 anos deixou o cargo de CEO do Fortaleza após sete anos ininterruptos, entre as funções de diretor de futebol,

vice-presidente, presidente e chefe da SAF. O cearense era um desejo antigo do alvinegro. No ano passado, foi convidado para o cargo, mas recusou sob justificativa de que havia muito a ser feito pelo Leão do Pici.

Haverá trabalho exaustivo no Timão. Encontrará um clube afogado em dívidas. Um dos maiores empecilhos será iniciar o projeto sem a possibilidade de buscar contratações, devido ao transfer ban, causado pelas dívidas referentes ao volante Raniele com o Cuiabá e

ao zagueiro Félix Torres com o Santos Laguna, do México. Partidas e renovações de contratos precisam ser resolvidas de forma célere. O principal caso é o do meia Maycon, com empréstimo que se encerrará em três dias. Há a necessidade de avaliar as situações dos boleiros que retornam de cessão, como Fagner, Alex Santana e Pedro Raul.

O *Correio* esteve com Marcelo Paz em março durante palestra dele em Campinas (SP). O então dirigente contou como pensa o futebol.

## Como Marcelo Paz enxerga o jogo

- » Esteja preparado para entrar em campo: é preciso estudar e ter foco para fazer algo grandioso. Tenha pessoas capacitadas nos lugares certos.
- » "Sempre foi assim" não é desculpa: é necessário não se limitar para se possibilitar viver o novo.
- » Manter o saldo positivo, dentro e fora de campo: o cuidado financeiro.
- » Na gestão substitua o meia. Não existe espaço para meia dedicação: dedique-se, profissionalize-se e remunere. Esteja com pessoas melhores do que você.
- » Esteja próximo. Difícil é fazer gol de longe: de 670 partidas, estive em 97%. Isso o respalda para cobrar.
- » O bom gestor é como o craque do time: aparece na decisão.

Em 2022, torcedores pediam demissão de Vojdová, e paz o bancou. Hoje, o técnico é ídolo.

» Às vezes, seu rival não é o seu maior concorrente. O maior adversário é a acomodação. Streamings, shows e outros eventos também estão na briga.

» Comunicação é como centroavante: está em todo time vencedor: requer coragem. É preciso falar e aparecer, mesmo em momentos de crise.

» Você vai errar. Tenha humildade para reconhecer e agilidade para se corrigir.

» Pessoa jurídica comece com pessoa: jogue bonito fora de campo também.

» É bom ser campeão, mas é melhor ainda ser campeão em casa: Valorize quem está contigo

## SAUDITÃO

# Cristiano Ronaldo: 44 gols para 1.000

Al Nassr Saudi Club



O português de 40 anos do Al Naqssar balançou a rede duas vezes ontem

Cristiano Ronaldo ficou mais próximo do objetivo de chegar ao milésimo gol. O atacante português marcou duas vezes na vitória do Al Nassr sobre o Al Okhdood por 3 x 0, ontem, e chegou a 956 gols na carreira, a 44 da marca emblemática. O terceiro gol do líder do Campeonato Saudita, liderado pelo ex-técnico do Flamengo Jorge Jesus, foi do também português João Félix.

Após anotar aos 31 minutos e aos 48, de calcanhar na pequena área, do primeiro tempo, o camisa 7 chegou a balançar também aos 21 da segunda etapa, mas o gol foi anulado pelo VAR, que apontou impedimento. João Félix fechou o placar já nos acréscimos, aos 49.

O time dos portugueses lidera o Saudita com 100% de aproveitamento, 30 pontos em 10 jogos, seguido pelo Al-Hilal, que tem 26. O Al Okhdood é o penúltimo, com apenas 5 pontos. Na lista de artilheiros, Cristiano Ronaldo e João Félix lideram com 12 gols cada um, mas Félix tem uma assistência a mais (2 x 1). Somados, os dois marcaram mais do que 14 dos 18 times do Campeonato Saudita.

Aos 40 anos, Cristiano Ronaldo tem a chance de fechar 2025 ainda mais perto do milésimo gol. O Al Nassr enfrenta o Al-Ettifa-

qaq, sétimo colocado do Saudita com 15 pontos, na terça-feira, no estádio do adversário.

Em entrevista ao diário AS da Espanha, o espanhol Lucas Vásquez elogiou o ídolo Cristiano Ronaldo na contagem regressiva para o milésimo. "O que posso dizer do Cristiano? Foi importantíssimo em toda a carreira. É o maior jogador da história do Real Madrid. A saída de seria sentida

em qualquer equipe. No nosso caso, foi importante porque perdemos 60 gols por ano. Mas o Real Madrid continua sempre, voltou a ganhar. Mas muito agradecido ao Cristiano por tudo o que deu ao Real Madrid", afirmou, chamando a atenção para uma característica do lusitano.

"Tem capacidade física e mental para fazer algumas coisas. Só ele poderá definir os

seus próprios limites. Estava há muitos anos em Paris, em casa, e todas as mudanças são complicadas. A última época foi difícil, mas ganhou a Bota de Ouro.

Está num nível muito melhor e não apenas de gols, também em relação ao jogo. Vinícius, claro que é um jogador impressionante. Os dois juntos podem fazer grandes coisas pelo nosso clube", afirmou Lucas Vásquez.

Trabalhar de forma profissional, escolher pessoas competentes, ter planejamento estratégico, ter metas e objetivos, ser resiliente na hora das dificuldades. No futebol, muitas vezes, na hora que perde, joga-se tudo para o alto, voltam-se as práticas antigas e buscam-se atalhos", examinou.

## Filipe Luís

O Flamengo avançou pela renovação de contrato do técnico Filipe Luís, mas o processo está travado devido a reajustes da comissão técnica. A diretoria rubro-negra e o técnico discordam a respeito das remunerações dos auxiliares Ivan Palanco e do preparador físico Diogo Linhares.

Filipe Luís tem mais três dias de contrato. Ou seja, há pressa por uma resolução, e um dos lados deve ceder.

Segundo o site GE, o técnico aceitou um salário abaixo do pedido, que era de se tornar um dos treinadores mais bem pagos do país, como Abel Ferreira, recompensado mensalmente com R\$ 3 milhões pelo Palmeiras.

## NBB

MARCOS LIMONTI



Os Extraterrestres tiveram muita dificuldade no último quarto em SP

# Franca se impõe contra Brasília

O Brasília Basquete mostrou resistência, equilibrou a partida contra o atual tetracampeão do Novo Basquete Brasil, mas não evitou a derrota para Franca por 92 x 84, ontem, no Ginásio Pedrocão, no interior de São Paulo. O time candango chegou a vencer dois quartos e a reduzir a diferença a três pontos em 60 x 57 antes do último, porém os anfitriões aceleraram o ritmo e consolidaram o triunfo.

O confronto reuniu cinco jogadores convocados pelo técnico da Seleção Brasileira na última janela para as Eliminatórias da Copa de 2027. Aleksandar Petrovic chamou Lucas Dias, Zu Jr., Brunão, Daniel Von Haydin. Quem roubou a cena

foi David Jackson, cestinha da partida com 17 pontos em um duelo á parte com Corvalan. O jogador do Brasília anotou 16. Lucas Dias teve uma exibição decisiva no garrafão pegando 12 rebotes contra nove de Brunão.

"Os dois times fizeram um grande jogo. Perdemos por detalhes. Contra time grande assim é complicado. Peguei fogo no jogo, poderia ter sido utilizado um pouco mais, mas é o primeiro turno e estamos nos conhecendo", comentou o armador Crescenzi em entrevista ao UOL. Ele contribuiu com 13 pontos.

O Brasília volta à quadra amanhã contra o Bauru, novamente no interior de São Paulo, na última exibição neste ano.

## BAHIA

Destaque do Bahia na temporada, com atuações que chamaram a atenção do técnico da Seleção Brasileira, Carlo Ancelotti, o lateral esquerdo Luciano Juba, de 26 anos, renovou contrato até 2029. O clube anunciou o novo acordo ontem. O lateral acumula 141 jogos, marcou 11 gols e coleciona 16 assistências.

## INGLÊS

O líder Arsenal e o principal perseguidor, o Manchester City (2º), venceram ontem pela 18ª rodada do Campeonato Inglês. No norte de Londres, os 'Gunners' (42 pontos) derrotaram o Brighton por 2 x 1 e retomaram o topo, que ficou provisoriamente com o City (40), graças à vitória por 2 x 0 sobre o Nottingham Forest.

## GALVÃO BUENO

O narrador Galvão Bueno, de 75 anos, recebeu alta na manhã de ontem após ter passado mal na quarta-feira, véspera do Natal. O jornalista estava internado na Santa Casa de Londrina, cidade paranaense onde possui residência e estava com a família. A assessoria de imprensa do hospital comunicou a alta médica.

## LYON

Depois de atuar apenas 99 minutos na temporada com a camisa do Real Madrid, o atacante Endrick iniciará sua trajetória no Lyon, clube para o qual foi emprestado até o término da atual temporada, em busca de espaço e de uma vaga na seleção brasileira que disputará a Copa do Mundo de 2026.

## BASQUETE

Depois da triste notícia da morte de Cláudio Mortari no último dia 25, o basquete brasileiro tem mais um motivo para ficar de luto. Maria Aparecida Cardoso Guimarães, a Cida Guimarães, morreu ontem, aos 95 anos, em São José dos Campos (SP). A causa da morte não foi revelada. Cida deixa quatro filhos.

## FISICULTURISMO

O fisiculturista Kevin Notário Nunes, ex-campeão estadual da modalidade, morreu ontem, aos 28 anos, em Ponta Porã (MS). O atleta estava internado no Hospital Regional do município após dar entrada às pressas com fortes dores na coxa. A informação da morte foi confirmada pelo pai do atleta, o vereador Marcelino Nunes.

**MÚSICA**

# Tradição na virada

O Samba da Tia Zélia comanda a festa de Réveillon na Acadêmicos da Asa Norte. Repertório será marcado pela diversidade

» ISABELA BERROGAIN

**N**a Acadêmicos da Asa Norte, o Réveillon de Axé será regado de música e boas energias. Nesta quarta-feira, a partir das 23h, os artistas locais Samba da Tia Zélia, Breno Alves, Filhos de Dona Maria e DJ Vinny celebram a chegada de um novo ano com repertório recheado de samba raiz, partido alto e samba de terreiro. Ingressos podem ser adquiridos por meio da plataforma on-line Sympla, a partir de R\$ 150. Haverá venda de petiscos e bebidas no local.

"Já fizemos algumas viradas de ano e sempre é muito especial

iniciar o ano com samba", celebra André Silveira, pandeiro e voz do Samba da Tia Zélia. "É um ritmo que combina demais com sentimentos comuns nesse período, como o de agradecer e o de fazer pedidos para o próximo ciclo. O samba atrai as melhores coisas e tem a energia necessária para abrir os caminhos para a realização de sonhos", opina o músico.

Para a virada, os integrantes do Samba da Tia Zélia pedem que o público vá aberto a agradecer pelo ano de 2025 e com pedidos escritos para colocar no altar que estará montado na festa. "A tradição foi feita ano passado e foi uma linda experiência", garante André.



Samba da Tia Zélia comanda o som do Réveillon de Axé

um período de gratidão, de pedir proteção e estabelecer metas e desejos. E nada melhor do que fazer isso com samba raiz", diz.

Os músicos ainda ressaltam a importância desta virada, já que 2026 será ano eleitoral. "O nosso projeto nasceu na esteira da eleição de 2022. Em maio daquele ano, criamos um ambiente com samba para que a militância progressista se sentisse segura e

acolhida. Entendemos que tocamos um ritmo político e que pode ser uma ferramenta importante para a conscientização da sociedade sobre diversas bandeiras sociais", pondera André.

Para 2026, o público pode esperar do Samba da Tia Zélia "muitos convidados especiais na nossa tenda da Vila Planalto, viagens para fora de Brasília e a gravação do primeiro audiovisual". "Depois de

**RÉVEILLON DE AXÉ**

Quarta-feira, às 23h, na Acadêmicos da Asa Norte. Ingressos podem ser adquiridos por meio da plataforma on-line Sympla, a partir de R\$ 150. Classificação indicativa livre. Crianças até 10 anos não pagam ingresso, e só entram acompanhadas dos pais ou responsáveis, mediante apresentação de documentação.

começar o ano muito bem na quadra da Acadêmicos com Breno e Filhos de Dona Maria, estaremos aos sábados à tarde de janeiro lá

no Ordinário. Vamos receber amigos do Rio, como Inácio, Mosquito, Marcelle Motta e Marina Iris", adianta o vocalista.

**CRUZADAS**

Deimos e Fobos (Astr.)	▼	O mais longo conflito armado entre França e Inglaterra (Hist.)	Documento fiscal (sigla)	▼	Wall Street, em relação a Nova Iorque	Primitiva utilidade do ióio	Mistura homogênea Contribuição de Mendeleev ao estudo dos elementos (Quim.)	▼
►				▼		▼		
Deus cultuado no Egito Antigo		Ilhas do Atlântico (?) Aguiar, locutor	►					
Que não se pode reprimir	►	▼	O correio dos internautas		Terraço		Tu e ele	
Pontaria, em inglês	►		▼		▼		▼	
Tudo que é anunciado ou ordenado por uma autoridade reconhecida		Fernando Pessoa, poeta português	Conjuntos de prédios de uma universidade	►		▼		Cereal usado no preparo do sushi
Tornar-se notável	►		▼				Desiste; renúncia	▼
Clássico do Cinema com Judy Garland		Padrão de placa de vídeo (Inform.)	O Grande Timoneiro	►			▼	
Cheiro repugnante	►	▼			Sufixo de "cabeçorra": aumento	►		
Referente ao registro de ruído			Esposa de Xangô (Rel.)		Peça a Deus Biltre; infame		Multidão	
Fenômeno do verão carioca (pop.)	►		Ouvir, em espanhol	►	Sufixo de "eletrodo" Regressar	►		
BANCO		3/aim — er — ile — ogá — oír — vpi. 5/frixa.	Levantar voo	►				

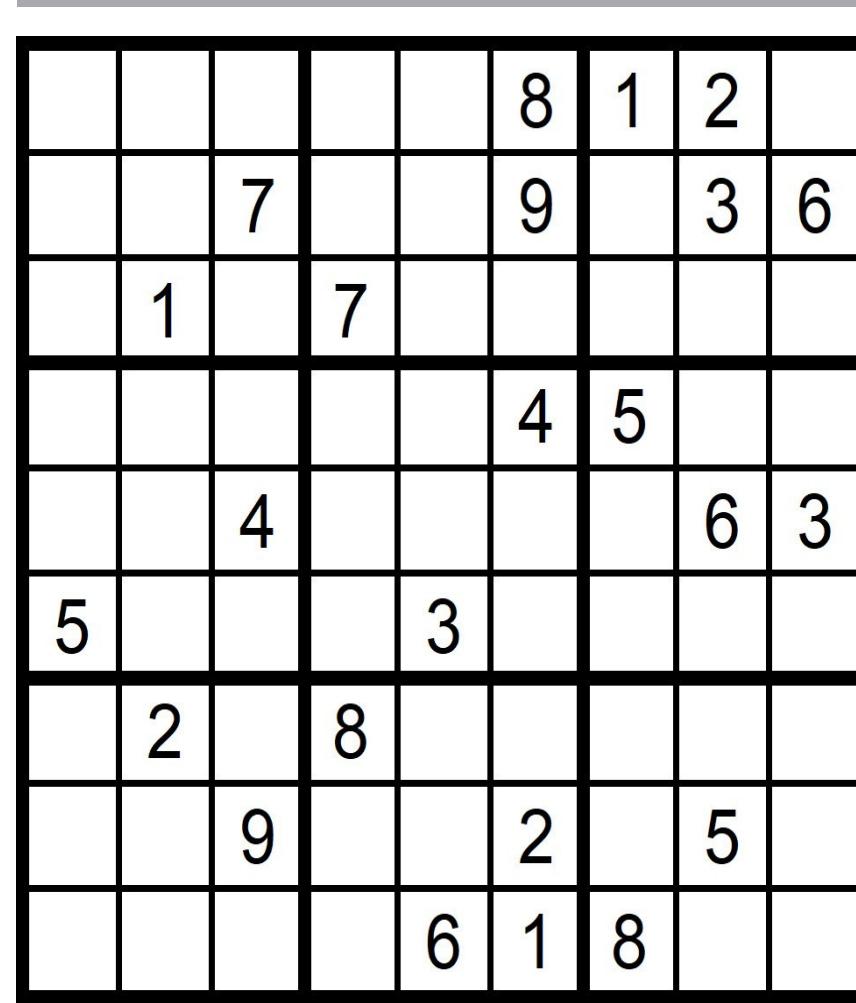
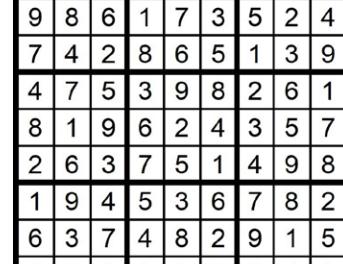
38

© Ediouro Publicações — Licenciado ao Correio Braziliense para esta edição

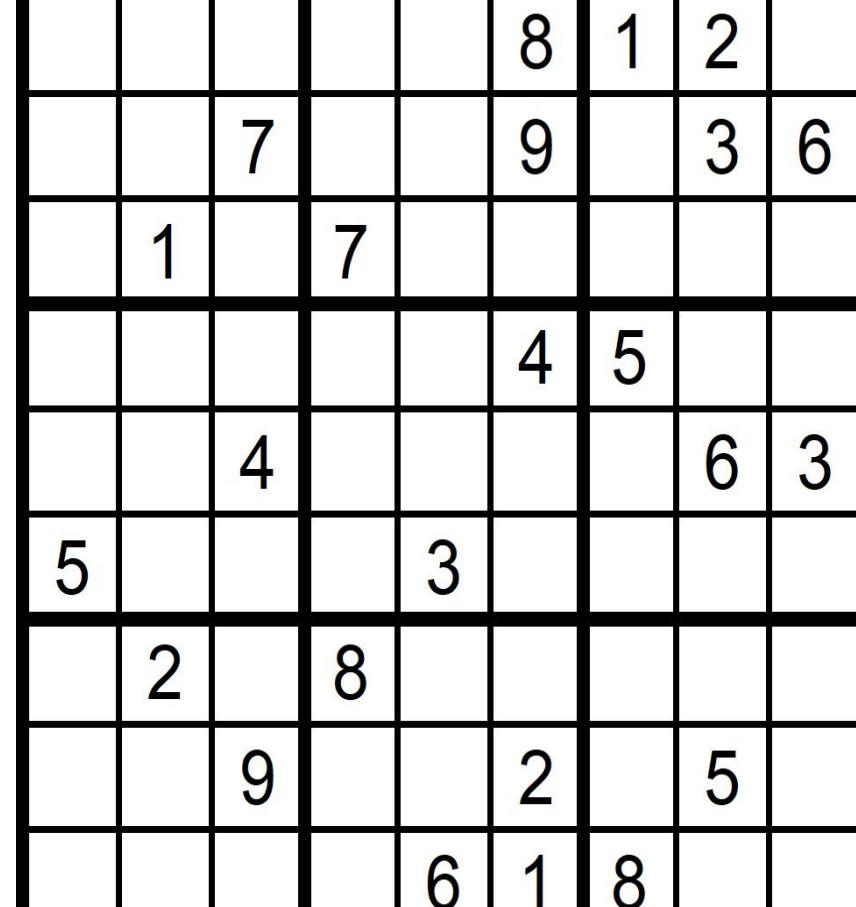
CRUZADAS DE ONTEM



CRUZADAS DE ONTEM



Grau de dificuldade: fácil www.cruzadas.net

**SUDOKU****POEMINHA**

É tão lindo saber que você existe  
Mario Benedetti

Um abração!!! É preciso estar atento e forte!!!

**PRA REFLETIR**

"Se você agir sempre com dignidade, pode não melhorar o mundo, mas uma coisa é certa: haverá na Terra um canalha a menos"

Millor Fernandes

# Divulgação & Arte

» MARIANA REGINATO

**C**om data de lançamento marcada para o Natal, *Anaconda*, de Tom Gormican, presenteia os brasileiros com Selton Mello em seu primeiro filme de Hollywood. Ao lado de gigantes como Paul Rudd, Jack Black e Steve Zahn, Selton interpreta Santiago Braga, um cuidador de cobras que ajudará o grupo em seu grande projeto. O brasileiro, que no ano passado brilhou como Rubens Paiva em *Ainda estou aqui*, finaliza o ano em um filme cômico de ação.

A trama se inspira na franquia de terror iniciada em 1997, onde um grupo de amigos na Amazônia acaba sendo perseguido por uma cobra gigante. Dessa vez, velhos amigos decidem embarcar em uma viagem com uma grande ideia: juntando um diretor e um ator frustrados, os dois decidem recriar o filme favorito da juventude: *Anaconda*. Assim como na história original, o grupo percebe que o que era pra ser a gravação de um filme se torna uma grande fuga de um animal gigantesco, assustador e muito inteligente.

Tom Gormican decidiu pegar um clássico e criar um ar cômico e metalingüístico para a franquia de terror. Para ele, a ideia não era fazer um remake do filme original, projeto adorado por ele e pelo parceiro de roteirização, Kevin Etten. "A gente só queria fazer um filme inspirado nele. A ideia de um grupo de caras indo viver seu sonho. Um grupo de velhos amigos fazendo um filme e acabando dentro da trama do *Anaconda* original, sendo perseguidos por uma cobra de verdade. Era algo que, para nós, já era naturalmente engraçado. Então esse pareceu o caminho certo", afirmou o diretor.

Apesar de uma trama assustadora de perseguição por uma cobra, os dias de set foram leves e divertidos. A história do filme se passa na Amazônia, mas as gravações foram feitas na Austrália. "Os dias no set foram incríveis para mim, principalmente por causa dos atores. Quando juntou pessoas como Selton, Jack Black, Paul Rudd. Parecia um acampamento de verão", brincou. Tom lembra que o elenco passava muito tempo tocando música e em momentos de descontração. "Era muito difícil fazer com que eles parassem para atuar de verdade. Mas foi muito divertido", comentou.

Em entrevista para o *Correio*, Selton Mello comentou sobre a experiência de participar de um filme hollywoodiano e as diferenças de estreia em comparação com *Ainda estou aqui*.



Fotos: Divulgação  
**ANACONDA, DIRIGIDO POR TOM GORMICAN, RELEMBRA A HISTÓRIA DE 1997 E É O PRIMEIRO FILME HOLLYWOODIANO DE SELTON MELLO**

## DUAS PREGUNTAS // SELTON MELLO

Você tem uma carreira incrível no Brasil. Como foi a experiência de fazer um filme de Hollywood?

Foi ótimo. Um clima maravilhoso. Pessoas incríveis envolvidas nesse projeto. Mas foi o primeiro em Hollywood, o que faz bastante diferença. É um personagem incrível. O Tom inventou essa coisa muito original junto com o parceiro de roteiro dele, Kevin Etten. Quando li o roteiro, pensei: "Nossa, isso é algo muito diferente". É maluco, é engraçado, tem suspense, tem aventura, ação... é uma mistura ótima. Mas você precisa de um grande diretor para juntar todos esses elementos — e foi exatamente isso que o Tom fez. Eu simplesmente amei. Amei o personagem. O elenco amou o personagem. O Tom amou o personagem. Agora estou esperando que o público também ame esse personagem. Espero que sim.

Quais são suas expectativas para o lançamento do filme no Brasil?

A forma de lançamento de um filme de Hollywood é novidade para mim. Eu nunca fiz um filme onde eu falava assim: o filme estreia no dia tal no mundo todo. Isso é uma coisa nova para mim. Eu sempre falei que o filme estava estreando, por exemplo, *Ainda estou aqui*, viajou muito pelo mundo afora. E mesmo *Ainda estou aqui* era um filme de arte, um filme do Oscar, um filme que teve salas importantes da França, salas importantes dos Estados Unidos. Mas isso de ter a mesma data de lançamento no mesmo dia, no mundo todo, é muito gigante. Então isso é uma experiência nova e muito legal de vivêr.



# ESTRELA BRASILEIRA EM HOLLYWOOD

# Revista do CORREIO

CORREIO BRAZILIENSE

domingo, 28 de dezembro de 2025  
Ano 17. Número 1074

## Comportamento

Rituais de ano novo ganham força na hora de encerrar ciclos e atrair felicidades

## TV+

A atriz Gabriela Medvedovsky vive boa fase como a policial Juquinha na novela Três Graças

# Novo ano, muitas possibilidades

O editorial de ano-novo da Revista do Correio apostava na moda consciente como sinônimo de continuidade e versatilidade. Mostrando, assim, que é possível celebrar a virada com peças atemporais, funcionais e cheias de estilo, feitas para acompanhar diferentes momentos, estações e ocasiões ao longo de todo o ano

## Do editor

Ufa, é quase 2026! Na esperança das boas novas que se aproximam, o desejo é de que a próxima estação seja repleta de felicidades. Para além disso, que uma nova temporada recheada de novidades apareça. Pensando nisso, a Revista do **Correio** trouxe, para o Especial desta semana, as tendências que prometem arrasar no ano que vem. A reportagem completa, feita pelos repórteres Eduardo Fernandes e Giovanna Kunz, conta com tudo o que há de melhor: moda, beleza e muita nostalgia. Para o réveillon, as makes festivas que combinam com o dia a dia e peças atemporais que arrasam na virada. E mais: como lidar com o inchaço depois das ceias, cães que integram projetos de terapia e dicas especiais para quem deseja montar um cinema em casa. Nós, da Revista, desejamos a todos boas festas, prosperidade e alegrias para essa fase que se aproxima.

Bom domingo e boa leitura!

Eduardo Fernandes

# Revista do CORREIO

Editor:

José Carlos Vieira - josecarlos.df@dabr.com.br

Subeditora:

Sibele Negromonte - sibelenegromonte.df@dabr.com.br

Diagramação:

Guilherme Dias - guilherme.dias.df@dabr.com.br

Diretora de Redação:

Ana Dubeux - anadubeux.df@dabr.com.br

Telefones:

3214-1192 e 3214-1156

E-mail:

revistad.df@dabr.com.br

Capa:

Mariana Campos/CB/D.A Press



Siga @revistadocorreio no Twitter e no Instagram



Curta a página da Revista do Correio no Facebook

DIÁRIOS ASSOCIADOS

Mariana Campos/CB/D.A Press



## 04 Moda

Com peças clássicas e ideias conscientes, passar o ano-novo em grande estilo nunca ficou tão fácil.

## 08 Beleza

Muito além do réveillon, as makes festivas também podem ser incorporadas no dia a dia, misturando funcionalidade e brilho.

## 14 Fitness & Nutrição

Não pense que é possível perder calorias somente na academia. Subir e descer escadas, limpar a casa ou até mesmo brincar com os filhos são atividades que contribuem no gasto calórico.

## 16 Saúde

O excesso de comida nas festas de ano-novo é um atrativo e tanto. Contudo, é importante ter cuidado para não exagerar e acabar ficando desconfortável.

## 20 Casa

Sem precisar sair do conforto do próprio lar, é possível montar um cinema especial, com itens que não saíram o bolso.

## 22 Bichos

Eles oferecem conforto emocional e um apoio para lá de especial. Os pets Lua e Shurastey integram uma força-tarefa que oferece terapia a idosos e pacientes em tratamento.



## 24 TV+

Jovem e cheia de talento, Isadora Ruppert comemora sucesso internacional após os filmes *Ainda Estou Aqui* e *O Agente Secreto*.

## 28 Cidade nossa

Entre homenagens e reflexões, Sergio Léo fala sobre a polêmica da estátua de Oscar Niemeyer na Praça dos Três Poderes.

## 30 Crônica da Revista

As festas que se encerram e um 2025 para se despedir. Com a chegada do novo ano, Maria Paula afirma que o amor pelo outro é a parte mais importante dessa travessia.

No [www.correiobraziliense.com.br](http://www.correiobraziliense.com.br)



Windsor Brasilia



Windsor Plaza Brasilia



# RÉVEILLON 2026

B R A S Í L I A

Conheça nossos pacotes exclusivos para iniciar o ano vivendo experiências únicas com requinte e conforto.



## PACOTE PLUS

DIÁRIA DO DIA 31/12  
+ CEIA DE RÉVEILLON  
E CAFÉ DA MANHÃ



## PACOTE PREMIUM

DIÁRIA E FEijoada do  
DIA 31/12 + CEIA DE RÉVEILLON  
E CAFÉ DA MANHÃ



## CEIA DE RÉVEILLON

SERVIDA NO DIA 31/12  
DAS 21H ÀS 02H.

PARCELE EM ATÉ  
3X SEM JUROS

## PARCELAMENTO DE PACOTES EM ATÉ 6X SEM JUROS

**Windsor Brasilia**  
SHN Q. 1 Conjunto A Bl. A  
Asa Norte, Brasília - DF

**Windsor Plaza Brasilia**  
SHS Quadra 05 Bloco H  
Asa Sul, Brasília - DF

## INFORMAÇÕES E RESERVAS:

Telefone: (61) 2195 1100 e WhatsApp: (61) 3319 4987

E-mail: [central.brasilia@windsorhoteis.com.br](mailto:central.brasilia@windsorhoteis.com.br)

[windsorhoteis.com](http://windsorhoteis.com)

POR GIOVANNA KUNZ

A moda consciente segue ganhando novos significados no mundo todo. E, no editorial de ano novo, aparece associada à ideia de continuidade, versatilidade e uso prolongado das peças. Mais do que looks pensados apenas para a virada, a proposta é mostrar que roupas escolhidas para momentos especiais podem, e devem, atravessar estações, viagens e diferentes ocasiões ao longo do ano. Assim, consumo responsável, estética e funcionalidade caminham juntos, inclusive nas celebrações de fim de ciclo.

Para o editorial de ano-novo da Revista do Correio, a stylist convidada foi Cynara Boechat, que partiu de um convite com um propósito claro: ensinar o público a se vestir para as festas sem limitar o uso das peças a uma única data. "A proposta é ensinar o público a se vestir nas festas agora de final de ano e ensinando o reaproveitamento dessas peças para todo o verão", explica. Segundo ela, muitas roupas carregam um caráter atemporal e podem transitar facilmente entre estações, desde que sejam pensadas com consciência. "Elas não podem ser somente para aquela data e serem descartadas", reforça.

A construção dos looks levou em conta não apenas a estética, mas também o contexto social e econômico. Para Cynara, o movimento de consumo consciente também atravessa a moda e reflete uma mudança de mentalidade. "Fui pensando em todo esse contexto, inclusive na economia do nosso país, que esse movimento também chega na área da vestimenta. Da moda. E, então, eu vejo um grande consumo consciente", afirma. A palavra-chave do editorial é versatilidade, vestir a mesma peça em diferentes momentos do ano, de formas variadas, explorando novas combinações.

Essa ideia se traduz visualmente na escolha por uma paleta monocromática e por peças clean. "Eu

# ANIVERSÁRADA

Looks pensados para o ano novo que seguem relevantes, versáteis e estilosos ao longo de todo o ano



#### **Lucas Picolotto veste:**

Camisa de linho,  
da Dane-se (R\$ 428)  
Calça de linho,  
da Dane-se (R\$ 398)  
Sandália (R\$ 319)

#### **Ana Neves veste:**

Blazer, da Iorane (R\$ 2.489)  
Calça, da Iorane (R\$ 1.689)  
Biquíni, da Iorane (R\$ 989)  
Rasteira, da Schutz (R\$ 450)

me inspirei num monocromático para ficar até fácil esse uso variado, essa versatilidade", conta Cynara. Estampas de cor única e modelagens simples ajudam a multiplicar possibilidades e facilitam o reaproveitamento. "Essa inspiração veio do uso de peças clean, de cor única, a estampa de cor única também para facilitar essa multiplicação de vestir", completa. As marcas escolhidas, Iorane, Dane-se, Schutz, CNS e Zinc, dialogam com essa proposta, oferecendo peças que transitam entre o casual e o sofisticado.

## Versatilidade em cena

Mais do que criar combinações fechadas, o editorial aposta na liberdade de interpretação. Cynara pensou os looks como um ponto de partida, permitindo que diferentes estilos se apropriem das mesmas peças. "Eu fiz de uma forma onde todo e qualquer estilo pudesse se divertir com as mesmas peças, só que cada um colocando a sua maneira", explica. Para ela, esse diálogo entre conceito e identidade pessoal foi um dos pontos mais prazerosos do processo. "É saber que os sete estilos universais se comunicam, vestem, se identificam, usam e brincam e aprovam todas essas peças."

A leveza do verão também aparece na proposta. Misturar estampas, explorar sobreposições sutis e adaptar os looks para diferentes contextos faz parte do conceito. "No verão é muito cool misturar as estampas", comenta a stylist, reforçando o caráter descontraído e prático das produções.

Além do dia a dia, as escolhas também pensam no deslocamento. As peças do editorial dialogam com a ideia de malas inteligentes, fáceis de transportar e simples de combinar, o que amplia ainda mais seu uso em viagens e momentos de lazer. Dessa forma, o editorial de ano-novo propõe um novo olhar para a moda festiva, menos desarte, mais possibilidades e roupas que acompanham o ritmo da vida real durante todo o ano.



### Lucas Picolotto veste:

Camisa de linho, da Dane-se (R\$ 428)  
Calça de linho, da Dane-se (R\$ 398)  
Jaqueta Jaquard, da Dane-se (R\$ 998)  
Tênis branco, da CNS (R\$ 379)

### Ana Neves veste:

Blazer, da Iorane (R\$ 2.489)  
Bata, da Iorane (R\$ 1.989)  
Calça, da Iorane (R\$ 1.689)  
Salto, da Schutz (R\$ 690)  
Brinco, da Zinc (R\$ 129)

Moda



**Lucas Picolotto veste:**

Camisa linho marinho,  
da Dane-se (R\$ 408)  
Calça linho marinho,  
da Dane-se (R\$ 398)  
Tênis branco, da CNS (R\$ 379)

**Ana Neves veste:**

Vestido, da Iorane (R\$  
1.989)  
Salto, da Schutz (R\$ 690)

**Lucas Picolotto veste:**

Camisa tricot azul,  
da Dane-se (R\$ 398)  
Camiseta, da Dane-se  
(R\$ 198)  
Short linho, da Dane-se  
(R\$ 318)  
Tênis bege, da CNS (R\$ 498)

**Ana Neves veste:**

Maiô, da Iorane (R\$ 1.289)  
Calça, da Iorane (R\$ 1.989)  
Salto, da Schutz (R\$ 750)  
Brinco, da Zinc (R\$ 112)



## AGRADECIMENTOS

### Modelos:

Ana Neves  
(@clarinhaninha) e  
Lucas Picolotto  
(@lucaspicolotto)

### Stylist:

Cynara Boechat  
(@cynaraboechat)

### Maquiagem:

Jade Sifre  
(@studiomarja\_)

### Lojas:

Iorane (@iorane),  
Dane-se (@usedane\_se),  
Schutz (@schutzoficial),  
CNS (@cnscalçados) e  
Zinc (@zincomplements)

### Fotos:

Mariana Campos  
(@marigrigori)

\*Colaboraram  
Júlia Sirqueira  
e Giovanna Rodrigues



# DO RÉVEILLON AO DIA A DIA

**Com criatividade e pequenas adaptações, é possível transformar produções marcantes em versões funcionais**

**Brilho, batom marcante e pele iluminada não precisam ficar restritos à virada do ano. A maquiagem festiva pode ser adaptada com leveza, versatilidade e personalidade, acompanhando diferentes momentos do cotidiano**

**POR JÚLIA SIRQUEIRA\* E GIOVANNA RODRIGUES\***

**E** se a maquiagem do ano-novo não ficasse restrita a uma única noite? Assim como as roupas escolhidas para o réveillon ganham novas combinações ao longo do ano, a beleza também pode ser reinventada. Brilhos, batons marcantes e pele iluminada podem aparecer no dia a dia de forma mais leve e funcional, adaptando a produção festiva para a rotina sem perder estilo ou identidade.

Para a maquiadora Jade Sifre (@studiomarja\_), a mudança começa redirecionando esses destaques. "Uma boa opção é diminuir o brilho nos olhos e transferir esse glow para uma pele bem iluminada", explica. Nos lábios, a dica é apostar em tons neutros ou lip tint, mantendo o aspecto natural, sem descartar o vermelho para quem gosta de ousar.

Na escolha dos produtos do editorial, Jade optou por elementos que conversem com a rotina. Segundo a especialista, foram utilizados itens líquidos e em pó de média cobertura na pele, para além de sombras, glitter em gel e máscara de cílios nos olhos. "A seleção de cosméticos foi baseada no tipo e na textura da pele, na qualidade e, principalmente, na estética proposta para o editorial", afirma.

Quando o assunto é brilho, o segredo está no equilíbrio. Para evitar exageros, a maquiadora sugere aplicar sombra cintilante apenas no canto interno dos olhos, avançando suavemente até o centro da pálpebra. "O côncavo pode receber tons de marrom claro, com cores mais escuras no canto externo, criando um degradê elegante", orienta.

Já na pele, produtos líquidos e cremosos ajudam a alcançar um acabamento mais luminoso. Uma cobertura iluminada, aliás, vai muito além da maquiagem. De acordo com a maquiadora, o efeito glow começa na rotina de cuidados. "Higienização adequada, boa hidratação, ingestão de água, proteção solar e alimentação equilibrada fazem toda a diferença", destaca. Na finalização, bases leves, iluminadores aplicados em pontos estratégicos e blush cintilante garantem um brilho saudável.

Fotos: Mariana Campos/CB/D.A Press



## **ITENS UTILIZADOS NA PRODUÇÃO DO EDITORIAL**

- Água Micelar Nívea
- Hidratante Cetaphil
- Lápis para Sobrancelhas Benefit Precisely My Brow
- Corretivo Ruby Kisses cor: 20
- Paleta de Sombras Mariana Saad 9 Shades Océane
- Máscara de cílios Ruby Rose Trópico
- Contorno líquido Mary Kay cor: 08
- Blush líquido Bruna Tavares BT Push vintage cor
- Face Powder Fixer Pó Fixador Catharine Hill
- Quarteto de Contornos Ludurana em pó
- Duo de Blush Mary Kay At Play Pink Shine
- Lápis De Boca Retrátil - Ruby Kisses Red Wine
- Quem Disse Berenice? Sonhos Gloss Labial
- Iluminador Hd Glow Ricosti

Pensando em diferentes tons, a recomendação é observar a intensidade e o subtom dos produtos. Iluminadores e bases devem realçar e não mascarar a beleza natural. "O ideal é que o brilho acompanhe a pele, sem criar contraste artificial", pontua a especialista.

O passo a passo da maquiagem segue a lógica clássica e funcional: começa pela higienização e hidratação, passa pela correção das sobrancelhas e construção do degradê dos olhos, aplicação de glitter e máscara de cílios. Em seguida, entram base, corretivo, contorno, blush e iluminador, finalizando com lápis labial e gloss.

Para quem está acostumado a uma pele mais leve e sem exageros no cotidiano, mas ainda busca algo diferente para a data, Jade dá dicas para inovar na make: "apostar no uso de sombras cintilantes, glitter, lápis de olho e bastante máscara de cílios é um diferencial, sem esquecer também do lápis labial, que causa um efeito matte, mas que dá espaço para incrementar com o gloss."

Apesar das semelhanças, há algumas diferenças entre a maquiagem do réveillon e a do dia a dia. "Para o ano-novo, é algo mais trabalhado, rico em detalhes e pensado para maior durabilidade", explica. Brilhos intensos, cílios postiços e delineados marcantes costumam fazer parte da produção.

Já na rotina, a proposta é a leveza, praticidade e naturalidade. Logo, com o exercício da criatividade e pequenas adaptações, é possível transformar produções marcantes em versões funcionais, provando que o glamour do réveillon pode, sim, ir muito além da virada de ano.

**\*Estagiárias sob supervisão de José Carlos Vieira**

Mais nostalgia e menos likes. A próxima estação, em 2026, traz o conforto sensorial e inúmeras tendências que devem explodir. Viagens e descanso também estão entre as buscas

POR EDUARDO FERNANDES E GIOVANNA KUNZ

**E**ncerrar ciclos é um movimento natural da vida. Quando o relógio bate 0h, de 31 de dezembro para 1º de janeiro, muitos imaginam e planejam como o novo ano virá. Para além das metas, a expectativa do que surgirá nas áreas que muitos gostam e são interessados: moda, filmes, beleza e a decoração do lar. No entanto, com o advento da internet e de tantos algoritmos, prever isso ficou cada vez mais fácil.

As tendências, vira e mexe, aparecem e desaparecem. O que era bonito e elegante em 1950 pode ressurgir em 2026 com tons recheados de afeto e nostalgia. Fato é que, agora, vários sentimentos carregam a força desses eventos que já viram febre antes de nascer. Assim, o porvir não é mais uma incógnita, mas um rastro de dados deixado por mais de 600 milhões de pessoas.

O relatório Pinterest Predicts 2026, um dos mais famosos dessa nova era virtual, foi divulgado no começo do mês de dezembro. Nele, a revelação do que será marcado como busca pelos usuários. Conforto sensorial, nostalgia e um otimismo realista fazem parte desse desejo individual — e talvez um pouco coletivo.

Diferente de outras redes sociais focadas em engajamento passageiro, a plataforma de busca visual consolidou um método que antecipa tendências com 88% de assertividade, focando no que as pessoas planejam, e não apenas no que curtem. De acordo com Rogério Nicolai, diretor de negócios do Pinterest Brasil, a grande mudança para 2026 é a transição do entretenimento rápido para a intenção real.

Segundo ele, o diferencial está em capturar o “e se” do consumidor antes mesmo da compra. Ao analisar buscas, salvamentos e cliques, o Pinterest consegue prever o que ganhará popularidade com até dois anos de antecedência.

“Conseguimos capturar a intenção futura em tempo real, o que nos dá uma leitura única do que está prestes a ganhar popularidade. Para as marcas, isso significa trabalhar com um radar ancorado em contexto visual — não apenas em engajamento superficial”, destaca o relatório da plataforma.

### Conforto sensorial

Uma das maiores surpresas para 2026 é a ascensão do universo gummy. O que começou como um

# Um ano para sentir



Arquivo pessoal

Carlos entrou no mundo da moda em 2023

nicho em beleza evoluiu para uma força cross-category: de nail art emborrachada a capas de celular maleáveis e blushes em gel. “Essa estética tátil reflete uma necessidade global de conforto”, detalha Rogério.

“Quando olho para os dados de Pinterest Predicts e para o que vemos no dia a dia na plataforma, um

macronicho que se destaca de forma muito clara é o universo do conforto sensorial. No relatório, falamos de não conformismo, autopreservação e escapismo como forças que impulsionam as 21 tendências para 2026 – mas, quando colocamos tudo isso junto, o que emerge é um foco consistente em bem-estar emocional”, acrescenta.

Reprodução/ Pinterest Predicts



A renda cada vez mais protagonista

Reprodução/ Pinterest Predicts



Broches como acessórios maravilhosos na moda

Reprodução/ Pinterest Predicts



O universo colorido das jujubas e das gomas presente em diversas áreas

Na pesquisa global conduzida em seis países, incluindo o Brasil, mais da metade das pessoas aponta conforto como necessidade nº 1 no dia a dia; 52% dizem estar revendo filmes e séries clássicas; e quase 4 em cada 10 estão cozinhando ou comendo comidas tradicionais que trazem conforto. "Em outras palavras, as pessoas estão buscando menos a próxima novidade e mais formas de se sentirem seguras, acolhidas e reguladas emocionalmente", completa.

A chave de 2026, portanto, é a combinação de emoção, nostalgia e estímulos sensoriais – seja por meio de texturas, cores, sabores, aromas, sons, rotinas ou produtos que ativem memórias afetivas. Isso aparece em tendências tátteis como "Jujuba joia", nas estéticas escapistas de "Elo intergalático", nos rituais de autocuidado e nas cozinhas que resgatam receitas de família com releitura contemporânea.

"Para as marcas, é um terreno especialmente fértil: não se trata apenas de vender um item, mas de desenhar experiências completas que ajudem as pessoas a desacelerar, criar refúgios cotidianos e encontrar pequenas rotas de fuga emocionais de forma autêntica", finaliza Rogério.

## A moda autoral

Se o assunto é criatividade e originalidade, a moda brasileira vive um momento especial, que deverá ganhar terras ainda mais férteis em 2026. Na visão de Juliana Frasca, porta-voz da Renner, o ano que vem será de muita identidade e confiança. Ela acredita que o cenário fashion nacional está em uma fase de emancipação criativa, sobretudo com a visibilidade da Copa do Mundo e o retorno de eventos como a Rio Fashion Week.

"Em 2026, a moda brasileira ganha ainda mais confiança na própria identidade. Criar com intenção faz toda a diferença. Quando permitimos que cada pessoa traduza quem é no vestir, ela ganha força real", afirma Juliana Frasca.

A porta-voz ressalta que tendências como o uso de cores que trazem equilíbrio (alinhadas à paleta Pantone) e coleções colaborativas entre grandes varejistas e marcas autorais serão o pilar para manter o setor vivo e próximo do consumidor.

De acordo com ela, as tendências seguem sendo relevantes, mas devem entrar de forma mais natural no guarda-roupa. "O que importa, de verdade, é a forma como cada um usa essas tendências", destaca.

## A voz da Gen Z

Representando mais de 50% dos usuários globais do Pinterest, a Geração Z é quem dita o ritmo das 21 principais tendências para o próximo ano. Para esse público, a moda deixou de ser sobre marcas de luxo e

## TRENDS EM DIFERENTES NICHOS

- Glamour maximalista
- Febre das jujubas e gomas
- Estilo poeta
- Neo decó na arquitetura
- Misturando perfumes e óleos
- Broches como queridinhos
- Lares lúdicos
- Tudo de renda
- Cartas escritas à mão
- Estética gótica e romântica
- Tons claros e estilo gélido
- Decoração com ancestralidade
- Turismo de reflexão
- Beleza e moda excêntrica
- Estética de arqueologia
- 2026: o ano do repolho
- Estética futurística
- Peças inspiradas em animais
- Infância retrô
- Viagens com aventura
- Looks de ópera

Fonte: relatório Pinterest Predicts 2026

passou a ser sobre curadoria pessoal. Carlos Eduardo Silva, 23 anos, exemplifica esse novo comportamento. Após um 2025 focado no maximalismo de acessórios, ele projeta um 2026 mais funcional e autêntico.

"Moda não é simplesmente usar uma marca de luxo estampada, mas sim transformar qualquer roupa em algo coerente, autêntico e satisfatório para quem veste. Quero usar esse interesse como forma de contribuir para o meu bem-estar", diz o analista de dados. Ele, que acompanha mais do mundo da moda desde 2023, entrou nesse universo com o intuito de usar o vestuário para ser uma extensão de quem é.

Com isso, quero continuar acompanhando esse mundo de forma leve e prazerosa, usando esse interesse como uma forma de contribuir para o próprio bem-estar no dia a dia. "Uma tendência que já está em ascensão e que me agrada muito são as bolsas masculinas maiores, que unem estilo e funcionalidade", lembra.

Para Carlos, a moda significa a possibilidade de se expressar por meio das roupas e dos acessórios, sempre buscando conforto e bem-estar. "Não é simplesmente usar uma camiseta com uma marca de luxo estampada, mas sim transformar qualquer roupa em algo coerente, autêntico e satisfatório para quem veste", conclui.

# Destinos Únicos

Viajar em 2026 será, mais do que nunca, um exercício de identidade. É o que revela a pesquisa anual Previsões de Viagem 2026, divulgada pela Booking.com. Em seu décimo ano, o estudo mostra que as férias estão deixando de seguir roteiros óbvios. No lugar do turismo padronizado, entram experiências individuais, emocionais e autênticas.

Com base nos insights de mais de 29 mil viajantes em 33 países, a pesquisa aponta nove grandes tendências. Todas elas têm algo em comum: a rejeição às convenções e a busca por viagens que façam sentido pessoal. Não se trata apenas de ir a um lugar, mas de viver algo que dialogue com desejos, memórias e valores.

Entre fantasia, tecnologia, espiritualidade e silêncio, 2026 promete viagens mais profundas. E, para além dos dados, histórias reais ajudam a ilustrar esse novo jeito de explorar o mundo.

## Fantasia romântica

Os livros sempre foram companheiros de viagem, mas agora passam a ser guias. Em 2026, a fantasia romântica influencia diretamente a escolha dos destinos. Segundo a Booking.com, 81% dos viajantes brasileiros têm interesse em visitar lugares inspirados por esse universo.

Mais do que visitar, muitos querem viver a narrativa. Mais da metade (57%) estaria disposta a participar de retiros de interpretação de papéis baseados em jogos, livros ou filmes. E 24% já planejam incluir esse tipo de experiência em viagens futuras.

A tecnologia amplia essa imersão. Para 83% dos brasileiros, a IA pode sugerir destinos com estética de fantasia, estadias isoladas ou cenários de filmagem. A imaginação deixa de ser fuga e passa a ser bússola.

A estudante Julia Barbieri, 21 anos, é um retrato dessa tendência. O cinema moldou não só seus sonhos, mas também seus destinos. "O filme Meia-Noite em Paris com certeza fez eu me apaixonar ainda mais pela cidade, a visão romântica da Belle Époque, tanto o dia quanto a noite, que ornam Paris. Sempre tive uma quedinha por lá, mas depois desse filme os motivos só se intensificaram. Além disso, eu amo

Freepik



Divulgação/ Prime Video

Fantasias românticas se tornam guias de viagem para os amantes de livros e filmes





nejada há dois ou três anos, acontece em janeiro.

## Casas humanoides

A ideia de casa de temporada também muda. Em 2026, elas ganham assistentes humanoides e robóticos. Para 86% dos brasileiros, essa experiência é desejável. A praticidade lidera: 63% se interessam por robôs de limpeza. Outros 45% se animam com a ideia de um chef robótico. E 31% gostariam que robôs cuidassem da sustentabilidade da casa. No entanto, não é apenas a conveniência, para 40%, o atrativo é a novidade e, para 19%, o apelo está em viver algo digno de ficção científica.

## Teste de turbulência

Viajar também vira teste. Em 2026, 79% dos viajantes brasileiros querem usar férias para avaliar relacionamentos, sejam românticos, amizades ou parcerias profissionais. Para 60%, destinos remotos ajudam a testar limites. Outros 56% se interessam por viagens com troca de papéis. E 50% topam aventuras com orçamento limitado ou pouca conectividade. A Geração Z lidera essa experimentação: 77% estão abertos a itinerários criados para simular desafios da vida real.

## Souvenirs de prateleira

Os souvenirs também ganham novo significado. Em 2026, 75% dos brasileiros considerariam comprar utensílios de cozinha ou itens de despensa. Potes, azeites, temperos e embalagens viram lembrança e decoração. Para 64%, o produto pode até definir o destino. E, para 33%, cozinhar com esses itens é uma forma de reviver a viagem.

## Destinos astrológicos

As estrelas também entram no planejamento, já que 49% dos viajantes brasileiros mudariam planos por orientação espiritual. Outros 37% repensariam viagens com base no horóscopo. Para muitos, viajar é alinhar corpo, mente e cosmos. Geração Z e millennials lideram essa busca.

## Dermoescapadas

O bem-estar ganha foco na pele: 91% dos brasileiros fariam viagens com tratamentos personalizados. E 74%

Freepik



**A astrologia estará cada vez mais presente na vida das pessoas**

considerariam usar IA para escolher destinos de cuidados dermatológicos. Espelhos inteligentes, estações de hidratação e suítes com ritmo circadiano entram no pacote. Dormir bem também vira parte essencial do roteiro.

## Hobbies silenciosos

O silêncio se torna desejo, pois 47% querem férias mais próximas da natureza e 37% adotam hobbies tranquilos durante as viagens. Observação de pássaros, pesca e forrageamento ganham espaço. É o descanso como reconexão.

A professora Letícia de Queiroz, de 30 anos, levou isso ao extremo. Em 2022, fez um retiro de 10 dias de silêncio na Serra da Mantiqueira, em Minas Gerais. "O que me motivou foi a busca pela espiritualidade, por desenvolver esse autoconhecimento."

Sua experiência envolveu silêncio absoluto, meditação intensa e mudanças profundas. "O maior aprendizado que eu tive foi de estar presente e de não interferir na vida de ninguém", conta. Três anos depois, o impacto permanece. "Saber que eu posso ir para esse lugar de paz... porque o silêncio, ele é mais interno do que externo."

## Nostalgia

Em 2026, lembranças viram destino: 80% dos brasileiros viajariam para recriar fotos ou memórias do passado. Para muitos, é uma forma de cura, conexão e crescimento.

## Férias para comemorar o "eu"

Por fim, viajar não precisa de motivo, pois 67% dizem não precisar de uma data especial. Viajar vira recompensa, celebração pessoal e afirmação de identidade.

Cartas para Julieta, sou uma pessoa que ama comédia romântica e a história da Claire naquele lugar mágico me fez colocar Verona na lista de cidades para visitar."

Para ela, o impacto vai além do entretenimento. O cinema, muitas vezes subestimado, torna-se formador de imaginários e escolhas. "Quando falei para minha mãe que queria conhecer por causa de tal filme ou personagem, nunca tinha parado para pensar em como o cinema era estratosférico e impactante. Muitas pessoas o menosprezam, mas o cinema é muito maior que qualquer profissão, ele inspira e cria personalidades, e naquele momento em que minha mãe me perguntou, eu senti isso."

As redes sociais ajudam a montar o roteiro, mas a emoção vem antes. "Hoje em dia tem muita coisa nas redes sociais que me ajudaram a montar o roteiro, mas com certeza a escolha das cidades e algumas atrações foram influenciadas por filmes."

Para Julia, viajar assim muda completamente o sentido da experiência. "Acredito que traz um pouco da sensação de já conhecer o lugar, aproxima as pessoas tanto dos filmes quanto do próprio destino, porque a escolha do lugar agora é por algo muito maior que status e coisas do gênero. Mudou muito minha forma de ver a viagem em si", destaca.

Ela já visitou Paris e agora retorna à França. No roteiro também estão cidades pequenas da Suíça e da Itália: Milão, Veneza, Verona, Florença e Roma. A viagem, pla-

POR JÚLIA SIRQUEIRA\*

A queima de calorias está relacionada, na cabeça de muitas pessoas, a exercícios intensos realizados em academias, com aparelhos especializados e acompanhamento de profissionais da saúde. O que poucos sabem é que o gasto calórico diário também pode ser resultado de atividades cotidianas, como limpar a casa, subir escadas e até mesmo passear com os cachorros. Conhecido como NEAT (Termogênese por Atividade sem Exercício), o conceito tem ganhado força entre especialistas pelos diversos benefícios para o corpo e para o coração.

Em geral, a proposta refere-se à energia gasta em atividades do dia a dia que não são consideradas exercícios formais, como caminhar, realizar tarefas domésticas, permanecer em pé ou se movimentar ao longo da rotina. Essas ações, quando somadas, aumentam o gasto energético diário de forma natural e adaptada ao estilo de vida de cada pessoa. A proposta é incorporar mais movimento à rotina para estimular a queima de calorias, mesmo sem a prática de treinos estruturados.

Segundo Matheus Glauber, personal trainer, as atividades cotidianas se complementam com os exercícios tradicionais e podem funcionar, em alguns casos, como uma forma completa de atividade física para pessoas que não costumam manter movimento contínuo ou que possuem alguma limitação. "O corpo foi feito para se movimentar. Para quem não pratica atividades físicas, esse conjunto de movimentos é uma boa opção para evitar que fique sempre em frente às telas e em constante estado de imobilidade", comenta.

Entre os benefícios, o NEAT se destaca como uma estratégia simples e acessível, que melhora a circulação, ajuda a regular os níveis de açúcar e gordura no sangue, contribui para a redução da rotina sedentária e auxilia na perda de peso. O personal trainer orienta que a incorporação dessas atividades ocorra de forma gradual, a partir de uma mudança de pensamento. "O primeiro

# Atividades que somam

Práticas simples do dia a dia, como subir escadas, limpar a casa e brincar com as crianças, também colaboram para o gasto calórico diário e para a saúde





**Atividades cotidianas, como subir escadas, impactam positivamente a saúde do coração a longo prazo**

passo é o indivíduo entender o quanto importante é o movimento para o corpo, mesmo que seja apenas subir escadas ou fazer uma caminhada simples em casa. Depois desse entendimento, fica mais fácil se exercitar aos poucos", explica.

## O coração agradece

Do ponto de vista cardiovascular, as atividades impactam positivamente a saúde do coração a longo prazo. De acordo com o cardiologista Ruiter Arantes, esse tipo de movimento ajuda a romper, de forma inicial, um estilo de vida sedentário, associado ao ganho de peso, à piora dos padrões glicêmicos, ao aumento do colesterol, à alteração do perfil lipídico e a desfechos cardiovasculares negativos.

"Quando a gente fala do NEAT e consegue romper essa barreira, nós estamos ganhando saúde pelo simples fato de sair da zona de conforto. Esse é um primeiro passo importante e um ponto inicial para, depois, iniciar uma atividade física mais estruturada e com maiores ganhos do ponto de vista cardiovascular", afirma.

Segundo o profissional, essas atividades são essenciais na prevenção de doenças como hipertensão, diabetes e outros problemas cardíacos. "Há redução dos níveis tensionais, melhora do perfil lipídico e os níveis de glicose já começam a ficar mais controlados. Tudo isso gera mais disposição e motivação para pessoas que, até então, não faziam nenhuma atividade e viam a saúde se deteriorar. Ao perceberem mudanças, elas se sentem encorajadas a continuar", explica. Ruiter lembra ainda que iniciar esses movimentos cotidianos pode facilitar a busca pelos 150 minutos semanais de atividade física recomendados pela Organização Mundial da Saúde (OMS).

Apesar dos benefícios, o cardiologista reforça que o NEAT deve ser visto como um ponto de partida. "É claro que precisamos ter em mente que ele é um início dessa caminhada para continuarmos evoluindo e melhorando a saúde. Mas o NEAT vale a pena ser enfatizado e valorizado, principalmente para pessoas completamente sedentárias ou que não dispõem de 30 ou 40 minutos para um exercício formal", destaca.

Como exemplo, o médico sugere pequenas mudanças na rotina, como estacionar o carro mais longe do destino ou descer um ou dois pontos antes do local de trabalho para caminhar. "Isso é extremamente importante. São atitudes que precisam ser valorizadas como o marco inicial para a mudança dos hábitos de vida", conclui.

## Benefícios na rotina

Focada na prática regular de exercícios, a estudante de nutrição e especializada em Harvard na mesma área, Stéphanie Hernandez, de 26 anos, busca incorporar hábitos simples ao dia a dia, como caminhar mais sempre que possível, evitar longos períodos sentada, subir escadas, fazer pequenas caminhadas após as refeições e manter uma rotina mais ativa mesmo fora do treino. "Essas escolhas parecem pequenas, mas fazem diferença tanto no gasto energético quanto no meu bem-estar físico e mental. Percebo melhora na disposição, na concentração e até na qualidade do sono quando me mantendo mais ativa ao longo do dia", relata.

Para ela, o NEAT é de extrema importância por representar o gasto energético e o estímulo metabólico que acontecem fora do treino formal, que é limitado a um período específico do dia. "Esses hábitos ajudam a manter o metabolismo mais ativo, funcionando como uma forma extra de queima calórica ao longo da rotina. Ele complementa os meus treinos e pode potencializar os resultados, tanto do ponto de vista metabólico quanto da composição corporal", explica.

Como estudante de nutrição, Stéphanie destaca que o corpo responde não apenas ao exercício estruturado, mas ao conjunto de estímulos diários. "Manter-se ativa ao longo do dia contribui para uma melhor sensibilidade à insulina, maior gasto energético basal, melhora da circulação e até da saúde hormonal. Além disso, o movimento frequente ajuda a regular o apetite, o humor e os níveis de energia. O metabolismo não 'liga' apenas durante o treino, ele é influenciado constantemente pelo nosso nível geral de atividade", conclui.

**\*Estagiárias sob supervisão de José Carlos Vieira**

# Exagerou? E agora?

**Sódio, açúcar, álcool e mudanças na rotina explicam o desconforto comum após o Natal e o ano novo. Especialistas alertam para os riscos das medidas radicais e indicam caminhos seguros para desinchar e recuperar o bem-estar**

POR JÚLIA SIRQUEIRA\*

**D**epois das confraternizações de fim de ano, é comum que o corpo dê sinais de sobrecarga. Pernas pesadas, abdômen estufado, mãos inchadas e desconfortos digestivos costumam aparecer logo nos dias seguintes às ceias. Embora o ganho rápido de peso assuste, na maioria das vezes o problema não está ligado ao acúmulo de gordura, mas sim à retenção de líquidos e a alterações metabólicas provocadas pelos excessos típicos desse período.

A endocrinologista Fernanda Parra explica que o inchaço pós-festas é resultado de uma combinação de fatores. "Durante as festas, a junção de excesso de sódio, álcool e mudança de rotina favorece muito a retenção de líquidos. O sal presente em queijos, embutidos, panetones, bacalhau e petiscos atrai água para dentro dos tecidos, causando o inchaço", afirma. Segundo ela, o álcool também desempenha papel importante nesse processo. "O álcool desidrata e, quando o corpo percebe essa perda de água, reage segurando líquido como forma de proteção", diz.

Além da alimentação, mudanças no estilo de vida agravam o quadro. Dormir menos, beber pouca água, alterar horários e reduzir a movimentação diária comprometem a circulação e intensificam a sensação de corpo pesado. Dados da Organização Mundial da Saúde indicam que o consumo diário recomendado de sal é de até 5 gramas, quantidade

que costuma ser facilmente ultrapassada em uma única refeição das ceias de fim de ano.

O consumo elevado de açúcar e carboidratos simples também contribui diretamente para o inchaço. "Sobremesas, refrigerantes, massas, pães e bebidas alcoólicas aumentam a liberação de insulina, hormônio que facilita o acúmulo de glicogênio nos músculos e no fígado. Cada grama de glicogênio armazena cerca de três gramas de água, o que explica a sensação de inchaço e o aumento rápido do peso corporal após os exageros", detalha Fernanda. Ela acrescenta que o açúcar ainda estimula processos inflamatórios, agravando a retenção.

As alterações hormonais típicas desse período reforçam o problema. "O cortisol tende a aumentar por causa do estresse, das noites mal-dormidas e do álcool. Cortisol alto retém líquido e aumenta a fome. A insulina sobe com o excesso de açúcar e carboidratos, e a aldosterona, que regula sódio e água, fica mais ativa quando há desidratação ou consumo elevado de sal", explica a endocrinologista. Segundo ela, o organismo entra em um verdadeiro "modo sobrevivência", seguindo líquidos para tentar compensar os desequilíbrios.

## Desconforto

O gastroenterologista Alexandre Fontoura explica que o principal problema após exageros é o aumento da produção de ácido no estômago. Segundo ele, refeições ricas em gordura e proteí-

**Especialistas alertam para o excesso de comida nas festas de fim de ano**



na tornam a digestão mais lenta. "Esses alimentos permanecem mais tempo no estômago, atrasam o esvaziamento gástrico e aumentam o risco de refluxo gastroesofágico, já que o ácido pode retornar ao esôfago e causar desconforto logo após a refeição ou até nos dias seguintes", explica. A orientação, especialmente durante as festas, é equilibrar pratos mais pesados com frutas, verduras e saladas, que facilitam a digestão.

O álcool agrava ainda mais esse cenário. "Quando é absorvido ainda no estômago, o álcool pode causar inflamação da mucosa gástrica, a chamada gastrite alcoólica, efeito que é ainda mais intenso quando o consumo ocorre em jejum", alerta Fontoura. No intestino, o álcool acelera o trânsito intestinal e altera a flora e o pH, favorecendo diarreia, gases e distensão abdominal.

## Como aliviar o inchaço e quando ligar o alerta

A boa notícia é que, ao retomar hábitos equilibrados, o organismo tende a se reorganizar rapidamente.



Fernanda explica que a retenção de líquidos costuma melhorar entre 48 e 72 horas com boa hidratação e redução do consumo de sal. "As oscilações de glicemias e insulina geralmente se estabilizam em três a cinco dias, enquanto sono, energia e humor tendem a normalizar ao longo de cerca de uma semana", afirma o nutricionista Thyago Nishino.

A hidratação é apontada como a principal estratégia nos dias seguintes aos exageros. "A orientação mais eficiente é beber bastante água e água de coco. Refeições leves, com foco em vegetais, frutas e proteínas magras, ajudam a facilitar a digestão", orienta. Ele ressalta que o jejum pode até funcionar para algumas pessoas, mas não deve ser encarado como punição. "Uma estratégia segura é fazer um 'dia anti-inchaço': mais líquidos, menos sódio e açúcar, inclusão de fibras e exclusão de ultraprocessados."

Entre os alimentos aliados estão melancia, abacaxi, pepino, melão, frutas cítricas, vegetais verdes-escuros, aveia, chia e linhaça. Chás como hibisco, gengibre, cavolinha e chá verde também podem ajudar, desde que consumidos com moderação. "Eles têm efeito diurético leve, mas não fazem milagres. Funcionam como complemento de uma alimentação

equilibrada", reforça o nutricionista.

Os especialistas alertam para erros comuns na tentativa de compensar os excessos. "Passar horas sem comer, cortar completamente os carboidratos ou usar laxantes e diuréticos por conta própria pode gerar desequilíbrio eletrolítico e efeito rebote, com mais fome e mais retenção", alerta Nishino. Exercícios intensos logo após os exageros também podem piorar o mal-estar por aumentar a desidratação.

É fundamental ficar atento aos sinais de alerta: vômitos persistentes, diarreia intensa, sonolência excessiva, confusão mental, desmaios, queda importante da pressão ou presença de sangue em vômitos exigem atendimento médico imediato. "Esses sintomas podem indicar desidratação grave, distúrbios do sódio no sangue, hipoglicemia ou até hemorragia digestiva, situações que não devem ser ignoradas", afirma Alexandre.

Na maioria dos casos, porém, o corpo não precisa de soluções milagrosas. Ao restabelecer hidratação, rotina, alimentação equilibrada e descanso, o organismo tende a eliminar o excesso de líquidos e recuperar o equilíbrio perdido nos dias de festa.

## Palavra do especialista

### O que explica o estufamento mesmo horas depois da refeição?

O estufamento prolongado está relacionado a uma combinação de fatores fisiológicos, como digestão lenta, produção excessiva de gases e alterações transitórias da microbiota intestinal. Alimentos ricos em gordura e proteína demandam maior tempo de digestão e permanecem mais tempo no estômago e no intestino, contribuindo para a distensão abdominal. Além disso, excessos alimentares e alcoólicos podem provocar um desequilíbrio da flora intestinal, alterando o padrão de fermentação dos alimentos. O tempo de recuperação varia de acordo com a intensidade do excesso, podendo durar algumas horas até vários dias, especialmente em pessoas com doenças gastrointestinais prévias.

### Pessoas com doenças gastrointestinais prévias correm mais risco?

Indivíduos com gastrite, doença do refluxo gastroesofágico, síndrome do intestino irritável, intolerância à lactose ou doença celíaca apresentam uma menor reserva funcional do trato gastrointestinal. Nesses pacientes, o sistema digestivo responde de forma mais sensível aos excessos alimentares e alcoólicos.

Como resultado, há maior risco de exacerbção dos sintomas, incluindo dor abdominal, refluxo intenso, distensão, náuseas, diarreia e alteração do hábito intestinal.

### Exageros repetidos podem causar problemas mais graves?

Entre as principais complicações estão a gastrite aguda, piora importante da doença do refluxo, diarreia persistente, crises de colecistite (pedra na vesícula) e, em situações mais raras, pancreatite aguda, uma condição potencialmente grave. Esses quadros exigem atenção médica, especialmente quando surgem sinais como dor abdominal intensa, vômitos persistentes, febre, desidratação, sangramentos digestivos ou alteração do estado geral, pois o diagnóstico e o tratamento precoces reduzem significativamente o risco de complicações.

**Alexandre Fontoura é especialista em gastroenterologia, endoscopia digestiva, ultrassonografia e clínica médica focada em prevenção**

## Comportamento

**De banhos simbólicos e uvas à meia-noite a encontros de reflexão, rituais ajudam a encerrar ciclos e iniciar o novo ano com mais sentido, clareza e propósito**

POR GIOVANNA KUNZ

**A** chegada de um novo ano costuma funcionar como um marco coletivo de encerramento e recomeço. Mesmo sem perceber, muitas pessoas sentem a necessidade de pausar, refletir e atribuir significado à passagem do tempo. É nesse intervalo simbólico que os rituais ganham força, eles organizam emoções, desejos e expectativas, ajudando a atravessar o fim de um ciclo e a abertura de outro com mais consciência.

Para a dançarina e professora de dança Carol Magalhães, 31, os rituais de ano novo são uma forma de alinhar fé, intenção e cuidado com o que se deseja atrair. Ela conta que, todos os anos, escolhe com atenção a cor da roupa, pensando na energia que quer levar para o novo ciclo, seja amor, prosperidade, equilíbrio ou novos começos. "Além disso, faço um banho com ervas com a intenção de atrair boa sorte e saúde, além de manter um ritual mais simbólico e divertido, que é comer uvas embaixo da mesa, representando abundância para o ano que começa", conta.

Nos últimos anos, esses rituais passaram a ganhar também um caráter coletivo. Carol relata que, pelo segundo ano consecutivo, ela e as primas se reuniram em um encontro chamado Board Vision, um momento dedicado a conversar sobre metas futuras, sonhos e projetos. Entre uma pequena ceia e trocas sinceras, o grupo celebra a comunhão entre mulheres e a possibilidade de iniciar o ano com mais clareza, conexão e propósito.

Ao longo de 2025, ela percebeu mudanças sutis, mas consistentes. Sentiu que as coisas começaram a fluir com mais leveza, teve mais clareza sobre seus objetivos e se sentiu emocionalmente mais saudável. "Ter clareza do que se quer alcançar faz com que a gente acabe realizando", avalia Carol Magalhães.

Embora alguns rituais já tenham se tornado tradição, como a escolha da cor da roupa, os banhos com ervas e as uvas, outros são adaptados conforme o momento de vida. O que permanece é a essência, uma mistura de fé, intenção e diversão, sem perder a leveza. Hoje, para Carol, o que não pode faltar na virada é a presença, a conexão e a troca sincera, estar perto de quem ama, compartilhar uma refeição e alinhar sonhos com pensamentos positivos.

Do ponto de vista simbólico, o astrólogo e psicanalista Arthur Tadeu Curado explica que os rituais de

**Carol Magalhães e as amigas fizeram um Board Vision para 2025**



# Entre intenções e recomeços

Arquivo pessoal

ano novo são fortes porque o ser humano é um animal simbólico. Para ele, marcar começos e finais é uma forma de organizar o tempo psíquico, dar sentido às mudanças e alinhar desejo e intenção. A virada de 31 de dezembro, segundo Arthur, é uma convenção humana ligada ao calendário gregoriano, de origem católica, associada ao ano civil e fiscal.

Na natureza, lembra ele, os ciclos seguem outros marcos, como o equinócio, quando o Sol entra em áries e se inicia um novo ciclo solar. Ainda assim, os rituais existem para alinhar os indivíduos tanto aos calendários sociais quanto aos ritmos naturais e cósmicos. Entre as práticas mais comuns estão o uso de roupas específicas, especialmente o branco, banhos simbólicos, oferendas ligadas à prosperidade e gestos repetidos, como pular ondas ou realizar refeições associadas

Arquivo pessoal



Fernanda Christine visitou Veneza, Pisa, Siena, Vaticano, Mont Sant'Angelo, São Giovani Rotondo, Roma, Verona e outros lugares em 2025

à abundância. Mesmo quem não se considera religioso acaba utilizando esses gestos como atos de intenção.

Do ponto de vista simbólico, o astrólogo e psicanalista Arthur Tadeu Curado explica por que esses gestos seguem tão presentes. "Os rituais de ano novo são fortes porque o ser humano é um animal simbólico", afirma. Para ele, marcar começos e finais é uma necessidade psíquica, mas nem todo ano pede os mesmos símbolos. "Mais do que rituais elaborados, os mais potentes são aqueles que fazem sentido subjetivo para quem os realiza."

A psicanalista e especialista em Hipnose Clínica Sandra Avramidis reforça que o fim e o início do ano representam um rito de passagem coletivo. Mesmo pessoas que não seguem práticas espirituais sentem esse encerramento simbólico e a abertura para um novo ciclo. Segundo ela, esse período favorece fechamentos, balanços internos e renovações, porque o inconsciente associa o tempo a ciclos de morte e renascimento.

Ela aponta que, ao longo do ano, emoções e tensões se acumulam. "A gente acumula mais do que percebe, emoções, expectativas, conflitos e sobrecarga mental", afirma. Para Sandra, os rituais ajudam porque atuam em diferentes níveis. "Eles atuam no emocional, trazendo alívio; no mental, promovendo foco; e no vibracional, abrindo espaço para o novo", explica Sandra Avramidis.

Na vivência prática, esses rituais nem sempre são solenes. A assistente social Jordana Moreira, 22, conta que decidiu experimentar algo diferente na última virada. "Na virada de 2025, comi 12 uvas debaixo da mesa à meia-noite", relata. A ideia surgiu a partir de incentivos de uma amiga. "Ela me mandava vídeos e me incentivava a fazer esse ritual como forma de atrair prosperidade, especialmente para a vida pessoal e amorosa."

Jordana relata que, no início deste ano, começou a se aproximar romanticamente de um amigo da universidade e, atualmente, os dois estão juntos. Além disso, ela se formou na faculdade e chegou à última etapa de um concurso que desejava muito.

Para Jordana, os rituais não precisam virar tradição fixa. Ela prefere mudar a cada ano, experimentar coisas novas e não se prender a um único gesto. Embora tenha feito o ritual mais por diversão, por estar ao lado da melhor amiga e da prima, ela reconhece que sempre existe uma intenção por trás, mesmo quando tudo começa de forma leve. Hoje, o que não pode faltar em sua virada de ano é a presença de pessoas que ama, sejam familiares ou amigos.

Já para a arquiteta Fernanda Christine, 44, alguns rituais se mantêm ao longo do tempo, criando um marco emocional e espiritual para a virada. Ela conta que costuma unir gestos simples, mas cheios de significado, como uma oração de agradecimento e entrega, a escrita de metas guardadas na agenda e três voltas simbólicas em torno da mala, como abertura para viagens. Em família, também fazem uma cápsula do tempo com desejos e intenções de cada um.

Ao olhar para o ano que passou, Fernanda perce-

## RITUAIS SIMPLES PARA COMEÇAR O ANO COM MAIS CLAREZA

### Ritual de encerramento e intenção

- Reserve alguns minutos em silêncio
- Escreva o que deseja deixar para trás
- Em outro papel, escreva três intenções claras para o novo ciclo
- Acenda uma vela, respire profundamente e leia as intenções em voz alta
- Finalize com um momento de gratidão

### Ritual da pausa consciente

- Crie um momento tranquilo e desacelere a respiração
- Escreva hábitos, emoções ou padrões que não fazem mais sentido
- Nomeie três intenções para o novo ano, priorizando estados internos
- Ative o gesto simbólico com uma vela ou as mãos sobre o coração
- Agradeça pelo ciclo que se encerra e pelo novo que se inicia

**Fonte:** Sandra Avramidis, psicanalista e especialista em Hipnose Clínica

Arquivo pessoal



Jordana Moreira e o namorado, Luiz Felipe Magalhães

be alinhamento entre intenção e escolhas. "Mais do que 'dar certo', o que acontece é um alinhamento, as escolhas do dia a dia passam a caminhar na direção daquilo que foi intencionado", diz. Para ela, os rituais não são mágicos. "São gestos conscientes que organizam o coração, a mente e a direção que quero seguir."

Entre histórias pessoais e explicações simbólicas, os rituais de ano-novo seguem atravessando gerações. Eles não garantem mudanças imediatas, mas ajudam a elaborar despedidas, alinhar intenções e atravessar o tempo com mais clareza, presença e propósito.

Iluminação, som e conforto são os principais aliados de quem quer levar o clima do cinema para dentro de casa

POR GIOVANNA RODRIGUES\*

**E**scurinho, poltronas confortáveis, cheiro de pipoca no ar e um bom filme, o clima de cinema é difícil de superar. Mas e se pudesse ter isso a qualquer momento, no conforto da própria casa? Transformar a sala ou até o quarto em uma verdadeira sala de cinema deixou de ser um luxo distante para se tornar um projeto possível, e cada vez mais desejado. Entre projetores acessíveis, soluções inteligentes de iluminação e um olhar atento ao conforto, essa possibilidade em casa vem se consolidando como um espaço de convivência, lazer e memória afetiva dentro dos lares brasileiros.

Segundo a arquiteta Beatriz Cristal, do Estúdio Lima, e integrante da Archademy Distrito Federal, qualquer pessoa pode ter um cinema em casa, o segredo está menos no tamanho do espaço e mais nas decisões de projeto. "Não é preciso reproduzir a arquitetura de uma sala de cinema tradicional. O essencial é pensar no conjunto: assento confortável, controle de luz, acústica, sistema de som e a tela adequada", explica.

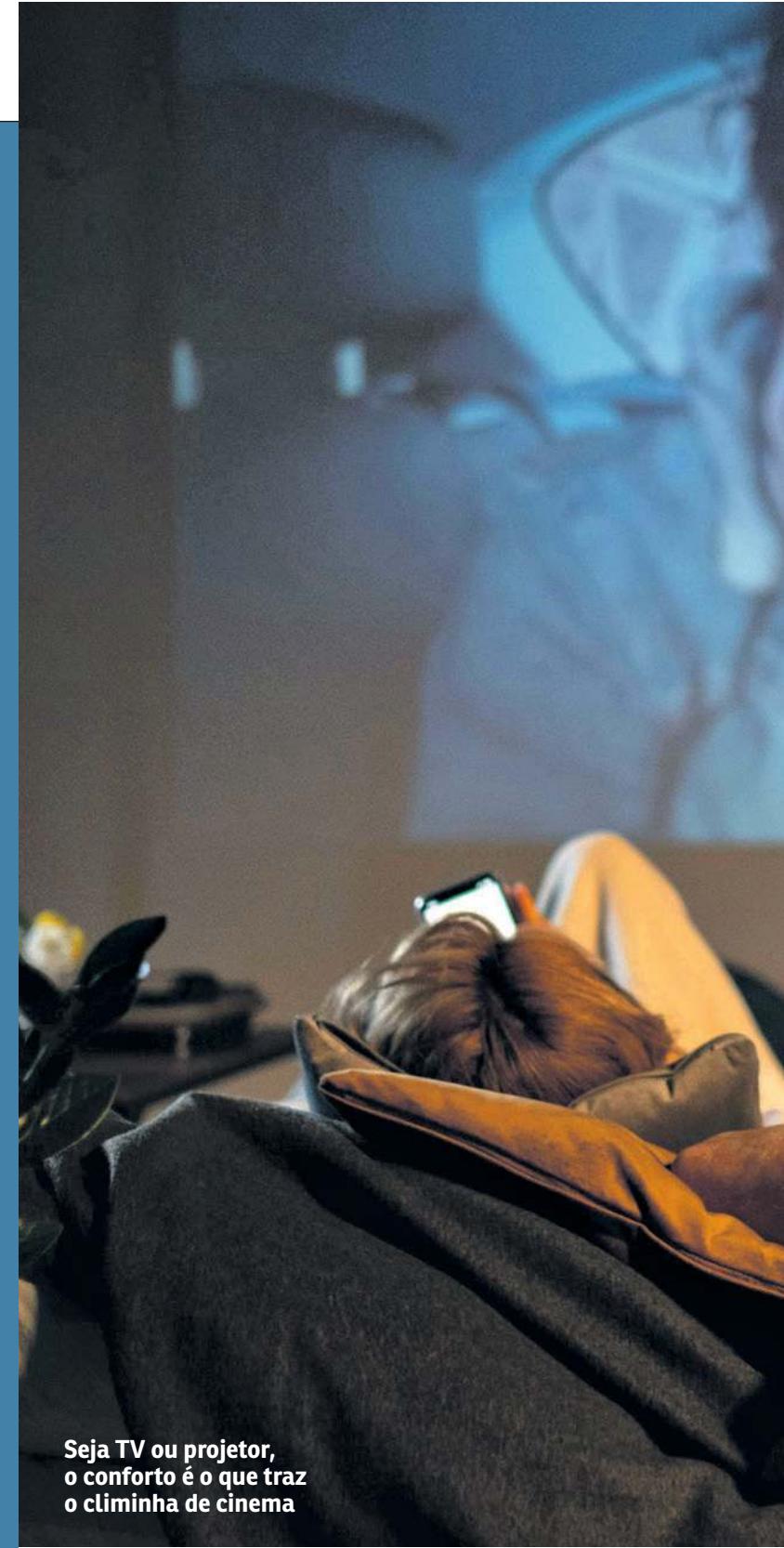
Entre os erros mais comuns, a altura da tela lidera a lista. Televisores e projetores posicionados acima da linha de visão comprometem o conforto e a imersão. Outro vilão é o excesso de luz, seja natural ou artificial, além de superfícies reflexivas próximas à tela, como vidros e acabamentos brilhantes, que prejudicam a experiência visual.

O layout também faz diferença. A distância correta entre tela e assento, aliada a um sistema de som bem posicionado, é fundamental. "Áudio e acústica não podem ser subestimados, especialmente em salas pequenas, onde graves e reflexões sonoras se intensificam", destaca a arquiteta.

Ao contrário do que muitos imaginam, espaços compactos podem até favorecer o clima de cinema. O controle mais preciso da luz, da distância de visualização e da posição das caixas de som costuma resultar em uma experiência mais imersiva. O cuidado principal, nesse caso, é investir em tratamento acústico e planejamento técnico.

Segundo a arquiteta Giulia Macke, também do Estúdio Lima, a recomendação prática para quem está começando é clara: primeiro definir o assento principal, depois a tela e, só então, o sistema de som. A escolha entre projetor e televisão depende do objetivo e do controle de luz disponível. "O pro-

# Cinema no conforto do lar



**Seja TV ou projetor,  
o conforto é o que traz  
o clíminha de cinema**

jetor vence pelo tamanho da imagem e pela sensação cinematográfica, mas exige planejamento, controle rigoroso da iluminação e atenção ao brilho do equipamento. Já a TV oferece praticidade, manutenção simples e melhor desempenho em ambientes com luz natural, mas sem abrir mão da imersão, desde que bem posicionada", explica.

Pensar no conforto é uma parte importante também. "Escolha um assento confortável, seja poltrona ou um belo sofá. A posição da tela deverá estar alinhada com a linha de visão de uma pessoa sentada. Além disso, o tamanho da tela será guiado pela distância do assento. Ou seja, nem sempre uma tela grande será a escolha ideal", aconselha Giulia.



Reprodução/Pexels

## Estética e personalidade

Para a designer de interiores Aline Silva, do InteriorAS Design, o equilíbrio entre conforto, estética e tecnologia é o que transforma o cinema em casa em um verdadeiro refúgio. "Não basta ter bons equipamentos se o espaço não for acolhedor. O cinema em casa precisa convidar à pausa, ao convívio e ao prazer de estar ali", afirma.

A estética entra para criar atmosfera, para fazer com que a pessoa se sinta envolvida pelo espaço e não apenas sentada diante de uma tela. Já a tecnologia precisa ser eficiente, mas discreta, som bem distribuído, imagem bem posicionada e soluções que funcionem

de forma simples no dia a dia. "Quando esses três pontos caminham juntos, o cinema em casa deixa de ser apenas um ambiente tecnológico e vira um lugar de relaxamento e de prazer dentro da própria casa", diz.

Tons mais fechados e materiais aconchegantes ajudam a criar imersão: cortinas blackout, tapetes, madeira e acabamentos foscos contribuem tanto para o conforto visual quanto para a acústica. A iluminação deve ser indireta e dimerizável, permitindo criar diferentes cenários para cada momento.

Para Aline, uma iluminação bem pensada é essencial. "Não pode ser luz direta ou forte, o ideal é que seja indireta, que ajude a criar atmosfera". Cortinas ou algum tipo de controle de luz fazem muita diferença, assim como

tapetes e tecidos, que ajudam tanto no aconchego quanto na acústica. "No fim, o clima de cinema não vem só da tela, mas da sensação de estar em um espaço preparado para relaxar e curtir", resume a especialista.

## Um ponto de encontro

Para Emanuel Victor, personal trainer de 24 anos, montar um cinema em casa foi a realização de um sonho e também uma surpresa financeira. "Achei que fosse inalcançável, mas com um projetor, caixa de som e alguns ajustes, gastei cerca de 500 reais. Uma TV sairia muito mais cara", conta.

"Sou apaixonado por cinema, filmes, seriados e etc. e a ideia de ter um cinema em casa sempre esteve presente, mas costumava pensar que era inacessível. Buscando por uma TV, vi que os preços estavam altíssimos, mas pesquisando por um projetor, a qualidade e valor compensavam muito. Foi um pouco de oportunidade e sonho", conta Emanuel.

Ele conta que não teve tantos desafios em relação ao espaço, mas trabalhou por um lugar mais escuro, com boas cortinas e investiu em tecnologia de som, para uma experiência mais imersiva. Desde então, o espaço se tornou ponto de encontro entre amigos e família. "Tudo fica mais legal. A galera vem, a gente assiste junto, comenta sem atrapalhar ninguém. Não substitui o cinema tradicional, mas entrega conforto, proximidade e praticidade", diz.

## Memórias que também decoram

Coleções de DVDs, quadros e pôsteres são ótimos aliados para dar personalidade ao cinema em casa. Eles ajudam a criar identidade e a traduzir gostos, referências e memórias de quem usa o espaço. Segundo Aline, o cuidado principal é o equilíbrio. Esses elementos precisam conversar com o restante do ambiente, sem roubar a atenção da tela.

Por isso, é importante pensar na paleta de cores, no tamanho das peças, no enquadramento e também na iluminação, que deve valorizar a arte quando o espaço está em uso mais social, mas não interferir no momento do filme. "Quando bem pensados, quadros e pôsteres deixam o cinema em casa mais acolhedor, mais autoral e com aquela sensação de espaço vivo, cheio de significado.

O ideal é armazenar os discos na vertical, longe da luz e do calor, e integrar o acervo ao projeto com nichos ou estantes. Já pôsteres e artes devem ser usados com equilíbrio, evitando reflexos e distrações próximas à tela. No fim, o cinema em casa não se resume à tecnologia. Ele nasce do cuidado com o espaço, da atenção ao conforto e da vontade de criar momentos compartilhados.

\*Estagiária sob supervisão de José Carlos Vieira

Bichos



**PET TERAPIA:  
CÃES TERAPEUTAS REVOLUCIONAM  
A ROTINA DE IDOSOS**

22/23 — CORREIO BRAZILIENSE — Brasília, domingo, 28 de dezembro de 2025

Fotos: Divulgação



## Labradores Lua e Shurastey transformam ambientes, reduzem estresse e reforçam o valor científico da terapia assistida por Animais em instituições de cuidado

POR BIANCA LUCCA

**O** silêncio habitual na Vila Vicentina, casa de acolhimento para idosos em Mogi Mirim (Salto de Pirapora, interior de São Paulo), é interrompido quando dois labradores aparecem para alegrar os residentes: os pet terapeutas Lua e Shurastey. A dupla de cães integra uma iniciativa voltada a oferecer conforto emocional a idosos e pacientes em tratamento, a Pet Terapia.

Há um ano e meio, Lua e Shurastey deixaram a rotina comum de animais domésticos para atuar em hospitais, instituições de longa permanência e centros de reabilitação. A proposta é presença, afeto e interação, mas os efeitos são expressivos, segundo profissionais. "É impressionante ver como o ambiente muda quando eles chegam, os idosos relaxam, ficam felizes", afirma Thaís Solidário, psicóloga da Vila Vicentina.

A Pet Terapia, ou Terapia Assistida por Animais (TAA), tem respaldo científico. Pesquisas apontam que o contato com cães contribui para reduzir ansiedade e pressão arterial, melhorar o humor, estimular fala e movimentos, além de favorecer a recuperação emocional de pacientes hospitalizados.

Segundo a psicóloga, a visita se torna o assunto do momento entre os idosos, que ficam mais calmos, alegres, ativos e receptivos à medicação após a interação. "Eles conversam durante toda a semana que recebem os cães e se esforçam para lembrar o nome deles, já que muitos internos têm problemas de memória", descreve Thaís. "Isso também afeta o físico, pois é o estresse que mais impacta na pressão arterial, e quando têm um assunto a gente usa para trabalhar o cognitivo também. Só quem está perto para entender a diferença que essas visitas fazem."

Leia também: Ter cães e gatos retarda declínio cognitivo na velhice, aponta estudo

Responsável pelos cães junto do marido, Larissa Aquino relata que a motivação também envolve uma experiência pessoal. "É muito gratificante poder proporcionar isso para quem está sofrendo. E os dois também parecem entender o que estão fazendo", diz. Lua chegou durante o luto pela morte da mãe de Larissa. "A Lua me ajudou muito na recuperação e pensei que aquilo não poderia ficar só para mim. Foi quando eu e meu esposo resolvemos procurar o Instituto Adimax, e fazer a inscrição no programa", conta.

Para a tutora, o amor e carinho incondicional dado por Lua foi imprevisível em seu processo. "Eu fiquei tão grata que pensei que outras pessoas que estivessem passando por um momento difícil também poderiam ser ajudadas por ela", emociona-se. "Cada visita é uma forma de manter esse amor da minha mãe vivo em mim e agradecer."

O Pet Terapia está presente hoje em nove estados brasileiros, ampliando o acesso a ações de apoio emocional. "Esses são animais dóceis, que demonstram prazer em interagir e em trazer conforto às pessoas. O objetivo do programa é promover essa relação de troca entre o ser humano e o cão. É por meio dessa conexão que, ao longo dos anos, temos conseguido oferecer acolhimento e bem-estar a pessoas em situação de vulnerabilidade", afirma Caroline Martelli, responsável pela iniciativa no Instituto Adimax.

Selecionar os cães aptos a atuar como terapeutas em hospitais e instituições é um processo iniciado com uma boa conversa. "Precisamos não apenas avaliar

a saúde do cão, em relação às vacinas e doenças, mas também o comportamento", narra Caroline. "O fundamental é que o cão se sinta feliz ao oferecer esse suporte; nunca deve ser uma obrigação, mas um momento de prazer para ele."

Não é exigido que o animal seja adestrado — se for, é algo positivo, destaca Caroline —, mas que tenha bom comportamento e se sinta bem. "A qualquer indício de desconforto a visita é interrompida, e o cão afastado até entendermos o que está acontecendo. Apenas um cão feliz é capaz de ajudar", reforça.

Para aprimorar o serviço, o Instituto Adimax realizou recentemente um treinamento com o Programa Alice Terapia Assistida Educacional (PATAE), a primeira Academia da América Latina dedicada à formação científica e ética em Serviços Assistidos por Animais. Assim, Caroline enfatiza que a estratégia de atuação dos animais continua se expandindo e contribuindo para a melhoria de grupos vulneráveis.

PATRICK SELVATTI

**H**á atrizes que chegam primeiro pelo gesto. Antes mesmo da palavra, o corpo anuncia uma intenção, uma escuta, um modo de estar no mundo. Gabriela Medvedovsky é dessas. Bailarina formada ainda adolescente, ela aprendeu cedo que contar histórias também passa pelo eixo, pelo peso, pelo silêncio entre um movimento e outro. Talvez por isso sua trajetória artística — iniciada na televisão como uma mãe adolescente que lida com o peso da responsabilidade precoce aliada ao próprio peso do corpo em *Malhação* e que chega agora com um papel mais maduro em *Três Graças* — pareça menos uma sequência de papéis e mais um percurso orgânico, em constante transformação.

A estreia nos palcos veio com *Godspell*, em que viveu Robin, personagem que já trazia algo de coletivo, de partilha. Pouco depois, em 2017, o país passaria a reconhecer seu rosto em *Malhação – Viva a diferença*. Como Keyla, uma das cinco protagonistas, Gabi ajudou a inaugurar uma nova relação entre a novela e o público jovem, mais conectado, mais atento às narrativas de afeto, identidade e pertencimento. O sucesso atravessou fronteiras: a série conquistou o International Emmy Kids em 2018 e seguiu viva no spin-off *As Five*, que acompanhou aquelas meninas já adultas, tentando reorganizar o mundo — e a si mesmas.

Entre uma fase e outra, a paulistana criada em Porto Alegre (RS) fez escolhas que nem sempre são visíveis na superfície, mas que sustentam tudo. Formou-se em publicidade e propaganda, mergulhou em estudos, viajou. Nos últimos dois anos, frequentou seminários no Estudio Corazza, em Madri, além de cursos ligados a Ivanna Chubbuck e ao Lee Strasberg Theatre & Film Institute. Não para se filiar a uma única escola, mas para ampliar o repertório. "Quanto mais a gente estuda, mais ferramentas tem", costuma dizer, com a serenidade de quem sabe que técnica é abrigo — e não prisão.

Em 2021, veio Pilar, protagonista de *Nos tempos do imperador*: a primeira médica do Brasil, mulher à frente do seu tempo, enfrentando estruturas rígidas com ciência e convicção. Agora, Gabi retorna às novelas da TV Globo na faixa das 21h, na produção assinada por Aguinaldo Silva, Virgílio Silva e Zé Dassilva, sob direção artística de Luiz Henrique Rios. "Me interessou contar uma história como a de *Três Graças* como um todo. Achei a trama geracional muito interessante. Além disso, a Juquinha me interessou pela ideia de ter experiências em uma profissão tão diferente da minha e tão importante também", avalia.

Após o sucesso global da série adolescente *As Five*, a atriz Gabriela Medvedovsky tem tudo para repetir o êxito internacional em seu novo trabalho, como a policial Juquinha em *Três Graças*



Afetos que  
atravessam  
**fronteiras**



**Com Michel Duarte, uma mocinha de vanguarda na novela *Nos tempos do Imperador***

## Do cabelo de fogo ao universo masculinizado

A mudança é visível logo de cara: o cabelo, tingido de um ruivo-fogo inédito, anuncia Juquinha, estagiária da Academia de Polícia que se torna policial. Mas a transformação vai muito além da estética. Para viver Juquinha, Gabi mergulhou em um universo distante do seu cotidiano: aulas intensas de jiu-jitsu e defesa pessoal, visitas a delegacias de São Paulo — como o Deic —, conversas, observação atenta. O objetivo não era reproduzir gestos técnicos, mas compreender o que sustenta alguém que escolhe uma profissão atravessada pelo risco e pela violência. "Foi muito importante visitar delegacias e conhecer os profissionais da polícia civil para entender como é a realidade e o dia a dia dessas pessoas. Ver a presença feminina também foi muito legal e me inspirei em algumas pessoas com quem cruzei nessas visitas", conta a atriz de 33 anos.

Para Gabi, um dos grandes desafios foi o contato com o mundo da polícia, que é um universo mais distante. "Me conectar com as motivações da escolha de uma profissão onde você arrisca sua própria vida para fazer justiça e proteger ao outro, acho isso bonito, é um altruísmo genuíno. E me inspirou muito nesse desafio", explica ela, que não esteve apenas nas cenas físicas ou no contato com a dureza desse universo, mas em acessar a empatia que existe ali, mesmo onde o mundo parece mais áspero.

A dança, mais uma vez, serviu de ponte, agora alianças às aulas de jiu-jitsu e defesa pessoal. "Elas me ajudaram principalmente a encontrar o corpo da Juquinha, a postura, o eixo e o peso dela. Eu venho da dança então eu gosto muito de trabalhar com o corpo, para mim o corpo é essencial na construção da personagem", relata.

## Coragem e delicadeza que viralizam

Hoje, Gabi vive intensidade em função de Juquinha. E comenta sobre as diferenças e semelhanças com a personagem. "Eu admiro muito a coragem da personagem, de enfrentar o que ela quer, de fazer o que ela acredita e se posicionar quando acha que é necessário. Sinto que, em relação a determinação, somos parecidas, em coragem também, quando se trata de tomar decisões e enfrentar questões. Então, acho que sim, tem um universo novo, mas também temos muitas semelhanças", conta

Trabalhar em uma novela das nove traz outra escala de visibilidade, outro tipo de repercussão. Gabi sente isso, mas não como peso. Para ela, a responsabilidade é a mesma: entregar o melhor trabalho possível, independentemente do horário. E há, claro, o privilégio de dizer textos em que se confia. Os três Silvas, formam, segundo a atriz, "uma tríade poderosa", capaz de

**As Five: um grande sucesso que atravessou plataformas e fronteiras**



Globo/Divulgação

Divulgação



**Com Alanis Guillen, como o casal Loquinha, em *Três Graças*: repercussão internacional de romance lésbico**

criar personagens cheios de camadas e contradições — exatamente o tipo de material que a instiga. "É muito bom ler um texto em que você confia e que tem personagens com camadas e possibilidades", celebra.

Em *Três Graças*, Juquinha é também Eduarda, que, antes de ser policial, é uma moça de família rica paulistana cheia de afetos e atitudes que vive um romance com Lorena (Alanis Guillen), em uma história entre duas mulheres pautada na delicadeza e que vem encontrando eco afetivo no público. "Já estamos recebendo um retorno muito legal desse casal", comemora, orgulhosa, limitando-se a não explanar muito sobre o rumo do casal homoafetivo que viralizou positivamente até fora do país.

O casal "Loquinha" virou assunto global, com

fãs de países como EUA, Itália, Tailândia e Armênia acompanhando e celebrando a representatividade. A repercussão foi tão grande que a TV Globo começou a disponibilizar legendas em inglês e espanhol para a novela, para alcançar mais fãs internacionais. "Espero que siga assim, conquistando o público e reverberando positivamente esse amor genuíno e leve", apostila.

Com a terceira temporada de *As Five* já exibida e, por ora, sem previsão de continuidade, a personagem Keyla repousa em silêncio para Juquinha ocupar o centro da cena. Mas Gabi olha adiante. Quer voltar ao teatro, fazer cinema, atravessar personagens complexas, contraditórias, humanas. Quer — e diz isso com clareza — que as mulheres sejam vistas para além dos estereótipos, com todas as suas ambiguidades e potências.

**Isadora Ruppert celebra prestígio internacional dos trabalhos em *Ainda estou aqui* e *O agente secreto* e se prepara para estrear em nova série da Netflix sobre o tricampeonato mundial da seleção brasileira de futebol**

POR ISABELA BERROGAIN

**C**om apenas 26 anos de idade, Isadora Ruppert celebra momento único na carreira de atriz. *O agente secreto*, filme em que a carioca faz o papel de Daniela, está na lista de pré-selecionados ao Oscar, nas categorias Melhor filme internacional e na inédita Melhor elenco. Em 2024, a artista também comemorou a vitória dupla de *Ainda estou aqui* na premiação — no longa, a artista dá vida à personagem Laura Gasparian. Em meio ao prestígio no mundo cinematográfico, a jovem se prepara para estrear em *Brasil 70*, produção da Netflix sobre a campanha da Seleção Brasileira de futebol rumo ao tricampeonato mundial.

Ainda sem data de estreia, a minissérie irá recriar, de forma imersiva, lances clássicos e momentos de bastidores que ajudaram a construir o legado da equipe formada por Pelé, Tostão, Félix, Carlos Alberto, Jairzinho, Gérson e Rivellino, além dos técnicos Saldanha e Zagallo. “Eu ainda não posso contar muito sobre a minha personagem, mas o que eu posso dizer é que foi um processo muito incrível”, revela Isadora. “Eu sou completamente apaixonada por futebol, sou flamenguista desde pequena, então fazer parte de um projeto que se passa durante a Copa do Mundo de 1970 foi muito especial pra mim”, conta a atriz.

Para a carioca, o projeto se destaca por falar de um esporte tão presente na vida dos brasileiros. “O futebol traz muita alegria e é capaz de criar um senso de coletividade e de pertencimento. A gente é um povo muito apaixonado e muito envolvido, e isso atravessa gerações. Falar de futebol é falar também de afeto, de memória e de identidade”, pontua.

## Período duro

Para além dos acontecimentos em campo, a história tem como pano de fundo um dos momentos mais marcantes da história política brasileira, em meio à fase mais dura do regime militar. Questionada sobre a constante representação do período na ficção, que também é retratado em *Ainda estou aqui* e *O agente secreto*, Isadora afirma ser de “extrema importância”. “Eu sinto que esse movimento que vem acontecendo reforça como é fundamental sabermos o que aconteceu no pas-



Julieta Bacchin

**Um 2025 de SUCESSO**

sado para que a gente não repita os mesmos erros. Um país sem memória não anda pra frente”, declara a atriz.

“Quando a história é apagada ou relativizada, a gente corre o risco de normalizar violências que nunca deveriam se repetir”, continua a artista. “Por isso é tão importante que as novas gerações saibam o que aconteceu. Esse passado é recente, não pode ser esquecido. Foi um período muito duro, muito violento e que marcou profundamente o país. Muitas famílias sofreram com a ditadura, perderam entes queridos, tiveram suas histórias interrompidas e carregam traumas até hoje. Falar sobre isso, revisitá-las em cinema, em arte, é uma forma de preservar a memória, de elaborar esse luto coletivo e de seguir em frente de maneira mais consciente”, acrescenta Isadora.

Apesar de jovem, a atriz tem relação direta com o período da ditadura militar. “Minha avó foi perseguida por mais de 20 anos, então eu cresci ouvindo essas histórias dentro de casa. Isso foi moldando o meu olhar, a minha sensibilidade e a forma como eu me relaciono com esse tipo de narrativa. É uma memória que me atravessa, que está no corpo, no afeto”, ela entrega.

“Eu acabo trazendo muito dessa vivência para o meu trabalho e para a construção das minhas personagens. De maneira consciente ou não, essa bagagem aparece nas escolhas, nos silêncios, na forma de estar em cena. Por isso, estar em produções que dialogam com esse período tem um peso emocional muito forte pra mim — não é só um trabalho, é algo que toca diretamente a minha história”, conclui a carioca.

# O melhor de 2025 (na nossa opinião)

Adeus ano velho, feliz ano novo.. O fim de 2025 se aproxima e é hora do Próximo Capítulo listar o melhor e o pior dos últimos 12 meses na televisão e no streaming. Para isso, cada um dos colunistas que votou em 10 diferentes categorias

que abrangem os altos e baixos de produções nacionais e internacionais. Assim, nos despedimos da temporada atual e abrimos caminhos para o que nos espera em 2026. Confira!

## Isabela Berrogain:

- **Melhor série internacional:** Chespírito: Sem querer querendo (HBO Max)
- **Melhor série nacional:** Máscaras de oxigênio não cairão automaticamente (HBO Max)
- **Melhor novela:** Beleza fatal (HBO Max)
- **Filme para tevê ou streaming:** Rita Lee: Mania de você (HBO Max)
- **Melhor ator internacional:** Owen Cooper, por Adolescência (Netflix)
- **Melhor atriz internacional:** Sabrina Impacciato, por The paper (HBO Max)
- **Melhor ator nacional:** Anselmo Vasconcelos, por Tremembé (Prime Video)
- **Melhor atriz nacional:** Marjorie Estiano, por Ângela Diniz: Assassina e condenada (HBO Max)
- **Surpresa do ano:** The paper (HBO Max)
- **Bomba do ano:** Ninguém quer (Netflix)



## Maria Luísa Vaz:

- **Melhor série internacional:** Ruptura (Apple TV+)
- **Melhor série nacional:** Tremembé (Prime Video)
- **Melhor novela:** Beleza fatal (HBO Max)
- **Filme para tevê ou streaming:** Frankenstein (Netflix)
- **Melhor ator internacional:** Diego Luna, por Andor (Disney+)
- **Melhor atriz internacional:** Jean Smart, por Hacks (HBO Max)

## Patrick Selvatti:

- **Melhor série internacional:** Tudo é justo (Disney+)
- **Melhor série nacional:** Os donos do jogo (Netflix)
- **Melhor novela:** Beleza fatal (HBO Max)
- **Filme para tevê ou streaming:** Oeste outra vez (Telecine)
- **Melhor ator internacional:** Owen Cooper, por Adolescência (Netflix)

## Ronayre Nunes:

### Adolescência (Netflix)

- **Melhor atriz internacional:** Sarah Paulson, por Tudo é justo (Disney+)
- **Melhor ator nacional:** Tony Ramos, por Dona de mim (Globo)
- **Melhor atriz nacional:** Débora Bloch, por Vale tudo (Globo)/Camila Pitanga, por Beleza fatal (HBO Max)
- **Surpresa do ano:** Augusto Madeira e Julia Stockler, por Beleza fatal (HBO Max)
- **Bomba do ano:** Remake de Vale tudo/BBB de duplas (Globo)

## Ronayre Nunes:

- **Melhor série internacional:** Pluribus (Apple TV+)
- **Melhor série nacional:** Tremembé (Prime Video)
- **Melhor novela:** Beleza fatal (HBO Max)
- **Melhor filme para tevê ou streaming:** Frankenstein (Netflix)
- **Melhor ator internacional:** Noah Wyle, por The Pitt (HBO Max)
- **Melhor atriz internacional:** Elisabeth Moss, por The handmaid's tale (Disney+)
- **Melhor ator nacional:** Kelner Macêdo, por Tremembé (Prime Video)
- **Melhor atriz nacional:** Sophie Charlotte, por Três Graças (Globo)
- **Surpresa do ano:** Heated Rivalry (HBO Max)
- **Bomba do ano:** BBB 25 (Globo)

- FIQUE DE OLHO**
- O tão aguardado episódio final de *Stranger things* estreia nesta quarta, às 22h, na Netflix
  - Ainda na quarta, o tradicional Show da Virada é transmitido após o capítulo de *Três Graças*
  - Nova minissérie da Netflix, *Custe o que custar* estreia na quinta

**Liga**

A 2ª temporada de *Beleza fatal*, sucesso da HBO Max, foi confirmada pelo streaming. Sucesso entre o público, a primeira novela da plataforma retornará para um segundo ano sob comando dos autores Raphael Montes e Silvio de Abreu e da diretora Maria de Médicis – afinal, em time que está ganhando, não se mexe. E que o trio de protagonistas Camila Pitanga, Camila Queiroz e Giovanna Antonelli seja mantido!

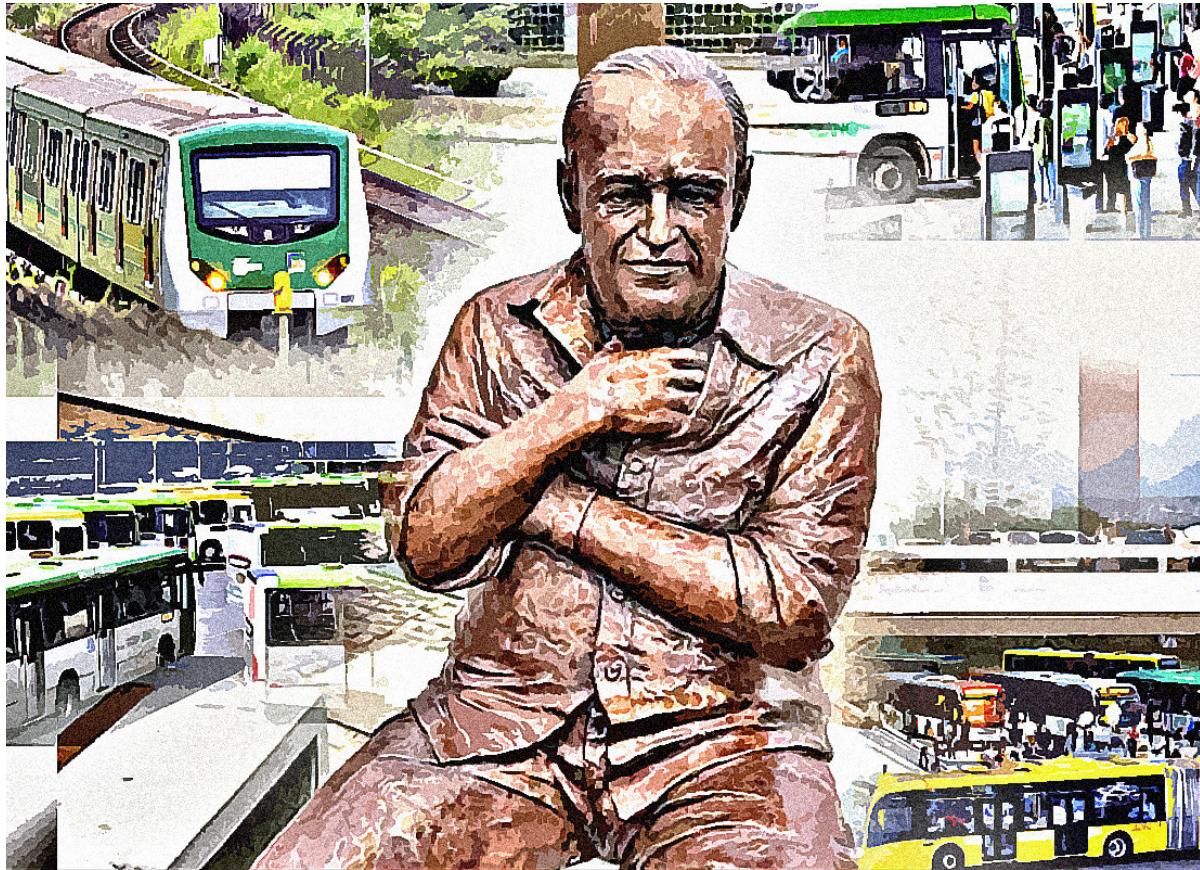
**Desliga**

Volta para os Estados Unidos! Foi lançada, neste mês, a 5ª temporada de *Emily em Paris*. A série é mais um exemplo de produção da Netflix que começa legal – talvez porque tenha sido lançada durante a pandemia, quando todos estávamos trancados em casa –, mas se torna cansativa e repetitiva porque se estende sem necessidade.



# UM LUGAR PARA OSCAR

Neste domingo (21/12), Sergio Léo comenta a polêmica da estátua de Oscar Niemeyer na Praça dos Três Poderes e reflete sobre memória, arquitetura e uso do espaço público em Brasília



Encontrei Oscar Niemeyer meio sorumbático, bebericando café na livraria Platô, na Asa Sul, e já imaginava a razão. Avesso a polêmicas, embora sempre um bravo defensor de suas ideias, sobre arquitetura ou justiça social, o arquiteto viu-se envolvido numa bronca com a cara dele. Aliás, cara e corpo, numa estátua que quiseram plantar na recém-reformada Casa de Chá da Praça dos Três Poderes.

Amantes da arte e do projeto original de Brasília não gostaram da invenção. Especialistas criticaram a ideia de botar uma figurinha na praça, chamando atenção dos passantes e transformando a arquitetura planejada por Niemeyer em pano de fundo para selfies com o personagem. Os encarregados de zelar pelo patrimônio avisaram que o tombamento do local impede Niemeyer de ficar ali.

Niemeyer, zeloso dos espaços vazios abertos a grandes manifestações populares dentro do harmônico e simbólico equilíbrio entre os prédios dos Três Poderes, até incorporou obras de arte em suas edificações, até na praça, onde se abraçam os gigantescos Dois Candangos de Bruno Giorgi. Ele mesmo criou novidades como o

Panteão dedicado a Tancredo Neves, com uma tocha monumental.

"Mas... uma estátua, como as que andam espalhando pelo Rio?", resmungou Oscar, enquanto saía, comigo, da livraria. "Pelo menos, não uso óculos; não tem risco de me roubarem e deixarem cegueta, como fazem a toda hora com o pobre Drummond, em Copacabana", comentou. "Ou o pobre Noel Rosa, de quem roubaram uma garrafa, e até o próprio poeta; ninguém sabe onde foi parar".

Ainda por cima, resmungou, o estilo naturalista da homenagem não dialoga com o modernismo que sempre prezou nos artistas que colaboraram em suas edificações, como o próprio Bruno Giorgi, Alfredo Cheschietti, Portinari, Athos Bulcão, Volpi...

Como a escultura já foi comprada pelo governo, Niemeyer parece não se opor a que coloquem a peça em algum outro lugar. Onde ele pudesse, por exemplo, ver o povo trabalhador de Brasília. "O que exclui um e outro gabinete aqui na capital", acrescenta, com um sorriso maroto. Cogitou homenagear a Ceilândia, cuja criação ele sempre criticou, escandalizado, por ter

representado, com outras cidades satélites, a expulsão de moradores de baixa renda para longe do centro, sem transporte e serviços públicos organizados.

"Soube que agora tem por lá muita efervescência artística, até artista plástico de fama internacional", comentou, sorrindo. "Quem sabe teria muito a dizer para esse povo, em suas batalhas do dia a dia", murmurou, pensando em revoluções.

Outro lugar bacana, para Niemeyer seria a movimentada Rodoviária. Ele, aliás, em 2009, perdeu uma batalha contra o tombamento de Brasília, para criar um novo monumento, a "praça da soberania", ao lado dessa obra de Lúcio Costa. "As cidades crescem; é difícil manter os planos originais", argumenta o arquiteto.

"Mas, se querem me homenagear mesmo, acrescente na estátua uma bandeira de protesto, pela melhor distribuição de renda no país", sugere o velho comunista, que sempre levantou essa bandeira em aparições públicas. "E por que não distribuir muitas estátuas minhas, mas acompanhadas de mais veículos de transporte público que facilitem a vida dos sofridos trabalhadores da capital?"

## Derrotar o medo

**Data estelar:** Lua quarto crescente em Áries.

Derrotar o medo é conseguir nos reconciliarmos com nossa mais íntima essência, a que nos torna crianças eternas decididas a brincar nos campos infinitos da manifestação objetiva, criança essa que o medo abomina, porque não a consegue subjugar. O bom humor e a alegria derrotam o medo com facilidade, porque não lhe devem reverência, ao passo que enquanto andamos mal-humorados e amargos honramos essa severidade que nos desidrata dia a dia. O bom humor e a alegria derrotam o medo com facilidade, porque não lhe devem reverência, ao passo que enquanto andamos mal-humorados e amargos honramos essa severidade que nos desidrata dia a dia. Ninguém derrota o medo conhecendo minuciosamente suas sombras e demônios, mas se tornando indiferente, sem esforço, porque a mente e o coração estão ocupados demais em desfrutar da alegria que sobrevém sem razão aparente, mas que mesmo assim ocupa a totalidade do panorama, pressentindo o regozijo que antes era ignorado.

### Áries 21/3 a 20/4



É possível que sua alma tenha entendido errado uma série de coisas e que, agora, seja possível obter um esclarecimento maior. É importante voltar atrás e consertar os erros cometidos, quando a alma se baseava em equívocos.

### Touro 21/4 a 20/5



Os desentendimentos não são meras falhas de comunicação, ao contrário, as pessoas comunicam com perfeição o que pensam e sentem, mas não há concordância entre elas. Portanto, não desvalorize os desentendimentos.

### Gêmeos 21/5 a 20/6



Os equívocos que as pessoas cometem não precisam ser criticados, elas mesmas são capazes de os perceber. Procure, ao contrário, ajudar para que os resultados dos equívocos sejam minimizados, e tudo ficar melhor para todos.

### Câncer 21/6 a 21/7



Quando algo começar a dar sinais de que não irá para frente, em vez de você teimar, procure encontrar alternativas, porque é certo que os obstáculos indicam a perspectiva de que por aí as coisas não dariam certo.

### Leão 22/7 a 22/8



Faça movimentos cuidadosos, porque eventualmente você pode se deparar com o caos que outras pessoas provocam, recebendo o impacto disso. Faça movimentos cuidadosos e planejados para minimizar esse impacto.

### Virgem 23/8 a 22/9



Os combinados vão precisar ser revistos e passados a limpo, para que não aconteça de você dar por garantido que as coisas seriam assim ou assado, porque muito provavelmente vão mudar. Revisão completa, isso sim!

### Libra 23/9 a 22/10



Melhor não complicar nada na reta final do ano, porque as coisas podem sair do controle, justo num momento em que seria necessário aquietar o coração e encontrar pontos em comum entre todas as pessoas. Melhor assim.

### Escorpião 23/10 a 21/11



Os planos que você fizer precisam ser adaptados às circunstâncias, porque o estado do mundo anda louco demais para ser previsível, e isso afeta até os menores detalhes dos preparativos das festas.

### Sagitário 22/11 a 21/12



Siga pelo caminho seguro, resistindo ao apelo do espírito de aventura, que mandaria você se arriscar. No momento, seria mais sábio seguir pelo caminho seguro do que ficar se aventurando sem eira nem beira.

### Capricórnio 22/12 a 20/1



Pense bem, pense melhor no que você pretende fazer, as coisas andam meio fora do lugar nesta parte do caminho e seria sábio não ficar se arriscando desnecessariamente, quando tudo pode seguir de forma serena.

### Aquário 21/1 a 19/2



As pessoas distribuem conselhos com a naturalidade de quem já nasceu sábio, porém, é tudo teórico, nem sequer elas mesmas conseguem praticar o que predicam. Por isso, ouça tudo, mas se comporte do jeito que quiser.

### Peixes 20/2 a 20/3



As coisas vão complicar um tanto, mas esse cenário pode ser evitado, desde que você não se precipite a se livrar de compromissos usando o que pareceriam ser mentiras inocentes. Neste momento, não há inocência.



# FÉRIAS QUE TRANSFORMAM FUTUROS



O Instituto Gabriel Gastal (IGG) está prestes a entrar em ação! Janeiro sempre teve cara de férias né? Mas para muitas crianças as férias também podem significar silêncio, ausência de estímulos e adultos preocupados tentando equilibrar trabalho e cuidados com seus filhos... pensando nisso o IGG resolveu mostrar a potência de uma boa ideia que nasce do afeto e do compromisso social.

Neste janeiro de 2026, vamos promover, no Paranoá, a Colônia Tech Kids – Férias que Transformam. Uma colônia de férias gratuita que mistura tecnologia, arte, brincadeira e cidadania digital – exatamente como a infância deveria ser: curiosa, criativa e protegida.

Paloma e eu já estamos preparando tudo e já até imagino as crianças chegando cedo,

olhos atentos, descobrindo que programação também pode ser brincadeira, que robôs podem ensinar cooperação, que inteligência artificial não é um bicho de sete cabeças, mas uma ferramenta que pode – e deve – ser usada com consciência. Entre um código e outro, surgem jogos coletivos, risadas, tintas, música, dança, cerâmica, fotografia. Corpo e mente aprendendo juntos.

O mais bonito é perceber que não se trata apenas de ensinar tecnologia, mas de oferecer repertório. De dizer, sem discursos longos, que o futuro lhes pertence. Que podem criar, inventar, perguntar, errar e tentar de novo. E que as férias também podem ser um território fértil de descobertas.

Enquanto isso, mães e famílias trabalham com maior tranquilidade, sabendo que seus

filhos estão em um lugar seguro, nutritivo e cheio de possibilidades. Educação, aqui, não é só conteúdo – é cuidado, presença e oportunidade.

Vou dar só um spoiler de dar água na boca: uma parceria especial com o Programa Mesa Brasil do SESC e do Banco de Alimentos da Ceasa...

As crianças vão aprender que todo alimento pode ser aproveitado, com casca e tudo!

Abrimos os trabalhos do IGG acreditando que quando uma criança é bem cuidada, toda a sociedade respira melhor.

Que seu 2026 comece leve, criativo e cheio de encontros transformadores.

Em janeiro, estarei de férias – recarregando as baterias e volto a escrever minha crônica semanal a partir de fevereiro.

**Conheça os parceiros  
e fique por dentro  
das novidades  
pelo Instagram!**

Viva+



**Eudora**

60% de desconto  
para produtos de  
cuidado com a pele.

On-line

clube  
**05%**  
DE CASHBACK



**Maura Chiattonne**

Sessão terapêutica  
personalizada para  
aliviar ansiedade e  
dores físicas.

Asa Norte

clube  
**SESSÃO  
GRÁTIS**



**Pague Menos**

Desconto de 35%  
para cuidar da saúde  
com custo benefício.

Asa Sul

clube  
**35%**  
DE DESCONTO



**Citta**

2 meses grátis para  
iniciar seus planos de  
treino e bem estar.

Asa Norte

clube  
**2 MESES  
GRÁTIS**



**Acuas Fitness**

1 mês grátis para dar  
mais movimento no  
seu dia a dia.

Asa Sul

clube  
**1 MÊS  
GRÁTIS**



**Renner**

70% de desconto  
em moda verão,  
praia e reveillon.

On Line

clube  
**70%**  
DE DESCONTO

**clube**  
CORREIO BRAZILIENSE

**Descubra tudo que o Clube  
tem para você!**



**Benefícios, descontos  
e experiências  
exclusivas te  
esperam.**



FECHAMOS MAIS UM ANO EM  
**1º LUGAR!**

OBRIGADO!

**20  
26**

VAI SER BOM  
DEMAIS!



Fonte: Kantar IBOPE Media EasyMedia4 | DFE | DFE-SET / 2025 A NOV/2025  
DFE-CLUBE 105 FM/WEB | DFE-AMBOS | 05-05 | 2a-Dom | OPM#

OFERTAS NESTA EDIÇÃO  
70 EDITAIS DE CONCURSOS,  
COM 12.080 VAGAS  
650 Vagas de estágio e aprendiz  
+ Ofertas no Classificados

Editora: Ana Sá  
trabalho.df@dabr.com.br  
Tel.: 3214-1182/1124

Brasília, domingo, 28 de dezembro de 2025 • CORREIO BRAZILIENSE

Maurenilson/CB/D.A.Press

# Resoluções para a carreira em 2026

Avaliar conquistas, reconhecer erros e identificar lacunas ajudam a construir metas mais paupáveis para o novo ano. A colunista Ana Machado adverte, contudo, que projetos profissionais — como uma especialização, mudanças de área, um negócio próprio — precisam de tempo e não de metas de réveillon.

PÁGINAS 2 E 4



## ANO NOVO

Especialistas explicam por que resoluções fracassam, como alinhar expectativas à realidade do mercado, e quais estratégias ajudam a transformar planos em avanço profissional ao longo do ano

# Metas de carreira sem ilusão: como planejar objetivos profissionais possíveis

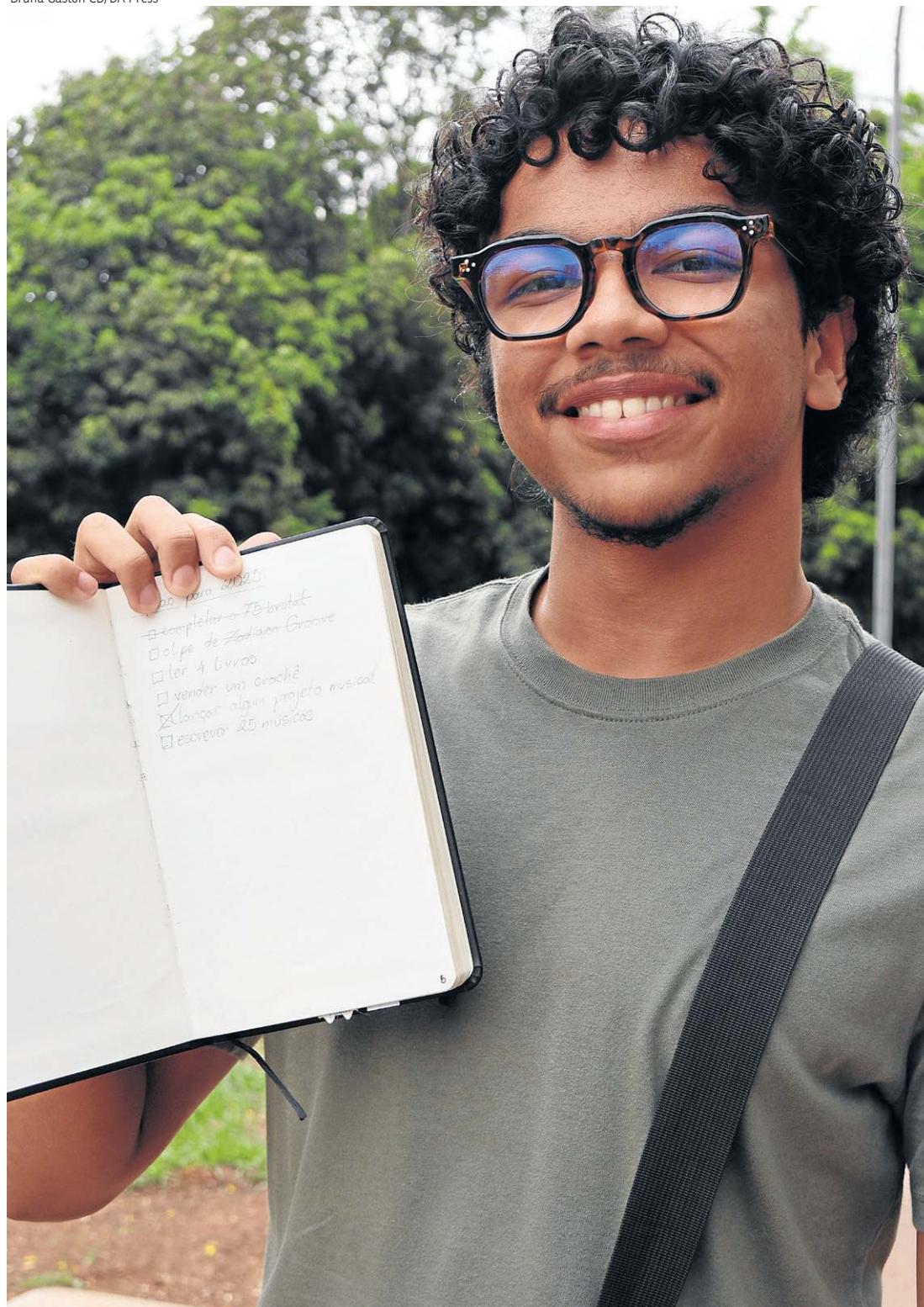
» JÉSSICA ANDRADE

**R**eletir sobre a trajetória profissional antes de projetar o futuro é um passo essencial. Avaliar conquistas, reconhecer erros e identificar lacunas ajuda a construir metas mais consistentes. Para a professora do curso de psicologia da Universidade Positivo, Janete Knapik, metas eficazes precisam ser específicas e compatíveis com a realidade de cada pessoa. “É fundamental que os objetivos sejam palpáveis e realistas, considerando o contexto profissional, os recursos disponíveis e as possíveis barreiras. Nem tudo é previsível, e a experiência recente do mercado de trabalho mostrou o quanto cenários podem mudar rapidamente”, afirma.

Para Pedro Lucas Toé, 19 anos, o planejamento por metas é importante para “tomar o controle da vida”. Muitas vezes, os projetos desejados não saem do papel por falta de organização. “Da primeira vez que fiz, tive um sentimento grande de realização pessoal no final do ano, quando elas foram cumpridas”, afirma. A conexão da realidade com o planejado também é importante, em aspectos acadêmicos e pessoais: “Minhas metas estão relacionadas a algum aspecto da minha vida que ou eu gostaria de manter ou melhorar para o ano seguinte.”

Segundo a psicóloga, separar desejos genéricos de metas executáveis faz diferença no resultado. “Pensar sobre o que se quer é um ganho, mas só há avanço quando isso se transforma em ação. Estabelecer formas de acompanhar e mensurar as metas permite visualizar o progresso, o que tem um efeito psicológico reforçador e ajuda a

Bruna Gaston CB/DA Press



Pedro Lucas Toé, 19 anos: “O planejamento é importante para tomar o controle da vida”

manter o engajamento ao longo do ano”, explica.

O acompanhamento contínuo é apontado como um dos principais fatores de permanência. Ferramentas como cronogramas, registros escritos, aplicativos ou indicadores simples ajudam a tornar o progresso visível. “Quando a pessoa percebe que o planejamento está funcionando, isso se transforma em estímulo para continuar”, diz Janete.

### Ambição sem critério

A pressão por resultados rápidos e metas grandiosas é um dos principais motivos de abandono precoce. Para a psicóloga Christiane Pertusi, metas profissionais não devem se transformar em um fardo emocional. “Elas precisam impulsionar a carreira, e não sobrecarregar. Objetivos que respeitam o momento de vida, a rotina e as condições reais têm mais chances de serem alcançados e de gerar bem-estar”, afirma.

A terapeuta Daniella Vilar reforça que dividir metas em etapas menores é uma estratégia essencial. “Quando o objetivo é fragmentado, ele deixa de parecer inalcançável. Celebrar pequenas conquistas ao longo do caminho fortalece a autoconfiança e mantém a motivação”, explica. Para ela, ajustar o plano não significa fracasso, mas maturidade profissional. “Flexibilidade é uma competência cada vez mais valorizada no mercado.”

### Saúde emocional

O aspecto emocional do planejamento também influencia diretamente o desempenho profissional. Segundo a psicanalista Camila Camaratta, metas podem ser fonte de motivação ou de pressão excessiva, dependendo de como são construídas. “A criação de metas é uma ferramenta

poderosa de autoconhecimento. Mas, quando não são genuínas ou estão desalinhadas com a realidade, podem gerar frustração, culpa e até comportamentos de autossabotagem", explica.

Pesquisas ajudam a dimensionar o problema. Um levantamento da Universidade de Scranton aponta que apenas 8% das pessoas conseguem cumprir as resoluções de ano-novo. No Brasil, dados do Datafolha mostram que 76% da população estabelece metas no início do ano, mas menos da metade consegue colocá-las em prática até o fim. Para Camila, a diferença entre intenção e execução está ligada a fatores emocionais, expectativas irreais e influência externa.

"A cobrança social e o discurso das redes sociais levam muitas pessoas a estabelecer metas que não são, de fato, delas. São objetivos baseados em comparação, pertencimento ou validação externa, e isso gera sensação de vazio quando não são atingidos", afirma. Segundo a psicanalista, metas profissionais precisam fazer sentido para quem as estabelece, e não apenas atender a padrões externos de sucesso.

## Planejamento

No cenário profissional, o planejamento ganha ainda mais relevância diante das mudanças no mercado de trabalho. De acordo com o relatório Jobs & Hiring Trends, do Indeed, adaptabilidade, aprendizado contínuo e flexibilidade seguem entre as competências mais valorizadas, enquanto empresas passam a considerar fatores que vão além da formação acadêmica tradicional.

Para Lucas Rizzato, diretor de vendas do Indeed Brasil, o início do ano é um momento estratégico para reorganizar a carreira. "É uma oportunidade para planejar uma transição, buscar qualificação ou redefinir prioridades. Independentemente do resultado do ano anterior, o recomeço profissional pede organização e clareza", afirma.

Segundo ele, um plano eficiente começa com objetivos bem definidos e hierarquizados. "É importante estabelecer metas de curto, médio e longo prazo, conectadas entre si. As metas são ações práticas que conduzem ao objetivo maior. Nem tudo será alcançado em um único ano, e dividir o caminho em etapas torna o processo mais viável", explica.

Criar um cronograma realista e registrar o plano por escrito também contribui para a disciplina e o

## Como transformar metas de carreira em ações concretas

Antes de listar cursos, promoções ou mudanças de emprego, especialistas recomendam organizar o planejamento profissional em etapas claras e realistas. Veja pontos essenciais para sair do papel:



### Revise o ponto de partida

Avalie conquistas, erros e lacunas da sua trajetória profissional. Entender onde você está é condição básica para decidir onde quer chegar.



### Defina objetivos claros

Metas genéricas tendem a fracassar. Quanto mais específico for o objetivo, mais fácil será transformá-lo em ações práticas.



### Divida o caminho em etapas

Grandes objetivos precisam ser fragmentados em metas menores, com prazos possíveis. Isso reduz a sensação de sobrecarga.



### Estabeleça prazos e acompanhamento

Não existe meta sem prazo. Cronogramas, registros escritos ou aplicativos ajudam a visualizar o progresso.



### Ajuste a rota quando necessário

Mudanças no mercado, na vida pessoal ou nas prioridades exigem revisão do plano. Flexibilidade é competência profissional.



### Celebre avanços reais

Reconhecer pequenas conquistas reforça a motivação e ajuda a manter a disciplina ao longo do ano.



## Ajustar não é desistir

equilíbrio. "O planejamento ajuda a visualizar a trajetória profissional como um todo, mas deve prever ajustes ao longo do caminho. Foco e determinação são importantes, assim como preservar a saúde mental e reservar espaço para o lazer", conclui Rizzato.

Flexibilidade é essencial para que os objetivos não se tornem aprisionantes", afirma. Segundo ela, reconhecer limites e acolher erros faz parte de um planejamento profissional saudável.

Ao alinhar metas à realidade do mercado, às condições individuais e

ao próprio momento de vida, o planejamento deixa de ser uma lista de promessas e passa a funcionar como uma ferramenta concreta de organização, crescimento e desenvolvimento profissional ao longo do ano.

**Colaborou Alice Meira**



Ana Machado é mestra em educação pela Universidade Stanford, especialista em psicosociologia da juventude e políticas públicas pela Fundação Escola de Sociologia e Política de São Paulo (FEPS) e bacharel em marketing pela Universidade de São Paulo (USP)

# Balancão de fim de ano e projeção para 2026

Por que nossos planos falham no curto prazo — e florescem quando ousamos dar tempo ao tempo

**D**ezembro costuma nos deixar impacientes. É o mês em que olhamos para trás com uma lupa desproporcional e para frente com um otimismo quase ingênuo. Fazemos balanços que misturam culpa e pressa, como se o ano que termina fosse um julgamento definitivo das nossas capacidades. E é justamente nesse estado emocional — acelerado, simbólico e irrealista — que muitos planejam o futuro profissional.

A cada virada de calendário, repetimos a mesma ilusão: superestimamos o que podemos realizar em um ano. Transformamos objetivos complexos em promessas de curto prazo, como se a vida profissional obedecesse ao mesmo ritmo das metas trimestrais das empresas. Ao mesmo tempo, subestimamos o que os próximos cinco anos poderiam representar se fôssemos consistentes, pacientes e estratégicos.

Esse descompasso entre urgência e profundidade tem consequências claras. Em janeiro, começamos inflamados. Em março, ajustamos expectativas. Em novembro, sentimos que “não deu tempo”. Mas raramente perguntamos se o erro está na execução — ou na expectativa impossível de que transformações relevantes cabem em apenas doze meses.



Metas de longo prazo têm uma vantagem que raramente reconhecemos: elas acolhem a realidade. Permitem desvios, pausas, retomadas. Reconhecem que a construção de algo significativo envolve etapas intermediárias, e não saltos heroicos. Os projetos profissionais que realmente deslocam uma carreira — uma especialização, uma mudança de área, um negócio próprio, um novo domínio técnico — precisam de temporadas, não de resoluções de Réveillon.

O desafio, portanto, não é sonhar mais alto. É alongar o horizonte. Projetos plurianuais não

são menos ambiciosos; são mais inteligentes. E, ao contrário do que muitos imaginam, começam pequenos. Não exigem rupturas imediatas, apenas movimentos contínuos. A pergunta que deveríamos fazer em dezembro não é “o que posso realizar no próximo ano?”, mas “que jornada quero iniciar agora para que, em cinco anos, eu reconheça o caminho percorrido?”.

Isso não significa abandonar metas anuais, mas ressignificá-las. O próximo ciclo pode — e deve — ser tratado como o primeiro capítulo de algo maior. Se a ambição

é mudar de carreira, talvez 2026 seja o ano de explorar e estudar. Se a meta é empreender, o próximo ano pode ser o período de prototipar, testar, validar. Se o objetivo é assumir uma posição de liderança, o início pode estar em desenvolver competências críticas, não em conquistar imediatamente o cargo.

O senso comum nos convence de que falta disciplina. Mas, na maioria das vezes, falta contexto. Falta compreender que a dimensão de um projeto precisa ser acompanhada pela dimensão de seu prazo. Ao transformar cin-

co anos em aliados — e não em ameaças distantes — criamos espaço para trajetórias mais sólidas e menos frustradas.

No balanço de 2025, talvez devêssemos trocar a urgência performática pela consistência estratégica. O futuro não se impõe de uma vez; ele se constrói por camadas. Dezembro pode até ser o fim do ano, mas não precisa ser o fim dos nossos planos. É apenas o momento de decidir com quais projetos queremos caminhar tempo suficiente para que, lá na frente, pareçam inevitáveis.

Saiba mais:

[anamach@stanford.edu](mailto:anamach@stanford.edu)

[@ana.machadooficial](https://www.instagram.com/ana.machadooficial)

# Terminei o ensino médio. E agora?

\*Por Ian Vieira

A pressão para a escolha do melhor caminho a seguir, depois da conclusão do 3º ano do ensino médio, é um dos principais motivos de ansiedade entre os jovens. Especialistas afirmam que esse sentimento é natural e decorre da importância da transição da adolescência para a vida adulta, com novas responsabilidades e ambientes.

Ana Claudia Favano, gestora da Escola Internacional de Alphaville, localizada em Barueri (SP), falou sobre as principais escolhas dos estudantes após terminar o ensino médio: "Entre os caminhos mais buscados, estão a graduação universitária, cursos técnicos e profissionalizantes, intercâmbios acadêmicos ou culturais, experiências iniciais de trabalho e projetos empreendedores".

De acordo com Favano, para avaliar a opção mais sensata, o estudante precisa considerar o próprio perfil e seus interesses. "Refletir sobre o que ele deseja desenvolver em curto e médio prazo, seja aprofundamento acadêmico, experiência prática ou amadurecimento pessoal, ajuda a tomar decisões mais alinhadas à própria realidade". O estudante recém-formado Gabriel Pedrozo, 17 anos, planeja iniciar a carreira seguindo os passos do pai. "Pretendo fazer um curso técnico para eletricista industrial na Faculdade de Tecnologia do Estado de São Paulo (Fatec) de Catanduva (SP), visando trabalhar na firma dele", disse. "Ter um curso profissionalizante de qualidade e receber para estudar são as melhores opções para o que pretendo e para meu contexto atual".

O curso técnico e profissionalizante para eletricista industrial que interessa a Pedrozo tem duração de dois anos, mas o jovem não descarta a graduação posteriormente. "A faculdade é de extrema importância, mas fiz a escolha com a família. Pretendo me inserir no mercado de trabalho e, depois, buscar um

Acervo pessoal



**Gabriel Pedrozo, 17 anos, optou por fazer curso técnico de eletricista industrial**

**Gabriel Fagundes, 19 anos, escolheu seguir a carreira de empresário após o término da escola**

diploma superior". A coordenadora pedagógica do colégio Progresso Bilíngue, Fernanda Silveira, destacou a importância da participação e do auxílio dos pais e responsáveis na escolha dos adolescentes. "A contribuição da família ocorre quando há diálogo aberto e apoio emocional. Ouvir o jovem, respeitar as dúvidas e evitar comparações com irmãos ou colegas são atitudes essenciais.

É importante compreender que cada trajetória tem o próprio ritmo e que apoiar não significa controlar ou decidir pelo estudante. Demonstrar confiança, acolher incertezas e ajudar na reflexão prática, sem impor

expectativas, fortalece a segurança emocional do jovem nesse período", explicou.

Gabriel Fagundes, 19, começou no ramo empresarial ainda durante o ensino médio, ao abrir uma loja de suplementos. Depois da formatura na escola, abriu uma empresa de marketing focada em lançamentos e em alavancar resultados para empreendedores. O jovem explicou por que optou por um caminho diferente, ao inserir-se no mercado de trabalho, como empreendedor: "Eu sempre tive o sonho de ser policial militar, mas, também, sempre quis construir uma marca com a

Com o fim desse ciclo, jovens enfrentam dúvidas sobre a faculdade, os cursos técnicos e o mercado de trabalho

Acervo pessoal



minha própria identidade, além de ter liberdade financeira — o que a carreira militar não me proporcionaria. Pensei o que eu almejava para o futuro em relação a padrão de vida e percebi que teria que renunciar a esse sonho para seguir uma carreira baseada na razão".

A diretora pedagógica do Brazilian International School, Audrey Taguti, afirma que as decisões tomadas ao fim do ensino médio não precisam ser definitivas. "Uma forma eficaz de ajudar é apresentar trajetórias reais, mostrando que muitas pessoas mudaram de curso, de profissão ou de área ao longo

da vida. É importante reforçar que a primeira escolha é um ponto de partida, não um compromisso permanente. Conversas francas sobre o mercado de trabalho atual, dinâmico e em constante transformação, ajudam o jovem a entender que flexibilidade e aprendizado contínuo são competências essenciais. Quando ele comprehende que pode ajustar o caminho durante o amadurecimento, a decisão deixa de ser um peso e passa a ser uma experiência de construção".

**\*\*Estagiário sob a supervisão de Ana Sá**

## »Entrevista | ANTÔNIO PASIN | SUPERINTENDENTE DA FEBRAEDA

# Estatuto do Aprendiz enfrenta resistência no Congresso

» IAN VIEIRA\*

**P**ara comentar sobre o avanço e os entraves do projeto, que tem como objetivo trazer segurança e estabilidade jurídica para os jovens e adolescentes em aprendizagem, o Correio Brasiliense ouviu Antônio Pasin, superintendente da Federação Brasileira de Associações Socioeducacionais de Adolescentes (Febraeda) e conselheiro do Conselho Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente (Conanda), que acompanha a proposta desde sua construção e defende o compromisso de não reduzir vagas, nem direitos dos aprendizes

### Qual é o principal objetivo do Estatuto do Aprendiz na visão da Febraeda?

O Projeto de Lei nº 6.461/2019, conhecido como Estatuto do Aprendiz, tem como principal objetivo trazer segurança, estabilidade jurídica e modernização à Lei da Aprendizagem, que completou 25 anos em 19 de dezembro. Trata-se de uma das mais importantes políticas públicas de inclusão

qualificada e protegida de adolescentes, jovens e pessoas com deficiência no mundo do trabalho formal, com todos os direitos trabalhistas respeitados. Há experiência prática, quando durante todo o tempo do contrato de trabalho pelo prazo determinado, o aprendiz frequenta uma formação teórica, de acordo com a atividade que ele desenvolve no estabelecimento que contrata esse aprendiz.

### Por que o programa de aprendizagem é considerado uma política pública estratégica?

Porque é a única política pública preventiva e com reflexos intersetoriais que existe no nosso país hoje, voltada à essa faixa etária. Ela atua na geração de emprego e renda, é a principal ferramenta de combate ao trabalho infantil e às piores formas de exploração, além de contribuir diretamente para a qualificação profissional.

### Quais outros impactos sociais o programa gera?

Pesquisas e indicadores mostram que jovens que passam pelo

programa de aprendizagem têm 46% mais chances de mobilidade educacional, considerando o mesmo recorte de faixa etária e condição socioeconômica. Isso significa que concluem o ensino médio, seguem na educação profissional e tecnológica e chegam ao ensino superior. Na área da assistência social, o programa também fortalece vínculos familiares e comunitários, especialmente ao alcançar adolescentes e jovens em situação de maior risco e vulnerabilidade pessoal ou social.

### Qual o objetivo do Estatuto do Aprendiz?

O Estatuto tem o objetivo de, ao longo desses 25 anos, compilar as principais normas infralegais, como portarias, instruções normativas e decretos que regulamentaram a lei nesse período. A proposta busca trazer segurança jurídica e estabilidade para todos os atores envolvidos. Para o aprendiz, o compromisso é garantir nenhum aprendiz a menos. Para o estabelecimento cumpridor da cota de aprendizagem, o objetivo é que ela não seja vista apenas como uma

Acervo pessoal

**Em tramitação na Câmara, o Estatuto do Aprendiz (PL 6.461/2019) propõe modernizar a Lei da Aprendizagem, que completa 25 anos, reunindo regras hoje dispersas e garantindo mais segurança jurídica ao programa. O texto mantém a cota existente e busca ampliar oportunidades para adolescentes e jovens no mundo de trabalho formal**





obrigação, mas como um verdadeiro investimento em inovação e qualificação. Para a entidade formadora, o estatuto prevê estrutura de atendimento, infraestrutura física, tecnológica e assistiva, metodologia adequada, material didático qualificado e equipe técnica de referência. Esses pontos foram previstos, inclusive, na comissão especial que realizou 14 audiências públicas, encontros e seminários estaduais, além de diversos atendimentos, com o objetivo de que a lei fosse votada ainda em 2022.

#### O Estatuto discute mudanças na cota de aprendizagem?

Não. O Estatuto do Aprendiz não altera a cota. O que o Estatuto faz é trazer segurança, qualificar e criar novas oportunidades. Ele trata, por exemplo, da aprendizagem na administração pública direta, algo que nunca foi regulamentado nesses 25 anos. Também fala da possibilidade de contratação de aprendizes por segmentos que não são obrigados por lei. Assim, micro e pequenas empresas, ou estabelecimentos com menos de sete empregados, passam a poder contratar aprendizes. O texto mantém todas as garantias, já que o destinatário final do programa de aprendizagem é o adolescente e o jovem.

#### Então, por que o projeto ainda não foi votado?

Embora já esteja na pauta da Câmara dos Deputados, o projeto não foi votado na comissão especial e, neste momento, não consegue avançar para votação. Isso ocorre por um problema grave, de ordem política, aliado a interesses econômicos de segmentos que, ao longo desses 25 anos, nunca cumpriram a Lei da Aprendizagem. São setores que tentam aproveitar a revisão da lei para incluir emendas e desfaixas, ou até outros projetos de lei, com o objetivo de se desobrigar do cumprimento da aprendizagem. Entre eles estão segmentos como call center, telemarketing, transporte, transporte de valores e segurança.

#### Qual é a posição da relatora do projeto?

A relatora do projeto de lei é a deputada Flávia Moraes, que mantém compromisso com a aprendizagem. Ela não promove



**Embora já esteja na pauta da Câmara dos Deputados, o projeto não foi votado na comissão especial e, neste momento, não consegue avançar para votação. Isso ocorre por um problema grave, de ordem política, aliado a interesses econômicos de segmentos que, ao longo desses 25 anos, nunca cumpriram a Lei da Aprendizagem"**

uma dessas emendas pode reduzir cerca de 400 mil vagas.

#### Por que a Febraeda considera que esse momento exige cautela?

Porque algo que foi pensado para ser um benefício, uma modernização e um avanço pode acabar se tornando um instrumento de prejuízo. Está muito claro porque a aprendizagem existe, para quem ela existe. É nesse público que deve estar o olhar final de proteção. Eles precisam dessa política pública.

#### Existe alguma solução para as empresas que alegam dificuldades para cumprir a cota?

Sim, e o estatuto traz soluções importantes. Uma delas é o cumprimento alternativo da cota, permitindo que a parte prática da aprendizagem seja realizada em entidades sociais, escolas ou organizações da sociedade civil. Outra possibilidade é a contribuição revertida para a contratação de aprendizes, quando comprovada a impossibilidade de cumprimento direto. Além disso, contratos administrativos de terceirização passam a prever a absorção de aprendizes pelo órgão contratante.

#### Qual é o próximo passo para que o Estatuto seja aprovado?

O objetivo é que os arlamentos retirem os destaques que prejudicam a política de aprendizagem, permitindo que o texto vá a voto sem alterações. Depois disso, o projeto segue para o Senado, onde esperamos o mesmo compromisso com o princípio de "nenhum aprendiz a menos".

#### Que recado o senhor deixa para os jovens que podem ser beneficiados pelo Estatuto do Aprendiz?

Que contem com a Febraeda e com todos que estão comprometidos com a defesa dos seus direitos. Essa é uma política pública que transforma vidas, não gera custos para o poder público e beneficia toda a sociedade. O aprendizado é porta de entrada para o mundo do trabalho, para a educação e para um futuro com mais dignidade. E é isso que vamos continuar defendendo.

**\*Estagiário sob a supervisão de Ana Sá**

# Lista de concursos

Nesta semana, o caderno Trabalho & Formação Profissional preparou lista com 70 concursos e 12.080 vagas, além de cadastro reserva. No Distrito Federal, há quatro concursos abertos com 85 vagas. Entre os nacionais, há 10 certames abertos para 1.246 oportunidades. Para o Centro-Oeste, há nove seleções abertas com 636 oportunidades. Nos conselhos regionais e municipais, são cinco concursos com 692 postos vagos. Há ainda 10 seleções de concursos estaduais com 5.458 vagas. Já para os municipais, há 15 concursos e 3.153 vagas. Nas universidades federais, são 10 processos seletivos e 655 oportunidades. Nos institutos federais há sete certames abertos com 155 vagas.

12.080  
vagas

## DISTRITO FEDERAL

### EMPRESA BRASILEIRA DE SERVIÇOS HOSPITALARES (EBSERH)

Inscrições até 31 de dezembro pelo site: <https://www.gov.br/>. Concurso com 12 vagas para os cargos de: médico cirurgião de cabeça e pescoço (2); médico cirurgia pediátrica (2); médico neurofisiologia (1); médico pneumologia (2); médico cirurgia plástica (2); médico cirurgia torácica (2); médico pneumologia pediátrica (1). Salário: R\$ 11.464,58. Taxa: gratuita.

### CONSELHO REGIONAL DE FARMÁCIA DO DISTRITO FEDERAL (CRF-DF)

Inscrições até 20 de janeiro pelo site: <http://www.quadrax.org.br/>. Concurso com 3 vagas para os cargos de: assistente i (2); farmacêutico fiscal i (1); administrador analista i — advogado. Salário: R\$ 3.153,34 a R\$ 6.642,46. Taxa: R\$ 55 a R\$ 58.

### CONSELHO REGIONAL DE BIBLIOTECONOMIA DA 1 REGIÃO (CRB-1)

Inscrições até 12 de janeiro pelo site: <https://bit.ly/4IxM8T>. Concurso com 70 vagas para os cargos de: assistente administrativo (30); bibliotecário (40). Salário: R\$ 3.000 a R\$ 4.200. Taxa: R\$ 62 a R\$ 65.

### INSTITUTO DE GESTÃO ESTRATÉGICA DA SAÚDE DO DISTRITO FEDERAL (IGESDF)

Inscrições até 30 de dezembro pelo site: <https://igesdf.org.br/>. Concurso com vagas para os cargos de: edital nº 176/2025 — engenheiro; edital nº 177/2025 — técnico de enfermagem; edital nº 178/2025 — técnico em saúde bucal; edital nº 179/2025 — farmacêutico clínico. Salário: R\$ 1.735,31 a R\$ 11.601,54. Taxa: não informada.

## NACIONAIS

### TRIBUNAL REGIONAL FEDERAL DA 2ª REGIÃO (TRF 2ª REGIÃO)

Inscrições até 22 de janeiro pelo site: <https://conhecimento.fgv.br/concursos/trf6>. Concurso com 27 vagas para o cargo de: juiz federal substituto. Salário: R\$ 37.756,55. Taxa: não informado.

### INSTITUTO BRASILEIRO DO MEIO AMBIENTE E DOS RECURSOS NATURAIS RENOVÁVEIS (IBAMA) E INSTITUTO NACIONAL DE COLONIZAÇÃO E REFORMA AGRÁRIA (INCA)

Inscrições até 8 de janeiro pelo site: <https://concursos.access.org.br>. Concurso com 60 vagas para o cargo de analista técnico de complexidade de intelectual — biólogo (6); analista técnico de complexidade intelectual — cientista social (2); analista técnico de complexidade intelectual — direito (6); analista técnico de complexidade intelectual — engenharia ambiental (5); analista técnico de complexidade intelectual — engenheiro de minas (2); analista técnico de complexidade intelectual — engenheiro florestal (6); analista técnico de complexidade intelectual — engenheiro químico ou químico (3); analista técnico de complexidade intelectual — geólogo (4); analista técnico de complexidade intelectual — geólogo (5); analista técnico de complexidade intelectual — oceanógrafo (3); analista técnico de complexidade intelectual — pedagogo (1); incra analista técnico de complexidade intelectual; analista técnico de complexidade intelectual — ciências sociais (10); analista técnico de complexidade intelectual — direito (2); analista técnico de complexidade intelectual — engenharia ambiental (3); analista técnico de complexidade intelectual — geografia (2); incra analista técnico de complexidade gerencial; analista técnico de complexidade gerencial - antropologia (3). Salário: R\$ 7.283,05 a R\$ 9.861,23. Taxa: R\$ 60 a R\$ 70.

### TELEBRÁS

Inscrições até 2 de janeiro pelo site: <https://bit.ly/3MAkJvg>. Concurso com 930 vagas para o cargo de: advogado (50); analista de tecnologia

da informação (70); analista superior administrativo (100); analista superior auditoria (30); analista superior comercial (30); analista superior estatística (30); analista superior finanças (30); marketing (30); psicologia (30); contador (50); engenheiro aeroespacial (30); engenharia civil (40); engenheiro de redes (130); engenheiro eletricista (50); engenheiro de telecomunicação (130). Salário: até R\$ 11.680,78. Taxa: R\$130.

### COM 4ºDN — COMANDO DO 4º DISTRITO NAVAL

Inscrições até 8 de janeiro pelo site: <https://bit.ly/4YnmHG>. Concurso com 25 vagas para os cargos de: medicina intensiva (1); anestesiologia (1); pediatria (1); ginecologia (1); cirurgião dentista (1); enfermagem (2); fisioterapia (2); administração (3); jornalismo (1); direito (1); oceanografia (1); sta (3); inspector naval nível 1 (2); vistoriador naval nível 1 (1); pedagogia (2); engenharia civil (1); engenharia elétrica (1). Salário: não informado. Taxa: R\$140.

### COM 2ºDN — COMANDO DO 2º DISTRITO NAVAL

Inscrições até 27 de janeiro pelo site: <https://bit.ly/4oU64I0>. Concurso com 61 vagas para os cargos de: edificação (2); eletrônica (5); eletrotécnica (4); gráfica (1); marcenaria (2); mecânica (5); metalurgia (5); motores (4); administração hospitalar (3); enfermagem (9); higiene dental (2); patologia clínica (1); prótese dentária (1); radiologia médica (1); administração (1); ciências contábeis (6); processamento de dados (1); barbeiro (2); motorista de viatura administrativa (6). Salário: não informado. Taxa: R\$ 70.

### SERVÍCIO MILITAR VOLUNTÁRIO DE OFICIAIS TEMPORÁRIOS (SMV-OF-RM2) DA MARINHA DO BRASIL

Inscrições até 8 de janeiro pelo site da Marinha, pela internet, nos links de cada distrito naval: <https://bit.ly/4pt8yPA>. Concurso com 520 vagas abertas. Salário: remuneração atinente ao seu posto, como previsto na Lei de Remuneração dos Militares. Taxa: R\$ 140.

### COM 2ºDN — COMANDO DO 2º DISTRITO NAVAL

Inscrições até 8 de janeiro pelo site: <https://bit.ly/4paqmhv>. Concurso com 18 vagas para os cargos de: administração (3); odontologia — especialização em endodontia (1); direito (1); engenharia naval (1); geografia (1); fonoaudiologia — especialização em fonoaudiologia hospitalar (1); veterinária (1); enfermagem — especialização em audição de contas médicas hospitalares (1); segurança do tráfego aquaviário (1); coloproctologia (1); medicina — oncologia (1); medicina — ortopedia (2); medicina — radiologia (1); medicina — urologia (1). Salário: remuneração atinente ao seu posto, como previsto na Lei de Remuneração dos Militares. Taxa: R\$ 140.

### COM 7ºDN — COMANDO DO 7º DISTRITO NAVAL

Inscrições até 8 de janeiro pelo site: <https://bit.ly/4paqmhv>. Concurso com 32 vagas para os cargos de: odontologia — especialização em ortodontia (1); odontologia — especialização em prótese dentária (1); odontologia — especialização em periodontia (1); odontologia — especialização em radiologia (1); farmacêutico (1); enfermagem (2); fisioterapia (4 vagas); nutrição (2); comunicação social (3); psicologia (1); ciências contábeis (2); educação física (1); segurança do tráfego aquaviário (1); técnico em magistério — matemática (1); técnico em magistério — português (letras); técnico em magistério — pedagogia (1); engenharia elétrica (1); engenharia mecânica (1); arquitetura e urbanismo (2); intensivista (1); anestesista (1); oncologista (1). Salário: remuneração atinente ao seu posto, como previsto na Lei de Remuneração dos Militares. Taxa: R\$ 140.

### COM 8ºDN — COMANDO DO 8º DISTRITO NAVAL

Inscrições até 8 de janeiro pelo site: <https://bit.ly/4paqmhv>. Concurso com 56 vagas para os cargos de: odontologia (especialidade bucomaxilofacial) (1); enfermagem (3); farmácia (1); administração (1); biblioteconomia (1); comunicação social (1); informática (3); segurança do tráfego aquaviário sta (3); segurança do tráfego aquaviário inspetor naval (2\*) (1); segurança do tráfego aquaviário vistoriador naval (3\*) (1); técnico/magistério — pedagogia (2); técnico/magistério — matemática (1); engenharia civil (1); engenharia de materiais (2); engenharia de produção (7); engenharia de sistemas da computação (3); engenharia elétrica (7); engenharia eletrônica (4); engenharia mecânica (13). Salário: remuneração atinente ao seu posto, como previsto na Lei de Remuneração dos Militares. Taxa: R\$ 140.

### COMANDO DO 3º DISTRITO NAVAL DA MARINHA DO BRASIL

Inscrições até 8 de janeiro pelo site: <https://bit.ly/4paqmhv>. Concurso com 37 vagas para os cargos de: cirurgião dentista (dentística) (1); cirurgião dentista (endodontia) (2); farmácia (1); enfermagem (4); fisioterapia (1); fonoaudiologia (1); nutrição (1); educação física (1); pedagogia (1); português (letras) (2). Salário: remuneração atinente ao seu posto, como previsto na Lei de Remuneração dos Militares. Taxa: R\$ 140.

## CENTRO—OESTE

### TRIBUNAL DE JUSTIÇA DO ESTADO DE GOIÁS (TJ-GO)

Inscrições até 29 de janeiro pelo site: <https://conhecimento.fgv.br/concursos/tjgo2025>. Concurso com 51 vagas para o cargo de juiz substituto. Salário: não informado. Taxa: R\$ 340.

### PREFEITURA DE SANTA TEREZA DE GOIÁS - GO

Inscrições até 7 de janeiro pelo site: <https://www.itame.com.br/site/index.aspx>. Concurso com 156 vagas para os cargos de: auxiliar de manutenção (10); auxiliar de serviços gerais e limpeza urbana (20); gar (15); operador de máquinas leves (2); operador de máquinas pesadas (2); vigia (5); executor administrativo i (10); mecânico (1); motorista (5 vagas); motorista da saúde (10); motorista de transporte escolar (5); agente de combate às endemias - ace (3); agente de vigilância sanitária (1); auxiliar de atividades educativas (8); eletricista automotivo (1); eletricista de iluminação pública (1); eletricista predial (1); executor administrativo ii (5); executor administrativo iii (2); fiscal de meio ambiente (1); fiscal de obras e posturas (1); fiscal de tributos municipais (1); técnico em enfermagem (10); técnico em saúde bucal - tsb (1); analista ambiental - biólogo/ecólogo (1); analista ambiental / engenheiro ambiental (1); educador físico (1); executor administrativo iv (2); médico veterinário (1); nutricionista (1); profissional da educação básica (15); profissional da educação infantil (13). Salário: R\$ 1.518 a R\$ 4.432,59. Taxa: R\$ 80 a R\$ 150.

### PREFEITURA DE MARINGÁ - PR

Inscrições até 8 de janeiro pelo site: [https://www.marinha.mil.br/com6dn/SMV\\_Oficiais\\_2026](https://www.marinha.mil.br/com6dn/SMV_Oficiais_2026). Concurso com 17 vagas para os cargos de: Ladário - MS: odontologia — endodontia (1); odontologia — odontopediatria (1); enfermagem (2); nutrição (1); administração (3); ciências contábeis (2); comunicação social (2); psicologia (1); serviço social (1); engenharia ambiental (1); engenharia cartográfica (1); Cuiabá - MT: pedagogia (1). Salário: não informado. Taxa: R\$ 140.

### TRIBUNAL DE JUSTIÇA DO ESTADO DE MATO GROSSO (TJ-MT)

Inscrições até 13 de fevereiro pelo site: <https://bit.ly/48C2rCB>. Concurso com 42 vagas para os cargos de: delegado de justiça (28); promotor de justiça (14). Salário: não informado. Taxa: R\$ 450.

### TRIBUNAL DE JUSTIÇA DO ESTADO DO MATO GROSSO DO SUL (TJMS)

Inscrições até 2 de janeiro pelo site: <https://conhecimento.fgv.br/concursos/tjmsnotarial25>. Concurso com 42 vagas para os cargos de: mediano ingresso por provimento (28); por remoção (14). Salário: não informado. Taxa: R\$ 450.

## CONSELHOS

### CONSELHO REGIONAL DE ENFERMAGEM DO ACRE (COREN-AC)

Inscrições até 5 de fevereiro pelo site: <https://quadrix.selecao.net.br/>. Concurso com 250 vagas, sendo quatro efetivas e 246 para cadastro reserva, para os cargos de nível médio: assistente administrativo; cargos de nível técnico: técnico de enfermagem e técnico em t; cargos de nível superior: assessor de comunicação, contador, enfermeiro e enfermeiro fiscal. Salá-

trativo (4); auxiliar administrativo (5); auxiliar de consultório dentário (1); auxiliar de educação infantil (12); auxiliar de serviços gerais (15); auxiliar de serviços póstumos (1); controlador interno da câmara municipal (1); cuidador (14); enfermeiro psf (1); farmacêutico (1); fiscal de obras e posturas (1); fiscal de tributos municipais (1); gestor de programas (3); motorista de ambulância (3); motorista de caminhões (5); motorista de veículos administrativos (9); motorista de veículos de transporte escolar (6); motorista da câmara municipal (1); nutricionista (1); operador de máquinas (6); professor de ciências (2); professor de educação física (2); professor de geografia (2); professor de história (2); professor de letras (2); professor de matemática (1); professor pedagogo (9); psicólogo (1); técnico de enfermagem (2); vigia noturno (1); vigilante sanitário (1). Salário: R\$ 1.351,29 a R\$ 4.513,30. Taxa: R\$ 80 a R\$ 140.

### PREFEITURA DE PARANAÍBA - GO

Inscrições até 21 de janeiro pelo site: <https://www.consulpam.com.br/>. Concurso com 84 vagas para os cargos de: editor nº 001/2025: agente administrativo (2); agente de apoio à educação (12); agente de serviços e obras (2); agente de serviços gerais (30); agente de vigilância (4); assistente social (1); biomédico (1); enfermeiro (3); farmacêutico/bioquímico (1); fiscal ambiental (1); fisioterapeuta (1); fonoaudiólogo (1); mecânico (1); motorista (3); nutricionista (1); psicólogo (2); técnico em enfermagem (3); técnico em radiologia (1); editorial nº 002/2025: professor de educação básica 30h (8); professor de educação básica 40h (6). Salário: R\$ 1.418,49 a R\$ 4.713,69. Taxa: R\$ 70 a R\$ 150.

### CÂMARA DE CASSILÂNDIA - MS

Inscrições até 15 de janeiro pelo site: <https://concurso.apfec.org.br/>. Concurso com 4 vagas para os cargos de: agente de contratação (1); analista legislativo (2); analista técnico em t (1); recepcionista (cadastro de reserva). Salário: R\$ 2.626,38 e R\$ 3.425,75. Taxa: R\$ 100 a R\$ 120.

### COMANDO DO 6º DISTRITO NAVAL (COM6DN)

Inscrições até 8 de janeiro pelo site: [https://www.marinha.mil.br/com6dn/SMV\\_Oficiais\\_2026](https://www.marinha.mil.br/com6dn/SMV_Oficiais_2026). Concurso com 17 vagas para os cargos de: Ladário - MS: odontologia — endodontia (1); odontologia — odontopediatria (1); enfermagem (2); nutrição (1); administração (3); ciências contábeis (2); comunicação social (2); psicologia (1); serviço social (1); engenharia ambiental (1); engenharia cartográfica (1); Cuiabá - MT: pedagogia (1). Salário: não informado. Taxa: R\$ 140.

### TRIBUNAL DE JUSTIÇA DO ESTADO DE SÃO PAULO (TJ-SP)

Inscrições até 6 de fevereiro pelo site: <https://www.vunesp.com.br/>. Concurso com vaga para o cargo de auxiliar de promotoria. Salário: R\$ 3.784,45. Taxa: R\$ 107.

### SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO DO RIO GRANDE DO NORTE (SEAD/RN)

Inscrições até 19 de janeiro pelo site: <https://idecan.org.br/>. Concurso com 630 vagas para os cargos de: aluno-soldado temporário do quadro de praças temporárias do corpo de bombeiros militar. Salário: R\$ 8.015. Taxa: R\$ 120.



Confira a lista completa no site  
[www.correobraziliense.com.br/euestudante](http://www.correobraziliense.com.br/euestudante)

# » GUIA DE ESTÁGIOS E JOVEM APRENDIZ 650 VAGAS

## » IF ESTÁGIO Instituto Fecomércio/DF

122  
vagas

O instituto está atendendo apenas a distância. O atendimento presencial é apenas para emissão de contratos. É preciso agendar horário. Telefone: (61) 3962-2023. E-mail: [acompanhamento.ifainstitutofecomerciodf.com.br](mailto:acompanhamento.ifainstitutofecomerciodf.com.br). Site: [www.institutofecomerciodf.com.br](http://www.institutofecomerciodf.com.br).

### APRENDIZ

#### Ensino Fundamental

Cód.: 616799 / Vagas: 1 / Ano: Indiferente / Salário: R\$ 712,99 / Horário de: 14h às 18h / Local: Asa Sul / Assunto: 616799

#### Ensino Médio

Cód.: 220297 / Vagas: 1 / Ano: Indiferente / Salário: R\$ 1.122,95 + VT / Horário de: 08h às 14h / Setor Sudoeste / Assunto: 220297

#### ESTÁGIO

##### Ensino Médio

Cód.: 253076 / Vagas: 1 / Ano: Indiferente / Bolsa: R\$ 700 / Horário: 8h às 14h ou 14h às 20h / Local: Norte (Águas Claras) / Assunto: 253076

### ENSINO PROFISSIONALIZANTE

#### Técnico em Administração

Cód.: 345129 / Vagas: 5 / Ano: Indiferente / Bolsa: R\$ 1.000 / Horário: 08h às 13h15 ou 13h às 18h15 (com 15 minutos de intervalo) e aos sábados de 08h às 13h / Local: Taguatinga Sul (Taguatinga) / Assunto: 345129

#### Técnico em Contabilidade

Cód.: 911665 / Vagas: 1 / Ano: Indiferente / Bolsa: R\$ 800 / Horário de: 08h às 15h / Local: Núcleo Bandeirante / Assunto: 911665

#### Técnico em Eletrônica

Cód.: 641201 / Vagas: 2 / Ano: Indiferente / Bolsa: R\$ 800 + VT / Horário: 08h30 às

12:30h ou 14h às 18h / Local: Asa Sul / Assunto: 641201

#### Técnico em Gastronomia

Cód.: 371584 / Vagas: 2 / Ano: Indiferente / Bolsa: R\$ 750 / Horário: 13hs às 19hs ou 15hs às 21hs / Local: Guará II / Assunto: 371584

#### Técnico em Logística

Cód.: 72177429 / Vagas: 1 / Ano: Indiferente / Bolsa: R\$ 1.357,22 + VT / Horário de: 16h às 22h / Local: Gama / Assunto: 72177429

#### Técnico em Recursos Humanos

Cód.: 911665 / Vagas: 1 / Ano: Indiferente / Bolsa: R\$ 800 / Horário de: 08h às 15h / Local: Núcleo Bandeirante / Assunto: 911665

### Turismo

Cód.: 146675 / Vagas: 1 / Sem.: Indiferente / Bolsa: R\$ 750 / Horário de: 08:30 às 12:30h / Local: Gama / Assunto: 146675

### Fisioterapia

Cód.: 488439 / Vagas: 1 / Sem.: 5º, 6º, 7º, 8º / Bolsa: R\$ 1.100 + VT / Horário de: 07h às 13h / Local: Sul (Águas Claras) / Assunto: 488439

### Fonoaudiologia

Cód.: 121554 / Vagas: 2 / Sem.: Indiferente / Bolsa: R\$ 1.000 + VT / Horário: 08:15h às 12:15h ou 14h às 18h / Local: Asa Sul / Assunto: 121554

### Gastronomia

Cód.: 371584 / Vagas: 2 / Sem.: Indiferente

/ Bolsa: R\$ 750 / Horário: 13hs às 19hs ou 15hs às 21hs / Local: Guará III / Assunto: 371584

### Gestão De Marketing

Cód.: 191320 / Vagas: 1 / Sem.: 1º, 2º, 3º, 4º, 5º / Bolsa: R\$ 900 / Horário: 8h às 13h ou 13hs às 18h / Setor Econômico De Local: Sobradinho (Local: Sobradinho) / Assunto: 191320

### Gestão Financeira

Cód.: 337728 / Vagas: 2 / Sem.: Indiferente / Bolsa: R\$ 1.000 + VT / Horário de: 08h às 14h / Local: Vicente Pires / Assunto: 337728

Para acessar as 106 vagas e se candidatar para as oportunidades de estágio, acesse: [www.institutofecomerciodf.com.br](http://www.institutofecomerciodf.com.br)

## » ESPRO

70  
vagas

As inscrições devem ser feitas no endereço SGAS Quadra 915, Lote 72-A, Asa Sul, das 08h30 às 16h30. Informações no site [www.espro.org.br](http://www.espro.org.br) ou pelo telefone (61) 3226-1512.

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 5 / Bolsa: R\$ 1.069,48 + VT Horário: 12h às 18h - quarta a domingo / 18 a 22 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 5 / Bolsa: R\$ 1.069,48 + VT Horário: 14h às 20h - quarta a domingo / 18 a 22 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 4 / Bolsa: R\$ 1.069,48 + VT Horário: 13h às 19h - seg. a sex / 18 a 22 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 3 / Bolsa: R\$ 712,99 + VT Horário: 08h às 12h - ter. a sab / 15 a 20 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 4 / Bolsa: R\$ 1.069,48 + VT Horário: 13h às 19h - seg. a sex / 18 a 22 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou

Superior / Vaga: 3 / Bolsa: R\$ 712,99 + VT Horário: 08h às 12h - ter. a sab / 15 a 20 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 3 / Bolsa: R\$ 712,99 + VT Horário: 08h às 12h - ter. a sab / 15 a 20 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 5 / Bolsa: R\$ 1.069,48 + VT Horário: 08h às 12h - ter. a sab / 15 a 20 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 2 / Bolsa: R\$ 1.069,48 + VT Horário: 13h às 19h - seg. a sex / 18 a 22 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 1 / Bolsa: R\$ 712,99 + VT Horário: 08h às 12h - ter. a sab / 15 a 20 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 2 / Bolsa: R\$ 1.069,48 + VT Horário: 10h às 16h - seg. a sex / 18 a 21 anos

VT Horário: 10h às 16h - seg. a sex / 18 a 21 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 1 / Bolsa: R\$ 712,99 + VT Horário: 08h às 12h - ter. a sab / 16 a 20 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 1 / Bolsa: R\$ 712,99 + VT Horário: 08h às 12h - ter. a sab / 15 a 20 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 5 / Bolsa: R\$ 1.069,48 + VT Horário: 08h às 14h - quarta a domingo / 18 a 22 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 3 / Bolsa: R\$ 712,48 + VT Horário: 14h às 18h - ter. a sab / 14 a 21 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 1 / Bolsa: R\$ 1.069,48 + VT Horário: 10h às 16h - seg. a sex / 18 a 21 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 1 / Bolsa: R\$ 712,99 + VT Horário: 08h às 12h - ter. a sab / 15 a 20 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 3 / Bolsa: R\$ 712,48 + VT Horário: 10h às 16h - seg. a sex / 18 a 21 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 1 / Bolsa: R\$ 712,99 + VT Horário: 13h30 às 17h30 - seg. a sex / 15 a 21 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 3 / Bolsa: R\$ 712,99 + VT Horário: 13h30 às 17h30 - seg. a sex / 15 a 21 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 3 / Bolsa: R\$ 712,48 + VT Horário: 14h às 18h - ter. a sab / 14 a 21 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 1 / Bolsa: R\$ 1.069,48 + VT Horário: 10h às 16h - seg. a sex / 18 a 21 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 3 / Bolsa: R\$ 712,99 + VT Horário: 13h30 às 17h30 - seg. a sex / 15 a 21 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 1 / Bolsa: R\$ 1.069,48 + VT Horário: 10h às 16h - seg. a sex / 18 a 21 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 1 / Bolsa: R\$ 712,99 + VT Horário: 13h30 às 17h30 - seg. a sex / 15 a 21 anos

Horário: 13h30 às 17h30 - seg. a sex / 15 a 21 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 5 / Bolsa: R\$ 1.069,48 + VT Horário: 10h às 16h - seg. a sex / 18 a 21 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 2 / Bolsa: R\$ 1.069,48 + VT Horário: 13h às 19h - seg. a sex / 18 a 22 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 1 / Bolsa: R\$ 712,99 + VT Horário: 08h às 12h - ter. a sab / 15 a 20 anos

Empresa: privada. / Ens. Médio, Técnico ou Superior / Vaga: 2 / Bolsa: R\$ 1.069,48 + VT Horário: 10h às 16h - seg. a sex / 18 a 21 anos

Para acessar as 70 vagas e se candidatar para as oportunidades de estágio, acesse: <https://cadastro.espro.org.br>

## » CIEE Centro de Integração Empresa-Escola

458  
vagas

Os interessados deverão comparecer ao Centro de Integração Empresa-Escola (CIEE), de segunda a sexta-feira, das 08h às 17h no CIEE Brasília na EQSW 304/504, Lote 2, Edifício Atrium — Sudoeste, próximo ao Hospital das Forças Armadas (HFA). Documentação para inscrição: carteira de identidade, CPF, declaração de escolaridade e comprovante de residência com CEP. Informações: [www.ciee.org.br](http://www.ciee.org.br) ou (61) 3701-4811.

### ADMINISTRATIVA

Cód.: 5887977 / Vaga: 2 / Local: Zona Industrial / 1º ao 5º semestre / Período: 12h às 18h / / Bolsa: R\$ 1.412 / Mês.

Cód.: 5886783 / Vaga: 1 //Local: Setor de Habitações Individuais Sul / 1º ao 5º semestre / Período: 12:01 às 18:01 / / Bolsa: R\$ 1.027 / Mês.

Cód.: 5879326 / Vaga: 1 / Local: Asa Sul / 4º ao 8º semestre / Período: 08h30 às 16h / / Bolsa: R\$ 1.634,93 / Mês.

### COMUNICAÇÃO:

Cód.: 5886316 / Vaga: 1 / Local: Asa Norte/ 3º ao 6º semestre / Período: 09h às 14h// Bolsa: R\$ 1.300 / Mês.

Cód.: 5889593 / Vaga: 1 / Local: Ceilândia Norte / 1º ao 6º semestre /

Período: A combinar / Bolsa: R\$ 1.200 / Mês.

### CONSTRUÇÃO CIVIL:

Cód.: 5873223 / Vaga: 1 //Local: Asa Norte / 3º ao 9º semestre / Período: 08h às 15h / / Bolsa: R\$ 1.500 / Mês

Cód.: 5868346 / Vaga: 1 / Local: Asa Sul / 1º ao 6º semestre / Período: 12h às 18h / / Bolsa: R\$ 1.067,24 / Mês.

Cód.: 5815820 / Vaga: 1 / Local: Guará / 5º ao 7º semestre / Período: 08h às 15h / / Bolsa: R\$ 1.600 / Mês.

### INFORMÁTICA:

Cód.: 5879849 / Vaga: 2 / Local: Asa Sul / 1º ao 7º semestre / Período: 12h30 às 18h30 / / Bolsa: R\$ 800 / Mês.

Cód.: 5887616 / Vaga: 1 / Local: Taguatinga Norte / 1º ao 8º semestre / Período: 08h às

13h / / Bolsa: R\$ 900 / Mês.

Para acessar as 447 vagas e se candidatar para as oportunidades de estágio, acesse: <https://portal.ciee.org.br/quero-uma-vaga/>



Confira a lista completa no site  
[www.correiobrasiliense.com.br/estudante](http://www.correiobrasiliense.com.br/estudante)

**ENSINO**

# Federal de Jataí Lança curso de inteligência artificial

Para o ano que vem, o bacharelado com oito semestres terá vaga para 30 estudantes. Além disso, 14 professores e quatro técnicos administrativos foram contratados

» IAN VIEIRA \*

O Ministério da Educação (MEC) autorizou a Universidade Federal de Jataí (UFJ), em Goiás, a implementar o curso bacharelado de inteligência artificial (IA) para 2026. Inicialmente, serão oferecidas 30 vagas, mas a previsão para 2027 é de um aumento para 50 vagas. O MEC disponibilizou para a universidade goiana 14 professores e quatro técnicos administrativos.

Os estudos e as negociações com o MEC para iniciação da

graduação de IA na UFJ ocorrem desde 2024. O professor e reitor Christiano Peres comentou sobre o processo e os objetivos: "Conversamos com coordenadores de outras universidades que oferecem esse curso para começar a desenhar qual que seria a nossa proposta. Os estudantes vão aprender a desenvolver agentes de inteligência artificial resolvendo situações de empresas relacionadas a saúde, indústria, serviço público etc. Visto que é uma novidade tecnológica que está sendo implementada em todos os setores".

De acordo com Peres, a universidade já conta com a infraestrutura necessária para a demanda desse curso. O laboratório de tecnologia que atende ao curso de ciência da computação durante o período matutino será utilizado, à noite, por estudantes de inteligência artificial. "Estamos buscando uma infraestrutura tanto de espaço físico quanto de novos equipamentos, que vão suprir a demanda de alta tecnologia que a inteligência artificial requer".

O reitor afirma que a principal dificuldade na inclusão do curso

de IA foi a questão orçamentária da universidade: "A conversa com o MEC foi longa, por envolver a contratação de professores e novos servidores técnico administrativos", afirmou. "Desde o mês passado, quando recebemos a liberação para iniciar o curso no ano que vem, estamos correndo atrás da estrutura, maquinário, espaço físico, para que essas atividades do curso possam funcionar da melhor forma possível".

\*Estagiário sob supervisão de Ana Sá

Acervo pessoal



**Christiano Peres, reitor da Universidade de Jataí (GO)**

## OPORTUNIDADES

» GRUPO SALTA EDUCAÇÃO

### INSCRIÇÕES PARA ESTÁGIO

O Grupo Salta Educação anunciou a abertura das inscrições para o Estagiar para Transformar, programa de estágio destinado a estudantes de pedagogia que desejam vivenciar a profissão para além da sala de aula e compreender, na prática, como funciona a engrenagem pedagógica da escola. A iniciativa combina formação pedagógica e experiência em gestão escolar, preparando futuros profissionais para os desafios do dia a dia educacional. Com o conceito "Vivendo a pedagogia além da sala de aula", o programa oferece uma imersão nos bastidores da escola, com atuação direta junto à coordenação pedagógica, acompanhamento contínuo de equipes e uma formação estruturada no modelo de job rotation, com duração de março a dezembro. Ao longo do percurso, os participantes têm a oportunidade de desenvolver competências essenciais para a atuação pedagógica, tendo a possibilidade de efetivação como assistente pedagógico ao final do programa. Nesta edição, o Estagiar para Transformar conta com 20 vagas, distribuídas nos seguintes estados, conforme edital: Distrito Federal, Goiás, Mato Grosso, São Paulo, Rio de Janeiro, Minas Gerais, Paraná, Mato Grosso do Sul e Santa Catarina. Durante o estágio, os estudantes atuarão diretamente nos bastidores da escola, apoiando a coordenação pedagógica, contribuindo para a organização de processos pedagógicos, acompanhando rotinas escolares e interagindo com professores e alunos. A proposta reforça a importância da pedagogia aplicada à gestão educacional, evidenciando o papel estratégico desses profissionais no funcionamento das instituições de ensino. Para participar do processo seletivo, é necessário estar cursando pedagogia, ter previsão de conclusão do curso até dezembro de 2027, possuir disponibilidade para estagiar seis horas diárias e residir em um dos estados com vagas disponíveis. As inscrições estão abertas até 25 de janeiro e devem ser realizadas, exclusivamente, pelo site <https://lInq.com/yxpVn>.

» GRUPO THE BEST

### PROGRAMA DE TRAINEE 1

O Grupo The Best, que integra as marcas Amadelli Alimentos e The Best Açaí, encerra as inscrições para 4ª edição do Programa de Trainee até 1º de janeiro e podem ser feitas no site [trainee.thebestacaí.com.br](http://trainee.thebestacaí.com.br). As vagas são para atuação em business, área considerada o coração da empresa, onde o trainee participa das operações e integra times decisores; e em industry, núcleo que sustenta o funcionamento do negócio, desde a produção até a logística, transformando matéria-prima em produtos que abastecem todas as unidades. Os aprovados poderão escolher atuar em duas frentes principais, de acordo com seu perfil: business (corporativo): marketing, business intelligence, expansão, suprimentos. Industry (operações / fábrica): produção, fábrica de recheios, engenharia, logística. Os pré-requisitos incluem ter mais de 21 anos, estar no último ano da graduação (formatura até dez/25) ou ter se formado nos últimos cinco anos (a partir de dez/21). As inscrições estão abertas para candidatos de todos os cursos, com disponibilidade para viajar durante as etapas finais do processo seletivo. Inglês é desejável, pois os trainees atuarão na expansão da marca para os Estados Unidos em 2026. Também é necessário ter disponibilidade para mudança de cidade, já que a atuação será em Londrina (PR), sede da companhia. As etapas do processo seletivo incluem: inscrições até 1º de janeiro de 2026; teste on-line em janeiro; etapa de pitch pessoal ainda em janeiro; dinâmica de grupo e painel de negócios em fevereiro; e entrevista final, prevista para acontecer entre o fim de fevereiro e março. O Programa Trainee 2026 oferece um pacote de benefícios, como vale-transporte ou ajuda de custo; vale-alimentação e refeitório interno; folga no mês do aniversário pelo "Dia do Seu Jeito"; adicional por assiduidade e diversas oportunidades de crescimento e desenvolvimento. Além disso, o trainee terá acesso a assistência psicológica e nutricional gratuita, plano de saúde, plano odontológico, TotalPass, clube de vantagens The Best e retirar açaí e sorvetes na empresa. O programa oferece salário de R\$ 6 mil e está aberto a jovens de qualquer curso com perfil proativo, independentemente de experiência formal. O grande diferencial para a marca é acreditar no potencial, não no passado.

# CORREIO BRAZILIENSE

# CLASSIFICADOS

## 6. TRABALHO & FORMAÇÃO PROFISSIONAL

Brasília, Distrito Federal, domingo, 28 de dezembro de 2025

6

### TRABALHO & FORMAÇÃO PROFISSIONAL

6.1 Oferta de Emprego  
6.2 Procura por Emprego  
6.3 Ensino e Treinamento

6.1 OFERTA DE EMPREGO

NÍVEL BÁSICO

#### AUXILIAR DE CÂMARA FRIA

CONTRATA PARA trabalhar em Indústria de alimentos em Samambaia. Enviar CV para: rh@germania.com.br

#### AUXILIAR MOTORISTA

ENTREGADOR CONTRATAMOS p/ trabalhar em Indústria de alimentos em Samambaia. Enviar CV para e-mail: rh@germania.com.br

DOMÉSTICA PARA DORMIR. De 2 a Sábadão Jardim Botânico, c/ referências. Tr: 99885-5556 / 99994-9942

#### SELF SERVICE

CONTRATA GARCOM/ ATENDENTE / Copeiro/ Pieiro/ Ajudante Cozinha com experiência, p/ Asa Norte. Enviar CV : 98154-7126

#### ÓTIMOS GANHOS!!

MASSAGISTA PRECISA-SE com ou sem exper. 99414-1086 zap

MASSAGISTA PRECISA-SE COM OU SEM Experiência p/Semana ou Fim Semana. Pagamento diário. Tr: 61 98474-3116

#### SELF SERVICE

CONTRATA GARÇOM/ ATENDENTE / Copeiro/ Pieiro/ Ajudante Cozinha com experiência, p/ Asa Norte. Enviar CV : 98154-7126

6.1 NÍVEL BÁSICO

#### VALOR AMBIENTAL CONTRATA

PESSOAS PARA COMPOR a equipe da Varrição do Plano Piloto, período diurno, vaga exclusiva para PCD. Comparecer à sede da empresa, das 07:00 às 17:00, localizada na Avenida das Nações, L4 Sul - Asa Sul, ao lado do SLU, com documentos e currículo, para habilitação no processo seletivo, ou encaminhá-los ao e-mail: vagas.pcd@vaambiental.com.br

#### VAGAS EXCLUSIVAS PARA PCD'S

GLOBAL SEGURANÇA E SERVIÇOS, contrata para diversas funções (PCD), CLT + benefícios. Ensino médio e superior. Interessados encaminhar currículo + laudo para: vagasdf@gpssa.com.br

#### LA GRILL RESTAURANTE CONTRATA URGENTE

COZINHEIRO PROFISSIONAL c/experiência em grelhados. Enviar currículo p/: 98350-7773

NÍVEL SUPERIOR

#### ESTAGIÁRIO (A) Direito ou Administração . Desejável pacote office,domínio de internet, apoio paralegal nas rotinas do escritório de advocacia. Tra-to e experiência com pessoas. Enviar currículos exclusivamente para: epmb400@gmail.com

TRABALHAR LANCHONETE 15 dias todos os meses Iniciais R\$4mil, R\$ 2.250 vários horários à noite em Sobradinho. Enviar CV p/: lanchonetes@gmail.com

#### ESCOLA EAD CONTRATA PROFISSIONAIS DAS DIVERSAS áreas p/ elaboração de apostilas (cursos profissionalizantes). Enviar CV p/ seleção técnica. brasilia@gmail.com

NÍVEL MÉDIO

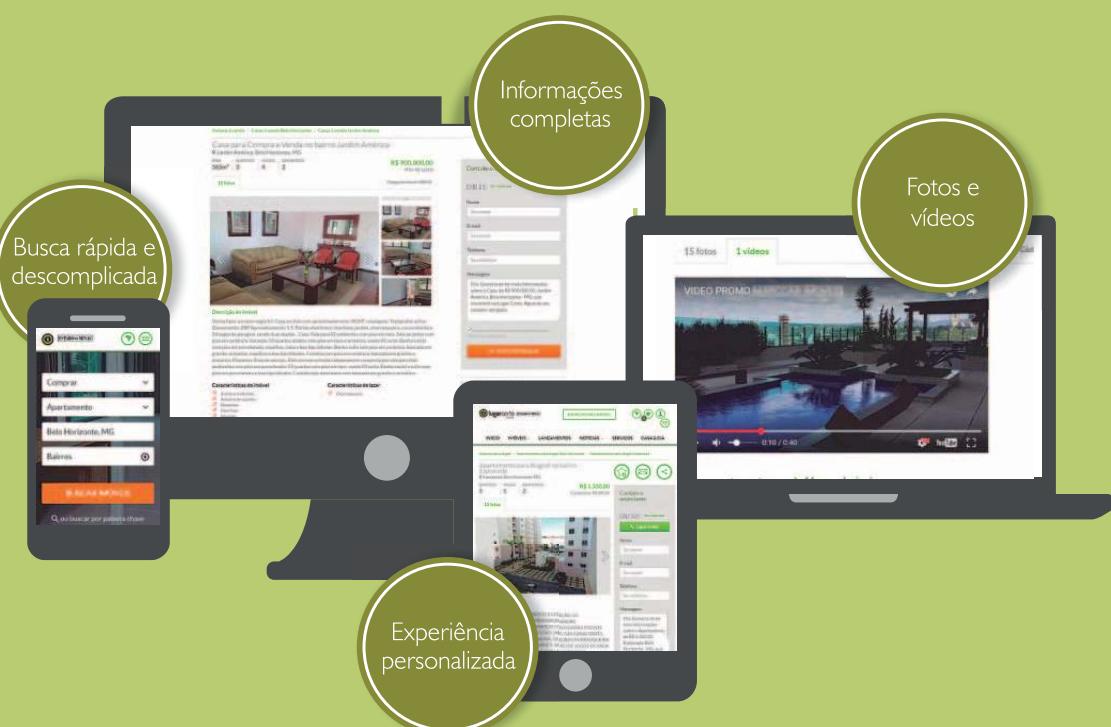
#### CASA DO COLEGIAL CONTRATA

ATENDENTES E OPERADORA de Caixa. Enviar currículo para e-mail: vagas@casadocolegial.com.br

#### ESCOLA EAD CONTRATA PROFISSIONAIS DAS DIVERSAS áreas p/ elaboração de apostilas (cursos profissionalizantes). Enviar CV p/ seleção técnica. brasilia@gmail.com

PARA CADA MOMENTO DA VIDA,  
EXISTE UM LUGAR CERTO.

Acesse e encontre o seu.



+ de 200 mil ofertas

LUGARCERTO.COM.BR

O portal de imóveis para quem quer comprar ou alugar.

CONFIRA TAMBÉM OFERTAS NO JORNAL CORREIO BRAZILIENSE.

 lugarcerto.com.br

CORREIO BRAZILIENSE  
Você à frente de tudo



# GOLPE!!!!

## CUIDADO COM AS FALSAS VAGAS DE EMPREGO

Listamos alguns cuidados que você pode tomar para se proteger dos golpes que podem ocorrer na sua busca por uma vaga de emprego

- ✗ Não pague para obter um diploma para determinada vaga;
- ✗ Não transfira dinheiro e nem forneça dados bancários;
- ✗ Atente-se para as vagas que não exigem experiência e oferecem um bom salário;
- ✗ Não compre cartões, nem coloque créditos para terceiros;
- ✗ Desconfie se você precisa pagar por um curso necessário para sua contratação ou para participar do processo seletivo;
- ✗ Não forneça informações pessoais ou profissionais, seja por telefone ou Whatsapp;
- ✗ Pesquise a agência ou empresa que oferece o emprego;
- ✗ Fique em alerta com histórias longas e improváveis.

### DISQUE-DENÚNCIA 181

Se alguma vaga foi publicada em nossas edições nos sinalize através do e-mail: [classificados@correioweb.com.br](mailto:classificados@correioweb.com.br). Não hesite em procurar uma delegacia de polícia.



# SEU ANÚNCIO EM DESTAQUE!

Saiba como entrar em contato com o Classificados do Correio Braziliense.

## Pequenos anúncios

(61) 3342-1000 opção 05 ou  
(61) 3214-1215

## Editais, Avisos e Comunicados

(61) 3342-1000 opção 04 ou (61) 3214-1245

## Whatsapp

61 98167-9999

## E-mail:

classificados.df@cbnet.com.br

## Endereço:

Sig QD 02 Bl 02 lote 340  
ao lado da Câmara Legislativa



Siga-nos nas redes sociais e acompanhe todas as novidades e promoções



@classificadoscb



@classificadoscb

**CLASSIFICADOS**  
CORREIO BRAZILIENSE

2	2.3
<b>IMÓVEIS ALUGUEL</b>	2.3
<b>2.1 Apart Hotel</b>	REC
<b>2.2 Apartamentos</b>	CON LUGA melhor Brasília aqui!
<b>2.3 Casas</b>	
<b>2.4 Lojas e Salas</b>	
<b>2.5 Lotes, Áreas e Galpões</b>	
<b>2.6 Quartos e Pensões</b>	
<b>2.7 Sítios, Chácaras e Fazendas</b>	
<b>2.2 APARTAMENTOS</b>	
<b>ASA NORTE</b>	
<b>3 QUARTOS</b>	
<b>STN SOF</b> Norte Qd 02 Bl B lt 13 ap 102 al 3q ref a.emb sl cz wc asv \$ 1.400 991577766 c9495	
<b>ASA SUL</b>	
<b>2 QUARTOS</b>	
<b>J. RIBEIRO</b> <b>LUGAR CERTO</b> Os melhores imóveis de Brasília você encontra aqui! Veja as ofertas!	
	
Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!	
<b>GUARÁ</b>	
<b>1 QUARTO</b>	
<b>CONVICTA IMÓVEIS ALUGA</b> <b>AE 02</b> apto 45m2 1 qto sl coz á99112-3703 / 3386-9000 cj22002	
<b>CONVICTA IMÓVEIS ALUGA</b> <b>AE 02</b> apto 45m2 1 qto sl coz á99112-3703 / 3386-9000 cj22002	
<b>CONVICTA IMÓVEIS ALUGA</b> <b>AE 02</b> apto 45m2 1 qto sl coz á99112-3703 / 3386-9000 cj22002	
<b>SUDOESTE</b>	
<b>2 QUARTOS</b>	
<b>ACONTECE IMOBILIÁRIA</b> <b>LUGARCERTO.COM.BR</b> Os melhores imóveis de Brasília você encontra aqui!	
	
Aponte a câmera do seu celular e veja as ofertas!	

	<b>3</b>	<b>5.2</b> MÍSTICOS
<b>VEÍCULOS</b>		<b>ASTRÓLOGA DO AMOR</b>
<b>3.1 Automóveis</b>		<b>ATENÇÃO</b> Brasília e entorno acaba de chegar na cidade a Astróloga Dona Vitoria, se você tem problemas amorosos, financeiros, familiares, não sofra mais, dona Vitoria tem a solução traz o seu amor do jeito que você quer. Consulta online R\$ 20,00 amarração R\$ 80,00 Tel.: (62) 99438-0093
<b>3.2 Caminhonetes e Utilitários</b>		
<b>3.3 Caminhões</b>		
<b>3.4 Motos</b>		
<b>3.5 Outros Veículos</b>		
<b>3.6 Peças e Serviços</b>		
<b>3.1 AUTOMÓVEIS</b>		<b>DONA PERCILIA</b>
<b>FABRICANTES</b>		<b>FAZEMOS TRABA-LHO</b> para o amor e buscamos a pessoa amada. Marque sua consulta. Presencial ou on-line. (tarô e Cartas) (61) 98363-5506
<b>CHEVROLET</b>		
<b>ONIX 20/20 TMT LT 1.0 Turbo, prata manual e chave reserva, pneus novos, controle de cruzeiro, tela e painel MyLink. Revisões na concessionária, só DF 99.880Km. Particular R\$53.800 a vista Tr: 61 99221-1682</b>		
	<b>4</b>	<b>5.4 OPORTUNIDADES</b>
<b>CASA &amp; SERVIÇOS</b>		<b>CRÉDITO</b>
<b>4.1 Construção e Reforma</b>		<b>DINHEIRO E FINANÇAS</b>
<b>4.2 Moda, Vestuário e Beleza</b>		<b>DINHEIRO NA HORA</b>
<b>4.3 Saúde</b>		<b>DINHEIRO NA HORA</b> para funcionário público em geral com cheque desconto em folha ou débito em conta corrente sem consulta. SPC Serasa, Tel: 4101-6729 8449-3461
<b>4.2 Comemorações, e Eventos</b>		
<b>4.5 Serviços Profissionais</b>		
<b>4.6 Som e Imagem</b>		
<b>4.7 Diversos</b>		
<b>4.7 DIVERSOS</b>		<b>TURISMO E LAZER</b>
<b>DECORAÇÃO E ANTIGUIDADES</b>		<b>OUTROS</b>
<b>LEILÃO ON-LINE De Colecionismo. Dias : 29/12 e 30/12 às 14h No site: www.delanasleiloes.com.br Leiloeiro: Fernando Pellioli JCDF n 083</b>		<b>ACOMPANHANTE</b>
	<b>5</b>	<b>Todos os números desta Seção são do DF DDD 61, excetuando-se os que forem precedidos de DDD diverso expresso</b>
<b>NEGÓCIOS &amp; OPORTUNIDADES</b>		
<b>5.1 Agricultura e Pecuária</b>		
<b>5.2 Comunicados, Mensagens e Editais</b>		
<b>5.3 Informática</b>		
<b>5.4 Oportunidades</b>		
<b>5.5 Pontos Comerciais</b>		
<b>5.6 Telecomunicações</b>		
<b>5.7 Turismo e Lazer</b>		
<b>5.2 COMUNICADOS, MENSAGENS E EDITAIS</b>		<b>CARLOS MACHÃO</b> - Atiâo sigiloso peludo 42 anos 61 99642-9963
<b>MÍSTICOS</b>		
<b>A MARIA PADILHA RESOLVE PARA VOCÊ A MAE DE SANTO</b> traz amor em 7 horas na palma da mão, faz trabalhos em todas as áreas: amor, passar em concurso, tira depressão, faz cura de doenças , pacto de riqueza, afasta rivais. Consultas com entidade, cartas, presencial ou a distância . Sigilo total . Tenho referências e te dou garantia! (61) 9.0510.0509		<b>GINA 35 ANOS</b> Oráculo até o fim em homens ativos deixo finalizar na boca A.Nt 61 98423-0109
<b>LINDAURA MORENA DE PARAPUAN</b> o trânsito! Boquinha de veludo (61) 99620-9236		
<b>FACO ORAL GINA 35 ANOS</b> Oráculo até o fim em homens ativos deixo finalizar na boca A.Nt 61 98423-0109		



## AVISO *importante*

Informamos que a Loja e a Central de Anúncios terão funcionamento especial na semana do Ano Novo:

- ★ **Quarta-feira 31/12:** Fechados
- ★ **Quinta-feira 01/01:** Fechados
- ★ **Sexta-feira 02/01:** Atendimento normal

**ANTECIPE SEUS ANÚNCIOS!**

Para anunciar, ligue: **(61) 3342-1000**

Siga-nos no Instagram e fique por dentro de todas novidades!

**@Classificadoscb**

**CLASSIFICADOS**  
CORREIO BRAZILIENSE