



## DENI

Jaqueline Trice e Alfredo Giuberti.

PÁGINA 08

**Tontura constante:** Maus hábitos de vida podem estar por trás do problema

PÁG. 02

Regulamentação da pesquisa clínica no Brasil deve aquecer economia no país. PÁG. 03

## Confiança entre grandes empresários cresce e sustenta ambiente favorável para o comércio capixaba

As empresas de maior porte, com mais de 50 funcionários, foram o principal destaque no Índice de Confiança do Empresário do Comércio (Icec) no Espírito Santo em fevereiro. Os empresários se disseram otimistas diante dos três subíndices que compõem o Icec. Em comparação ao mês anterior, foram registrados aumentos de 7,2% no subíndice Expectativas Futuras, de 7,1% em Intenções de Investimento e de 5,4% no item Condições Atuais. **PÁG. 05**



Foto: Envaro

Um ano após restrição aos celulares nas escolas, atenção dos alunos e convivência entre colegas melhora **PÁG. 02**

Senac de Linhares abre oportunidades em cursos nas áreas de beleza, tecnologia, moda e bem-estar **PÁG. 07**

Tribunal Eleitoral visita quilombolas em Conceição da Barra

### NOSSOS ARTICULISTAS



**José Mauro Fantoni**

ENSAIO PARA A MORTE

Página 03



**Norma Astréa Nunes Grunewald**

“O PRÍNCIPE” & “OS TIOS E TIAS DO ZAP”

Páginas 04



**Paulo Florêncio**

“SE TEU CORAÇÃO ESTIVER EM PAZ”

Página 06



**Antonio de Pádua Motta**

FÉ NO AGRO

Página 07



PÁG. 05

Foto: Divulgação

# Tontura constante: Maus hábitos de vida podem estar por trás do problema



FOTO: Divulgação

Quando se fala em tontura, muitos pensam imediatamente em labirintite — aquela inflamação do ouvido interno que costuma ser associada a vertigens e desequilíbrios. Mas, segundo a médica otorrinolaringologista Dra. Milena Quadros, especialista em Otoneurologia e Eletrofisiologia do Hospital Paulista, o problema pode estar

muito além do ouvido.

“É muito comum que as pessoas relacionem a tontura exclusivamente a doenças do ouvido interno, como a labirintite. No entanto, o labirinto é um órgão sensível ao funcionamento do corpo como um todo”, explica a especialista.

De acordo com ela, maus hábitos de vida — como má

alimentação, sedentarismo e tabagismo — são fatores que comprometem a saúde do labirinto. “Esses hábitos podem afetar a circulação sanguínea, o metabolismo e até a oxigenação do labirinto, aumentando o risco de crises de tontura, especialmente em quem já tem predisposição a distúrbios vestibulares”.

## TONTURA E DOENÇAS METABÓLICAS

A relação entre o estilo de vida e os episódios de tontura também passa por condições crônicas comuns, como diabetes e colesterol alto. “O labirinto depende de uma boa irrigação sanguínea e de um ambiente químico equilibrado para funcionar bem. Doenças como diabetes, hipertensão e dislipidemia comprometem essa estrutura, podendo causar não só tontura, mas também zumbido, sensação de ouvido tampado e desequilíbrio”, alerta a Dra. Milena. A especialista destaca ainda que sinais como tontura após jejum prolongado ou consumo excessivo de açúcar, associados a sintomas como cansaço, dor de cabeça, visão turva e alterações na pressão arterial, podem indicar que o problema está ligado ao estilo de vida — e não apenas a causas infecciosas, como se imagina.

## HÁ PREVENÇÃO — E ELA COMEÇA NA ROTINA

A boa notícia é que a tontura relacionada a maus hábitos pode ser, muitas vezes, prevenida. “Os principais pilares para um plano de prevenção são alimentação equilibrada, hidratação adequada, prática de atividade física, controle de doenças crônicas, sono de qualidade, cessação do tabagismo e manejo do estresse”, orienta a médica. Segundo ela, essas medidas estabilizam o funcionamento do labirinto e do sistema nervoso central, reduzindo a frequência e a intensidade das crises.

## TRATAMENTO VAI ALÉM DOS REMÉDIOS

Quando a tontura já está instalada, o tratamento exige uma abordagem ampla. “O tratamento da tontura vai muito além dos remédios. Em muitos casos, o mais eficaz é uma abordagem multidisciplinar”, afirma a Dra. Milena. Entre as recomendações, ela destaca a fisioterapia vestibular — que atua diretamente na reabilitação do equilíbrio —, o acompanhamento nutricional e, quando necessário, o suporte psicológico. “A ansiedade e o estresse também podem agravar os sintomas. Por isso, a educação do paciente é fundamental. Ele precisa compreender os gatilhos das crises para participar ativamente da prevenção.”

Portanto, cuidar da alimentação, mexer o corpo, dormir bem e manter as doenças sob controle são atitudes que, além de melhorar a qualidade de vida, ajudam a manter a cabeça — e o corpo — firmes no lugar.

# Um ano após restrição aos celulares nas escolas, atenção dos alunos e convivência entre colegas melhora

O sinal toca, os alunos entram na sala e, pela primeira vez em anos, a atenção não disputa espaço com telas acesas. Sem celulares nas mãos e sem notificações interrompendo o início da aula, a cena tem se tornado parte da rotina escolar no Brasil. Um ano após a entrada em vigor da Lei Federal nº 15.100/2025, que restringe o uso de celulares nas escolas, os efeitos começam a aparecer de forma concreta no cotidiano das instituições de ensino.

Ao longo desse primeiro ano, escolas de diferentes regiões de todo o país relatam melhora na atenção dos estudantes, maior participação em sala de aula e relações mais equilibradas entre professores e alunos. A diminuição das distrações digitais tem contribuído para um ambiente mais favorável à concentração, à escuta ativa e ao aprofundamento dos conteúdos.

Apesar dos desafios iniciais de adaptação, principalmente entre alunos mais velhos e fa-

mílias, o balanço é considerado positivo. Mais do que uma regra disciplinar, a restrição ao uso do celular tem reposicionado o tempo escolar, resgatado a atenção como valor pedagógico e redefinido a forma como crianças e adolescentes se relacionam com o aprender e com o convívio coletivo.

“Sem o celular, a escola voltou a ser um espaço de encontro. A redução do uso de aparelhos eletrônicos favoreceu interações presenciais mais significativas entre estudantes, fortalecendo a convivência, o diálogo e o engajamento nas atividades coletivas. O relato que temos dos coordenadores dos Colégios é que percebem mais movimento, mais trocas e mais envolvimento dos estudantes com as atividades e entre si, em um ambiente mais focado no aprendizado e nas relações humanas”, afirma Rafael Rodrigues, coordenador socioeducacional responsável pelo Ensino Médio do Marista Brasil.

## POR QUE A LEI FOI CRIADA

Dados internacionais ajudam a explicar a motivação da medida. Segundo a edição de 2022 do Programa Internacional de Avaliação de Estudantes (Pisa), 80% dos estudantes afirmaram que o uso do celular prejudica a concentração em sala de aula, especialmente nas aulas de matemática.

Além do impacto pedagógico, a discussão também ganhou força a partir de alertas relacionados à saúde mental e ao bem-estar dos estudantes. Especialistas apontam que o uso excessivo de telas está associado ao aumento da ansiedade, da comparação social e à redução das interações presenciais. Nesse contexto, a escola passou a ser compreendida como um espaço estratégico para promover pausas digitais e fortalecer relações interpessoais.

Para o Ministério da Educação, a restrição busca equilibrar o uso da tecnologia no ambiente escolar, permitindo o desenvolvimento de competências digitais sem comprometer a aprendizagem e o bem-estar dos estudantes. A proposta é que a tecnologia esteja presente de forma intencional, com finalidade pedagógica definida, e não como elemento de distração constante.



**FREITAS  
TIMBOÍBA**  
ADVOGADOS ASSOCIADOS

Leandro Freitas de Sousa  
OAB/ES 12.709  
(27) 99986-6000

Aclimar Nascimento Timboiba  
OAB/ES 13.596  
(27) 99976-7493

Avenida Comendador Rafael, 1.245, Ed. Gezel, Sala 403, Centro, Linhares - ES, CEP 29900-050

# Regulamentação da pesquisa clínica no Brasil deve aquecer economia no país

Os testes realizados com seres humanos para saber se uma nova vacina, um novo medicamento ou tratamento é seguro e eficaz são chamados de estudos clínicos. O Brasil, apesar da diversidade étnica e grande população, ocupa a 19ª posição no ranking mundial de pesquisa clínica segundo estudo da empresa IQVIA, mas esse cenário está prestes a mudar, graças ao Decreto nº 12.651/2025, que regulamentou a Lei da Pesquisa Clínica com Seres Humanos (Lei nº 14.874/2024) em outubro do ano passado.

Com regras claras e mais agilidade, a expectativa é que os estudos clínicos consigam colocar o Brasil em lugar de destaque no cenário mundial. Outra expectativa em torno dessa regulamentação é que os investimentos aumentem e a economia brasileira seja beneficiada, já que a indústria farmacêutica tem se mostrado uma área rentável no Brasil. De acordo com um relatório da Alvarez & Marsal, só em 2024, a indústria farmacêuti-

ca movimentou 162 bilhões de reais, um crescimento de 13% nos últimos seis anos.

A expectativa é que o mercado de saúde cresça 9% até 2028 e alcance uma receita de R\$ 1,898 trilhão. “Além de possibilitar novas opções de tratamentos e qualidade de vida para os pacientes, a pesquisa clínica também pode alavancar a economia brasileira, já que ano após ano, a gente tem visto o avanço do setor farmacêutico no país, por isso foi tão importante ter dado início no final do ano passado no processo de regulamentação da lei”, explica Fernando de Rezende Francisco, Diretor Executivo da Associação Brasileira de Organizações Representativas de Pesquisa Clínica (ABRACRO).

De acordo com a IQVIA, a lei e sua regulamentação podem atrair R\$ 2,1 bilhões por ano em investimentos diretos e movimentar R\$ 6,3 bilhões anuais na economia. A estimativa é de que aproximadamente 286 mil pacientes sejam beneficiados. O merca-

do de trabalho também será contemplado com a lei, já que serão criadas 56 mil vagas de empregos qualificados

Além disso, a cadeia produtiva da saúde será fortalecida, já que empresas que atuam em diferentes frentes podem ter um aumento significativo na demanda, como por exemplo, marcas responsáveis pela fabricação de equipamentos, que oferecem serviços de TI, insumos e suporte para os estudos, além de laboratórios e companhias de logística.

“Nós temos diversas empresas associadas que atuam em diferentes frentes da pesquisa clínica, como por exemplo, logística de amostras biológicas e medicamentos, monitoramento de dados e aspectos regulatórios, e muitas se surpreenderam, pois o crescimento em 2025 foi duas ou até três vezes maior do que elas haviam projetado, então por mais que ainda seja cedo avaliar de fato as consequências da lei e da regulamentação, o setor está otimista e se movimentando”, ressalta Francisco.



JORNAL O PIONEIRO

José Mauro  
Fantoni

## Ensaio para a morte

Há um assunto que quase sempre evitamos.

Mudamos de conversa, fazemos piada, fingimos que não pensamos nisso. Como se o silêncio fosse capaz de manter distante aquilo que sabemos ser inevitável.

A morte.

Vivemos como se ela fosse um acidente raro, algo reservado aos outros, a um futuro tão distante que não merece atenção agora. Planejamos anos, acumulamos compromissos, adiamos gestos simples como se o tempo fosse uma promessa infinita.

Mas a verdade é mais desconfortável — e também mais reveladora.

Desde o primeiro dia de vida, todos nós estamos em um ensaio silencioso para a morte.

Cada despedida que atravessamos é uma pequena preparação. Cada fase que termina, cada pessoa que se afasta, cada lugar que deixamos para trás nos lembra, mesmo que discretamente, que tudo o que existe é passageiro.

A infância vai embora sem avisar.

Amizades mudam de rumo.

Pessoas que pareciam eternas tornam-se lembrança.

E assim, pouco a pouco, a vida vai nos ensinando algo que preferimos esquecer: nada permanece para sempre.

Mas talvez seja justamente essa consciência que dá peso e beleza ao que vivemos.

Quando entendemos que o tempo é limitado, o cotidiano muda de significado. O abraço deixa de ser automático e passa a ser presença. As palavras deixam de ser

distração e se tornam verdade. Os encontros deixam de ser rotina e passam a ser acontecimentos.

A consciência da morte não existe para nos paralisar. Existe para nos despertar.

Ela desmonta a ilusão de que sempre haverá “mais tarde”.

Mais tarde para pedir perdão.

Mais tarde para dizer o que sentimos.

Mais tarde para visitar alguém que importa.

Mais tarde para viver aquilo que o coração pede.

A morte não chega apenas para encerrar histórias. Ela chega para nos lembrar que o tempo é frágil — e exatamente por isso precioso.

Talvez o verdadeiro ensaio para a morte seja aprender a viver sem adiamentos.

Amar enquanto é possível.

Reconhecer quem importa.

Estar presente enquanto ainda há presença.

Porque, no fim das contas, quando o último ato da vida se aproxima, quase ninguém pensa nos bens acumulados ou nas disputas vencidas.

Pensamos nas pessoas.

Nos momentos.

Nos gestos que demos... ou que deixamos de dar.

E talvez a vida esteja nos oferecendo, todos os dias, um pequeno ensaio para aprender isso.

Por isso, antes que este dia termine, lembre-se de algo simples — e profundamente humano:

Antes que este dia termine, faça algo que valha a pena lembrar quando a vida estiver terminando.

### SOBRE O AUTOR

José Mauro Fantoni é o fundador do Grupo Fantoni e um dos membros do Grupo Fama Educacional

# GUARDA-ROUPAS COM PREÇO DE ATACADO

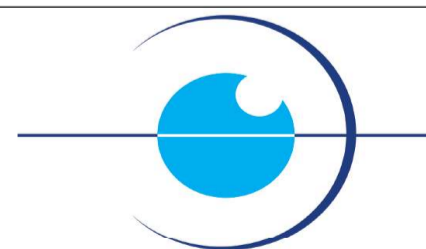


LOJA NA  
FÁBRICA

móveis  
**Rimo**  
SEU SONHO, SUA CASA

ATENDIMENTO PELO WHATSAPP  
27 99255-6465

Av. Prefeito Samuel Batista Cruz, 6433, Nova Betânia / Linhares - ES • EM FRENTE AO SHOPPING • 27 2103-5599



**Bressan**  
Clínica de Olhos

CRM-ES 859

Telefone: (27) 3264-2626

Av. João Felipe Calmon, 1115 - Linhares - ES



Norma Astréa Nunes Grunewald \*

## “O PRÍNCIPE” & “OS TIOS E TIAS DO ZAP”

Teremos eleições para Presidente, Governador, Senadores, Deputados Federais e Deputados Estaduais este ano. Uma vez mais, podemos nos preparar para recebermos por e.mail ou WhatsApp, pelo Instagram ou pelo Facebook diversas fake News feitas/disparadas por gente que quer nos convencer a votar ou não em determinados candidatos.

Ciente disso, é importante saber que a maioria das “notícias” parte de lugares frequentados por covardes ou por gente mau caráter, por especialistas em criar mentiras (em troca de dinheiro ou de manutenção de cargos), usando Inteligências Artificiais ou não. Dalí, eles as disparam para os robôs (“bancados” por gente que tem interesses escusos), impulsionam os algoritmos, até que chegam às “tias e tios do zap”: pessoas que nunca estudaram sobre silogismos, falácias e sofismas, por isso acreditam e disseminam tudo o que lhes é enviado por seus iguais, via WhatsApp.

Eu e as “tias e tios do zap” temos, provavelmente, idades e níveis sociais similares. Isso significa dizer que, muitos de nós cursamos os níveis fundamental e médio em escolas públicas, e o superior em faculdades particulares. Nosso período de instrução e formação profissional aconteceu entre as décadas de 60 e 70, ou seja, quando os militares governaram o Brasil. Nessa época, por determinação do poder executivo ou por iniciativa dos reitores/diretores, disciplinas e professores de Filosofia, Sociologia e Antropologia “sumiram” das grades curriculares e das instituições, enquanto outras duas foram implantadas: Moral e Cívica e OSPB (Organização Social e Política do Brasil).

Ocorre que, durante 17 anos, a vida me jogou no Ensino Superior para coordenar os cursos de

Letras Português /Inglês e Português/Espanhol, de Pedagogia, de Comunicação Social, além de coordenar o Setor de Pós-graduação e as CPAs da Pitágoras e da Faceli, Nos anos 2000, algumas vezes eu tive de lecionar, não apenas, as disciplinas que eu domino, mas, também, os assuntos principais dessas três matérias acima. Embora eu não as tenha estudado durante a minha graduação ou especializações, debrucei-me sobre livros e pesquisei em sites, estudei muito e me encantei com muita coisa interessante que há nelas.

Foi nessa época que eu tive de pesquisar sobre Nicolau Maquiavel, um sujeito cujas ideias são seguidas por diversos políticos, que, conscientemente, as colocam em prática e enganam os “tios e tias do Zap”.

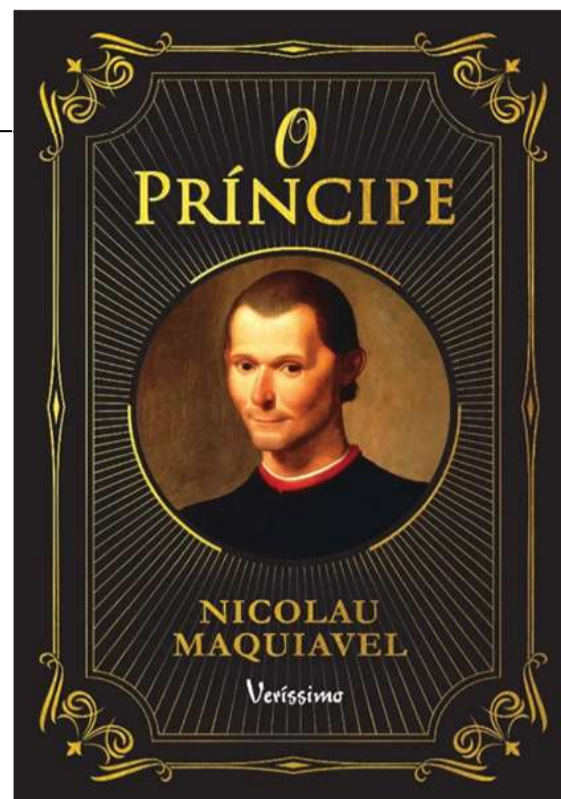
Isso posto, eu passo a contar um pouco da história desse moço: nasceu em Florença, em 03 de maio de 1494 e se notabilizou não apenas por ser historiador, poeta, diplomata e músico, mas, sobretudo, por ter escrito um livro que já mereceu interpretações em mais de três mil outros, elogiando ou enaltecendo “O Príncipe”. A história dessa obra tem de levar em consideração não apenas o contexto político da época, como também a situação em que o autor se encontrava, e é isso o que eu exponho se seguir:

O livro foi escrito em 1513, portanto durante o Renascimento, numa época em que o mapa da Itália parecia uma “colcha de retalhos” (Ducado de Milão, República de Veneza, República de Florença, Reino de Nápoles, Estados Pontifícios da Igreja Católica). Em outras palavras, aquela região era formada por vários pequenos estados, cujos governantes queriam “dar pernadas” uns nos outros, revezando-se em intrigas diplomáticas e disputas por riquezas.

Em 1512, Maquiavel, que tinha sido II chanceler da república durante o governo do papa Alexandre VI, se deu mal, pois Lorenzo de Médicis tomou o poder, 18 anos após sua família ter sido expulsada de Florença por Savanarola, (que por sua vez, fora deposto e morto pelo referido Papa), Em vez de Lorenzo ter ordenado a morte de seu desafeto ou de mandar que cortassem seus bagos, preferiu condenar Maquiavel a ficar quietinho, exilado em sua propriedade, em San Casciano.

Tristinho, isolado, sem ter nada o que fazer, eu acho que Maquiavel resolveu “ficar bem na fita” com os governantes, pois em poucos dias ele produziu e dedicou exatamente ao seu “algoz”, Lorenzo de Médicis, uma espécie de manual, com 26 capítulos, a que intitulou: “O Príncipe”. Nele Nicolau Maquiavel sugere o que Lorenzo deveria fazer para unificar os principados e se manter no poder.

Muito sinteticamente, chegamos ao pano de fundo desse livrinho de 113 páginas, cujo capítulo XVIII é intitulado: “De que modo os príncipes devem manter a fé da palavra dada”. Ali lê-se: “[...] UM SENHOR PRUDENTE NÃO PODE NEM DEVE GUARDAR SUA PALAVRA, QUANDO ISSO SEJA PREJUDICIAL AOS SEUS INTERESSES E QUANDO DESAPARECERAM AS CAUSAS QUE O LEVARAM A EMPENHÁ-LA. Se todos os homens fossem bons, este preceito seria mau; mas, porque são maus e não observariam a sua fé a teu respeito, não há razão para que a cumpras para com eles.”. A seguir, Maquiavel dá o seguinte conselho: “Mas É NECESSÁRIO SABER BEM DISFARÇAR ESTA QUALIDADE E SER GRANDE SIMULADOR E DISSIMULADOR: TÃO SIMPLES SÃO OS HOMENS E DE TAL FORMA CEDEM ÀS NECESSIDADES PRESENTES, QUE AQUELE QUE ENGANA SEM-



PRE ENCONTRARÁ QUEM SE DEIXE ENGANAR.”

Confio na sua capacidade de interpretação, meu leitor, mas ressalto certos trechos em letras maiúsculas para que perceba o quanto é grave e verdadeiro o que Maquiavel afirma, desde 1513. Isso é importante, porque além de não conhecer o conteúdo de “O Príncipe”, pessoas como os “tios e tias do Zap” são facilmente influenciáveis por gente sabida ou mau caráter e acabam votando conforme lhes “sugerem”.

Nesse ponto, eu me lembrei de um guru brasileiro, que morou nos USA, que deu muitos cursos e implantou suas ideias pouco cristãs nas cabeças de muuuuuitos brasileiros, que se dizem seguidores de Jesus. Não sei exatamente a razão, mas algo me diz que O Príncipe deve ter sido um dos livros de cabeceira desse senhor, que fumava demais e adorava falar palavrão.

Refiro-me ao cara que a Wikipédia apresenta como “jornalista, escritor, astrólogo, ensaísta, polemista, influenciador digital, ideólogo e autoproclamado filósofo. (...) Aquele cujo ‘discurso era caracterizado pela recusa a

tudo que pudesse ser considerado “politicamente correto”, pela presença de ataques ad hominem e pela utilização de muitos termos chulos.”

Apesar de essa criatura ter descido para o “andar de baixo” em 24 de janeiro de 2022, 19 dias após ter sido diagnosticado com Covid-19 (ironicamente, a mesma doença que em 22 de março de 2020, ele definiu como “uma invenção”, como “a mais vasta manipulação de opinião pública que já aconteceu na história humana”), ele continua vivo dentro da silva, dentro das cabeças (iguais a dele) dos seus muitos seguidores, que o veneram ainda hoje aqui no Brasil.

Efetivamente, de nada adiantará ler as informações expostas nesta crônica, se o leitor não conseguir “juntar lé com cré” e não depreender que os conselhos maquiavélicos contidos em “O Príncipe”, conscientemente ou não, estão internalizados dentro das cabeças dos “sabidos”, que conseguem facilmente contaminar as ideias e as crenças de uma manada cega, que sempre caminha para onde é tocada: os “tios e tias do Zap”.

\* A autora é licenciada em Letras, Português/Inglês, Especialista em Língua Portuguesa e Mestre em Educação

Valorize sua empresa

Anuncie em  
**O PIONEIRO**

**58**  
anos

58 anos de informação  
com credibilidade

 **Bortot**  
CLÍNICA DE OLHOS

**Tecnologia de ponta para a sua visão!**

A **Bortot Clínica de Olhos** conta com a tecnologia de cirurgia refrativa “mais avançada do mundo, o Excimer Laser Presbyond Zeiss. Precisão milimétrica, recuperação mais rápida e resultados precisos e eficientes.

Agende sua avaliação e veja o mundo com um novo olhar!

Av. João Felipe Calmon, 1098, Centro  
CEP 29900-022 - Linhares/ES

27 3371-1505  
bortotclinicadeolhos

## Confiança entre grandes empresários cresce e sustenta ambiente favorável para o comércio capixaba

As empresas de maior porte, com mais de 50 funcionários, foram o principal destaque no Índice de Confiança do Empresário do Comércio (Icec) no Espírito Santo em fevereiro. Os empresários se disseram otimistas diante dos três subíndices que compõem o Icec. Em comparação ao mês anterior, foram registrados aumentos de 7,2% no subíndice Expectativas Futuras, de 7,1% em Intenções de Investimento e de 5,4% no item Condições Atuais.

Os resultados integram o levantamento do Connect Fecomércio-ES, com base em dados da Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo (CNC). Como indicador mensal, o Icec acompanha a percepção dos empresários do comércio sobre as condições atuais da economia, expectativas futuras e a propensão para investir, contratar e ajustar estoques.

No subíndice Condições Atuais, as empresas com mais de 50 colaboradores marcaram 114,3 pontos e tiveram uma variação de 36,4% em relação a fevereiro de

2025. Já no item Expectativas Futuras, as companhias alcançaram 148,9 pontos no mês, com alta de 22,7% na comparação interanual.

No geral, o Icec-ES registrou leve retração em fevereiro, mas o indicador permanece acima da zona de satisfação (100 pontos) desde junho de 2025, sinalizando confiança sustentada do comércio capixaba e maior probabilidade de investimentos, contratações e expansão das atividades.

O resultado ainda coloca o Espírito Santo com o melhor desempenho entre os estados do Sudeste, com 109,8 pontos, superando a média nacional de 103,8. No comparativo regional, Minas Gerais registrou 97 pontos, São Paulo, 103,3, e Rio de Janeiro 100,8 pontos. Na comparação com fevereiro de 2025, o indicador capixaba avançou 0,6%, demonstrando maior resiliência em relação a parte dos estados da região.

Segundo o coordenador do Observatório do Comércio do Connect Fecomércio-ES, André Spalenza, a variação negativa de 2% no mês

não indica perda de confiança do setor, mas um movimento comum no início do ano. É um período em que as empresas costumam reorganizar estoques, revisar planejamentos e ajustar decisões de curto prazo. Mesmo assim, o índice permanece em um patamar confortável, acima da zona de satisfação, explicou.

Já o comportamento das empresas maiores, de acordo com Spalenza, mostra elevada capacidade de adaptação ao cenário econômico, geralmente associada a um planejamento mais estruturado e a melhores condições financeiras.

Ao analisar o todo, percebemos que os resultados indicam um início de ano marcado por ajustes e maior prudência nas decisões empresariais, especialmente em relação à expansão do quadro de funcionários e à realização de novos investimentos. Ainda assim, o nível elevado do indicador reforça um cenário de confiança moderada e expectativas positivas para o comércio capixaba nos próximos meses, finalizou André Spalenza.

## Tribunal Eleitoral visita quilombolas em Conceição da Barra em ação do projeto "Cidadania Representativa: Meu Voto nas Eleições"

O Tribunal Regional Eleitoral do Espírito Santo (TRE-ES), por meio de ação integrada da Corregedoria Eleitoral, da Secretaria de Tecnologia da Informação e da 27ª Zona Eleitoral, visitou comunidades quilombolas localizadas em Conceição da Barra entre os dias 17 e 19 de março, como parte do projeto "Cidadania Representativa: Meu Voto nas Eleições".

A ação itinerante realizou, nos dois primeiros dias de trabalho, 71 atendimentos para requerimentos de alistamento eleitoral (RAE) na Comunidade Quilombola Córrego São Domingos, abrangendo também a Comunidade Quilombola de Coxi, ambas localizadas em Conceição da Barra, no norte do Estado. Outro importante resultado foi a criação da Seção 184, na Escola Mário Florentino. O novo local de votação atenderá os eleitores de Córrego São Domingos, reduzindo a necessidade de deslo-

camento.

O objetivo do projeto é fortalecer a legitimidade do sistema democrático, tornando-o mais representativo da diversidade étnica e cultural brasileira. Nesse sentido, o incentivo ao alistamento eleitoral nas comunidades quilombolas deve ser compreendido como uma ação necessária à construção de uma democracia plural, participativa e comprometida com os direitos fundamentais.

O projeto conta com a aprovação do vice-presidente e corregedor do TRE-ES, desembargador Arthur José Neiva de Almeida, e tem a coordenação da assessora técnica da Corregedoria, Silvana Goddio Bastos Cardoso, com o apoio do servidor Márcio Alexandre Bahiense da Fonseca, da Corregedoria; do chefe de cartório da 27ª Zona Eleitoral, Luiz Felipe Salvador Moreira; e da equipe da Secretaria de Tecnologia da Informação do Tribunal.

### EM BREVE



NÚCLEO DE INTELIGÊNCIA  
**fantoni**  
Inteligência que molda o tempo

O Grupo Fantoni anunciará a inauguração do Núcleo de Inteligência Fantoni, um novo serviço voltado a empresários que buscam troca de experiências, análises de cenários e debates estratégicos. Com quase 48 anos de atuação nas áreas de contabilidade, consultoria, gestão patrimonial e educação, o grupo amplia sua expertise oferecendo um espaço dedicado à maturidade e à qualificação das decisões empresariais.

## RECOLHEDORA DE CAFÉ MIAC DOUBLE MASTER 4CR

Recolhedora de alta capacidade de trabalho e excelência na limpeza dos grãos.

ATÉ 60% DE ECONOMIA  
COM MÃO DE OBRA NA COLHEITA

KIT DE PROTEÇÃO  
QUE ATENDE AS NORMAS DE  
SEGURANÇA DO TRABALHO

80 SACOS  
CAÇAMBA BASCULANTE  
COM CAPACIDADE PARA 80 SACOS

DE ATÉ  
**BÔNUS R\$ 12.000,00\***

• PROCURE AGORA UMA CONCESSIONÁRIA PIANNA RURAL! •

Siga-nos nas redes sociais e fique por dentro das novidades!

**pianna**  
RURAL

whatsapp central  
[27] 3373-7500  
www.piannarural.com.br

OFERTAS VÁLIDAS PARA AS FILIAIS  
LINHARES-ES (71) 3373-7500  
SANTA MARIA DE JETÓIA-ES (71) 2129-1500  
CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM-ES (28) 3526-5400  
EUNÁPOLIS-BA (71) 3166-2190  
TEIXEIRA DE FREITAS-BA (71) 3263-9900

Essa coluna é publicada todas as terças, quintas e domingos

## INFORME

redacao@jornalopioneiro.com.br

## SOU DA PAZ

O Instituto Sou da Paz celebra a criação da Rede Nacional de Enfrentamento ao Tráfico de Armas, Munições, Acessórios e Explosivos (Renarme), instituída em portaria conjunta dos ministérios da Justiça e Segurança Pública, Defesa e Fazenda. A iniciativa representa um avanço concreto ao fortalecer a integração entre órgãos, viabilizar operações conjuntas, ampliar a troca de dados e inteligência e otimizar o uso de recursos no enfrentamento ao tráfico de armas. Esse é um grande avanço para a segurança pública nacional, com capacidade de impactar diversas modalidades criminais, desde as mais complexas, como o domínio territorial das facções, roubos a bancos, sequestros e execuções, aos crimes cotidianos que afetam a maioria da população, como o roubo de celulares. Pesquisas do Instituto Sou da Paz mostram que, nos últimos anos, o crime tem diversificado suas fontes e modernizado suas armas. Revólveres têm sido substituídos por pistolas mais potentes e cresce a presença de armamentos de alto poder tático, como fuzis, metralhadoras e submetralhadoras. As origens dessas armas são diversas: desvios do mercado legal e de arsenais públicos, tráfico internacional, e, até mesmo, a fabricação artesanal clandestina. Esse cenário exige uma resposta estatal à altura e, por isso, a articulação entre os três ministérios é um passo muito positivo. Ao combinar capacidades de controle do mercado legal de armas e munições, investigação policial e monitoramento financeiro, a Renarme nasce com grande potencial para fomentar investigações mais completas e dinâmicas. A iniciativa também favorece operações interestaduais e internacionais, cada vez mais necessárias diante da atuação nacional e transnacional do crime organizado.

## IMPOSTO DE RENDA

Com o início do prazo de entrega da declaração do Imposto de Renda 2026, aposentados e pensionistas voltam a ter dúvidas sobre a obrigatoriedade de prestar contas à Receita Federal. Neste ano, o envio das declarações começa em 23 de março e segue até 29 de maio, período em que os contribuintes devem informar os rendimentos obtidos ao longo de 2025, ano-calendário utilizado como base para a declaração. Mesmo quando a principal fonte de renda é o benefício do INSS, receber a aposentadoria ou pensão não dispensa automaticamente o contribuinte de entregar a declaração. A obrigatoriedade depende de critérios definidos pela Receita Federal, como o total de rendimentos recebidos no ano, a posse de bens e a existência de outras fontes de renda, como aluguel ou aplicações financeiras. Entre as regras divulgadas pelo órgão, devem declarar os contribuintes que receberam rendimentos tributáveis acima de R\$ 35.584 em 2025, como salários, aposentadorias ou pensões, além de pessoas que se enquadram em outras condições previstas pela Receita. Outro ponto que costuma gerar dúvidas é a regra de isenção adicional para contribuintes com 65 anos ou mais. “A legislação prevê que a partir do mês em que completa a idade mínima, o beneficiário tem direito a uma isenção extra no Imposto de Renda (IRPF) sobre rendimentos de aposentadoria, limitada a R\$ 1.903,98. Esse benefício vale a partir do mês de aniversário e deve ser declarado como “Rendimentos Isentos”. Vale ressaltar que mesmo aumentando o benefício de isenção, a depender do rendimento total e do patrimônio, o contribuinte pode precisar enviar a declaração.

## MULHERES DE NEGÓCIO

Mulheres que desejam fortalecer sua presença profissional e ampliar seu reconhecimento e percepção de valor terão um encontro marcado em Vila Velha, no dia 28 de março. O evento Ouse Ser Vista: Marca e Autoridade para Mulheres de Negócio surge com a proposta de reunir empreendedoras, profissionais liberais e líderes em uma manhã de conteúdo, conexão e práticas voltada ao desenvolvimento da marca pessoal e do posicionamento estratégico no mercado. O encontro ocorre no Marias Cafeteria e Bistrô, em Praia das Gaivotas, das 10h às 13h. A programação inclui apresentações e atividades guiadas conduzidas pela assessora de imprensa Paula de Paula e pela publicitária especialista em branding Petúnya Rébuli, que juntas somam mais de 30 anos de atuação em comunicação. A mediação do evento será da jornalista Leticia Vilaronga, com cerimonial assinado por Angela Sodré. Segundo as organizadoras, um dos pontos centrais do encontro é discutir por que muitas profissionais ainda enfrentam dificuldades para transformar conhecimento e experiência em reconhecimento no mercado. Paula de Paula explica que esse cenário está diretamente ligado à forma como a comunicação profissional é construída. “Existe um número grande de mulheres extremamente qualificadas, mas que ainda não conseguem comunicar seu valor de forma estratégica. Quando a comunicação é bem trabalhada, ela se torna uma ferramenta poderosa para fortalecer reputação, abrir portas e gerar novas oportunidades profissionais”, afirma.

AMIGOS DOS  
AUTISTAS

No próximo domingo, dia 29 de março, a Orla de Camburi, em Vitória, recebe a Caminhada da Associação de Amigos dos Autistas do Espírito Santo (Amaes) 2026. Com o tema “Inclusão não abro mão”, o evento reúne famílias, apoiadores e a sociedade em um ato de conscientização sobre os direitos das pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA). A mobilização busca ampliar o debate sobre inclusão, acesso a serviços e respeito às diferenças, dando visibilidade às pessoas com autismo e suas vivências. A camisa oficial da caminhada já está disponível no Bazar da Amaes e simboliza o engajamento de quem participa da causa. A presidente da Amaes, Pollyana Paraguassu, destaca que a iniciativa representa um movimento coletivo em defesa da inclusão. “Quando as famílias ocupam espaços públicos com suas histórias, mostram que a inclusão é um direito que deve ser garantido em todos os ambientes.” A Amaes conta com seis unidades no Espírito Santo e acompanha cerca de 1.500 pessoas com autismo e suas famílias. A instituição oferece atendimentos especializados, apoio educacional e ações de inclusão social, além de atuar na conscientização da sociedade sobre o tema.

PÍLULA DE  
APRENDIZAGEM

A Reforma Tributária, considerada a maior mudança no sistema fiscal brasileiro nas últimas décadas, será tema da primeira edição do programa Pílula de Aprendizagem, promovido pelo Conselho Regional de Administração do Espírito Santo (CRA-ES). A imersão é gratuita e acontecerá no dia 31 de março, das 8h30 às 12h, no Makers Coworking, em Bento Ferreira, Vitória, e vai discutir os impactos da nova legislação nas organizações e na tomada de decisão dentro das empresas e da gestão pública. Com o tema “Reforma Tributária e seus impactos nas organizações”, o encontro reunirá especialistas para explicar os principais pontos do novo modelo tributário e analisar como as mudanças já começam a influenciar áreas como planejamento estratégico, formação de preços, gestão financeira, contratos, compras e cadeia de suprimentos. A proposta do programa é apresentar conteúdos atuais de forma objetiva, conectando mudanças no ambiente econômico e legal às decisões de gestão. No caso da Reforma Tributária, a adaptação das empresas passa pela reorganização de processos, revisão de fluxos internos e maior integração entre áreas administrativas, financeiras e fiscais.

## Paulo Florêncio

É advogado, Pós-graduado em Direito e PHD - Doutorado em Ciências da Religião



## “SE TEU CORAÇÃO ESTIVER EM PAZ”

É a o que diz a letra de um cântico sacro: “Se teu coração estiver em paz, verás um arco-íris cada nuvem traz.” Talvez seja o cântico desses dias, a não perder as esperanças de libertação do Brasil, da maldade de um só homem, que por ser tão mau, ainda não encontrou nenhum homem de bem que pudesse confronta-lo. Mesmo sendo um fora da lei, nenhum dos sábios do direito tem sido capaz de fazer justiça. Mesmo antes de uma guerra, um país inteiro continua rendido aos pés de gente tão má. É verdade que tem sido tempo demais para continuar assistindo uma marionete sambando aos nossos olhos, divertindo e zombando de um país inteiro. Contudo, pela fé, precisamos ter paz no coração, pois que mão de Deus, a seu tempo se manifestará.

Diz a letra da música, fazendo uma afirmação “Vindo sombras escuras nos caminhos teus, oh não te desanimas! Canta um hino a Deus! Cada nuvem escura um arco-íris traz, quando eu teu coração reinar perfeita paz.” Diz o dito popular que quem canta seus males espanta. Pode ser, para um coração em paz, que esteja confiante que dias melhores virão. Temos assistido de guerras, rumores de guerra que se aproximam de nós, após visto a ação de quem pode combater o crime e os narcotraficantes, como aconteceu na Venezuela. Por enquanto, foi desviado para o Irã em face às ameaças de destruição – lá onde tem sido o berço do terrorismo no mundo. Eles estão por aqui também, todos bem sabemos. Assim, a qualquer momento, chegará também aqui

no Brasil, sem sombra de dúvidas, como nosso povo é pacífico e ainda mais estando encurralado pelo sistema, resta-nos apenas procurar viver em paz.

“Vem após negra noite a aurora matinal, fica o céu mais brilhante após o temporal! A esperança não percas, tudo vencerás! Fugirão as tristezas, se tiveres paz.” À luz do que vem sendo armado por essa gente má, capaz de tomar o país de assalto, limpar os cofres da república, saquear as contas dos aposentados e demais atos das facções construídas pelo sistema, concluímos que estamos todos sendo roubados e assaltados em cada dia, pela imposição de taxas e mais taxas, até dos centavos dos mais pobres. Temos um país arrasado, e pouco resta para a ação humana de um povo que não aprendeu a defender o seu país.

No entanto, pelos ensaios havidos na Venezuela e bem assim, no Irã, a movimentação dos cubanos, pela fome e sofrimento, tudo isso nos traz uma expectativa que os EUA não nos deixarão sucumbir, pois que somos o coração que pulsa na América Latina e do Sul. Mesmo que haja uma terceira guerra mundial, como alguns já admitem, a nós nada resta a fazer, se não, apenas crer que a justiça será feita bem breve. Portanto, cante, não morra de medo, o mal nunca venceu o bem. Nosso povo, apenas tem demonstrado despreparo para a luta, e atualmente sem forças para agir. Porém, podendo crer que de cima virá a libertação desse cativo em que habitamos. Se teu coração estiver em paz, “se puder voar, voe; se puder andar, ande...”

JORNAL O PIONEIRO



**Antonio de Pádua Motta**

Engenheiro agrônomo e agricultor.

FÉ NO AGRO

"O SERTANEJO É, ANTES DE TUDO, UM FORTE"

(EUCRIDES DA CUNHA, em "Os Sertões")

Ele nasceu em Taboa de Cima, ela em Taboa de Baixo. Há 33 anos, uniram seus destinos - e, construíram uma história fincada na terra.

Taboa de Cima é retirado 22 quilômetros de Taboa de Baixo - um município de 922 habitantes, um pouco maior que a mineira Serra da Saudade.

No Encruzilhada em Taboa de Cima onde residem com a família, Bastião de Laura e a Chef Joia, proprietária do Restaurante "Sabor da Terra". Ali, entre a lida no campo e a cozinha, a vida segue num ambiente aconchegante com comida caseira servida num fogão a lenha - arroz branco, feijão-caupi

caldoso, salada fresca e carne de panela com batata, verdadeiro carro-chefe da casa.

O Encruzilhada é grande demais para o que se pensa de um sítio, pequeno demais para ser chamado de fazenda.

Como vivem da terra, a família carrega o instinto preservacionista - preservam uma área de 2,0 hectares (o equivalente a pouco mais de 2 campos de futebol oficiais) de mata nativa protegendo a nascente e a biodiversidade local. No Encruzilhada, a produção é diversificada: seringal de cultivo consorciado com café no sistema agroflorestal (SAF); lavoura branca (milho, feijão, mandio-

ca mansa (aipim) e galinheiro (uma variedade que sobressai é a Bantam, mais conhecida como Garnisé) convivendo com galinha caipira.

Em Taboa de Cima, há também (muita) fé. E ela tem nome: SÃO JOSÉ, padroeiro dos agricultores. Neste ano, a chuva veio no dia 19 de março - dia do santo - sinal que, há esperança de boas safras e fartura para as criações.

De acordo com o líder Bastião de Laura, que também preside a Associação dos Produtores Rurais de Taboa de Cima (APRUT), o setor foi surpreendido pela baixa forte nos preços do café e do cacau.



Obrigado, cunhada ISAURA PEREIRA ROSA, pelo envio da FOTO-IMAGEM de SÃO JOSÉ na Igreja Matriz de São José do Almeida, distrito do município mineiro de Jaboticatubas

"Mesmo em função desse quadro, está havendo grande incremento de plantio de café na região", lembra o líder Bastião de Laura.

Verdade, presidente, \*"O agricultor é, antes de tudo, um otimista",\*

Até,



**Dr. Celieti Gaburro**  
CRO-1781

**Dr. Geraldo Magalhães**  
CRO-1518

**Dr. Julia Magalhães**  
CRO-9732

Restaurações estéticas - Facetas - Clareamento - Implantes - RX Panorâmico Digital

Rua Nicola Biancard, nº 1165 - Centro - Linhares - ES - CEP: 29900-207

27 3264 - 1986 | 27 99984-5500

Senac de Linhares abre oportunidades em cursos nas áreas de beleza, tecnologia, moda e bem-estar

O Senac em Linhares está com novas oportunidades de qualificação profissional em diferentes áreas de formação, ampliando o acesso à educação profissional em segmentos com alta demanda no mercado de trabalho. As turmas contemplam cursos nas áreas de beleza, tecnologia, moda e bem-estar, com opções voltadas a diferentes perfis de público e requisitos de escolaridade. E o melhor cursos gratuitos, para você entrar de vez no mercado.

A nova oferta inclui formações que atendem tanto quem busca ingresso rápido no mercado quanto quem deseja desenvolver novas competências profissionais em áreas estratégicas. Entre os cursos disponíveis estão capacitações voltadas ao setor de beleza, como Depilador e Cabeleireiro, além de formação em tecnologia com o curso de Desenvolvedor Mobile, moda com Costureiro e saúde e bem-estar com Massagista.



A diversidade da oferta acompanha tendências do mercado e responde à crescente procura por profissionais qualificados em setores que mantêm forte capacidade de empregabilidade. No campo da tecnologia, por exemplo, a formação em desenvolvimento mobile prepara os alunos para atuação em um segmento em expansão, impulsionado pelo crescimento de aplicativos e soluções digitais.

Já os cursos da área de beleza e bem-estar seguem como alternativas consolidadas para

geração de renda, empreendedorismo e inserção profissional, especialmente em atividades que permitem atuação autônoma ou abertura de pequenos negócios. Na área de moda, a formação em costura reforça competências técnicas voltadas à produção e ao setor criativo.

Para se inscrever, basta procurar a Secretaria da Unidade de Educação Profissional do Senac, na Rua Governador Florentino Ávidos, nº 80, Bairro Nossa Senhora da Conceição - Linhares.

40 anos



GEORGE FREITAS & FREITAS  
ADVOGADOS ASSOCIADOS

**Dr. George Duarte Freitas Filho**

OAB/ES nº 3953  
georgefreitasadv@yahoo.com.br

**Drª. Georgia Ribeti de Freitas Duarte**

OAB/ES nº 8671  
georgiarfreitas@yahoo.com.br

**Dr. Thyago Salvador de Freitas**

OAB/ES nº 14975  
thyagosfreitas@yahoo.com.br

**Drª. Brenda Moro Eliziário de Freitas**

OAB/ES nº 28072  
brendamoroe@gmail.com

Rua Capitão José Maria, 1388, Ed. Monsarás, salas 317/318, Centro

Linhares-ES, CEP.: 29900-903.

Tel: (27) 3371-2794 / 99760-7537



**DENI**

“Quem não for belo aos vinte anos, forte aos trinta, esperto aos quarenta e rico aos cinquenta, não pode esperar ser tudo isso depois.”

>> **Martinho Lutero**

Bom dia, **Silvio Natal Schetino**

**DENI ALMEIDA DA CONCEIÇÃO**

denialmeida@jornalopioneiro.com.br

Essa coluna é publicada todas as terças, quintas e domingos



FOTO: Instagram

• **Jaqueline Trice e Alfredo Giuberti** curtindo a vida

**Só mamata**

Trabalhar para quê? Veja aí. Um total de 279.193 famílias nos 78 municípios do Espírito Santo estão contempladas com o Bolsa Família. Para isso, o investimento supera R\$ 188,3 milhões. O valor garante um benefício médio de R\$ 678,27. No pacote de benefícios incluídos na retomada do programa desde 2023, 146,3 mil crianças de zero a seis anos recebem um adicional de R\$ 150 destinado a cada integrante dessa faixa etária na composição familiar. Mas o Bolsa Família prevê outros benefícios complementares, no valor adicional de R\$ 50, que chegam a 11,6 mil gestantes, 5,6 mil nutrízes e 217,7 mil crianças e adolescentes de sete a 18 anos no estado.

Mais uma vez chamo atenção para o Coquetel em Homenagem à Mulher, a realizar-se terça-feira, dia 31 de março, às 20 horas, no Cerimonial Le Pallace, no bairro Três Barras, com apoio de empresas locais e renda em benefício da Associação Pestalozzi de Linhares.

Cumprimentos especiais hoje para Zelia Maria Vargas Soeiro, que ontem aniversariou.

Hoje é o último dia do Festival Nostra Cultura, que vem acontecendo em Santa Teresa.

Como era esperado, a 2ª Festa das Porquinha, na Fazenda Tupã, realizada sábado, foi sucesso grande, com presença de muitos casais, muito papo e muita música gostosa, proporcionada pelos anfitriões, Isabel e Adão Cellia.

**Seminário**

Está confirmado para o dia 24 de abril, às 19h, no anfiteatro da Faculdade Anhanguera, no bairro Araça, em Linhares, o Seminário Psicologia Organizacional, com o tema “A Mulher no Mercado de Trabalho”. O objetivo é discutir reflexões importantes sobre a atuação feminina no contexto profissional e os impactos dessa presença nas organizações.

Graça e o empresário Luiz Rigoni estão circulando pela Itália mais uma vez.

Só retornam no início de abril. Em Verona ele recebeu uma significativa homenagem, a respeito da qual falarei depois.

A indústria da construção civil em Linhares prossegue com força, embora as vendas estejam devagar, em função dos juros cobrados pelos bancos, quando o comprador opta por financiamento.

O empresário Elder Marin, diretor presidente da Proteinorte Alimentos esteve em Santa Catarina no meio da semana que passou. Business.

A primeira reunião deste ano da Confraria do Vinho de Linhares vai acontecer dia 14 de abril. Os anfitriões são Edileuza e Luciano Ribeiro Durão.

**Núcleo do Fantoni**

O Grupo Fantoni, capitaneado pelo bem sucedido empresário José Mauro Fantoni, vai inaugurar um Núcleo de Inteligência, que é focado na coleta, análise e processamento de dados que visa apoiar tomadas de decisão, prevenindo riscos e aumentando a segurança, porque o Núcleo atua como um radar, convertendo informações em conhecimento estratégico, por isso voltado para empresários que buscam a troca de experiência no setor.



FOTO: Instagram

• **Dona Célia**, ao lado do marido, empresário **Jair Marin**, aniversariou e recebeu carinho dos filhos Jaciely, Jacélio, Leonor, Marilda e Joçair



FOTO: Imperial

• Promotor de Justiça, **Emmanoel de Souza Gagno** e **Edval Santana**, presidente do Consel