

NOVO DECRETO

Caiado diverge de Lula sobre segurança

De acordo com a nota oficial de Caiado, o decreto cumpre papel de oferecer "mais liberdade de ação" para criminosos e "engessamento das forças policiais." **Política 2**

CONSUMO ONLINE NO BRASIL

Impulso e arrependimento

Quatro em cada dez brasileiros que compram online admitem agir por impulso e depois se arrepender. **Essência 13**

O HOJE



ANO 20 | Nº 6.618 | QUINTA-FEIRA, 26 DE DEZEMBRO DE 2024 | R\$ 2,50 | FUNDADO EM 23 DE ABRIL DE 2004

OHOJE.COM

Cidades turísticas de Goiás devem ter aumento de 41% no réveillon

O Réveillon de 2025 promete movimentar cidades turísticas no interior de Goiás. Com altas taxas de ocupação nos principais destinos, os goianos mostram preferência por regiões que aliam belezas naturais, áreas históricas e eventos especiais para a virada de ano. Cidades como Rio Quente, Caldas Novas e Pirenópolis estão entre as escolhas para a chegada do ano novo.

Cidades 9

Os processos para escolha dos secretários das cidades

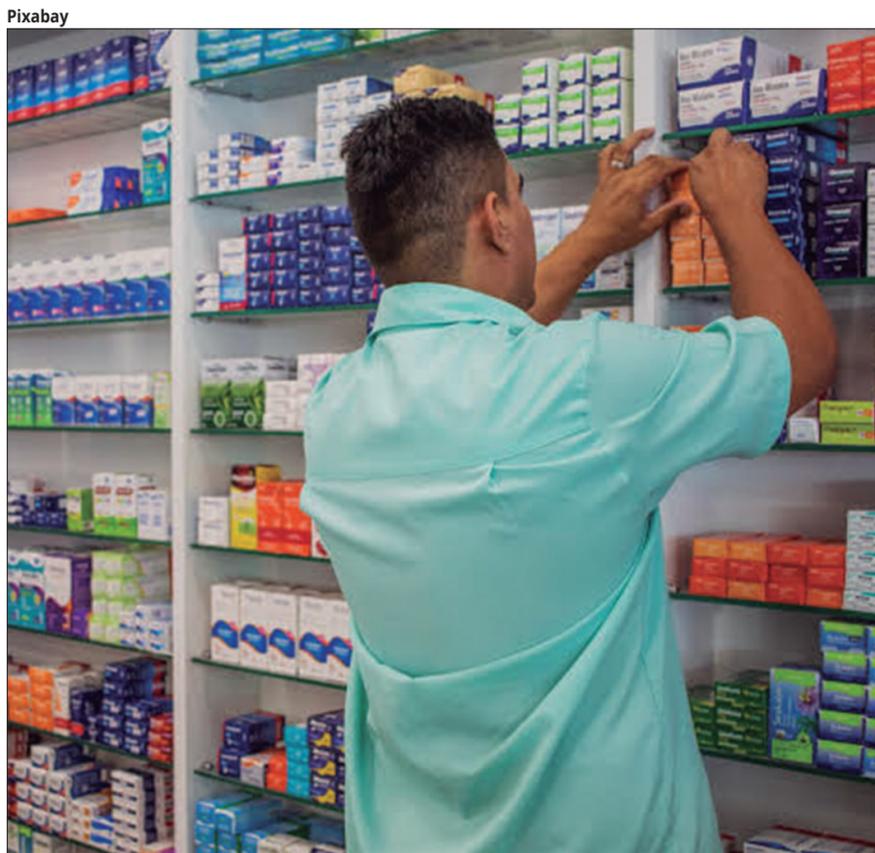
Política 5

Brasil entra em 2025 com tensão dos poderes

Política 6

Venda de remédios para insônia aumenta 676%

De acordo com o levantamento, foram realizadas mais de 17,5 milhões de buscas no Google no último ano pela melatonina. Desde a sua aprovação pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) em 2021. **Cidades 10**



Cassino dos juros atrai US\$ 5,5 bi em novembro

Os recursos direcionados por estrangeiros ou brasileiros fora do País para a compra de títulos de dívida negociados no mercado doméstico e emitidos pelo setor público **Econômica 4**



THIAGO PRIESS VALIATI
2025 será o ano da consolidação do 5G

Opinião 3

MELINA LOBO
Segundas-feiras, segundas chances

Opinião 3

Cenário fiscal afeta confiança da indústria

A pesquisa realizada pela CNI revelou que a perda de confiança afetou não apenas a maioria dos segmentos industriais também se espalhou por todas as regiões. **Economia 4**

Dólar sobe para R\$ 6,18 seguindo cenário externo

O dólar comercial encerrou esta segunda-feira (23) vendido a R\$ 6,186, com alta de R\$ 0,114 (+1,87%). **Economia 4**

Aviação deve fechar 2024 transportando 145 mi de passageiros

A aviação civil brasileira deverá fechar em 2024 com 145 milhões de passageiros transportados. Este número representará um novo recorde, superando os 142 milhões registrados em 2019. O dado faz parte do mais recente Relatório de Demanda e Oferta da Agência Nacional de Aviação Civil (ANAC). **Cidades 11**

Polarização mobiliza base, mas tem riscos

O ministro Paulo Pimenta deixará a Secretaria de Comunicação Social da Presidência em janeiro. **Política 5**

LEIA NAS COLUNAS

Xadrez: Aliados de Marconi confirmam que ele é candidato a governador

Política 2

Econômica: Falta de dólares? Mas cassino dos juros atrai US\$ 5,5 bi apenas em novembro

Economia 4

Livraria: 'Rotina Criativa e Hábitos que Mudam' é Um guia leve e criativo

Essência 14

Pacheco e Lira avaliam próximos passos na política

Política 6

Divulgação



Inovação na cirurgia da coluna

O Hugo, gerido por uma OS do Einstein, realizou sua primeira cirurgia endoscópica da coluna vertebral no final de novembro. **Cidades 11**

STF terá pautas decisivas em 2025 de economia

Decisões abordarão temas como apostas esportivas, vínculo trabalhista em aplicativos e regulamentação de propagandas alimentícias. **Política 2**

Ansiedade: como reconhecer os sinais do corpo

A ansiedade é uma resposta natural do organismo diante de situações de estresse. Quando ela se torna excessiva é difícil de controlar. **Essência 14**



Dólar: (paralelo) R\$ 5,21 | Dólar: (comercial) R\$ 5,212 | Euro: (Comercial) R\$ 5,964 | Boi gordo: (Média) R\$ 221,15 | Poupança: 0,3715% | Ouro: R\$ 309,14 | Bovespa: -0,11%

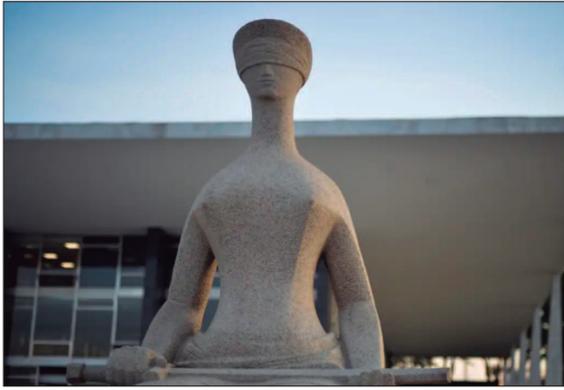


Negócios: (62) 3095-8722 | Classificados: (62) 3095-8700 | Leitor: (62) 3095-8772 | editor@ohoje.com.br



Tempo em Goiânia
Sol com algumas nuvens.
Não chove.
31° C
14° C

Marcello Casal Jr./ABr



Julgamentos podem trazer impactos diretos à sociedade e ao mercado

STF terá pautas decisivas em 2025 sobre economia e direitos sociais

O Supremo Tribunal Federal (STF) terá uma agenda movimentada em 2025, com julgamentos que impactam diretamente a economia e a vida dos brasileiros. Entre os casos estão o marco civil da internet, apostas online, trabalho por aplicativos e publicidade de alimentos prejudiciais à saúde.

Luís Roberto Barroso, presidente do STF, pretende concluir a análise sobre o Marco Civil da Internet antes de deixar o cargo em setembro, quando Luiz Edson Fachin assume a presidência. O caso busca definir a responsabilidade de plataformas por conteúdos publicados por terceiros.

Outro tema aguardado é o julgamento sobre apostas esportivas. O ministro Luiz Fux quer medidas que protejam pessoas vulneráveis e já determinou que o governo impeça o uso de recursos do Bolsa Família para esse tipo de atividade.

Na área trabalhista, será debatido o vínculo entre motoristas de aplicativos e as empresas. Enquanto trabalhadores defendem a aplicação das regras da CLT, empresas como a Uber alegam que seus motoristas são autônomos.

A pauta inclui também a regulamentação de propagandas de alimentos prejudiciais à saúde e questões tributárias que podem gerar bilhões em impacto, como o cálculo de impostos sobre empresas.

Essas decisões são esperadas para trazer mais clareza e segurança em áreas fundamentais para o país. **(Vinicius Lima, especial para O Hoje)**



Xadrez
Wilson Silvestre

(62) 99314-0518 | (61) 99613-6831
xadrez@ohoje.com.br

Aliados de Marconi confirmam que ele é candidato a governador

“Marconi trabalha sem descanso em busca de alianças ou fusões com outras legendas. Ele quer reforçar sua candidatura ao Governo de Goiás em 2026”, garante o aliado histórico, Jardel Sebba. A coluna apurou junto a tucanos de Brasília, que já existem conversas bem adiantadas com dois partidos: um médio e outro grande. Questionado sobre a falta de estrutura e aliados para sustentar uma candidatura majoritária ao governo, Jardel é otimista. “Existe um desejo da população por mudanças e se houver uma fusão, mesmo que a sigla PSDB desapareça, muitas lideranças vão sair das sobras e apoiá-lo”, acredita Sebba.

Na contabilidade de hoje, o PSDB tem sete prefeitos, entre eleitos e reeleitos, número insuficiente para competir com os partidos aliados do governador Ronaldo Caiado (União) e seu vice, Daniel Vilela (MDB). Se for no mano a mano, serão sete contra 171 da base caiadista se considerar só os principais, União Brasil, MDB, PP e Podemos. Soma-se a eles, os avulsos e possíveis adesões vindas de outras legendas.

Apoiadores de Marconi apostam no horário eleitoral, por isso, a necessidade de fazer uma fusão com outras legendas para ampliar o tempo no palanque eletrônico e nas redes sociais. “Vejo o início de 2025 com muita esperança, principalmente quando for efetivada a fusão com uma sigla maior”, acredita Jardel. Ele reforça essa tese ao citar a fusão do PSL com o DEM que virou a União Brasil. “O caminho é esse, caso contrário, partidos com bancadas menores ou sem representantes no Congresso, tendem a desaparecer e pior, ficar sem o financiamento de campanha e o fundo partidário”, diz Sebba.



Discretos e competentes

A gestão do governador Ronaldo Caiado tem um time de auxiliares que jogam em qualquer seleção de gestores, mas dois nomes se destacam: Pedro Sales, que comanda a Seinfra, e Adriano da Rocha Lima (Secretário-Geral de Governo). Em comum entre os dois, além da competência, a discrição. Embora eles passem longe dos partidários, são mestres na arte de dialogar com lideranças políticas, ofício que requer habilidade e conhecimento sobre estratégias do governador. É para poucos!

Paulo secretário

O prefeito de Rio Verde (até 31/12), Paulo do Vale (União) confirma à Xadrez que será o Secretário de Governo na gestão de Wellington Carrijo (MDB). “Vou ser um soldado do prefeito Dr. Carrijo e, junto com o deputado Lucas do Vale (MDB), trabalhar para que Rio Verde continue a crescer, gerar empregos, renda e qualidade de vida”.

Boa notícia

O projeto de lei que amplia os direitos de pessoas com diferentes deficiências foi aprovado pela Câmara dos Deputados e vai para o Senado. Os cães assistentes conhecidos popularmente por cão guia, ajudam pessoas com deficiência auditiva a identificar sons importantes. Os cães de serviço auxiliam, em tarefas como abrir portas, buscar objetos e até alertar sobre crises de saúde.

Novo visual

O prefeito de Goiânia, Rogério Cruz (SD), gravou vídeo ao lado da mulher Telma Cruz, desejando um feliz Natal e também se dizendo “feliz por ter chegado ao fim do mandato”. No entanto, o que desperta a atenção é o novo visual de Rogério com uma espessa barba estilo ‘cantor sertanejo’.

Cidade vazia

Nada pior para a economia do que o feriado no meio da semana. A cidade vai continuar esvaziada, principalmente pelas férias escolares, recesso parlamentar na Câmara de Vereadores, Alego, Ministério Público e Judiciário. **(Especial para O Hoje)**

Caiado faz crítica a Lula sobre segurança pública

“O crime organizado celebra hoje o grande presente de Natal recebido do presidente Lula”, diz Caiado

Raunner Vinicius Soares

O Governador do Estado de Goiás Ronaldo Caiado (União Brasil) confronta decreto do Presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT) que objetiva regular a segurança pública nos estados. De acordo com a nota oficial de Caiado, o decreto cumpre papel de oferecer “mais liberdade de ação” para criminosos e “engessamento das forças policiais.” O decreto de Lula estabelece normas de atuação para os agentes que atuam na segurança pública para tentar inibir o uso de violência desnecessária.

O novo decreto centraliza no Ministério da Justiça decisões de monitorar ações dos agentes públicos, formular, implementar e financiar. Além disso, criam regras para o uso de violência em abordagens, uso de armas de fogo, maior apuração em ações com vítimas, eventuais discriminações (de raça, cor, etnia, opção sexual, entre outras) e, a parte que mais criou desavenças entre Caiado e Lula, o controle dos repasses que serão condicionados ao seguimento das normas.

Ronaldo Caiado reagiu ao

decreto apontando na nota que “o crime organizado celebra hoje o grande presente de Natal recebido do presidente Lula: um decreto que lhes garante mais liberdade de ação e promove o engessamento das forças policiais. É o modelo PT-venezuelano, que parece querer incendiar o país.”

O decreto ainda postula que as normativas à sociedade devem ser divulgadas pelo Ministério de Justiça. De maneira adicional, a violência e o uso de armas de fogo em abordagens devem ser usados somente em último caso, as ações policiais com vítimas devem ser mais detalhadas, as discriminações por raça, cor, etnia, orientação sexual, idioma, religião, nacionalidade, origem social, deficiência, situação econômica, opinião política ou qualquer outra natureza estão expressamente proibidas.

De acordo com o decreto presidencial, para fazer valer as medidas será criado um colegiado denominado Comitê de Monitoramento do Uso da Força, que contará com a participação de membros da sociedade civil. Com o mesmo objetivo, o governo controlará os recursos do Fundo Peni-



O Governador do Estado de Goiás se tornou referência nacional no combate à criminalidade

tenciário Nacional e o Fundo Nacional de Segurança Pública, que serão liberados à medida que os entes seguirem as novas diretrizes.

O governador, se opondo ao decreto, aponta que “o texto evidencia que a cartilha do governo Lula para a segurança pública foca apenas em crimes de menor potencial ofensivo, como furtos. Mas não estamos na Suécia. A realidade brasileira é marcada por narcotraficantes violentos, equipados com um vasto arsenal, que travam uma verdadeira guerra contra o Estado democrático de direito.”

Caiado termina a nota explicando que “enquanto o crime organizado avança como uma metástase sobre todos os setores do país, o governo federal trabalha, dia após dia, para enfraquecer os mecanismos de defesa da nossa sociedade. Isso vai além da omissão: é conivência.”

O Governador do Estado de Goiás se tornou referência nacional no combate à criminalidade, sendo amplamente citado em podcasts, páginas de redes sociais de cunho político, canais do Youtube, entre outros meios de comunicação. A sua maior projeção e a seus posicionamen-

tos em oposição ao atual Presidente do Brasil, nos últimos meses, entram em convergência com a sua pretensão de se tornar presidencial em 2026.

Os críticos de Caiado apontam suposto excesso na conduta das forças policiais de Goiás. O governador, por outro lado, garantiu bons resultados, que legitimam o seu discurso contra criminosos. Esta postura de Ronaldo Caiado entra em conflito com o decreto presidencial que promete inibir a efetiva ação policial. Contradições que serão resolvidas com uma possível disputa em 2026. **(Especial para O Hoje)**

Reprodução

2025 será o ano da consolidação do 5G no País

Thiago Priess Valiati

Estamos chegando ao fim de 2024, ano em que o 5G completou dois anos no Brasil. Hoje, o 5G está presente em quase 600 municípios, sendo que a infraestrutura necessária já se estendeu a mais de 800 cidades, contemplando mais de 60% da população. As projeções do governo federal são de que o 5G deve adicionar aproximadamente 0,5% ao PIB do país ao ano, considerando o aumento de produtividade e as novas oportunidades de negócio em setores variados como indústria, saúde, educação, agricultura e logística. A partir de 2025, assistiremos uma aceleração dos benefícios gerados pelo 5G, que após o período de implantação, vai se consolidar no país.

Em média, a velocidade do 5G no país está em torno de 450 Mbps, o que coloca o Brasil em destaque em rankings sobre a eficiência das conexões. Mais do que a infraestrutura existente, a consistência do serviço será fundamental para que o 5G realmente consiga entregar as vantagens prometidas para os diversos setores, especialmente em relação às novas tecnologias que dependem da alta velocidade contínua.

A necessidade de constância se deve, sobretudo, à troca de informações entre máquinas, por meio da Internet das Coisas (IoT). Estamos falando de equipamentos enviando dados entre si a todo o momento. Isso requer uma velocidade de conexão elevada e ininterrupta para garantir que as informações sejam atualizadas em tempo real. É isso que setores como indústria, agronegócio, logística e outros segmentos esperam obter do 5G. Mais do que o aumento por si do volume de acessos de máquinas, é preciso garantir a sua qualidade.

O combo de alta velocidade e baixa latência visa oferecer uma velocidade muito elevada, que seria equivalente às de conexões físicas. É a partir da implementação progressiva do 5G no país que muitas tecnologias que são faladas atualmente podem se consolidar, como a Inteligência Artificial, além da Internet das Coisas, que permitem mais automação, eficiência e avaliação de grandes volumes de dados para empresas de diversos segmentos econômicos.

A necessidade de investimento em infraestrutura

O investimento em infraestrutura por parte das operadoras de telefonia móvel será determinante para garantir que a expansão do 5G cumpra os seus cronogramas e atinja os resultados esperados tanto pelas empresas quanto pelas pessoas físicas. Nesse contexto, a Agência Nacional de Telecomunicações (Anatel) segue uma agenda para os próximos anos:

Até julho de 2025, o foco está no atendimento dos municípios com população igual ou superior a 500 mil habitantes. Espera-se uma antena a cada 10 mil habitantes;

Até julho de 2026, o objetivo se volta às cidades com mais de 200 mil habitantes: uma antena para cada 15 mil pessoas;

Até julho de 2027, o atendimento será destinado a municípios com mais de 100 mil habitantes, seguindo a proporção de uma antena a cada 15 mil pessoas;

Até julho de 2029, 100% da população localizada em cidades com mais de 30 mil habitantes, mantendo o padrão de uma antena a cada 15 mil pessoas.

Nesse contexto, o 5G, de forma gradativa, deve se estender para as cidades de maior para o menor porte – além, é claro, de regiões mais afastadas, caso de propriedades rurais. Para sentir este benefício, os smartphones e outros dispositivos conectados também devem contar com uma tecnologia condizente. Quanto mais desenvolvida a infraestrutura de um país, como um serviço de 5G de alta velocidade e qualidade, mais desenvolvimento socioeconômico isso gera para o Brasil. Um financiamento mais elevado em infraestrutura é capaz de proporcionar, por exemplo, crescimento no número de empregos e significar uma melhoria na qualidade de vida dos cidadãos.



Thiago Priess Valiati é advogado

Segundas-feiras, segundas chances

Melina Lobo

Segunda-feira é meu dia preferido da semana. Geralmente estou descansada e cheia de planos, mas essa não era uma segunda-feira qualquer. Era uma manhã ensolarada de final de inverno e não estava com a energia habitual. Meu pai havia partido duas semanas antes. Não sem anunciar. Ele estava avisando havia meses. Já era motivo de piada na família, mas eu sabia que era real. Ainda assim, quando aconteceu, a dor me atravessou e desorganizou.

Minha mãe morreu numa madrugada de sábado sete anos antes. No domingo, meu pai reuniu os quatro filhos e anunciou “Amanhã é segunda, quero ver vocês todos trabalhando. Sua mãe foi uma mulher digna que abriu mão da vida profissional para educar vocês. Honrem sua mãe e cumpram suas obrigações”.

Aquelas palavras ainda ecoavam na minha alma e eu tentava cumprir a agenda de trabalho. O final de semana havia sido intenso. Ao chegar ao trabalho, recebi a mensagem e fiquei em dúvida se responderia. Não estava prevista na rotina aso-berbada daquela segunda o atendimento àquele cliente, mas o hábito e a curiosidade se impuseram. E o amor, pois se tratava de uma família muito querida cujo fundador com mais de 80 anos é bastante ativo na empresa.

A filha reclamava que o pai se recusava a cumprir as decisões que havíamos tomado na última reunião do Conselho. Não queria mais criar os novos cargos para os filhos e muito menos pagar a remuneração combinada. Imediatamente telefonei para o pai e perguntei se podíamos marcar uma reunião para aquela tarde.

Peguei o carro e fui falar pessoalmente com o fundador. No caminho, fui refletindo sobre as relações familiares, principalmente as que são permeadas pelos negócios. Quando estamos juntos, reclamamos. Quando a vida nos impõe a separação absoluta pela morte, choramos.

Eu estava em luto, mas sabia que sair da minha dor para auxiliar outros ajudava a curar mais rápido. Com esses pensamentos, fui dirigindo até a empresa e sua nova sede recém-instalada em um moderno condomínio empresarial.

Ele estava à minha espera e me levou a uma sala nova de reunião que eu ainda não conhecia. A sala com paredes de vidro não nos permitia a pri-

vacidade necessária para aquela reunião, mas se a escolha era dele, do dono, só me restava entrar na dança já que ali era ele que conduzia o ritmo.

Ao sentarmos, ele foi logo dizendo “Foi minha filha que te avisou? Eu não vou pagar nada do que vocês estão querendo. Você não conhece as reais condições financeiras da empresa. Vocês estão sonhando. Vão quebrar a empresa”.

Bebi um gole de água, procurei modular a voz para o tom mais agradável possível e respondi que eu havia sido contratada justamente para isso: trazer os filhos para dentro da operação. Que conhecia sim os números da empresa, pois eram apresentados em todas as reuniões. Que já era hora de tratar os filhos como sócios, atribuindo responsabilidades e remunerando pelo trabalho.

Diante do silêncio que se prolongava, desabafei: - O senhor ficou sabendo que despedi do meu pai há poucos dias?

- Sei, mas não quis tocar no assunto.

- Então, fico pensando em como vocês ainda podem aproveitar o tempo que tem juntos, pois ele é precioso demais.

Ele pegou na minha mão e disse para não chorar, que a vida é assim mesmo, chegamos e saímos dela sem aviso.

Ele é um homem grande. Deve ter sido um jovem bonito, ainda guarda seu charme. Assumiu a calvície e usa sempre um boné estiloso. A idade tem cobrado sua conta. Problemas na coluna, dores constantes e ele sempre resistente. Fala alto e forte, mas seu coração é ainda maior. Nos despedimos e ele falou que pensaria melhor se manteria a remuneração dos filhos.

Dividir o processo de decisão não é fácil. Não é uma questão de passar o bastão da liderança, mas, sim, de conviver com toda a diversidade de pensamentos, opiniões e atitudes. Um desafio para quem tem família e negócios juntos, outro para quem lida com famílias empresárias.

Segundas continuam sendo meu dia preferido da semana. Elas representam o recomeçar, refazer, aperfeiçoar, enfim, usufruir de uma segunda chance enquanto estamos vivos e atuantes.



Melina Lobo é Conselheira de Administração e Advogada

CARTA DO LEITOR

Juntos contra o suicídio

Hoje irei abordar um tema de extrema importância e que preocupa muito: o suicídio. São registrados cerca de 12 mil suicídios todos os anos no Brasil e mais de 16 milhões no mundo. Trata-se de uma triste realidade, que registra cada vez mais casos, principalmente entre os jovens. Cerca de 96,8% dos casos de suicídio estavam relacionados a transtornos mentais. Em primeiro lugar está a depressão, seguida do transtorno bipolar e abuso de substâncias. Por isso, se você conhecer alguém que já tentou ou pensa em cometer, ajude esta pessoa e se possível leve ela até um profissional.

Rogério Silva
Goiânia

Mosquito da dengue

O mosquito, que é responsável por causar doenças arbovirósicas, é o principal transmissor da dengue. É importante os órgãos públicos intensificarem as campanhas de combate, principalmente por não termos o suporte dos agentes de combate a endemias que auxiliam e verificam os cuidados domésticos. Em épocas de chuvas isoladas devemos ficar mais atentos para que não sejamos omissos em relação ao mosquito da dengue, já que podemos fazer a diferença, com os cuidados necessários protegem não somente nossa família, mas também nossos vizinhos. É um trabalho em conjunto. A consciência de mantermos uma cidade limpa e os cuidados em casa resulta em vidas preservadas.

Yasmine Gondim
Aparecida de Goiânia

CONTA PONTO

“Não acredito de forma alguma que estamos fracassando. Nossos números mostram o sucesso da implementação desses novos posicionamentos, da revisão da matriz de ensino.”

O diretor-geral da Polícia Rodoviária Federal, Antônio Fernando Oliveira, disse em entrevista à GloboNews na tarde desta quarta-feira (25) que a PRF não está fracassando na tentativa de mudar a cultura da corporação, em especial a do Rio de Janeiro.

INTERAJA CONOSCO



@jornalohoje

A correta separação do lixo é crucial não só para a proteção do meio ambiente, mas também para assegurar a proteção dos trabalhadores envolvidos na recolha de resíduos. Embora o assunto seja de grande importância, muitos garis e catadores ainda lidam com riscos cotidianos devido ao descarte impróprio de materiais cortantes, como vidros partidos. Curtiu a publicação o leitor.

Elvis Machado (@ecpmachado)



@ohoje

Um jovem de 20 anos atirou contra seu pai durante as comemorações de Natal em Rio Verde, Goiás. De acordo com a Polícia Militar (PM), o rapaz inicialmente pretendia atingir o irmão, mas a vítima entrou na frente durante uma briga. O pai foi baleado com dois tiros e, em estado grave, foi levado ao hospital, onde segue internado nesta quarta-feira (25), conforme informações da TV Anhangüera. Curtiu a publicação a leitora.

Rafaella Alves (@rafaellaalvesro)

Aos colaboradores do O Hoje: Artigos para este espaço devem conter no máximo 4.000 caracteres e também podem ser divulgados no portal **ohoje.com**. São analisados os textos enviados, com foto e assinatura, para editor@ohoje.com.br. Cartas não podem ultrapassar 800 caracteres e o endereço para envio é o mesmo dos artigos. Mais informações podem ser obtidas pelo (62) 3095-8742.

Miguel Ângelo/CNI



Queda do nível de confiança atingiu todas as regiões do país e todos os portes de empresa, indica CNI

Cenário fiscal de dezembro afeta confiança da indústria, aponta CNI

Alexandre Paes

O mês de dezembro trouxe um impacto negativo para a confiança da indústria brasileira. O motivo? O atraso nas medidas de contenção do aumento de despesas do governo federal e a quebra de expectativas em relação ao pacote fiscal proposto. O cenário resultou em uma queda generalizada na confiança do setor, conforme aponta levantamento recente da Confederação Nacional da Indústria (CNI). De 29 setores industriais analisados, 27 registraram um enfraquecimento nas perspectivas para os próximos meses.

A pesquisa realizada pela CNI revelou que a perda de confiança afetou não apenas a maioria dos segmentos industriais, mas também se espalhou por todas as regiões do país e atingiu empresas de diferentes portes. A análise, que inclui tanto grandes indústrias quanto pequenas e médios empresários, revela um quadro alarmante para a economia nacional.

Se, em novembro, o índice de confiança da indústria brasileira mostrava apenas dois setores com uma percepção negativa sobre a situação econômica, em dezembro o número subiu para 16. Este aumento expressivo reflete a incerteza que tomou conta do ambiente empresarial, especialmente diante das expectativas frustradas em relação ao pacote fiscal. Para entender o alcance dessa queda, a CNI utiliza um índice de confiança que varia de 0 a 100 pontos, sendo que 50 pontos representam um nível neutro de confiança.

Impacto das incertezas fiscais

Marcelo Azevedo, gerente de Análise Econômica da CNI, explica que a desaceleração no nível de confiança está diretamente relacionada às incertezas quanto ao andamento do ajuste fiscal e suas consequências para a economia brasileira. "O aumento das preocupações com o cenário fiscal reflete o receio do setor industrial sobre os efeitos da política fiscal em relação a outros indicadores importantes, como a taxa de juros e a taxa de câmbio", explica Azevedo.

A alta dos juros e o impacto no câmbio são elementos cruciais para o funcionamento das empresas, especialmente na indústria. O aumento da taxa de juros dificulta o acesso ao crédito e reduz a demanda por produtos, ao mesmo tempo em que eleva os custos operacionais, dado que muitos insumos da indústria dependem da importação e são impactados pela variação do câmbio. A piora nas expectativas em relação a essas variáveis reflete o temor de um ambiente econômico mais restritivo e instável.

Além disso, o cenário fiscal atual gerou uma sensação de que o governo federal ainda não conseguiu demonstrar com clareza os rumos que tomará para equilibrar as contas públicas. A indefinição em torno das medidas fiscais para conter o aumento das despesas preocupa o setor produtivo, que, em sua maioria, ainda aguarda propostas concretas para reverter a escalada da dívida pública e promover um ajuste fiscal sustentável.

O levantamento da CNI indica que a queda de confiança atingiu todos os cantos do Brasil. As regiões Norte, Sul, Sudeste, Centro-Oeste e Nordeste apresentaram resultados negativos, sem exceção. A instabilidade fiscal não discrimina regiões e tem levado empresas de diferentes localizações a repensar seus investimentos e estratégias para 2024. A pesquisa não apenas revelou o impacto nas grandes indústrias, mas também em pequenas e médias empresas, que muitas vezes são mais vulneráveis às flutuações econômicas.

Expectativas para 2024

A CNI ainda não lançou previsões definitivas para 2024, mas a pesquisa revelou que a maior parte das indústrias ainda está cautelosa. Apesar de uma recuperação gradual em algumas áreas, o clima de incerteza fiscal tem levado muitas empresas a revisar suas expectativas e a adotar uma postura mais conservadora. A expectativa para o ano que vem é que o governo apresente medidas fiscais claras e eficazes, capazes de promover a estabilidade econômica e restaurar a confiança do setor produtivo.

Contudo, a resistência da indústria frente à instabilidade fiscal é um reflexo do momento político e econômico pelo qual o Brasil atravessa. O cenário exige respostas rápidas e eficazes, com uma agenda fiscal sólida, capaz de conter a expansão das despesas e garantir a sustentabilidade da dívida pública, ao mesmo tempo em que promove um ambiente favorável ao crescimento da economia e da indústria. **(Especial para O Hoje)**



Econômica

Lauro Veiga Filho

| economica@ohoje.com.br

Falta de dólares? Mas cassino dos juros atrai US\$ 5,5 bi apenas em novembro

Os recursos direcionados por estrangeiros ou brasileiros fora do País para a compra de títulos de dívida negociados no mercado doméstico e emitidos pelo setor público, por bancos e empresas privadas voltaram a disparar em novembro, atingindo o maior valor para o mês desde que o Banco Central (BC) passou a divulgar a atual série estatística, em 1995. A grande especulação global desembarcou com vigor no País, aportando nada menos do que US\$ 5,522 bilhões apenas em novembro, estimulada pela facilidade de ganhos rápidos e elevados no cassino dos juros a que foi transformado o setor financeiro e o mercado de capitais pela política permanente de arrocho monetário.

Para comparação, em novembro do ano passado, o mercado doméstico de títulos de dívida havia recebido uma injeção de US\$ 832,739 milhões em valores líquidos, quer dizer, já descontados os dólares remetidos para fora do País por investidores estrangeiros. A comparação entre os dois meses mostra um salto de expressivos 563,11%, nada menos do que 6,6 vezes a mais. Os dados de novembro ajudaram a turbinar o desembarque de dólares no mercado doméstico de papéis de dívida, que passou a acumular alta de 63,18% nos primeiros 11 meses deste ano frente ao mesmo período do ano passado, quando aquelas operações haviam alcançado perto de US\$ 10,647 bi-

lhões. Entre janeiro e novembro deste ano, entraram naquele mercado US\$ 6,727 bilhões a mais do que em idêntico intervalo de 2023, elevando o total líquido neste ano para US\$ 17,374 bilhões.

Golpe e fuga de dólares

Embora o avanço tenha sido nada desprezível, bem ao contrário, o total acumulado até novembro de 2024 corresponde ao sétimo maior valor para o período desde 1995 e ao mais alto desde 2021, quando os títulos de dívida emitidos aqui dentro haviam atraído US\$ 17,684 bilhões (sempre entre janeiro e novembro). A conta ficou negativa entre 1997 e 2022, com a saída de dólares daquele mercado superando a entrada de divisas estrangeiras, período que coincide com a fase de valorização do real frente ao dólar e a pelo menos duas crises cambiais ocorridas no período, que levaram o Brasil a pedir o socorro do Fundo Monetário Internacional (FMI) para pagar compromissos internacionais. Entre dois extremos, o mercado de títulos de dívida experimentou a entrada recorde de US\$ 35,597 bilhões precisamente em 2014 e a fuga igualmente histórica de US\$ 24,636 bilhões em 2016, em meio à crise gerada pelo impedimento da presidente Dilma Rousseff, num processo liderado pelo ex-deputado Eduardo Cunha e sua camarilha golpista.

BALANÇO

❖ A entrada vigorosa de dólares observada em novembro no mercado de títulos reforça as análises que apontam uma forte dose de especulação nos movimentos registrados no mercado do dólar nas últimas semanas. A cotação da moeda norte-americana em reais chegou a recuar 3,78% entre o final de julho e o último dia de setembro, saindo de algo acima de R\$ 5,66 para pouco menos de R\$ 5,45 conforme registro diário realizado pelo BC. Em outubro, o dólar subiu 6,05% e atingiu, ao fim do período, perto de R\$ 5,78 e avançou para R\$ 6,05 no encerramento de novembro, numa elevação de 4,77%.

❖ Até 24 de dezembro, quando bateu em R\$ 6,15, a cotação da moeda havia experimentado elevação de 1,66% (em aparente desaceleração quando considerado o ritmo observado nos dois meses anteriores). Desde 30 de setembro até a véspera do Natal, portanto, a cotação do dólar chegou a registrar variação de 12,95%.

❖ Somando as operações

realizadas aqui dentro e as transações ocorridas no mercado externo, os títulos de dívida registraram a entrada líquida total de US\$ 26,5 bilhões entre janeiro e novembro deste ano, pouco mais de dois terços ocorridas no mercado doméstico. Na comparação com os mesmos 11 meses de 2023, quando aqueles títulos haviam recebido injeção de US\$ 17,324 bilhões, as estatísticas do BC indicam elevação de 52,97%. Em novembro, isoladamente, a alta chegou a 76,52%, com os negócios neste mercado atraindo US\$ 4,596 bilhões neste ano e US\$ 2,604 bilhões no ano passado.

❖ As negociações de papéis brasileiros lá fora anotaram alguma desaceleração no ritmo de crescimento diante da remessa líquida de US\$ 925,572 milhões em novembro deste ano, o que se compara com a entrada de US\$ 1,771 bilhão em igual mês do ano passado. No acumulado até novembro, a movimentação cresceu 36,69%, saindo de US\$ 6,677 bilhões para US\$ 9,127 bilhões – ou

seja, em torno de US\$ 2,450 bilhões a mais.

❖ Os números do balanço brasileiro de pagamentos, conta que consolida todas as transações realizadas pelo País no mercado internacional, foram afetados negativamente pelo aumento de 49,77% no rombo acumulado até novembro na conta de capital. O déficit nesta área subiu de US\$ 10,027 bilhões para US\$ 15,017 bilhões (US\$ 4,990 bilhões a mais), notadamente por influência da saída de dólares destinados a aplicações em criptoativos. As remessas de dólares destinadas a transações com moedas virtuais lá fora subiram de US\$ 10,353 bilhões para pouco menos de US\$ 15,290 bilhões, em alta de 47,68% na comparação entre os 11 meses iniciais deste ano e de 2023. Esse tipo de "investimento", altamente especulativo, anotou algum arrefecimento em novembro, quando as remessas caíram 7,17%, de US\$ 1,313 bilhão em 2023 para US\$ 1,219 bilhão neste ano. **(Especial para O Hoje)**

Dólar sobe para R\$ 6,18 influenciado pelo cenário externo

Num dia de pouca liquidez no Brasil e turbulências no exterior, o dólar voltou a aproximar-se de R\$ 6,20. A bolsa caiu mais de 1% e atingiu o menor nível em mais de seis meses.

O dólar comercial encerrou esta segunda-feira (23) vendido a R\$ 6,186, com alta de R\$ 0,114 (+1,87%). A cotação abriu em R\$ 6,11 e subiu durante toda a sessão. Na máxima do dia, por volta das 15h30, chegou a R\$ 6,20.

Diferentemente dos últimos dias, o Banco Central (BC) não interveio no câmbio. Após o fechamento do mercado, a autoridade monetária anunciou a venda de US\$ 3 bilhões à vista na quinta-feira

(26). O dinheiro sairá das reservas internacionais e, diferentemente dos leilões de linha, não será recomprado de volta pelo BC.

No mercado de ações, o dia também foi tenso. O índice Ibovespa, da B3, também teve um dia tenso e fechou aos 120.767 pontos, no menor nível desde 1,09%. O indicador está no menor nível desde 20 de junho.

Com o recesso parlamentar no Brasil e poucos dias úteis na semana, o mercado financeiro teve um dia de pouco volume, sendo influenciado principalmente pelo cenário internacional. O dólar fortaleceu-se em todo o planeta, com os investidores ain-

da digerindo o comunicado da reunião do Federal Reserve (Fed, Banco Central norte-americano), que indicou menos cortes no próximo ano nos Estados Unidos.

No Brasil, o câmbio também foi influenciado pela saída de recursos típica do fim de cada trimestre, em que as multinacionais repassam os lucros ao exterior.

A divulgação do boletim Focus, pesquisa semanal com instituições financeiras, indicou piora nas expectativas de inflação e de juros para 2025. Isso interferiu em alta nas taxas futuras de juros, contribuindo para a queda da bolsa. **(Alexandre Paes, especial para O Hoje)**

Os processos para escolha dos secretários das cidades estratégicas

Rio Verde, Jataí, Valparaíso, Luziânia e Novo Gama na iminência de anunciar os novos chefes das pastas municipais

Thiago Borges

A escolha dos secretários dos municípios é sempre rodeada de expectativa. Os prefeitos eleitos selecionam aqueles que irão chefiar as pastas das cidades, gerando repercussões diferentes ao depender do nome escolhido. A depender das dificuldades vividas pelos municípios, algumas pastas recebem olhares mais atentos. Porém, em cidades que o grupo político no comando a partir do novo mandato é o mesmo, o secretariado pode se manter.

Em Rio Verde, o prefeito eleito Wellington Carrijo (MDB) deve seguir com boa parte do secretariado que esteve à frente das pastas rioverdenses nos últimos oito anos, durante a gestão de Paulo do Vale (União Brasil). Carrijo já anunciou a saída de Paulo Martins - que deve assumir outro cargo na gestão do emedebista - da Secretaria de Agricultura, Pecuária e Abastecimento. No lugar, José Luiz, coordenador regional da Empresa de Assistência Técnica e Extensão Rural do Estado de Goiás (Emater) no sudoeste goiano, irá assumir a pasta. Existia a expectativa dos secretários serem anunciados no início da semana,



Reprodução

Mudanças e continuidade nas secretarias de Goiás refletem as estratégias dos prefeitos eleitos para responder aos desafios locais

mas não aconteceu.

A manutenção de parte do secretariado também deve ser a tônica em Luziânia e Novo Gama. As vitórias, que reelegeram Diego Sorgatto (União Brasil) e Carlinhos do Mangão (PL), nos municípios do entorno do Distrito Federal foram com ampla vantagem. As ges-

tões municipais são bem avaliadas e as mudanças nas secretarias tendem a ser pontuais. Inclusive, Carlinhos é um possível nome ventilado para compor a chapa com Daniel Vilela (MDB) na disputa pelo governo do Estado em 2025, como já mostrado anteriormente pela reportagem do jornal O Hoje.

No município de Valparaíso de Goiás, Marcus Vinicius (MDB) venceu a disputa com Zé Antônio (PL). Vinicius é da base do prefeito Pábio Mossoró (MDB). O emedebista comandou a cidade por dois mandatos e apoiou Marcus, que deve seguir a mesma linha do secretariado do atual prefeito, que deixará a gestão com um

sucessor feito. Nestes municípios, onde o grupo político vigente continuará comandando a prefeitura, as mudanças tendem a ser pontuais, mas com o perfil do novo gestor.

Outra cidade estratégica do sudoeste goiano, Jataí passou por mudanças no comando das pastas. O prefeito eleito Geneilton Assis (PL) venceu Humberto Machado (MDB) na disputa eleitoral, impedindo a reeleição do emedebista. Junto a sua vice, Flaviane Scopel (Republicanos), Geneilton divulgou sua equipe durante entrevista coletiva, na última segunda-feira, 23.

O prefeito eleito garantiu que os critérios utilizados para as escolhas passaram por ouvir enti-

dades representativas dos setores e utilizar critérios técnicos.

Para as Secretarias Municipais, os nomes escolhidos foram: Alessandra Assis, para a pasta de Desenvolvimento Social; Maycon Richard, Secretaria de Administração; Ricardo Goulart, Desenvolvimento Rural; Rodrigo Garcia, Desenvolvimento Econômico; Renato Sabino, Cultura; Jeane Idalina, Educação; Agustinho Filho, Esportes; João Geraldo, Fazenda; Cantimiro, Obras e Planejamento Urbano; Carlos Biella, Meio Ambiente; Dr. Élio Caetano, Saúde; Tiago Rua, Serviços Urbanos; e a tenente-coronel Selma, na Secretaria de Segurança Pública. **(Especial para O Hoje)**

FUTURO MARQUETEIRO DE LULA

Polarização mobiliza base, mas tem riscos

O ministro Paulo Pimenta está de saída da secretaria de Comunicação Social da Presidência (Secom). Para substituí-lo, provavelmente em janeiro, o marqueteiro e publicitário Sidônio Palmeira deve assumir o cargo com a missão de reformular a comunicação do governo, muito criticada nos últimos meses. Há quem diga que o trabalho possa incluir a manutenção da polarização do lulismo com o bolsonarismo.

Sidônio, vale lembrar, foi o marqueteiro da campanha do presidente Luiz Inácio Lula da Silva, em 2022, quando o petista garantiu seu terceiro mandato. Foi um momento, claro, de muita polarização.

O professor e cientista político Marcos Marinho explica que o estímulo à polarização pode ser uma estratégia do partido para mobilizar sua base e contrastar com adversários. "No entanto, essa abordagem carrega riscos, como o afastamento de eleitores moderados e dificuldades de governabilidade", aponta.

"Embora o 'clima de torcida' favoreça a militância e engaje setores fiéis, a polarização pode ser uma estratégia do partido para mobilizar sua base e contrastar com adversários. No entanto, essa abordagem carrega riscos, como o afastamento de eleitores moderados e dificuldades de governabilidade", aponta.



tido nesse cenário", avalia.

Sobre a troca do ministro da Secom, ele vê como reflexo de um ajuste estratégico do governo para reforçar sua narrativa e enfrentar desafios no diálogo com a sociedade. "A comunicação é um pilar crucial para a sustentação política, especialmente em cenários de tensão e disputa de narrativas."

Críticas

O presidente Lula tem feito críticas há Secom há algum tempo. O presidente julga que a pasta tem atuado de forma irregular desde o começo do

mandato. Na opinião dele, as políticas públicas e sociais promovidas na gestão não tem sido convertidas em aprovação para o governo.

No último dia 6 de dezembro, durante seminário do PT, ele chegou a dizer que existe um erro dele por não organizar entrevistas com jornalistas. "Há um erro no governo na questão da comunicação e eu sou obrigado a fazer as correções necessárias para que a gente não reclame que não está se comunicando bem", afirmou. Também é época, ele cobrou uma licitação para mídia digital.

Naquele momento, houve a interpretação de demissão pública de Pimenta. Dali em diante, Lula começou a articulação por Sidônio. O marqueteiro, apesar de fora do governo oficialmente, mantém relações com o petista desde a vitória, em 2022. Ele é uma espécie de conselheiro informal.

Lula já queria tê-lo incluído na gestão há mais tempo, mas os problemas na Comunicação fizeram as investidas aumentarem. Sidônio chegou a resistir, inicialmente, para manter o trabalho na agência de publicidade que ele tem Salvador

Sidônio Palmeira deve substituir Paulo Pimenta para reformular a comunicação do governo; cientista político comenta

(BA), onde mora, mas decidiu ceder. A ida, claro, também servirá para iniciar a estratégia para 2026, caso o presidente decida concorrer à reeleição ou lançar um sucessor.

Mudanças

Sidônio não deve ser a única mudança na comunicação. O marqueteiro, inclusive, teve o aval de Lula para mexer na pasta como quiser. Para a Secom, ele já começou a definir sua equipe, sugerindo Laércio Portela para o lugar de José Chrispiniano para secretário de Imprensa. **(Francisco Costa, especial para O Hoje)**

Reprodução



Líderes do Senado e da Câmara aguardam cenário político para planejar próximos passos

Pacheco e Lira avaliam próximos passos na política após 2025

O futuro político de Rodrigo Pacheco e Arthur Lira segue incerto após o fim de seus mandatos na presidência do Senado e da Câmara, em fevereiro de 2025. Ambos aguardam a evolução do cenário político nacional antes de decidir os próximos movimentos.

Rodrigo Pacheco (PSD-MG), que mantém seu mandato de senador até 2027, é cotado por aliados para disputar o governo de Minas Gerais em 2026. No entanto, sua decisão dependerá de pesquisas e do apoio do governo federal. Apesar de especulações sobre um possível cargo ministerial no governo Lula, Pacheco teme que isso possa afastar o eleitorado de centro-direita mineiro, caso opte por concorrer ao Executivo estadual.

Já Arthur Lira (PP-AL) enfrenta maiores incertezas. Sem convite oficial para um ministério, ele busca manter relevância política dentro da Câmara, possivelmente em uma posição de destaque ou liderança. Lira também é apontado como possível candidato ao Senado por Alagoas em 2026, mas enfrenta resistência do atual senador Renan Calheiros, dificultando alianças.

Ambos os líderes avaliam suas opções com cautela, de olho em estratégias que garantam influência e viabilidade política nos próximos anos. **(Vinicius Lima, especial para O Hoje)**



Esplanada

Leandro Mazzini | reportagem@colunaesplanada.com.br
Com Walmor Parente, Carol Purificação, Luiza Melo e Isabele Mendes

Spoiler da minirreforma

O presidente Lula da Silva já tem alguns nomes para a iminente minirreforma ministerial após o Carnaval, revela uma fonte palaciana. José Múcio deixará o Ministério da Defesa a pedido, e o ex-ministro do STF Ricardo Lewandowski assumirá o cargo – já avalizado pelo alto comando militar. No lugar de Lewandowski no Ministério da Justiça entra o senador Rodrigo Pacheco (PSD), atual presidente do Congresso, alinhando-se à estratégia de Lula para fortalecê-lo na disputa pelo Governo de Minas em 2026. Balançando na Agricultura, Carlos Fávaro (PSD) pode ser substituído por Arthur Lira (PP) ou indicado deste. Neste acordo, o PSD fica com a Justiça e o Progressista entra na base pelas mãos do agronegócio. Mas Gilberto Kassab, que hoje controla a Agricultura, indica o secretário-executivo do MAPA, que deve ser Guilherme Campos. Com cargo cobiçado por vários partidos, a ministra da Saúde, Nísia Trindade, está garantida pelo Barba na pasta, com apoio da primeira-dama Janja da Silva. A Secom deve ficar com um indicado de Lula e Janja, e Paulo Pimenta deve assumir a Casa Rio Grande do Sul, ligada à Casa Civil do Palácio, para acompanhar a execução de programas federais de recuperação do Estado após as enchentes. Uma potencial vitrine eleitoral.

Freio no berço

O número de nascidos diminui no Brasil ano a ano desde 2020. De janeiro a agosto de 2024, foram registrados mais de 1,5 milhão de nascimentos. Em 2020, a soma era maior: cerca de 2,73 milhões. Em 2021 foram 2,67 milhões; 2022 (2,26 milhões); 2023 leve alta (2,53 milhões). O painel de monitoramento de mortalidade indica pouco mais de 930 mil mortes até agosto deste ano, segundo o DATASUS, do Ministério da Saúde.

Chapa quente

Já há um acordo firmado na direita para uma das candidaturas ao Governo do Rio Grande do Sul. O deputado bolsonarista Zucco (PL) será o nome ao Palácio Piratini, com Marcel van Hattem (Novo) ao Senado. Recentemente, Zucco fechou um acordo com Jair Bolsonaro em reunião que contou com a presença apenas do governador de São Paulo, Tarcísio de Freitas – que jura que irá à reeleição no seu Estado.

Quilombo no Poder

Nas eleições de 2024 o Brasil elegeu 385 pessoas autodeclaradas quilombolas, revelando a força dessa comunidade no território nacional. Foram eleitos 17 prefeitos, 37 vice-prefeitos e 331 vereadores, segundo o Portal de Dados Abertos do Tribunal Superior Eleitoral. Destes, 79 mulheres. Bahia lidera o ranking com 60 representantes quilombolas. Enquanto Goiás é o Estado com mais prefeitos da etnia.



Cabo Verde em BSB

Nutrido a relação bilateral entre o Brasil e o Cabo Verde, Lula da Silva sancionou a Lei 15.043/24 que permite a doação, por parte do Executivo, de uma área em Brasília para a instalação da Embaixada do país. O terreno está localizado no Setor de Embaixadas Norte. Cabo Verde compõe a Comunidade de Países de Língua Portuguesa.

Que passa, Caracas?

Diplomatas estrangeiros estão preocupados com a ausência de notícias sobre a Venezuela, especialmente sobre as ações do Brasil para livrar seis opositores refugiados na Embaixada da Argentina em Caracas. Os europeus acham que Lula da Silva se acovardou diante das grosserias de Nicolás Maduro. Há expectativa quanto ao envio ou não de representante de Lula para a posse de Maduro no dia 10 de janeiro. **(Especial para O Hoje)**

Brasil entra em 2025 com aumento da tensão entre os três poderes

Embate no legislativo ressoa no mercado financeiro, que por sua vez agrava pressão fiscal e orçamentária de Lula

João Reynol

Quando o presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT) assumiu o cargo de chefe do executivo, o fez com a promessa de unir o Brasil e acabar com a divisão ideológica e partidária que tomava conta do país. E assim o fez com relativo sucesso no primeiro ano do mandato. Agora, o presidente entra no terceiro ano do mandato com o borbulho das tensões entre os três poderes e um movimento da direita ainda mais incisivo que pode rechaçar a candidatura do presidente em 2026.

Este borbulho se evidenciou ainda mais no pronunciamento de Natal e Ano Novo em que essa pauta veio à tona novamente, de forma amenizada, na despedida do ano de 2024. No final do vídeo, o presidente enalteceu o zelo entre com o diálogo com respeito e harmonia dos três poderes e a defesa dos valores democráticos, logo após, comentou os “enormes desafios pela frente” antes de sinalizar a força da economia brasileira.

Com isso, Lula fecha o segundo ano do mandato com um novo enfrentamento do

Congresso e do Supremo Tribunal Federal (STF) e um dólar que dispara a passos largos como nunca visto antes.

Um impasse mexicano entre os três poderes

No meio de tudo isso, o Congresso Nacional é um grande ponto de contentamento que dali começa o fervor entre os três poderes. Aos poucos, parlamentares da direita se viram cercados no Congresso que aumenta cada vez mais a pressão nacional. Uma série de eventos aumentaram cada vez mais a aumentou a fissura que já existia na Casa entre os deputados e entre o judiciário, principalmente o Supremo, e o executivo.

De início, uma anistia para os participantes golpistas que parecia ser uma esperança de virar a página não se realizou um ataque terrorista na esplanada dos três poderes e um inquérito de mais de 880 páginas da Polícia Federal (PF) que mira o líder do movimento bolsonarista e os seus aliados. Junto a isso, a decisão do ministro do Supremo Flávio Dino de suspender as emendas parlamentares até uma repaginação irritou grande parte da Câ-



Presidente entra no terceiro ano do mandato com o borbulho das tensões entre os três poderes

mara dos Deputados que não tinha acesso ao recurso.

A decisão do ministro vem como uma tentativa de inibir o uso do orçamento para fins particulares, ou como era chamado em 2022 de “orçamento secreto”. Após enfrentamentos na Câmara e nos bastidores, Dino apresentou um novo modelo para o uso das emendas parlamentares que tinha como objetivo a transparência para a transferência de recursos federais. Com isso, o ministro voltou a liberar o uso limitado das emendas com algumas mudanças para que no ano de 2025 toda a transferência de

bens seja feita nos novos moldes do documento.

Contudo, voltou a proibir as emendas após a Casa Civil permitir o pagamento de R\$ 4 bi aos repasses logo após as votações iniciais do pacote fiscal e da Reforma Tributária do governo Lula e do recesso parlamentar. Algo que enfureceu novamente os parlamentares da Casa, sobretudo Arthur Lira (PP-AL) que busca um novo sucessor na presidência da Câmara, em meio a um caos no parlamento.

Do outro lado, o executivo também tem enfrentado os dois lados que buscam sancio-

nar os dois projetos enviados, mais a Reforma Ministerial, uma vez que as ações do judicial possuem efeito direto nos projetos enviados pelo governo petista. Além disso, o mercado financeiro também entrou na briga com a crescente desvalorização do real que alavancou o dólar a valores históricos que quase batem os R\$ 6,50. O presidente Lula então deve enfrentar enormes desafios e caminhar uma linha estreita sem cair para um dos lados caso queira ter os projetos aprovados, a risco de sofrer as duras lições de Dilma Rousseff em 2014. **(Especial para O Hoje)**

Reprodução

Daniel Silveira é preso de novo e bolsonaristas criticam decisão

Após obter liberdade condicional, ex-deputado voltou à prisão por descumprir determinações judiciais

Bruno Goulart

O ex-deputado Daniel Silveira voltou ao centro dos noticiários após sua nova prisão, determinada pelo ministro do Supremo Tribunal Federal (STF), Alexandre de Moraes. A decisão ocorreu na terça-feira (24), véspera de Natal, e foi acompanhada pela reação de parlamentares aliados ao ex-presidente Jair Bolsonaro (PL) que criticaram o retorno de Silveira à prisão, ao que definiram como "crueldade".

Daniel Silveira foi preso pela Polícia Federal em Petró-

polis, no Rio de Janeiro, após descumprir condições impostas para sua liberdade condicional, concedida pelo próprio ministro Alexandre de Moraes na última sexta-feira (20). Entre as obrigações, estava a proibição de se ausentar da comarca sem autorização judicial e o recolhimento domiciliar noturno, mesmo nos finais de semana e feriados.

Segundo informações da Secretaria de Administração Penitenciária do Rio de Janeiro, Silveira esteve fora de sua residência na noite do último sábado (21), retornando ape-



Daniel foi condenado em 2022 a 8 anos e 9 meses de prisão por ameaçar o Estado Democrático de Direito

nas às 2h10 da madrugada do dia seguinte, muito além do limite das 22h00 estipulado pela condição judicial. O ex-deputado alegou ter se deslocado a um hospital para tratar de uma emergência médica.

Ele disse ter tido uma "crise renal aguda".

A nova prisão gerou uma onda de críticas por parte de parlamentares bolsonaristas. Nas redes sociais, o deputado Eduardo Bolsonaro (PL) classi-

ficou a decisão como "perseguição" e afirmou que "é até difícil saber o que pode ser feito hoje no Brasil, já que não tem lei".

O deputado goiano Gustavo Gayer (PL) também veio a público criticar a decisão do ministro do STF, dizendo que Moraes não queria "de jeito nenhum" dar liberdade condicional a Daniel Silveira. Gayer ainda aproveitou para mandar uma mensagem ao ex-deputado: "Você não foi esquecido, só que hoje vivemos uma das ditaduras mais autoritárias que o mundo já viu".

Nikolas Ferreira (PL), outro aliado do ex-presidente, destacou que Silveira foi preso "não por ser esturador, traficante, corrupto ou assassino, mas por fazer uso da palavra". **(Especial para O Hoje)**



Em 2024, caminhamos juntos e firmes para transformar o estado que dá certo no número um do Brasil. Ainda temos muito a fazer, mas com trabalho, união e seriedade, seguiremos colocando Goiás na rota do crescimento.

Educação em
1º LUGAR
no Ideb

Estado mais
SEGURO
do Brasil

Lider em
NOVOS NEGÓCIOS
e geração de empregos

Nº 1 em
GESTÃO FISCAL
e transparência

Estado mais
DIGITALIZADO
do Brasil

Maior
REDUÇÃO DA POBREZA
no país

EM 2025 TEM MAIS PRA GOIÁS.



GOVERNO DE
GOIÁS
O ESTADO QUE DÁ CERTO

NATAL ESMERALDINO

Fernando Alves

Arthur Caíke é a sexta contratado para 2025, mas chegada de reforços ainda não empolga os torcedores

Herbert Alencar

Nesta quarta-feira natalina (25), o Goiás Esporte Clube anunciou sua sexta contratação para a temporada 2025: o atacante Arthur Caíke. Aos 32 anos, o jogador, que atuou por Criciúma em 2024, traz experiência e acomodação para o elenco esmeraldino. Esta será a segunda passagem de Arthur pelo futebol goiano. Em 2015, ele vestiu a camisa do Atlético-GO, anotando 12 gols e duas assistências em 35 partidas. Além disso, o atleta acumula passagens por clubes como Flamengo, Cruzeiro, Bahia, Chapecoense e Sport, consolidando um currículo longo no futebol brasileiro.

Com a chegada de Arthur Caíke, o Goiás alcança seis reforços confirmados até o momento. Além dele, foram anunciados os atacantes Edson Carioca e Facundo Barceló, os volantes Juninho e Gonzalo Freitas e o lateral-direito Williean Lepo. Contudo, o mercado de transferências do Verdão, até agora, tem sido discreto, sem a chegada de um jogador considerado de peso, capaz de empolgar a torcida



Com desafios na Série B, Campeonato Goiano e Copa Verde, diretoria busca equilíbrio entre experiência e juventude

em um patamar digno de “presente de Natal”.

Entre os nomes confirmados, o destaque é Juninho, volante experiente e ídolo do América-MG. Aos 37 anos, Juninho, na última temporada, esteve em campo em 47 partidas em 2024, mantendo um alto nível de atuação. Sua liderança e capacidade de controlar o meio campo são atributos que podem ser cruciais para o Goiás enfrentar os desafios de 2025.

Movimentações no mercado

A diretoria do Goiás segue atenta ao mercado, com outros nomes em análise. Um dos alvos é o meio argentino Julián

Palacios, de 25 anos. Palacios, que pertence ao San Lorenzo, já vestiu a camisa do Goiás em 2023 e deixou boa impressão. Atualmente no Asteras Tripolis, da Grécia. Outro atleta especulado no Goiás é o atacante Carlos Alberto, do Botafogo.

Um ano decisivo para o Verdão

O Goiás se prepara para disputar o Campeonato Goiano, a Copa Verde e o Brasileiro Série B em 2025. Após uma temporada 2024 marcada por altos e baixos, a expectativa é de que o clube reconquiste o protagonismo no futebol goiano e busque o retorno à Série A do Campeonato Brasileiro. Para isso, a montagem de um elenco

competitivo e a chegada de reforços mais expressivos serão fundamentais.

Dono do maior orçamento do futebol goiano, o Verdão carrega a responsabilidade de responder às expectativas de torcida, que reivindica por um time à altura de sua tradição. Apesar dos reforços até agora se mostrarem estratégicos, ainda não houve a contratação de um grande nome capaz de criar impacto imediato no momento e entusiasmo na arquibancada.

Equilíbrio e estratégia

O planejamento do Goiás para 2025 passa pela busca de equilíbrio entre experiência e juventude. O perfil

dos reforços anunciados reflete essa estratégia, com jogadores que já possuem bagagem, como Juninho, e atletas mais jovens, com potencial de crescimento, como Williean Lepo.

Para competir em alto nível em todas as competições que têm pela frente, o clube precisará fortalecer setores estratégicos e trabalhar na integração entre os recém-chegados e os atletas remanescentes do elenco.

Resta saber se o Verdão vai atender ao pedido natalino de sua torcida: um elenco que devolve ao clube as grandes conquistas e o brilho dentro das quatro linhas. **(Especial para O Hoje)**

HORA DO ADEUS?

Alesson vive seus últimos momentos como jogador do Vila Nova

O atacante Alesson, destaque do Vila Nova nesta temporada, com 56 jogos, 20 gols e 10 assistências, está muito próximo de concretizar sua transferência para o Torpedo Moscow, da Rússia. Conforme antecipado na última semana, as negociações entre o clube russo e o jogador estão em estágio avançado, e a expectativa é de que o desfecho ocorra nos próximos três dias.

O Vila Nova, que detém 50% dos direitos econômicos de Alesson, espera lucrar com a venda do atleta, que também tem seus direitos divididos entre o Bahia (30%) e o próprio jogador (20%). Essa divisão dos direitos reflete a participação dos clubes e do jogador na construção de sua carreira e na valoração obtida nos últimos anos.

A boa temporada de Alesson chamou a atenção de clubes do exterior, e o Torpedo Moscow foi um dos que mais demonstraram interesse no atacante. Para o Vila Nova, a negociação representa uma oportunidade de fortalecer os cofres do clube e reinvestir em novas contratações ou na estruturação da equipe para as próximas competições.

Do ponto de vista esportivo, a saída de Alesson será uma perda significativa para o Vila Nova, dada sua contribuição decisiva

durante a temporada. No entanto, o clube já trabalha para buscar alternativas no mercado e minimizar o impacto da transferência. Já para Alesson, o movimento para o futebol europeu representa um passo importante em sua carreira, com a oportunidade de atuar em uma nova realidade competitiva e ampliar sua visibilidade no cenário internacional.

A transferência também reflete o bom momento do Vila Nova no cenário nacional, que tem se consolidado como uma equipe reveladora de talentos e com capacidade de negociações no mercado internacional. Para a torcida, resta aguardar o desfecho das negociações e acompanhar os próximos passos do clube na reformulação do elenco. A expectativa é que a transferência seja concluída com sucesso e beneficie todas as partes envolvidas.

Vila Nova tem apresentação marcada

O Vila Nova já tem data marcada para o início da temporada de 2025. No dia 26 de dezembro, o técnico Rafael Lacerda e sua comissão técnica se apresentarão para dar início aos trabalhos à frente da equipe. **(Igor Santhiago, especial para O Hoje)**

MERCADO DO DRAGÃO

Atlético-GO empresta Daniel ao Guarani para ter Caio Dantas

Ingrid Oliveira

O Atlético-GO segue ativo no mercado de transferências e confirmou que o atacante Daniel, de 20 anos, será o único jogador cedido ao Guarani na negociação que trouxe Caio Dantas ao Dragão. O jovem atacante será emprestado ao time de Campinas, enquanto Caio Dantas, vice-artilheiro da Série B com 11 gols, chega ao clube goiano como reforço para a temporada 2025.

Apesar do rebaixamento do Guarani para a Série C, Caio Dantas foi um dos destaques da competição e despertou o interesse de diversos clubes. O Atlético-GO conseguiu superar a concorrência e fechou a contratação do artilheiro, que será peça fundamental no projeto de retorno à Série A.

Reformulação no elenco para 2025

Rebaixado para a Série B, o Atlético-GO passará por uma reformulação significativa em seu elenco. O clube já conta com uma base para a próxima temporada, mas muitas mudanças estão previstas. Rafael Guanaes, ex-Operário-PR, será o novo treinador da equipe e será apresentado oficialmente na sexta-feira (27). O elenco, por sua vez, se rerepresenta na quinta-feira (26).

Contratações confirmadas

Além de Caio Dantas, o Dragão já anunciou outros reforços:

Rafael Guanaes: novo técnico do Atlético-GO.

Daniel: atacante retorna de



Veja quem sai e quem chega do Atlético-GO para 2025

empréstimo do Operário-PR, mas será cedido ao Guarani.

Raí Ramos: lateral que estava no São Paulo chega para compor a defesa.

Marcinho: lateral-direito fechado com o clube.

Luizão: meia revelado pelo São Paulo, assinou contrato de dois anos.

Anderson: goleiro ex-Cruzeiro, assinou por três anos.

Renovação

Marcão: o zagueiro de 23 anos teve seu contrato renovado e segue no elenco para 2025.

Saídas confirmadas

O Atlético-GO também definiu as dispensas e os jogadores que não terão contrato renovado: Emerson Júnior, Pedro Henrique, Luiz Felipe e Philipe Sampaio. Maguinho, Bruno Tubarão, Rafael Haller e Rodallega, Campanharo e Gonzalo Freitas (acertado com o Goiás). Baralhas e Roni (ne-

gociações para renovação em andamento). Luiz Fernando, Joel Campbell e Jan Hurtado. Os dois últimos têm contrato até o fim do Campeonato Goiano, mas não estão nos planos do clube.

Foco no retorno à elite

Com o objetivo de voltar à Série A, o Atlético-GO aposta em uma combinação de reforços experientes e jovens promessas. A chegada de Rafael Guanaes sinaliza uma tentativa de reformulação tática, enquanto jogadores como Caio Dantas e Raí Ramos devem trazer maior competitividade ao elenco.

A expectativa é alta para a apresentação do treinador, marcada para sexta-feira. O clube busca iniciar os trabalhos com intensidade desde a apresentação do elenco na quinta-feira, dia 26 de dezembro, já de olho na pré-temporada e nos desafios de 2025. **(Rikeme Santos, especial para O Hoje)**



Centro Histórico de Pirenópolis deve movimentar os goianos com a programação de shows gratuitos

Cidades turísticas devem ter aumento de 41% no réveillon 2025

Rio Quente, Pirenópolis e Caldas Novas lideram destinos no Réveillon

Otávio Augusto

O Réveillon de 2025 promete movimentar cidades turísticas no interior de Goiás. Com altas taxas de ocupação nos principais destinos, os goianos mostram preferência por regiões que aliam belezas naturais, áreas históricas e eventos especiais para a virada de ano. Cidades como Rio Quente, Caldas Novas e Pirenópolis estão entre as escolhas para a chegada do ano novo.

Em Rio Quente, a taxa de ocupação dos meios de hospedagem já alcançou 98% e deve chegar a 100% nos próximos dias, afirma Romero Machado, secretário de Turismo do município. Durante o período, mais de 100 mil turistas são esperados na cidade.

Segundo Romero Machado, a prefeitura preparou uma programação especial para atrair e entreter os visitantes. “Neste ano, teremos uma grande novidade: o evento de Final de Ano será realizado em dois dias consecutivos. Nos dias 30 e 31 de dezembro, teremos muitas atrações gratuitas a partir das 21h na Praça do Ipê”, destacou.

Ele também detalhou as apresentações musicais: “No dia 30, contaremos com o DJ Jiraya Uai e a dupla Ayala e Júlio César. Já no dia 31, teremos o cantor Leandro Kato,



Resorts em Rio Quente e Caldas novas estão com lotação de 95% para a virada de ano

a Banda Nova Yorque e o DJ Huncher. A festa incluirá uma linda queima de fogos, com ampla estrutura e segurança para receber todos com conforto”.

Além das atrações musicais, Rio Quente oferece outras experiências únicas. “Nossa cidade possui uma gastronomia de excelência e uma exclusiva fábrica de chocolates do cerrado, que vale muito a pena conhecer”, ressaltou o secretário.

Jean Marcos, professor e turista que escolheu Rio Quente como destino, compartilhou sua empolgação.

“Vou passar o Réveillon com três amigos e pretendo conhecer os pontos turísticos da cidade”, disse. Apesar da animação, ele admitiu ter se surpreendido com os altos custos de hospedagem na região. “Por ser uma data especial, a gente paga”, completou.

Ele também destacou a importância de explorar as riquezas de Goiás. “Muitas vezes damos preferência ao litoral, mas esquecemos das belezas do nosso próprio estado, como a Chapada dos Veadeiros e a cidade de Goiás”, comentou.

Outro destino em alta é Pirenópolis, conhecida por suas

cachoeiras e área histórica preservada. A professora Orlando Maria, de Goiânia, escolheu a cidade para celebrar a virada de ano e planeja aproveitar os eventos promovidos pela prefeitura local. “Pretendo conhecer as cachoeiras e explorar o centro histórico”, afirmou. No entanto, ela demonstrou preocupação com o aumento do tráfego nas rodovias entre Goiânia e Pirenópolis e com o conforto devido à superlotação.

Outras regiões que atraem visitantes incluem Caldas Novas, famosa por suas águas termais, e a Chapada dos Ve-

deiros, reconhecida por sua natureza exuberante. Além disso, iniciativas estaduais como o projeto Encantos do Planalto Central, promovido pela Goiás Turismo, buscam fortalecer o turismo na região. Fabrício Amaral, presidente da entidade, destacou a relevância de iniciativas como o Caminho de Cora, que enaltecem tradições locais e promovem a gastronomia típica.

Empresários do ramo hoteleiro e de eventos estão confiantes com a alta na demanda. A proprietária de uma rede de pousadas em Pirenópolis, Fernanda Oliveira, destaca que as reservas para o período já ultrapassaram 85% da capacidade. “A expectativa é de casa cheia. Investimos em melhorias, como pacotes que incluem ceias temáticas e shows ao vivo, para atrair mais turistas. Essa movimentação é crucial para a economia local”, afirma.

O setor de eventos também vive um momento promissor. Paulo Mendes, organizador de festas de réveillon em Caldas Novas, ressalta que a procura por ingressos está 30% maior em relação ao ano passado. “Estamos nos preparando para receber um público recorde. O mercado está mais aquecido, e as pessoas estão buscando experiências únicas para celebrar a virada do ano”, destaca.

Turismo deve movimentar R\$ 150 bi na economia

O setor de turismo no Brasil deve gerar impacto significativo na economia durante o verão de 2025. Segundo a pesquisa Tendências de Turismo Verão 2025 – Comportamento da População Brasileira, divulgada pelo Ministério do Turismo, 59 milhões de brasileiros planejam viajar entre dezembro de 2024 e fevereiro de 2025. Esse número representa 35%

da população e projeta uma injeção de R\$ 148,3 bilhões na economia.

O gasto médio por turista também cresceu em comparação ao ano anterior. O valor passou de R\$ 1,8 mil para R\$ 2,5 mil, um aumento de 34%. De acordo com o ministro do Turismo, Celso Sabino, os destinos de sol e praia continuam liderando as preferências dos viajantes. No entanto, o inte-

resse por experiências gastronômicas e visitas a pontos turísticos em todo o país também está em alta.

Em Goiás, o turismo também apresenta crescimento expressivo. Dados do mês de outubro mostram um aumento de 1,4% no volume de serviços no estado, com destaque para setores como transportes, comunicação e serviços prestados às famí-

lias. Além disso, projetos como Encantos do Planalto Central e Caminho de Cora têm contribuído para fortalecer a imagem de Goiás como um destino turístico diversificado.

No cenário nacional, o segmento de serviços registrou alta de 1,1% em outubro de 2024 em relação ao mês anterior. O setor está agora 12,9% acima do patamar pré-

pandemia, evidenciando a retomada e o crescimento sustentável da atividade turística no Brasil. Com a contagem regressiva para 2025 já em andamento, as cidades turísticas de Goiás prometem oferecer uma virada de ano vibrante, marcada por celebrações, paisagens exuberantes e a hospitalidade característica da região. **(Especial para O Hoje)**

Venda e procura de remédios para insônia aumenta 676%

Especialista explica que o crescimento do uso pode estar atribuído a pandemia do coronavírus, facilidade de acesso a medicamentos e pouca busca por alternativas não farmacológicas

Letícia Leite

Quando eu deitava para dormir, antes da medicação, começava sentindo fadiga, crise de choro, rolava na cama a madrugada inteira. O sono começava por volta das 21h, e às 00h estava acordada novamente. Praticamente tirava um cochilo de duas em duas horas, e quando estava dando 5h20 já estava de pé, muito cansada.

O relato da Fabiene Gomes, de 49 anos, que você acabou de ler, compartilha uma característica em comum: ela enfrenta insônia e opta por medicamentos para conseguir dormir. Fatores como ansiedade, medo, estresse e angústia relacionados a questões pessoais ou desafios profissionais estão entre as principais razões para a dificuldade de dormir.

A chamada medicalização do sono se tornou um fenômeno cada vez mais frequente no Brasil. Em resposta a isso, a procura por soluções farmacológicas e naturais para lidar com a insônia tem aumentado entre os brasileiros.

De acordo com o levantamento, foram realizadas mais de 17,5 milhões de buscas no Google no último ano pela melatonina. Desde a sua aprovação pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) em 2021, o volume de buscas pelo suplemento aumentou seis vezes na plataforma, segundo a análise.

Logo em seguida, vem as buscas por “Zolpidem”, que totalizaram 9,8 milhões no último ano. Os termos “chá para dormir” e “magnésio inositol”, aparecem na sequência, com



Fotos: Pixabay

A chamada medicalização do sono se tornou um fenômeno cada vez mais frequente no Brasil

1,7 milhões e 1,2 milhões de buscas, respectivamente.

O levantamento também mapeou as buscas dos brasileiros por remédios para dormir no Google. O primeiro termo a ser analisado foi “remédios para dormir”, que acumulou mais de 29 milhões de pesquisas na plataforma nos últimos cinco anos.

O zolpidem é o mais conhecido desses medicamentos, no período de 2012 a 2021, o

número de caixas desse medicamento, indicado para insônia, comercializadas no Brasil subiu 676%. Os números são da Câmara de Regulação do Mercado de Medicamentos (CMED) e foram divulgados pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). Apenas no primeiro semestre de 2022, os brasileiros compraram 10,6 milhões de caixas do remédio, o que representa mais da metade (55,6%) do total de 2021.

A média de caixas vendidas por mês em 2020 foi de 1,94 milhão; em 2021, 1,58 milhão; e, no primeiro semestre deste ano, 1,76 milhão, o segundo maior número já registrado. Para efeito de comparação, a média mensal de caixas dispensadas nas farmácias entre 2012 e 2021 foi de 902,5 mil.

O zolpidem é um remédio da classe dos hipnóticos, cha-

mados drogas Z, que também incluem zopiclona e zaleplona, e tem a venda autorizada no Brasil desde 2007, mas começou a se popularizar a partir de 2011, ano em que 1,7 milhão de caixas foram vendidas. No ano seguinte, houve uma alta de 41,7%, chegando a 2,4 milhões. Porém, o grande salto ocorreu de 2016 para 2017, com aumento de 55,2%, atingindo a marca de 10,5 milhões de caixas.

É interessante notar que esses medicamentos não são novidades e estão disponíveis no mercado há mais de três décadas. Então, como justificar um crescimento tão significativo no seu uso? Segundo a neurologista Lorena Bochenek, o aumento pode ser atribuído a pandemia do coronavírus, vida moderna, facilidade de acesso a medicamentos e pouca busca por alternativas não farmacológicas.

“O uso indiscriminado dos medicamentos para insônia, pode causar dependência química, tolerância, efeitos colaterais, reações graves, como por exemplo, combinações com álcool ou até mesmo combinação com outros medicamentos. Aumenta o risco de depressão respiratória e até mesmo overdose. Esses remédios têm um risco também de causar dependência química

[...] A pessoa que utiliza esses medicamentos podem por exemplo de dia ficarem bem sonolentas, ter tonturas e até mesmo prejuízo da memória e no raciocínio”, explica.

“Hoje estou completando uns 8 a 9 anos dependente de remédio, porém esses anos sempre trocando de medicamentos, pois passo muito mal. Todos tem seus efeitos colaterais, muita ânsia de vômito, dor abdominal, enxaqueca”, acrescenta Fabiene.

A especialista alerta que o uso do remédio jamais deve ultrapassar o tempo prescrito na bula. “O que a gente vê na prática é que o uso prolongado do zolpidem ele favorece a dependência e a síndrome de abstinência, ou seja, mesmo nas doses recomendadas o uso contínuo pode levar a dependência psicológica. Pode levar também a sonambulismo, alterações do sono, alterações principalmente do comportamento no sono [...] E também alterações cognitivas, com o uso crônico prolongado pode sim prejudicar a memória, a capacidade de concentrar, também altera o controle do humor, propiciando humor depressivo, um humor irritadíssimo e até inclusive a ansiedade do paciente, que já era ansioso antes do uso”, finaliza. **(Especial para O Hoje)**

CAUSAS DA INSÔNIA

- ◆ Estresse e ansiedade: Preocupações com o trabalho, vida pessoal ou eventos futuros aumentam os níveis de cortisol, dificultando o relaxamento;
- ◆ Maus hábitos de sono: Uso excessivo de dispositivos eletrônicos antes de dormir, horários irregulares e consumo de caféina ou álcool à noite;
- ◆ Condições de saúde: Transtornos como insônia, apneia do sono, depressão e doenças crônicas;
- ◆ Ambiente inadequado: Ruídos, luz excessiva ou uma cama desconfortável podem interromper o sono;

Fonte: Neurologista Lorena Bochenek

AVENIDA MARECHAL RONDON

Acidente entre dois carros deixa três feridos

A colisão entre dois carros de passeio deixou três vítimas em um grave acidente na Avenida Marechal Rondon, em Goiânia, na madrugada de natal (25). Segundo o Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Goiás (CBMGO), a ocorrência aconteceu por volta das 5h56min, o impacto deixou os veículos destruídos.

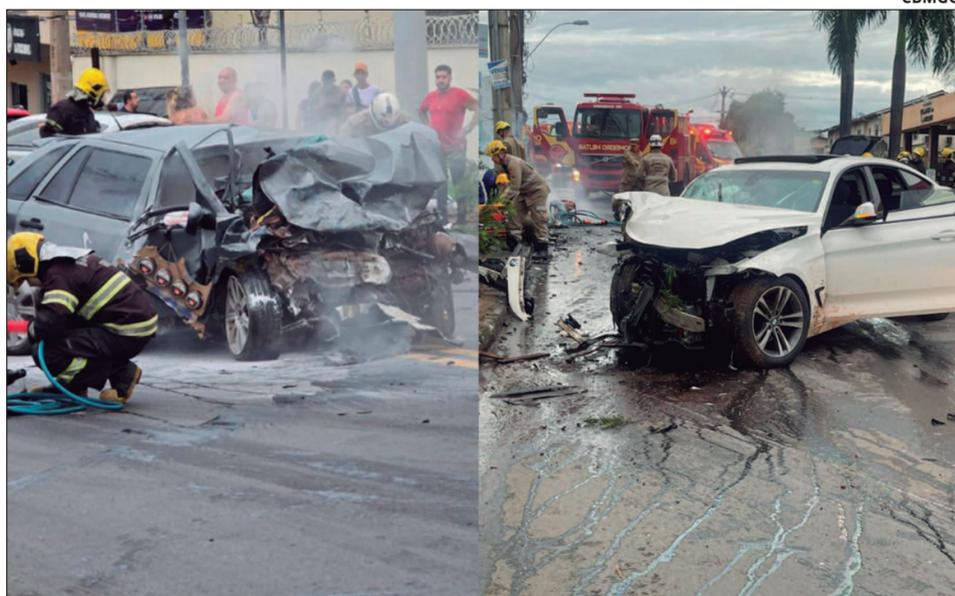
A equipe prestou socorro às vítimas no local e as levaram para o Hospital de Urgências de Goiás Dr. Valdemiro Cruz (HUGO) e Hospital Estadual de Urgências Governador Otávio Lage de Siqueira (HUGOL), onde receberam atendimento necessário.

Além do resgate, os bombeiros também combateram um princípio de incêndio em um dos veículos envolvidos na

batida. Por sorte, nenhum dos feridos foi atingido pelas chamas. A Avenida precisou ser parcialmente bloqueada durante o atendimento, mas já foi liberada para o tráfego.

Nas proximidades do local onde ocorreu o acidente, uma sinalização indica a presença de uma lombada eletrônica com limite de velocidade fixado em 50 km/h, que possivelmente é um dos dispositivos que estão fora de operação em Goiânia desde julho.

Observando as condições da área, a principal suposição é que um dos veículos trafegava em alta velocidade e adentrou a pista contrária. Contudo, a razão exata para o acidente ainda não foi investigada. **(Letícia Leite, especial para O Hoje)**



CBMGO

Além do resgate, os bombeiros também combateram um princípio de incêndio em um dos veículos envolvidos na batida

Aviação deve fechar 2024 transportando 145 milhões

Este número representará um novo recorde, superando os 142 milhões registrados em 2019

Micael Silva

A aviação civil brasileira deverá fechar em 2024 com 145 milhões de passageiros transportados. Este número representará um novo recorde, superando os 142 milhões registrados em 2019. O dado faz parte do mais recente Relatório de Demanda e Oferta da Agência Nacional de Aviação Civil (ANAC). A frota brasileira soma 20.886 aeronaves, entre aviões de uso comercial, geral e experimental.

A aviação geral ou de negócios, que inclui a aviação executiva, o serviço de táxi aéreo, a agro aviação e as escolas de aviação, tem sido o segmento mais relevante dentro da aviação civil. Ele é responsável por 68% de toda a frota privada do país, que abrange jatos, turbohélices, helicópteros, aeronaves convencionais de engenharia e drones. Em termos de operações, a aviação geral também liderou, com mais de 700 mil operações realizadas em 2023, em comparação às 157 mil da aviação comercial convencional.

Goiás, por sua vez, ocupa uma posição estratégica neste cenário. De acordo com a última edição do Anuário Brasileiro de Aviação Civil, divulgado em outubro de 2024, o estado é o segundo maior polo de manutenção aeronáutica do Brasil. Com 57 bases de organizações de manutenção, Goiás está atrás apenas de São Paulo, que possui 170 bases.

A localização central de Goiás tem sido um fator chave



O crescimento da aviação civil é comercial no Brasil reflete a tendência global de expansão do setor

para atrair investimentos no setor. Aparecida de Goiânia, cidade situada na região metropolitana da capital, Goiânia, está se preparando para se tornar um novo polo aeronáutico com a construção do Antares Polo Aeronáutico. Este projeto visa consolidar a cidade como um centro de negócios na aviação, aproveitar a infraestrutura e a posição geográfica privilegiada do estado.

Com 209 hectares de área total, o Antares Polo Aeronáutico será um empreendimento totalmente privado. O moderno aeroporto executivo contará com um terminal de passageiros e toda a infraestrutura necessária para atender diversos segmentos da aviação geral, como manutenção aeronáutica, voos executivos e táxi aéreo. Além disso, o polo terá espaço para indústrias de peças, hangaragem e serviços especializados, como o transporte aeromédico. A primeira fase do projeto já está em construção,

com previsão de expansão para os próximos anos.

Rodrigo Neiva, diretor comercial da Antares, enfatiza que o polo será um empreendimento de longo prazo. “O planejamento abrange os próximos 10, 20 e até 30 anos, com potencial de expansão para outros segmentos, incluindo a aviação comercial”, afirmou Neiva. A primeira fase do projeto contará com uma pista de pouso de 2 mil metros de extensão e 30 metros de largura, além de infraestrutura moderna, como cabeamento em fibra óptica, pavimentação de alta qualidade e redes de água, esgoto e energia elétrica.

A localização estratégica de Aparecida de Goiânia é um dos principais atrativos do projeto. A cidade está situada no centro do Brasil, o que facilita o acesso a diversas regiões do país. Para o setor agropecuário, que tem grande importância no estado, a pro-

ximidade com o maior produtor de grãos do Brasil, Mato Grosso, e com a nova fronteira agrícola, a região do Matopiba, é um fator decisivo para o sucesso do projeto. “Estamos no Centro-Oeste, uma das regiões mais relevantes para a produção agrícola, e isso só fortalece a posição do Antares”, destacou Rodrigo Neiva.

O Antares Polo Aeronáutico será uma peça chave no fortalecimento da aviação em Goiás e no Centro-Oeste, impactando diretamente o agronegócio e a indústria aeronáutica. Com a construção do polo, espera-se atrair mais investimentos para o setor, além de gerar novos empregos e ampliar as operações relacionadas à aviação geral. A iniciativa também deve consolidar o estado como um dos maiores polos de aviação do Brasil, competindo diretamente com São Paulo e outras regiões tradicionais do setor.

O crescimento da aviação

civil no Brasil reflete a tendência global de expansão do setor. Com a superação do recorde de passageiros transportados em 2024, a aviação brasileira demonstra sua capacidade de adaptação e crescimento, mesmo diante de desafios econômicos. O desenvolvimento de polos aeronáuticos, como o Antares, é um exemplo claro dessa evolução, que não apenas atende às demandas internacionais, mas também contribui para a integração do Brasil no cenário internacional da aviação.

O futuro da aviação no Brasil, especialmente em Goiás, está em ascensão. O Antares Polo Aeronáutico não apenas contribuirá para a aviação geral, mas também fortalecerá as conexões econômicas e comerciais, oferecendo novas oportunidades de negócios e contribuindo para o crescimento do setor no país. **(Especial para O Hoje)**

CIRURGIA

Hugo inova com primeira endoscópica da coluna

O Hospital de Urgências de Goiás Dr. Valdemiro Cruz (Hugo), gerido por uma OS do Einstein desde junho deste ano, realizou sua primeira cirurgia endoscópica da coluna vertebral no final de novembro. O procedimento, agora prioritário nos atendimentos de urgência e emergência da unidade, é minimamente invasivo e representa um avanço importante no tratamento das doenças da coluna vertebral, com recuperação mais rápida e menores riscos de complicações pós-cirúrgicas.

De acordo com o coordenador da ortopedia do Hugo, Henrique do Carmo, para realizar essa técnica, indicada principalmente para casos de hérnia de disco agudo, é utilizado um endoscópio – um tubo fino com câmera e luz, que garante precisão na intervenção.

O sistema óptico do endoscópio transmite imagens em tempo real para um monitor e ilumina a área cirúrgica com uma luz led, facilitando a visualização. O tubo guia o endoscópio até a área a ser tratada, ampliando a visão das estruturas da coluna, como



A unidade realizou 6,3 mil atendimentos no pronto-socorro, mais de 6 mil internações, 2,5 mil procedimentos cirúrgicos

discos intervertebrais, ligamentos e nervos.

“Desde o início de nossa gestão, uma das principais preocupações da equipe de ortopedia foi adaptar e implementar procedimentos que já foram realizados com sucesso em outras unidades, garantindo assim um atendimento mais seguro e eficiente aos pacientes. A introdução dessa técnica

é um grande passo nesse processo”, afirma Fabiana Rolla, diretora médica do hospital.

O Hugo completou seis meses sob nova gestão, e durante esse período, a unidade passou por diversas melhorias com o objetivo de oferecer um atendimento de maior qualidade e segurança. A unidade realizou 6,3 mil atendimentos no pronto-socorro, mais de 6 mil

internações, 2,5 mil procedimentos cirúrgicos e atendeu mais de 900 pacientes com AVC.

Entre as mudanças inovadoras estão a reforma do centro cirúrgico, novas aquisições de equipamentos, adaptação de fluxos de atendimento para maior agilidade e a reforma da Central de Material e Esterilização (CME), que agora rea-

liza a limpeza mais eficiente dos materiais médicos.

A unidade também implementou um atendimento mais humanizado, com a criação de um núcleo dedicado à experiência do paciente, e mudanças no fluxo de visitas, que agora podem ocorrer diariamente e durar uma hora.

Além disso, foram realizados mutirões de cirurgias, com destaque para a realização de 32 cirurgias ortopédicas de alta complexidade e 8 cirurgias de fêmur em pacientes idosos, todos com alta hospitalar.

Para o próximo ano, além do investimento de R\$100 milhões anunciado pelo Governo de Goiás, o hospital vai implementar mais melhorias nos fluxos e processos assistenciais, com foco na prevenção de lesões, otimização de planos terapêuticos e cirurgias de emergência mais resolutivas. O Hugo também contará com novos equipamentos, como um tomógrafo e um robô de navegação cirúrgica, atualizando ainda mais o atendimento a pacientes vítimas de trauma e AVC. **(Micael Silva, especial para O Hoje)**

Mudanças climáticas e IA serão pautas do Brasil à frente do Brics

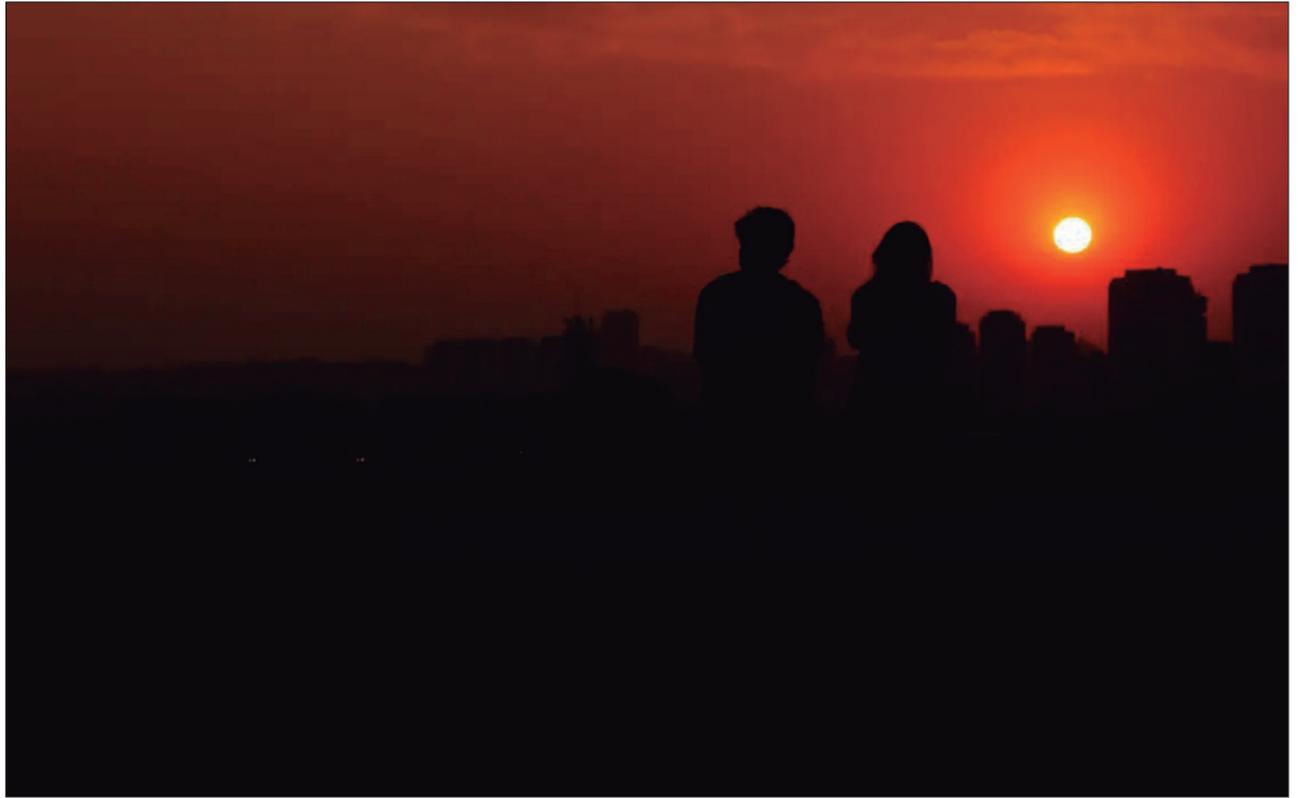
País buscará entendimento com outros países do grupo, diz embaixador

O Brasil assume a presidência do Brics em 1º de janeiro do ano que vem e receberá, pela quarta vez, a reunião de cúpula do grupo. Para o governo brasileiro, essa será uma oportunidade de buscar entendimento, entre as dez nações que compõem o grupo, na direção da construção de um mundo melhor e mais sustentável.

Em entrevista à Agência Brasil, o embaixador Eduardo Saboia, sherpa (ou seja, o negociador-chefe) do Brics em 2025, afirma que o grupo, pelo tamanho de sua população (mais de 40% do total global) e de sua economia (37% do PIB mundial por poder de compra), tem uma grande importância no cenário global.

“Se você quer construir um mundo melhor, um mundo sustentável, o Brics tem que ser parte dessa construção. É importante que haja um entendimento entre esses países, porque esse entendimento ajuda você a alcançar um entendimento mais amplo [com outros países]”, disse Saboia.

Além de temas que já vêm sendo discutidos no Brics, como a possibilidade do uso de moedas locais no comércio entre os países e a reforma da governança global, o Brasil aproveitará sua posição à frente do grupo, para buscar entendimento em temas como as mudanças climáticas, de-



De acordo com Saboia, o Brics é uma força de construção e também estabilizadora

envolvimento sustentável com redução da pobreza e uma governança sobre a inteligência artificial.

A questão do clima é de especial interesse porque o Brasil sediará também neste ano, a 30ª Conferência das Nações Unidas sobre as Mudanças Climáticas (COP-30), em Belém.

Já a governança da Inteligência Artificial (IA) é um tema relevante uma vez que, segundo o embaixador, essa é uma tecnologia “disruptiva”. “Não existe uma governança da inteligência artificial, mas essa é uma discussão que está ocorrendo. Quem sabe no Brics, durante a presidência brasileira, a gente possa avançar na ideia de ter uma visão des-

ses países sobre como deve ser a governança da inteligência artificial”.

De acordo com Saboia, o Brics é uma força de construção e também estabilizadora. “É estabilizadora porque se você tem esses países, que são muito diferentes e com sistemas políticos diferentes, cada um com seus desafios, se entendendo e eles se reúnem todo ano, isso é bom para todo mundo, porque dali saem soluções para a população”.

Ampliação

A primeira reunião de cúpula ocorreu em 2009, apenas com Brasil, Rússia, Índia e China (o Bric original). Em 2011, a África do Sul aderiu, trans-

formando a sigla em Brics.

Em 2023, na cúpula de Johannesburgo, na África do Sul, o Brics convidou Argentina, Irã, Arábia Saudita, Egito, Etiópia e Emirados Árabes, para se juntarem ao grupo a partir de janeiro de 2024. A Argentina decidiu não aderir, enquanto os demais participaram da cúpula deste ano, em Kazan, na Rússia.

O embaixador Saboia explica que a expansão dos Brics é resultado do êxito do grupo. “O Brics hoje desperta grande interesse e é importante que ele seja representativo dos países do sul global, dos países emergentes”.

Na cúpula de Kazan, o Brics também anunciou uma nova modalidade de membros (os

países associados) e definiu-se que 13 nações seriam convidadas: Cuba, Bolívia, Turquia, Nigéria, Indonésia, Argélia, Belarus, Malásia, Uzbequistão, Cazaquistão, Tailândia, Vietnã e Uganda.

Saboia afirma que o anúncio em relação à adesão dos países parceiros será feito nas próximas semanas. “Uma das prioridades da nossa presidência é fazer com que esses países se sintam acolhidos na família do Brics. É importante que haja um trabalho para que eles se envolvam. Eles participarão das reuniões de ministros de Relações Exteriores e também há previsão que eles participem da cúpula [de 2025]”. (ABr)

67 PASSAGEIROS

Avião comercial da Embraer cai no Cazaquistão

Um avião comercial da Azerbaijan Airlines, com 67 pessoas a bordo, incluindo 5 tripulantes, caiu perto da cidade de Aktau, no Cazaquistão, na madrugada desta quarta-feira (25), informam agências internacionais. A aeronave, um jato fabricado pela empresa brasileira Embraer, voava de Baku, no Arzeibaijão, para Grozny, capital da região da Chechênia, no sul da Rússia, mas acabou desviando da rota original até cair do lado oposto do Mar Cáspio.

O órgão regulador da aviação da Rússia afirmou que o desvio ocorreu por uma emergência, que pode ter sido causada por uma colisão com pássaros. Antes de cair, a aeronave voou perto do aeroporto de Aktau.

Vídeos do acidente divulgados em órgãos de imprensa e redes sociais mostram o avião descendo rapidamente antes de explodir ao atingir a costa, e uma espessa fumaça preta subindo. Relatos informam que passageiros ensanguentados e machucados foram vistos caminhando sobre a fuselagem que havia permanecido intacta.

O Ministério de Emergências do Cazaquistão disse em um comunicado que os bom-



Autoridades informam 32 sobreviventes

beiros apagaram o incêndio e que haveria ao menos 32 sobreviventes, incluindo duas crianças, que foram levadas a um hospital próximo. Os corpos dos mortos estavam sendo resgatados.

O presidente Vladimir Putin expressou suas condolências, assim como Ilham Aliyev, o presidente do Azerbaijão. Aliyev decidiu deixar a Rússia, onde deveria participar de uma cúpula na quarta-feira (25), e voltar para casa. Ramzan Kadyrov, o líder da Chechênia apoiado pelo Kremlin, expressou suas condolências em uma declaração e disse que alguns dos que estavam sendo tratados no hospital estavam em condições extre-

mamente sérias e que ele e outros rezariam por sua rápida recuperação.

Em nota, a Embraer, fabricante da aeronave, lamentou o acidente e se colocou à disposição para ajudar as autoridades na investigação das causas da queda.

“Estamos profundamente tristes com a ocorrência de hoje, próximo a Aktau, no Cazaquistão. Os nossos pensamentos e sinceras condolências vão para as famílias, amigos, colegas e entes queridos afetados pelo ocorrido. Estamos acompanhando de perto a situação e continuamos totalmente empenhados em apoiar as autoridades competentes”, disse a companhia. (ABr)

Hamas e Israel trocam acusações por atraso em cessar-fogo

O grupo militante palestino Hamas e Israel trocaram acusações nesta quarta-feira sobre o fracasso em concluir um acordo de cessar-fogo, apesar do progresso relatado por ambos os lados nos últimos dias.

O Hamas disse que Israel estabeleceu novas condições, enquanto o primeiro-ministro israelense, Benjamin Netanyahu, acusou o grupo de voltar atrás em entendimentos já alcançados.

“A ocupação estabeleceu novas condições relacionadas à retirada, cessar-fogo, prisioneiros e o retorno dos deslocados, o que atrasou o acordo que estava disponível”, disse o Hamas.

O Hamas disse, no entanto, que estava mostrando flexibilidade e que as negociações, mediadas pelo Catar e Egito, estavam indo em uma direção séria.

Netanyahu rebateu em uma declaração: “A organização terrorista Hamas continua mentindo, está renegando entendimentos que já foram alcançados e continua a criar dificuldades nas negociações.”

Israel, no entanto, continuará os esforços

incansáveis para devolver os reféns, ele acrescentou.

Negociadores israelenses retornaram a Israel do Catar na terça-feira à noite para consultas sobre um acordo de reféns após uma semana significativa de negociações, disse o gabinete de Netanyahu na terça-feira.

Os mediadores dos EUA e árabes, Catar e Egito, intensificaram os esforços para concluir um acordo nas últimas duas semanas.

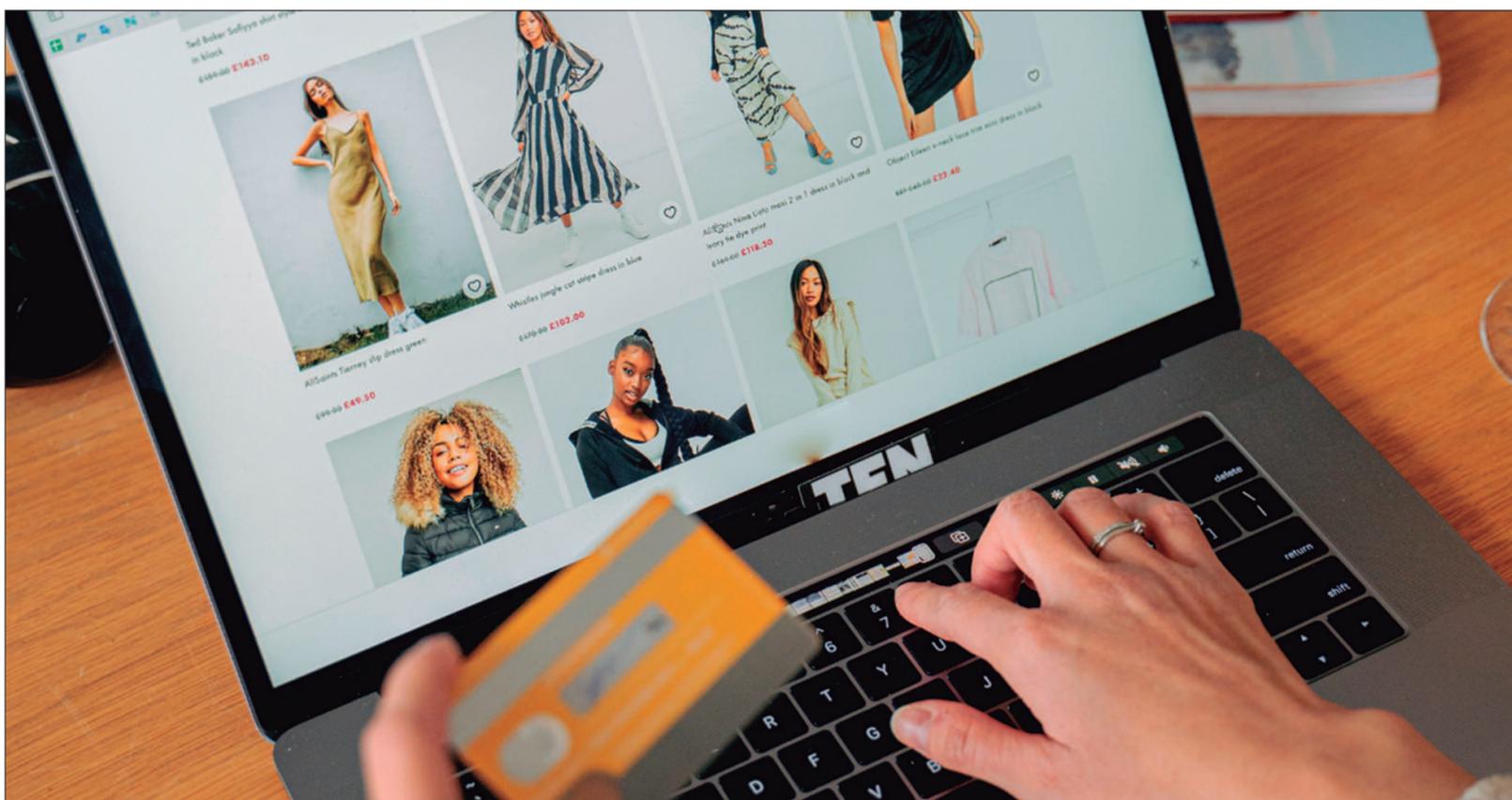
Israel mantém ataques

Enquanto isso, as forças israelenses mantiveram a pressão militar sobre o enclave palestino. Médicos disseram que ataques militares israelenses mataram pelo menos 24 pessoas na Faixa de Gaza na quarta-feira.

Um dos ataques teve como alvo uma escola que abrigava famílias deslocadas no subúrbio de Sheikh Radwan, na Cidade de Gaza, eles acrescentaram.

O exército israelense disse que atingiu um militante do Hamas que operava na área de Al-Furqan, na Cidade de Gaza.

Essência



Impulso e arrependimento marcam o consumo online

O hábito de comprar por impulso pode gerar impactos negativos no dia a dia

Leticia Marielle

Uma pesquisa da Confederação Nacional da Indústria (CNI), chamada Retratos da Sociedade Brasileira – Hábitos de Consumo pela Internet, revelou que quatro em cada dez brasileiros que compram online admitem agir por impulso e depois se arrepender. Entre os jovens e pessoas com maior renda ou escolaridade, esse índice chega a 45% e 43%, respectivamente. O estudo entrevistou 2.012 brasileiros com mais de 16 anos entre os dias 17 e 20 de maio.

O levantamento também destacou que 62% dos consumidores nunca optaram por produtos internacionais em vez de nacionais. Entretanto, 36% já fizeram essa escolha, percentual que sobe para 52% entre os jovens de 16 a 24 anos. O preço mais baixo foi apontado como o principal motivo para preferir produtos importados, com 54% das respostas. Outras razões incluem melhor qualidade (15%) e ausência do item no mercado nacional (13%).

O hábito de comprar por impulso pode gerar impactos negativos no dia a dia, especialmente quando o consumidor é atraído por promoções ou ofertas que parecem imperdíveis. Essa falta de reflexão pode dificultar a gestão financeira, afetando até compras essenciais. Entre aqueles com ensino superior, 44% já trocaram produtos brasileiros por importados. Entre famílias que ganham mais de cinco salários-mínimos, essa prática atinge 43%. Esses dados mostram como o comportamento de consumo online reflete tanto escolhas econômicas quanto padrões de impulso, afetando diferentes faixas da população de forma significativa.

Problemas com os produtos

Quase metade dos brasi-

Fotos: Reprodução/istock



Na pesquisa, o preço mais baixo foi apontado como o principal motivo para preferir produtos importados, com 54% das respostas

leiros que fazem compras online já enfrentou problemas com produtos defeituosos ou diferentes do anunciado, segundo a pesquisa da Confederação Nacional da Indústria (CNI). Entre aqueles que tiveram essa experiência, 44% optaram por devolver ou trocar o item, enquanto 34% buscaram o serviço de atendimento ao cliente imediatamente. Além disso, 18% relataram decepção com a qualidade do produto recebido.

Apesar dos desafios, 74% dos entrevistados enxergam vantagens no comércio virtual. O preço mais baixo em relação às lojas físicas foi citado como o principal benefício (36%), seguido pela praticidade de comprar sem sair de casa, mencionado por 28%.

Por outro lado, dois terços dos consumidores ainda identificam desvantagens nas compras online. A demora na entrega lidera as reclamações, apontada por 18% das pessoas. Outras preocupações incluem a falta de segurança nas transações (9%) e a impossibilidade de ver ou tocar no produto antes da compra (8%).

Seis em cada 10 brasileiros já compraram pela internet

Promoções e descontos desempenham um papel central na atração dos consumidores, oferecendo preços reduzidos, brindes ou outros incentivos por tempo limitado. Essas estratégias têm o poder de influenciar decisões de compra, muitas vezes levando o cliente a agir de forma mais impulsiva.

De acordo com a pesquisa Retratos da Sociedade Brasileira (RSB), quase 60% dos brasileiros já realizaram compras pela internet. Esse número é ainda maior entre pessoas com ensino superior (89%), famílias de maior renda (88%) e jovens (77%). Em contraste, a adesão ao comércio online é de apenas 17% entre analfabetos ou pessoas sem instrução, 27% entre idosos e 38% nas famílias que ganham até um salário-mínimo.

Apesar da expansão das compras virtuais, a preferência pelas lojas físicas ainda prevalece. Mais de 80% dos entrevistados optam pelo formato presencial para adqui-

rir móveis, produtos para animais, alimentos e bebidas. No entanto, compras online ganham destaque em categorias como produtos de informática, equipamentos eletrônicos, livros, revistas e brinquedos, com mais de um terço da população priorizando esse canal.

Entre os itens mais adquiridos pela internet, as roupas lideram, com 59% de frequência entre os consumidores online. Outros produtos populares incluem informática e eletrônicos (44%), calçados e bolsas (44%), eletrodomésticos (37%) e utensílios para o lar (33%).

Educação financeira

Saber administrar o próprio dinheiro é uma habilidade crucial para alcançar estabilidade financeira e qualidade de vida. No contexto atual, marcado pelo aumento das compras online e pelo estímulo ao consumo impulsivo, desenvolver uma postura consciente em relação aos gastos se tornou mais importante do que nunca. A educação financeira surge, então,

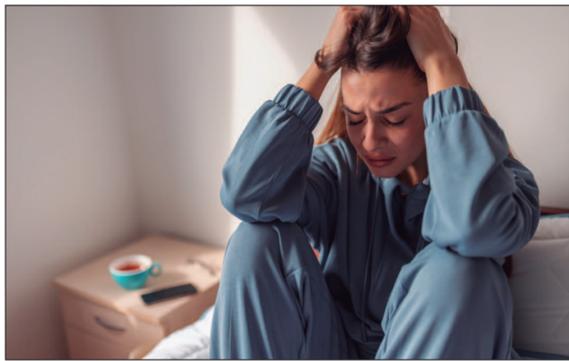
como uma aliada indispensável, especialmente para orientar os jovens a fazer escolhas mais responsáveis.

Desde a infância, a escola desempenha um papel essencial na formação de consumidores conscientes. Ensinar noções básicas de orçamento, economia e como evitar o endividamento excessivo não deve ser visto como um conteúdo extra, mas como parte fundamental da educação. A falta de conhecimento financeiro é um dos fatores que mais contribuem para o endividamento e as decisões impulsivas nas compras.

No entanto, educação financeira não se limita a ensinar matemática aplicada aos gastos e à poupança. Ela também desenvolve competências para planejar, poupar e tomar decisões ponderadas. Esse aprendizado incentiva as pessoas a refletirem sobre suas escolhas de consumo, considerando não apenas os desejos imediatos, mas também os impactos financeiros a longo prazo e até mesmo os efeitos ambientais. O consumo consciente, resultado de uma formação sólida nessa área, busca equilibrar a aquisição de bens com a responsabilidade socioeconômica.

Com o crescimento das ofertas digitais e das estratégias agressivas de marketing baseadas em descontos e promoções, a habilidade de avaliar o real valor de uma compra se torna imprescindível. O consumismo desenfreado, frequentemente motivado por impulsos, pode causar arrependimentos e comprometer a saúde financeira de muitas pessoas. Nesse cenário, um consumidor consciente analisa suas finanças, seus objetivos futuros e a real necessidade da compra antes de ceder à tentação de uma oferta aparentemente imperdível. **(Especial para O Hoje)**

iStock



Cerca de 18 milhões de brasileiros, o equivalente a 9% da população, sofrem de transtornos ansiosos

Ansiedade: como reconhecer os sinais e seus Impactos

Especialista explica os efeitos da ansiedade e dá dicas sobre como amenizar os sintomas

Luana Carvalho

A ansiedade tem se tornado um dos principais problemas de saúde mental no Brasil. Estudo da Organização Mundial da Saúde (OMS) aponta que cerca de 18 milhões de brasileiros, o equivalente a 9% da população, sofrem de transtornos ansiosos. Essa condição, muitas vezes silenciosa, pode afetar a qualidade de vida de quem a enfrenta, comprometendo o cotidiano e até paralisando atividades cotidianas. A psicóloga Claudia Costa, especialista no tema, explica o que caracteriza a ansiedade, como ela pode afetar o corpo e a mente, além de indicar formas de enfrentá-la.

A ansiedade é uma resposta natural do organismo diante de situações de estresse. Contudo, quando ela se torna excessiva, constante e difícil de controlar, pode se transformar em um transtorno. Para Claudia Costa, a ansiedade está diretamente ligada à sobrecarga de tarefas e responsabilidades diárias. "O ser humano está constantemente rodeado de decisões a serem tomadas, seja no trabalho, em casa ou nas relações pessoais. Esse acúmulo de escolhas e pressões acaba gerando um nível alto de estresse, o que pode contribuir para o desenvolvimento da ansiedade", afirma a psicóloga.

A especialista destaca que o impacto da ansiedade vai além do psicológico, podendo se refletir em sintomas físicos como taquicardia, tremores e sensação de falta de ar. "A mente acelerada não consegue processar todos os estímulos, e o corpo acaba reagindo de maneira automática a essa sobrecarga, desencadeando esses sin-

tomias físicos que podem ser assustadores", alerta.

Sintomas e consequências

A ansiedade pode se manifestar de diferentes formas e em diversos níveis de intensidade. Entre os sintomas mais comuns estão o pensamento acelerado e repetitivo, a preocupação excessiva, o medo irracional e a compulsão. De acordo com Claudia, essas manifestações são mais do que apenas desconfortos temporários. Elas têm o poder de comprometer a qualidade de vida da pessoa afetada, prejudicando relações pessoais e profissionais e até mesmo a capacidade produtiva.

Esse ciclo de distorção da realidade e insegurança pode ser prejudicial. "Sem um acompanhamento adequado, a pessoa pode entrar em um estado de pânico e confusão, o que dificulta ainda mais o processo de superação", alerta a especialista. Isso pode levar ao agravamento da condição, afetando a capacidade de lidar com emoções, relacionamentos e o próprio trabalho.

Como controlar a ansiedade

O tratamento da ansiedade varia conforme o tipo e a intensidade dos sintomas. Claudia Costa reforça que é fundamental procurar ajuda profissional para identificar o transtorno e definir a melhor abordagem terapêutica. Entre os tratamentos mais comuns estão a terapia cognitivo-comportamental (TCC) e, em alguns casos, o uso de medicamentos. No entanto, o autoconhecimento e a adoção de práticas diárias para aliviar o estresse também são essenciais. **(Especial para O Hoje)**

LIVRARIA

Rotina Criativa e Hábitos que Mudam

Um guia leve e criativo para quem busca organizar a vida e aumentar a produtividade

Quando se fala em rotina, é comum que as pessoas imaginem um conjunto de tarefas repetitivas e maçantes, realizadas sempre nos mesmos horários. Muitos associam a palavra "rotina" a um ciclo infundável de obrigações que pode gerar um certo desconforto. No entanto, para a publicitária e criadora de conteúdo Larissa Rodrigues, isso pode ser diferente. Em seu novo livro, lançado em 28 de março de 2022, desafia essa visão rígida de planejamento e apresenta um modelo mais flexível, criativo e alinhado com o propósito individual de cada um.

Larissa acredita que é possível viver de maneira planejada, mas sem abrir mão da criatividade. Para ela, uma rotina criativa é aquela que possibilita a realização de tarefas de forma mais prazerosa, sem perder a produtividade. Desde 2018, quando fundou a comunidade Hábitos que mudam, a autora vem compartilhando seus conhecimentos sobre como gerenciar a rotina de maneira mais leve e eficaz. Hoje, sua comunidade conta com mais de 295 mil pessoas que buscam melhorar a sua organização pessoal e a produtividade de forma descomplicada.

O livro é um reflexo dessa filosofia. Com 120 páginas ricamente ilustradas por Gabriella Gouveia, o livro oferece um guia prático, mas nada rígido, para quem busca transformar a sua rotina. Com um tom leve e acessível, Larissa compartilha estratégias e ferramentas que ajudam os leitores a entender



como implementar bons hábitos, organizar seus afazeres e realizar pequenas mudanças comportamentais que podem melhorar sua qualidade de vida.

Ao contrário de outros manuais que buscam ditar regras do que fazer ou não fazer, este livro propõe uma abordagem mais personalizada. A proposta não é que o leitor siga um passo a passo inflexível, mas sim que descubra o que funciona melhor para sua vida e como ajustar sua rotina de acordo com suas prioridades. A autora sugere que cada pessoa deve encontrar o que cabe em seu dia a dia, de forma a alcançar o equilíbrio entre os compromissos profissionais, familiares e pessoais.

Quem já tentou usar planners ou outras ferramentas de gerenciamento de tempo, mas não conseguiu manter a constância, encontrará nesse livro uma abordagem mais prática e aplicável à realidade de quem tem uma rotina atarefada. É indicado para

aqueles que sentem que estão apenas no piloto automático e gostariam de retomar o controle da sua vida. A ideia central é criar um planejamento que não seja apenas uma lista de afazeres, mas sim um instrumento que auxilie na realização de projetos pessoais e profissionais, promovendo bem-estar e satisfação.

Além disso, Larissa enfatiza a importância de incluir atividades prazerosas no cotidiano, algo que muitas vezes fica de lado em meio às obrigações diárias. Ao sugerir a incorporação de pequenas mudanças no dia a dia, o livro ajuda o leitor a perceber que é possível, sim, ser mais produtivo e organizado sem perder a liberdade e a criatividade.

Sobre a autora

Larissa Rodrigues é publicitária, criadora de conteúdo e facilitadora de rotinas. Com sete anos de experiência em planejamento estratégico na área de marketing digital, ela passou a perceber a necessidade de gerenciar melhor seu tempo, especialmente ao engravidar. Foi nesse momento que a ideia da comunidade Hábitos que mudam nasceu, com o intuito de compartilhar sua experiência de como organizar a vida de maneira mais eficiente e criativa. Sua abordagem descomplicada e afetiva ajudou a impactar a vida de centenas de milhares de pessoas, oferecendo alternativas para quem vive uma rotina corrida, mas deseja fazer mudanças positivas em sua vida. **(Luana Carvalho, especial para O Hoje)**

Já impactou mais de 295 mil pessoas, ajudando-as a transformar suas rotinas



RESUMO DE NOVELAS

Gênesis

Potifar cruza o caminho de José, que começa a viver um novo desafio. Asenate desabafa com Herit sobre seus sentimentos, enquanto Neferiades é apresentada a José, que sofre com as lembranças dolorosas dos irmãos. Amarilis fica incomodada com a presença de Kamesha, e Zilpa oferece conselhos a Israel, que autoriza Judá a seguir um novo caminho. Em meio a esses eventos, José e Asenate finalmente se encontram, marcando o início de um novo capítulo na trama.

Garota do momento

Beto consegue garantir que Beatriz chegue a tempo ao programa de Alfredo para o lançamento do novo sabonete, onde é muito elogiada. No entanto, Beatriz tem um surto de raiva, demonstrando insatisfação. Enquanto isso, Edu e Celeste revelam estar apaixonados, mas enfrentam a desaprovação de Raimundo, que não aprova o relacionamento. A trama segue recheada de emoções e conflitos, mantendo os telespectadores atentos às reviravoltas.

Volta por cima

Osmar se surpreende com a revelação de Gigi, enquanto Yuki se esconde de Gerson na sala de Sílvia. Violeta compra um presente para Osmar, e Jayme relembra Lindomar. Cacá, ao pegar o celular de João, envia uma foto do carrinho de bebê para Madalena. Osmar questiona Violeta sobre o atentado contra Joyce, e Madalena tem uma discussão com João. Nando convence Edson a voltar ao trabalho, e Gerson convida Rosana a retomar o posto de rainha de bateria.

A caverna encantada

Pilar e Gabriel levam a cachorrinha com filhotes ao Pet Shop, e César alerta sobre a saúde debilitada da cadela. Felipe, em momento de desabafo com Moisés, compartilha suas dificuldades com seus pais. Ele faz um acordo com Moisés e Anna: não pegará o gabarito da prova se eles o ajudarem a alcançar a nota 10. Enquanto isso, a diretora Norma tenta alterar um decreto judicial para reverter a situação e fazer com que Anna seja novamente sua filha.

Mania de você

Rudá começa a desconfiar de Iberê, enquanto Berta toma a decisão de demitir Sirlei. Volney se recusa a explicar a Diana sobre os documentos falsificados. Hugo revela a Robson que o admirador secreto de Fátima deve ser alguém do resort, e Fátima estranha um bilhete recebido. Rudá afirma a Filipa que deseja ficar com Viola, mas acaba sendo expulso da casa dela. Daniel expressa medo de ser prejudicado caso precise alterar o projeto Albacoa 2.

AGENDA CULTURAL

EVENTOS

Natal do Bem 2024

O Natal do Bem 2024, em Goiânia, no Centro Cultural Oscar Niemeyer, está encantando milhares de visitantes e segue até o dia 05 de janeiro de 2025. O evento, com 30 mil metros quadrados de atrações, conta com mais de 2,7 milhões de luzes, vilas temáticas e uma árvore de 40 metros. Além disso, oferece estacionamento gratuito e transporte exclusivo para os visitantes. Não perca a chance de vivenciar essa experiência mágica. A programação especial desta quinta-feira (26) inclui o Coral Ônix Brasil e o Coral Infantil Fonte da Vida, ambos no Palácio da Música. Entrada gratuita. Quando: quinta-feira (26). Onde: Centro Cultural Oscar Niemeyer (CCON). Horário: 17h às 21h.

Exposição 'Arte Africana: Máscaras e Esculturas'

A exposição 'Arte Africana: Máscaras e Esculturas', que em cerca de vinte anos reuniu um amplo acervo de máscaras, estatuetas, entre outros objetos de uso cotidiano e ritualístico, chega

Divulgação



Mergulhe na magia do Natal em Goiânia! Luzes, corais e uma experiência incrível te esperam

de forma inédita no Brasil, e exibe 390 peças da Coleção África, na Vila Cultural Cora Coralina. Com curadoria de Marisa Moreira Salles, Tomas Alvim, Renato Araújo da Silva e Danilo Garcia, a inauguração da mostra conta com roda de conversa com os curadores Renato Araújo da Silva e Tomas Alvim e, também, com representantes das secretarias de Estado da Cultura e da Educação. Entrada gratuita. Quando: quinta-feira (26). Onde: Vila Cultural Cora Coralina, R. 3, S/N, St. Central, Goiânia. Horário: 9h.

Abrir Horizontes 2

A exposição "Abrir Horizontes 2" tem curadorias assinadas por Dalton Paula, Divino Sobral e Paulo Duarte-Feitoza. A mostra apresenta um conjunto expressivo de 21 artistas, expondo cerca de 50 obras em desenho, pintura, objeto, cerâmica, fotografia e instalação. A exposição é fruto da ação colaborativa entre curadores, artistas e demais agentes do circuito de arte de Goiânia, e tem por objetivo mostrar o desabrochar de uma geração de artistas que mantêm em movimento a reflexão sobre arte

contemporânea, tensionando as questões que se abrem aos incômodos próprios da nossa época e lugar. Entrada gratuita. Quando: quinta-feira (26). Onde: Galeria Frei Confaloni, Centro Cultural Octo Marques, Rua 4, 515, Ed. Parthenon Center, Sobreloja, Goiânia. Horário: 19h.

Centro Cultural Octo Marques apresenta individual de Renato Reno

O Centro Cultural Octo Marques recebe a exposição "Família", do artista goiano Renato Reno. A mostra, montada na Galeria Sebastião dos Reis, reúne mais de 20 obras inéditas e conta com apoio financeiro do Governo de Goiás, por meio do Programa Goyazes, operacionalizado pela Secretaria de Estado da Cultura (Secult). A mostra fica em cartaz até o dia 02 de fevereiro de 2025, com visitação gratuita. Quando: quinta-feira (26). Onde: Galeria Sebastião dos Reis, centro cultural octo Marques - rua 4, 515, ed. Parthenon center (entrada pela rua 7) - centro. Horário: Segunda a domingo, das 9h às 17h.

Veja como identificar e cuidar da velhice do seu cão

A expectativa de vida dos cães segue um ritmo diferente da dos humanos, e a velhice chega mais rápido do que muitos tutores gostariam. Enquanto a fase adulta dos cachorros começa antes do primeiro ano de vida, a fase idosa pode variar entre 8 e 10 anos, dependendo de diversos fatores.

Um dos aspectos que influenciam a chegada da velhice é a raça do animal, já que cada uma tem características próprias, incluindo o ritmo de crescimento. Outro fator importante é o porte do cão, que impacta diretamente sua expectativa de vida.

Cachorros de pequeno porte, pesando entre 4 e 10 kg, atingem a vida adulta por volta dos 10 meses, enquanto os de porte médio, com peso entre 11 e 25 kg, entram nessa fase a partir de 1 ano de ida-

Reprodução/Istock



Um dos aspectos que influenciam a chegada da velhice é a raça do animal

de. Já os cães maiores, como os de porte grande e gigante, tendem a envelhecer mais rapidamente devido à sua menor expectativa de vida.

A velhice é geralmente considerada nos últimos 25% da expectativa de vida do animal. Por exemplo, cães de raças pequenas, como Pinscher, podem ser considerados idosos

a partir dos 12 anos, enquanto cães maiores, como Mastim e São Bernardo, entram na fase idosa por volta dos 6 ou 7 anos. Outras raças apresentam variações: Cocker Spaniel e Beagle começam a envelhecer entre 8 e 10 anos; Golden Retriever e Pastor Alemão, por volta dos 6 a 9 anos; e Shih-Tzu e Poodle, aos 10 anos.

Além da raça e do porte, o cuidado recebido ao longo da vida é fundamental para a longevidade e qualidade de vida dos cães. Alimentação balanceada, exercícios físicos regulares e um estilo de vida saudável contribuem significativamente para que os pets vivam bem durante a velhice.

Os tutores devem ficar atentos aos sinais de envelhecimento, que podem incluir menor atividade física, preferência por descanso, perda de audição e visão, e dificuldades de locomoção. Alguns cães idosos podem se tornar mais ansiosos ou calmos e reclusos, dependendo de sua saúde e ambiente. Cuidar bem de um cão ao longo da vida é a chave para garantir que ele tenha uma velhice tranquila e saudável, repleta de bem-estar e carinho. **(Especial para O Hoje)**

CELEBRIDADES

Maíra Cardi e Thiago Nigro dão R\$ 10 mil de presente para funcionários

Maíra Cardi e Thiago Nigro compartilharam um momento especial com seus funcionários antes do Natal. O casal, que espera o primeiro filho dessa relação, decidiu presentear os colaboradores com um cheque no valor de R\$ 10 mil para cada um. "São pessoas que se a gente não tivesse elas, nossa vida seria complicada ou a gente não conseguiria trabalhar, ou não fazer as coisas com qualidade", disse a influencer em suas redes sociais. O momento emocionante foi compartilhado com os seguidores, que elogiaram a iniciativa da família. Emocionados, os ajudadores que estão presentes no dia a dia chegaram a chorar no momento de abrir o presente.

Joelma será avó pela primeira vez

Yasmin Mendes Farias, de 20 anos, filha de Joelma e Ximbinha, está à espera de seu primeiro filho com o namorado, Neto Alcântara, baterista da banda de Joelma. De acordo com informações, Yasmin

Ana Castela fala sobre as responsabilidades da fama

Aos 21 anos, Ana Castela já compreende o impacto que exerce sobre muitas pessoas. A cantora sertaneja, que foi a terceira mais escutada do Spotify neste ano, compartilhou com a Quem suas reflexões sobre as responsabilidades que vêm com o sucesso, a fama e a influência, especialmente com mais de 15 milhões de seguidores nas redes sociais. "Vejo muitas crianças me mandando mensagens ou falando pessoalmente: 'Ana, eu nem sou da fazenda, mas adoro chapéu e bota'", contou ela. "De alguma forma, estamos influenciando, seja por um chapéu, por uma bota. Às vezes, até



parece estranho quando estamos de salto e sem chapéu", brincou a artista, que foi eleita Artista do Ano no WME Awards 24. Ana reconhece que a fama traz uma grande responsabilidade. "É uma responsabilidade enorme. Tenho que ter muito cuidado com o que falo, com o que visto, especialmente por causa das crianças", disse ela, refletindo sobre o papel que desempenha como modelo para seus seguidores.

já está no terceiro mês de gravidez. Na última terça-feira (24), durante a comemoração de Natal, a jovem publicou uma foto em que o namorado

aparece acariciando sua barriga, que começa a mostrar os sinais da gestação. Além de Yasmin, Joelma é mãe de mais dois filhos. Natália, fruto

de seu relacionamento com Roberto Luís Sarraffi, e Yago, do casamento com Robson Cristiano Leão Matos.

Mãe de MC Kevin desabafa sobre a saudade no Natal sem o filho

Valquíria Nascimento, mãe de MC Kevin, compartilhou uma carta aberta na quarta-feira (25), expressando a dor de passar o Natal sem o filho, que faleceu em 2021 após cair da varanda do hotel onde estava hospedado. Em seu desabafo, Valquíria relembrou um vídeo antigo de uma comemoração ao lado do cantor e falou sobre a saudade imensa que sente. "Estou com muita saudade, muita mesmo. São 1321 dias sem ouvir sua voz, sem ouvir você dizer 'bença, mãe', sem sentir seu cheiro, sem brigar com você, sem falar sobre tudo o que vivemos juntos", escreveu ela. "Filho, como é difícil viver sem você aqui. Tantas coisas acontecendo, tantas mentiras e verdades, tantas alegrias e falsidades. Desde o dia em que você se foi, só Deus sabe como consigo me manter de pé", completou Valquíria.

HORÓSCOPO

ÁRIES

(21/3 - 20/4)



A energia do dia pede foco em projetos pessoais e equilíbrio emocional. Este é o momento ideal para dar um passo atrás e observar antes de agir. Evite discussões desnecessárias e concentre-se no que realmente importa.

TOURO

(21/4 - 20/5)



O dia promete estabilidade no campo financeiro. Aproveite para organizar suas contas e planejar investimentos. No amor, uma conversa franca pode trazer a segurança emocional que você tanto deseja.

GÊMEOS

(21/5 - 20/6)



Sua criatividade está em alta hoje, e novas ideias podem surgir a qualquer momento. Use essa energia para resolver problemas antigos. No trabalho, seja estratégico e evite sobrecarregar-se com responsabilidades alheias.

CÂNCER

(21/6 - 21/7)



O dia favorece a introspecção e o cuidado com a saúde mental. Tire um tempo para si e pratique o autocuidado. Relacionamentos familiares podem ganhar um tom mais harmônico, aproveite para fortalecer laços.

LEÃO

(22/7 - 22/8)



A energia do dia incentiva parcerias e colaboração. Este é um excelente momento para projetos em grupo e para alinhar expectativas em suas relações pessoais. Evite o orgulho excessivo e escute mais os outros.

VIRGEM

(23/8 - 22/9)



No trabalho, detalhes farão toda a diferença, então mantenha o foco e a organização. Relacionamentos amorosos podem demandar um pouco mais de paciência. Seja flexível e esteja aberto ao diálogo.

LIBRA

(23/9 - 22/10)



A energia do dia está favorável para resolver pendências do passado. No amor, é hora de fortalecer conexões. A vida social pode trazer novas oportunidades, mas lembre-se de priorizar sua paz interior.

ESCORPIÃO

(23/10 - 21/11)



Este é um dia para mergulhar fundo nas emoções e entender melhor seus próprios desejos. Use sua intuição para tomar decisões importantes, especialmente no campo financeiro.

SAGITÁRIO

(22/11 - 21/12)



O espírito aventureiro está à flor da pele, mas o dia pede um pouco mais de planejamento antes de se jogar em algo novo. Relacionamentos podem trazer surpresas positivas, especialmente se você se abrir para o inesperado.

CAPRICÓRNIO

(22/12 - 20/1)



Aproveite o dia para estruturar seus objetivos para 2024. Sua disciplina está em alta, e isso pode trazer resultados incríveis no trabalho. No campo pessoal, dedique tempo às pessoas que realmente importam.

AQUÁRIO

(21/1 - 19/2)



Hoje, sua mente criativa e inovadora pode atrair soluções brilhantes para desafios antigos. Relacionamentos de amizade ganham destaque, e um reencontro especial pode trazer alegria inesperada.

PEIXES

(20/2 - 20/3)



O dia convida você a mergulhar em atividades artísticas ou espirituais. A intuição está forte e pode ajudar a resolver questões emocionais. No amor, uma conversa profunda pode trazer ainda mais conexão.

Cuidados essenciais para manter a saúde da coluna vertebral

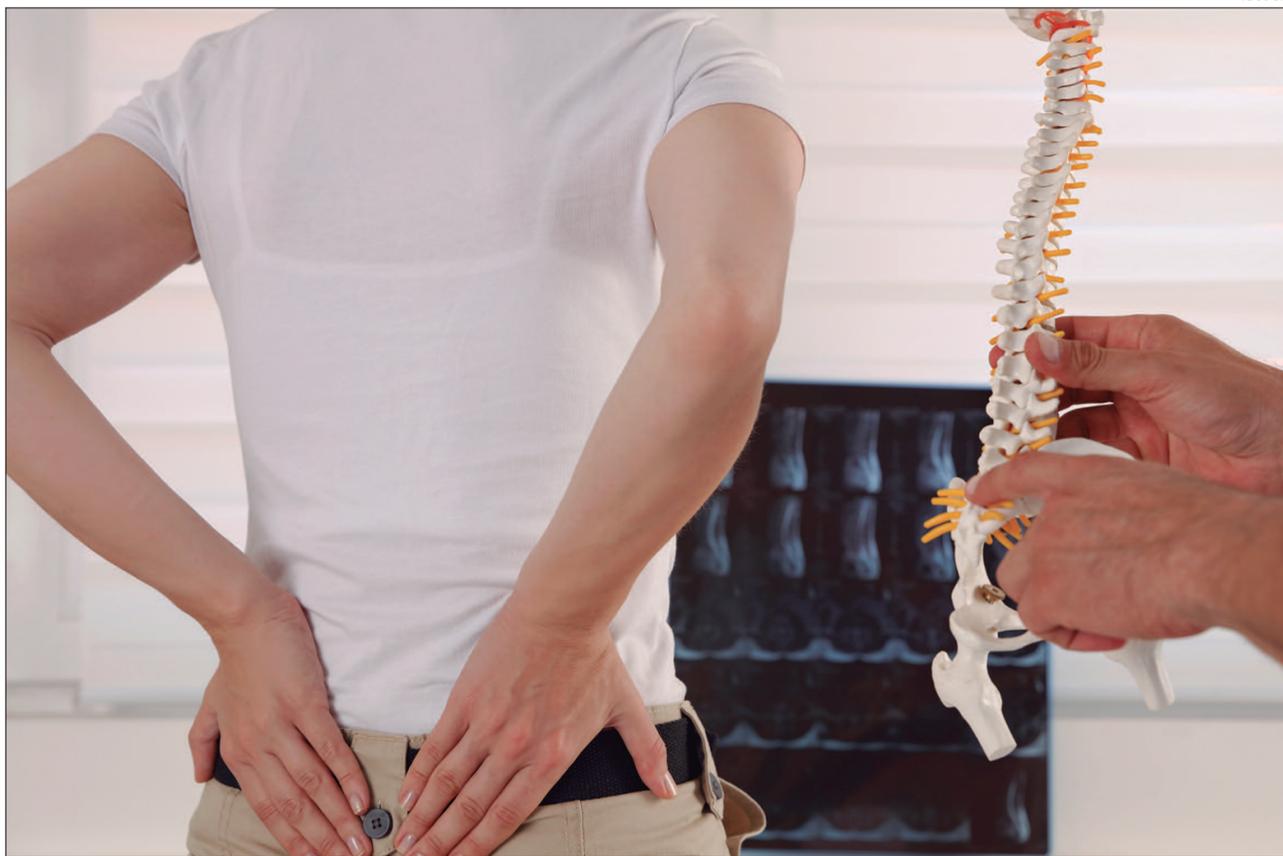
Especialista explica a importância de hábitos saudáveis e prevenção de dores e lesões

Luana Carvalho

A dor nas costas é uma queixa comum e, em muitos casos, pode afetar a qualidade de vida das pessoas ao longo dos anos. Entre as causas mais recorrentes, estão desde problemas musculares até condições mais complexas, como hérnias de disco. Estima-se que 70% da população brasileira com mais de 40 anos sofra de algum distúrbio relacionado à coluna. Esses problemas, quando não tratados corretamente, podem evoluir para complicações graves, com a necessidade de intervenções cirúrgicas. Contudo, a boa notícia é que, em muitos casos, é possível evitar esse desfecho por meio de cuidados preventivos e tratamento precoce.

A chave para o tratamento eficaz das dores nas costas está no diagnóstico precoce. Quando as dores nas costas surgem, muitos pacientes tendem a ignorá-las, na esperança de que desapareçam com o tempo. No entanto, esse comportamento pode agravar o quadro, tornando o problema crônico ou até mesmo exigindo cirurgia. É essencial que ao primeiro sinal de dor, o paciente procure um especialista. A fisioterapia, quando iniciada logo nos primeiros sintomas, pode aliviar as dores e impedir que o quadro se agrave.

A hérnia de disco é um dos problemas mais comuns diagnosticados em pessoas com dor nas costas. Muitas vezes, o tratamento conservador, como a fisioterapia, é suficiente para aliviar os sintomas e melhorar a qualidade de vida do paciente. O acompanhamento especializado é fundamental, pois pode ajudar a evitar o agravamento da condição e o



Cerca de 70% da população brasileira acima de 40 anos sofre com problemas na coluna

desenvolvimento de complicações mais sérias.

Adote hábitos saudáveis

Além de buscar ajuda especializada assim que os sintomas se manifestam, adotar hábitos saudáveis é fundamental para preservar a saúde da coluna ao longo da vida. O sedentarismo é um dos maiores vilões para a coluna, e sua prevenção é um passo importante para evitar dores e outros problemas mais sérios. Passar longos períodos sentado ou deitado sem movimentar o corpo pode sobrecarregar as articulações e enfraquecer a musculatura que sustenta a coluna vertebral.

Pratique atividades físicas

A prática de exercícios físicos regulares é uma das melhores formas de manter a coluna saudável. Atividades que fortalecem a região abdominal, lombar e pélvica, são especialmente benéficas para a coluna. Esses músculos são responsáveis por estabilizar e sustentar a coluna, ajudando a evitar lesões e dores.

Além disso, a atividade física melhora a flexibilidade e a postura, dois fatores cruciais para a saúde da coluna.

Exercícios como pilates, musculação e natação são altamente recomendados, pois ajudam a fortalecer a musculatura e a melhorar a mobilidade. No entanto, é importante lembrar que os exercícios devem ser realizados de maneira adequada, respeitando os limites do corpo.

Evite ficar muito tempo parado

O sedentarismo não se limita à falta de exercícios físicos, mas também está relacionado ao tempo excessivo de inatividade. Ficar sentado por longas horas ou permanecer em uma posição desconfortável pode sobrecarregar a coluna e as articulações, resultando em dores nas costas. Para prevenir esse problema, é importante intercalar períodos de descanso com atividades que envolvem movimentação do corpo. Levantar-se a

cada 30 minutos e caminhar por alguns minutos pode ajudar a aliviar a pressão sobre a coluna e a melhorar a circulação sanguínea.

Controle o peso corporal

Outro fator fundamental para manter a saúde da coluna é o controle do peso corporal. O excesso de peso, especialmente na região abdominal, exerce uma pressão extra sobre a coluna, principalmente sobre a lombar. Isso pode causar desequilíbrios posturais e sobrecarregar as articulações. Além disso, o excesso de gordura abdominal pode alterar a posição da coluna e aumentar o risco de dores crônicas.

Manter um peso saudável, por meio de uma alimentação equilibrada e atividades físicas regulares, é fundamental para proteger a coluna e prevenir problemas a longo prazo.

A automedicação é um erro

É comum que as pessoas recorram à automedicação para aliviar dores nas costas,

especialmente em casos de desconforto leve ou moderado. No entanto, essa prática pode ser prejudicial. Embora os medicamentos possam aliviar temporariamente a dor, eles não tratam a causa do problema e podem mascarar condições mais graves. Além disso, o uso inadequado de remédios pode ter efeitos colaterais prejudiciais à saúde.

Quando procurar um especialista

Ao sentir dores nas costas, o ideal é procurar ajuda médica o quanto antes, antes que o quadro se agrave. Um fisioterapeuta especializado pode diagnosticar a causa da dor e iniciar o tratamento adequado, que pode incluir fisioterapia, exercícios específicos e orientações sobre posturas corretas. Nos casos mais graves, o profissional pode encaminhar o paciente para um médico especialista, que poderá indicar outros tratamentos ou exames mais detalhados. **(Especial para O Hoje)**

CINEMA

Divulgação



Sonic 3 - O Filme os personagens Sonic, Knuckles e Tails se reúnem para enfrentar Shadow, um novo e misterioso inimigo com poderes diferentes de tudo que já enfrentaram antes

ESTREIAS

Mufasa: O Rei Leão (Musafá: The Lion King, 2024, EUA) Duração: 1h 58 min. Direção: Barry Jenkins. Elenco: Aaron Pierre, Kelvin Harrison Jr., Seth Rogen. Gênero: Animação, aventura, drama, comédia, musical. Cinemark Flamboyant: 12:00, 13:00, 14:50, 15:50, 17:40, 18:40, 20:30, 21:30. Cinemark Passeio das Águas: 12:00, 12:40, 14:50, 15:30, 17:40, 18:20, 20:30, 21:10. Kinoplex Goiânia: 13h, 13:30, 14h, 15h30, 16h, 16:30, 18h, 18:30, 19h, 20h30, 21:00, 21:30. Cineflix Aparecida: 14:00, 14:30, 15:00, 16:30, 17:00. 18:30, 19:00, 19:30, 21:00, 21:30. Moviecom Buriti: 16:50, 17:45, 19:20, 20:10, 21:45. Cinex Oscar Niemeyer: 14h, 16:20, 18h40, 21h.

Sonic 3 - O Filme (Sonic The Hedgehog 3, 2024) Duração: 1h 49 min. Direção: Jeff Fowler. Elenco: Ben Schwartz, Idris Elba, Colleen O'Shaughnessey. Gênero: Aventura, Animação. Cinemark Flamboyant: 16h20, 17h20, 19h. Cinemark Passeio das Águas: 15h00, 16h20, 17h30, 19h00, 20h15. Kinoplex Goiânia: 15h00, 17h30.

EM CARTAZ

Kraven - O Caçador (Kraven The Hunter, 2024, EUA) Duração: 2h 07min. Direção: J.C. Chandor. Elenco: Aaron Taylor-Johnson, Russell Crowe, Ariana DeBose. Gênero: Ação, Fantasia. Cinemark Flamboyant: 16h10, 19h10. Cinemark Passeio das Águas: 11h40, 14h30, 17h50, 21h. Kinoplex Goiânia:

17h40, 15h. Cineflix Aparecida: 16h00, 18h50, 22h00. Moviecom Buriti: 16:20, 19:00, 21:40.

Moana 2 (Moana 2, 2024, EUA) Duração: 1h 40min. Direção: David G. Elenco: Any Gabrielly, Aul'i Cravalho, Saulo Vasconcelos. Gênero: Aventura, Animação, Família. Cinemark Flamboyant: 12h10, 13h00, 13h45, 14h30, 15h20, 16h40, 17h30,

18h10, 18h40, 19h10, 20h15, 21h20. Cinemark Passeio das Águas: 11h, 11h40, 12h30, 13h20, 14h10, 15h50, 18h10, 18h50, 20h45. Kinoplex Goiânia: 13h, 13h40, 15h50, 18h10, 20h20. Cineflix Aparecida: 14h10, 16h50, 18h30, 20h40. Moviecom Buriti: 16:10, 17:10, 18:15, 19:15, 19:45, 20:20, 21:20. Cinex Oscar Niemeyer: 15h, 17h, 19h, 21h.

Wicked (Wicked, 2024, EUA) Duração: 2h 41min. Direção: Jon M. Chu. Elenco: Ariana Grande, Cynthia Erivo, Jonathan Bailey. Gênero: Fantasia, Comédia Musical. Kinoplex Goiânia: 20h20.

Gladiador 2 (Gladiator II, 2024, EUA) Duração: 2h 28min. Direção: Ridley Scott. Elenco: Paul Mescal, Pedro Pascal, Connie Nielsen. Gênero: drama, ação. Cinemark Passeio das Águas: 21h30. Kinoplex Goiânia: 20h50. Moviecom Buriti: 16h50.

Ainda estou aqui (Ainda estou aqui, 2024, Brasil) duração: 2h17min. Direção: Walter Salles. Elenco: Fernanda Torres, Fernanda Montenegro, Selton Mello. Gênero: Drama, Suspense. Cinemark Flamboyant: 18h20, 21h15. Kinoplex Goiânia: 15h10, 18h. Cineflix Aparecida: 21h40. Moviecom Buriti: 16h10, 18h50.

Quando a Morte Sussurra 2 (2024, EUA) Duração: 1h 50 min. Direção: Taweevat Wantaha. Elenco: Nadech Kugimiya, Denise Jelilcha Kappun. Gênero: Terror/Sobrenatural. Moviecom Buriti: 21:50.

Negócios



Fotos: Flickr

No Brasil, iniciativas verdes prometem atrair trilhões em investimentos e consolidar o país como líder em soluções climáticas e preservação ambiental

Economia sustentável pode gerar 10 trilhões de receitas até 2030

Empresas que adotam práticas sustentáveis podem contribuir para a economia global, com projeções de US\$ 10 trilhões em novos negócios até 2030

Herbert Alencar

A transição para uma economia sustentável está no centro das discussões globais, com potencial para gerar negócios estimados em US\$ 10 trilhões até 2030. Além de promover a preservação ambiental, a adoção de práticas sustentáveis promete criar cerca de 295 milhões de empregos ao redor do mundo, segundo estudos recentes da Plataforma Intergovernamental sobre Biodiversidade e Serviços Ecossistêmicos (IPBES).

Na 11ª Plenária do IPBES, realizada em Windhoek, Namíbia, especialistas destacaram que a sustentabilidade não é apenas uma necessidade ambiental, mas também uma oportunidade econômica. Negócios centrados na proteção da biodiversidade, energias re-



nováveis e agricultura sustentável têm o potencial de transformar o mercado global e fomentar novas cadeias produtivas. No entanto, o relatório também aponta os riscos da inação: prejuízos que podem ultrapassar o dobro dos ganhos

potenciais caso medidas urgentes não sejam inovadoras.

O papel do Brasil no cenário sustentável

Com uma das maiores reservas de biodiversidade do planeta, o Brasil desponta

como líder em iniciativas inovadoras para a economia verde. Projetos nacionais, especialmente nos setores de biocombustíveis, agricultura de baixo carbono e energias renováveis, têm potencial de atrair investimentos de até US\$ 3 trilhões até 2050.

Além disso, o recente avanço na orientação do mercado de carbono no país coloca o Brasil em posição estratégica. Estima-se que o mercado global de carbono movimentará US\$ 50 bilhões até 2030, com uma fatia de até 15% desse montante direcionado ao país. A regulamentação permitirá descarbonizar setores produtivos enquanto promove inovação e projetos financeiros sustentáveis, equilibrando o desenvolvimento econômico e a proteção ambiental.

Um desafio global e local

A ONU estima que o mundo investirá US\$ 34 trilhões em ações climáticas até 2030 para evitar os prejuízos das mudanças climáticas. Essa necessidade traz um chamado tanto para governos quanto para empresas, que devem liderar conjuntos de esforços para im-

plementar modelos de negócios resilientes e sustentáveis.

No Brasil, os desafios incluem as demandas econômicas às ambientais, respeitando comunidades tradicionais e fortalecendo políticas públicas para a sustentabilidade. O avanço das legislações, como a orientação do mercado de carbono, já sinaliza que o país está disposto a assumir um papel de destaque no cenário global.

Futuro sustentável

Combinando inovação, investimento e preservação, a economia sustentável representa um caminho promissor para o crescimento. O potencial de geração de investimentos e negócios mostra que a sustentabilidade não é apenas um ideal, mas também um motor econômico crucial para os próximos anos.

Ao integrar práticas sustentáveis às suas operações, empresas e governos podem garantir tanto a visão econômica quanto o equilíbrio ambiental, reafirmando o compromisso com um futuro próspero e mais verde. **(Especial para O Hoje)**





EDITAIS

AJ UNIFORMES LTDA, pessoa jurídica inscrita no CNPJ nº 36.382.028/0001-88, torna público que requereu à Secretaria Mun. de Meio Ambiente de Anápolis, a **Licença Ambiental de Funcionamento** para empreendimento voltado para atividades de **Confeção, sob medida, de roupas profissionais e demais do cnpj**, no Endereço: RUA JM-063, QD. 84, LT.20 A 26, SETOR SUL JAMIL MIGUEL II ETAPA – ANÁPOLIS-GO. 33007

FUNDO MUNICIPAL DE SAÚDE DE ITUMBIARA-FMS
AVISO DE LICITAÇÃO
PREGÃO ELETRÔNICO Nº. 024/2024
 Processo: 58291/2024
OBJETO: O Fundo Municipal de Saúde do município de Itumbiara, Estado de Goiás, torna público a aquisição de Conjunto Radiológico (RAIO-X) para atender a UPA 24h (Unidade de Pronto Atendimento Ciro Garcia), através de Recurso de Emenda Parlamentar proposta: 04394.796000/1240-07, para atender as necessidades dos usuários atendidos na unidade de saúde. TIPO: **MENOR PREÇO POR ITEM**. Conforme especificações constantes do Termo de Referência – Anexo I neste Edital de Licitação, os quais se encontram à disposição dos interessados nos sites: www.licitnet.com.br e/ou www.itumbiara.go.gov.br, outras informações na sede da Diretoria Geral de Compras, sito a Rua Paranaíba, nº. 117 Centros – Itumbiara-GO, pelo telefax: 64-3433-0419. **ABERTURA: Dia 15/01/2025 as 08:00hs**; Site: www.licitnet.com.br. Itumbiara-GO, 23 de dezembro de 2024. Danilo Thomaz Martins Pregoeiro 33008

PUBLICIDADE LEGAL

ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA
 O Presidente do Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias Extrativas do Vale do Rio Crixás, Senhor João Luís Antunes Araújo, juntamente com toda a Diretoria deste, em conformidade com os Artigos 40 a 46 do Estatuto Social da entidade, convocam todas as Trabalhadoras e Trabalhadores da Empresa M.S.G. – MINERAÇÃO SERRA GRANDE S.A., a participarem de **ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA**, que será realizada no dia 02 de Janeiro de 2025, no local denominado **Associação Independente Esporte Clube, situado Rodovia 336, Km 99, Zona Urbana, Crixás – GO**, em primeira chamada às **19:30 horas**, não havendo quórum, instalar-se-á, em segunda chamada às **20:00 horas**, com qualquer número de presentes. Deliberação sobre a seguinte ordem do dia: **1º – Discussão, autorização ou não para realização de TESTE/PILOTO do TURNO 4x4, para trabalhadores do subsolo; 2º – Assuntos Gerais.** Crixás, 24 de dezembro de 2024. JOÃO LUIS ANTUNES ARAÚJO PRESIDENTE DO S.T.I.E.V.R.C.G 33018

VAGAS DE EMPREGO E ESTÁGIO

EMPREGOS

- CONSULTOR DE MERCADO
- SUPERVISOR DE VENDAS
- ASSISTENTE ADMINISTRATIVO
- ANALISTA DE PCP
- WEB MARKETING
- RECEPCIONISTA
- TÉCNICO EM SEGURANÇA DO TRABALHO
- CONSULTOR(A) DE ATENDIMENTO ADVISER

Para concorrer às oportunidades de emprego anunciadas pelas empresas parceiras cadastre seu currículo GRATUITAMENTE, acesse: www.ieggo.com.br/emprego. Clique na opção "Cadastrar Currículo."

ESTÁGIOS

Vagas por Área:

- ADMINISTRAÇÃO
- ENSINO MÉDIO
- PUBLICIDADE E PROPAGANDA
- TÉCNICO EM QUÍMICA
- TÉCNICO EM ALIMENTOS

Para contato, disponibilizamos o número de whatsapp (62) 9.9852-4246 ou (62) 9.9624-3600 de 2 a 6 feira das 08:00 as 18:00 hrs.

Para concorrer à vaga é necessário ter o currículo cadastrado gratuitamente no site (www.ieggo.com.br/estagio), clique em: "Quero me cadastrar."




Associação Goiana dos municípios, Diários dos municípios, comprasnet, Licitações e muito mais.

0800 887 0450
 WhatsApp: 62-9-9842-2521
comercial@licitmais.com.br
www.licitmaisbrasil.com.br

TEREMOS O PRAZER EM ATENDÊ-LO.

LICIT MAIS, NOSSA MISSÃO É O SEU SUCESSO!

ESTADO DE GOIÁS
Tribunal de Contas dos Municípios
AVISO DE LICITAÇÃO
PREGÃO ELETRÔNICO n. 90030/2024
 O Tribunal de Contas dos Municípios do Estado de Goiás, torna público, que fará realizar às 14:00 horas do dia 14 de janeiro de 2025, em sua sede, situada à Rua 68, nº 727 Centro – Goiânia – Goiás, em sessão pública através do site: www.gov.br/compras, na forma da Lei Federal Lei nº 14.133, de 2021 e alterações posteriores, licitação na modalidade Pregão Eletrônico, do tipo **MENOR PREÇO**, no modo de disputa **ABERTO** destinada à contratação de empresa especializada para o fornecimento e instalação de rede lógica baseado na Tecnologia GPON (Gigabit Passive Optical Network) para atendimento da rede de comunicação de dados da nova sede do Tribunal de Contas dos Municípios do Estado de Goiás (TCMGO), conforme condições, quantidades e exigências estabelecidas no Edital e seus anexos. A documentação completa e seus anexos poderão ser examinados e/ou adquiridos nos endereços dos sites: www.tcmgo.tc.br/site/transparencia/licitacoes, www.comprasnet.gov.br e pelo e-mail comissao.contratacao@tcmgo.tc.br. Goiânia-GO, 19 de dezembro de 2024. Vinicius Bernardes Carvalho Pregoeiro 32716-3

CONECTE-SE COM MILHARES DE LEITORES

Estamos presentes no impresso, portal e nas redes sociais, oferecendo uma plataforma completa para destacar sua marca.

ANUNCIE CONOSCO!



GRUPO
O HOJE

TRANSFORMANDO A VIDA DE QUEM LÊ



NA HORA DE FAZER SUA PUBLICIDADE LEGAL, ESCOLHA A CREDIBILIDADE



20 anos de história



31,5 mi de impressões nas redes sociais



18 mil exemplares impressos diariamente
e 1.700 assinaturas digitais



Abrangência em todos os municípios goianos



Impresso e digital com acesso livre



Visibilidade nacional



GRUPO
O HOJE

TRANSFORMANDO A VIDA DE QUEM LÊ

Concursos



Fotos: Canva

Com vencimentos que podem chegar a R\$ 10.481,64, o concurso UFJ inclui etapas de prova escrita, didática e de títulos

Concurso UFJ – GO abre concurso para Magistério Superior

A Universidade Federal de Jataí (UFJ), localizada no estado de Goiás, lançou o edital para preenchimento de vagas no Magistério Superior. As inscrições serão feitas pelo site do SisConcursos

Herbert Alencar

A Universidade Federal de Jataí (UFJ), localizada no estado de Goiás, lançou o edital nº 11/2024 para o preenchimento de vagas na carreira de Magistério Superior. O certo oferece oportunidades para Professores do Magistério Federal, classe A, com regime de trabalho de 20 ou 40 horas semanais.

A organização e execução do concurso é responsabilidade do Sistema de Concursos (SisConcursos) da Universidade Federal de Goiás (UFG). O período de validade da seleção é de dois anos, podendo ser prorrogado por igual período, conforme descrito no edital.

Cargas avaliadas

Os aprovados no concurso irão compor o quadro efetivo



de servidores da UFJ. O regime de dedicação exclusiva (40 horas semanais) oferece um vencimento básico de R\$ 4.875,18, podendo atingir até R\$ 10.481,64 de acordo com a titulação do candidato.

Já para o regime de 20 horas semanais, os vencimentos variam entre R\$ 2.437,59 e R\$

3.839,21. Os contratados poderão atuar nos turnos matutino, vespertino ou noturno, de acordo com as necessidades da instituição.

Inscrições

As inscrições deverão ser realizadas exclusivamente pela internet, por meio do

site oficial do SisConcursos. Para efetivar a candidatura, será necessário preencher o formulário eletrônico e pagar uma taxa que varia entre R\$ 65,00 e R\$ 290,00, dependendo da jornada de trabalho e titulação.

Embora o edital já tenha sido publicado, o período de

inscrições ainda não foi divulgado. É importante que os detalhes sejam abordados ao portal oficial para acompanhar atualizações.

Etapas do concurso

O processo seletivo contará com três fases classificatórias, sendo elas:

Prova escrita ou teórico-prática ;

Prova didática e defesa de memorial ;

Prova de títulos .

As datas, horários e locais de realização das provas serão informados posteriormente no site do SisConcursos.

Acesso ao edital

O edital completo está disponível no Diário Oficial da União (DOU) e também será atualizado no site oficial do SisConcursos. Dúvidas sobre o certo podem ser encaminhadas para o e-mail dpm@ufj.edu.br.

Os interessados em participar do concurso devem acompanhar regularmente os canais oficiais da UFJ e do SisConcursos para obter informações sobre o cronograma, publicação de retificações e comunicados eventuais.

A UFJ reforça que a leitura completa do edital é essencial para compreender as regras e requisitos do determinado. **(Especial para O Hoje)**

