



Moraes decide amordaçar ainda mais Bolsonaro e proíbe visitas e manifestações até o fim das eleições de 2026

Página 9

Foto / Reprodução - Imagem mostra ex-Presidente Jair Bolsonaro em um discurso



Destaques

Presidência do INSS tem grupo de WhatsApp pró campanha de Lula

Página 3

Governo dribla teto de gastos para impulsionar recursos em ano eleitoral

Página 12

O despertar cognitivo: Como o boom de suplementos alimentares tem transformado a vida dos brasileiros

Página 7

E mais...



Foto / Reprodução - Prateleira de farmácia exhibe diversos suplementos e vitaminas

Liberdade de Opinião:

Congresso aprova nova pauta bomba para o governo e o Brasil que se lasque



**Por Guilherme Kael:
Jornalista e Editor**

Foto / Reprodução - Imagem mostra
Jornalista Guilherme Kael

A grande irresponsabilidade desse tipo de medida reside no fato de que o Congresso Nacional aprovou essa despesa de R\$ 27 bilhões sem apontar absolutamente nenhuma fonte permanente de receita para cobri-la. É exatamente por causa desse comportamento que o país se lasca enquanto os políticos criam e detonam essas bombas em Brasília. Em um ambiente de forte pressão de categorias profissionais organizadas e com a proximidade de períodos eleitorais, os parlamentares costumam aprovar medidas de enorme apelo popular para colher dividendos políticos imediatos, ignorando os limites técnicos do orçamento nacional.

As consequências reais desse descompasso fiscal não ficam restritas aos gabinetes de Brasília e batem direto na porta do cidadão comum. Como o dinheiro público não nasce do nada, o governo federal terá que compensar esse rombo de R\$ 27 bilhões de duas formas: aumentando impostos para arrancar mais recursos do bolso da população ou cortando verbas de áreas essenciais, como novos investimentos em infraestrutura, segurança, educação e o próprio custeio da saúde pública geral. Além de comprometer a qualidade dos serviços públicos essenciais, o aumento das despesas sem controle abala a confiança na economia do país, o que pressiona a inflação e obriga o Banco Central a manter as taxas de juros elevadas. No fim das contas, as pessoas pagam duas vezes: sofrendo com um custo de vida cada vez mais caro e lidando com serviços públicos cada vez mais precários, tudo para financiar os acordos políticos e a falta de planejamento fiscal do Legislativo.

**Guilherme Kael é Jornalista e Escritor.
Publisher da AmplineWS e do Jornal RS Connect.
MTB: 89344 / SP.**

Na última terça-feira, 14 de julho de 2026, o Senado Federal aprovou em dois turnos, por um placar esmagador de 73 votos a 1, a Proposta de Emenda à Constituição que cria uma aposentadoria especial para os agentes comunitários de saúde e de combate a endemias. À primeira vista, a medida parece uma justa e merecida valorização de uma categoria que atua na ponta do atendimento à população no Sistema Único de Saúde. Contudo, os bastidores técnicos e econômicos revelam um cenário de extrema preocupação fiscal: a proposta é o que se chama no jargão político de pauta bomba, ou seja, uma decisão legislativa que gera um gasto gigantesco e imediato nas contas públicas do governo federal.

Segundo estimativas da Previdência Social, o impacto fiscal dessa nova regra de aposentadoria é de cerca de R\$ 27 bilhões ao longo dos próximos 10 anos. A grande engrenagem dessa bomba é que a proposta traz de volta duas regras extintas para o funcionalismo público em reformas passadas: a integralidade, que garante a aposentadoria com o valor total do último salário, e a paridade, assegurando que os aposentados recebam os mesmos aumentos salariais concedidos aos servidores que continuam na ativa. Por se tratar de uma alteração direta no texto da Constituição, o projeto não passa pela sanção ou veto do presidente da República, seguindo diretamente para a promulgação do próprio Congresso.

Venda de veículos deve crescer em 2026 e chegar a 3 milhões de unidades



Foto / Reprodução - Concessionária de veículos com diversos carros expostos para venda

Por Lavinia Foster

A indústria automotiva no Brasil projeta fechar o ano de 2026 com um volume expressivo de vendas. A Anfavea, associação que representa os fabricantes de veículos, revisou as suas estimativas e aponta que o mercado brasileiro deve atingir a marca de 3 milhões de novos emplacamentos até o final de dezembro. Caso a previsão se confirme, este será o maior resultado obtido pelo setor nos últimos 12 anos, superando marcas anteriores e consolidando uma trajetória de recuperação econômica.

Esse otimismo do setor automotivo é sustentado pelo desempenho do primeiro semestre, impulsionado pela venda de veículos leves e pela maior inserção de modelos importados e eletrificados. De acordo com a entidade, a melhora no cenário macroeconômico e o aumento da confiança do consumidor reacqueceram o comércio de automóveis, fazendo com que as estimativas iniciais que previam uma alta modesta fossem recalculadas para um crescimento de 12,1% em relação ao ano de 2025.

Um dos fatores apontados como estímulo para a manutenção desse ritmo aquecido na segunda metade do ano é o novo programa do governo federal, denominado Move Brasil Táxi e Aplicativos. A iniciativa entrou em vigor na segunda quinzena de junho, mais especificamente no dia 19 de junho, com o objetivo de facilitar o acesso a linhas de crédito especiais para profissionais do transporte de passageiros. O programa conta com um teto de até R\$ 30 bilhões em financiamentos liberados por meio do BNDES e operados por instituições financeiras parceiras.

O foco da medida governamental é a renovação da frota nacional por modelos zero quilômetro e que adotem tecnologias mais sustentáveis, como motores flex, elétricos ou híbridos, estabelecendo um limite de valor de até R\$ 150 mil por automóvel. Para ter direito ao benefício, os taxistas precisam estar com o registro ativo e regularizado. Já os motoristas de aplicativos, como Uber e 99, devem comprovar um tempo mínimo de 12 meses de cadastro ativo e a realização de pelo menos 100 corridas no período dentro da mesma plataforma.

O setor espera que esse incentivo governamental injele novo fôlego no mercado nas concessionárias, uma vez que muitos motoristas profissionais aguardaram a regulamentação e a liberação do crédito especial ao longo do mês de junho para efetivar a troca dos seus instrumentos de trabalho. Com a combinação de uma demanda interna aquecida e programas de estímulo ao crédito focado, a expectativa de alcançar os 3 milhões de veículos ganha solidez e desenha um cenário de expansão para a indústria até o encerramento de 2026.

Presidência do INSS tem grupo de WhatsApp pró campanha de Lula



Foto / Reprodução - Imagem mostra fachada de uma agência da Previdência Social

Por Jornalista Guilherme Kalel

A chefe de gabinete da Presidência do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS), Ana Márcia Fassbender, administra um grupo de WhatsApp criado para fazer campanha política para o presidente Luiz Inácio Lula da Silva entre servidores da Previdência. Denominado "INSS com Lula", o grupo foi aberto recentemente e tem gerado controvérsia interna por misturar a estrutura estatal com fins partidários.

Além da chefe de gabinete, o diretor de Benefícios e Relacionamentos da autarquia, Leonardo Bittencourt, figura como um dos administradores do espaço virtual. Bittencourt tem atuado na convocação de funcionários para ingressarem na lista. Conforme relatos, alguns servidores que não se alinham à ideologia de esquerda decidiram participar do grupo por receio de sofrer retaliações em suas funções.

A plataforma de mensagens foi utilizada, por exemplo, para mobilizar servidores para um ato político intitulado "Esplanada com Lula", ocorrido em Brasília, no Teatro dos Bancários. No mesmo ambiente digital, também foi divulgada a imagem de uma camiseta com a inscrição "Previdência com Lula", vestimenta utilizada por participantes do evento.

A existência do grupo gera constrangimento na instituição por expor funcionários que preferem não manifestar posicionamento político, submetendo o corpo técnico a eventuais pressões por engajamento. Pela legislação eleitoral, a campanha oficial começa em 16 de agosto, sendo vedado o pedido de votos antes deste período. Além disso, as restrições do período de defeso eleitoral para funcionários públicos já estão em vigor.

Questionado sobre a situação, o INSS afirmou em nota que não comentará o episódio, classificando o caso como iniciativas individuais que não possuem relação com as atividades institucionais da autarquia. O órgão pontuou que a lei assegura a liberdade de manifestação e organização política a qualquer cidadão, desde que não seja utilizada a estrutura pública. O INSS declarou ainda que, caso receba alguma denúncia formal, adotará as medidas cabíveis no âmbito legal.



A **Fibraplac** transforma ambientes com painéis de MDF de alta qualidade que unem beleza, durabilidade e sofisticação. Com uma trajetória consolidada no mercado, a marca se destaca pela inovação e pelo compromisso em oferecer soluções completas para arquitetos, marceneiros e designers de interiores.

Os Lançamentos 2026 trazem tons quentes e aquecidos que respiram calma, além de texturas que fluem com suavidade e superfícies que nascem do essencial. Cada painel é pensado para conectar a natureza e o design moderno ao seu espaço.

Conheça as principais coleções:

Linha Origens: Riqueza nos detalhes e infinitas possibilidades com padrões inspirados em madeiras nobres como Cambará, Carvalho Latino, Freijó Natura e Nogueira Nativa.

Linha Sensações: Personalidade em padrões diferenciados feitos para despertar sentimentos, incluindo as cores Oceano, Âmbar, Sakura e Lavanda.

Linha Essencial e Linha Versátil: Padrões clássicos e combinações exclusivas cheias de estilo que valorizam e dão identidade a qualquer projeto.

Linha Conceito e Linha + Brancos: A sofisticação que o seu ambiente merece com acabamentos como Linho Fendi, Carrara e a variedade perfeita de brancos para transformar o espaço.

Tecnologia Fibra Mais: Para projetos que exigem o máximo de desempenho, a tecnologia Fibra Mais oferece muito mais durabilidade e resistência superior à umidade, garantindo móveis impecáveis por muito mais tempo.

Seja para criar um refúgio aconchegante ou um espaço corporativo moderno, a Fibraplac tem o padrão ideal para o seu estilo. Visite o simulador de ambientes no site oficial e encontre a revenda mais próxima de você.

Fibraplac: o essencial que transforma.

Acesse <https://fibraplac.com.br> e surpreenda-se.



Viva a experiência da ultravelocidade com a rede que acompanha o seu ritmo.

Seja em casa com a estabilidade da nossa internet banda larga, na rua com a cobertura líder do 5G ou curtindo o melhor do entretenimento na sua TV, a Claro conecta você ao que realmente importa.

A internet móvel mais rápida do país para você não perder nenhum momento.

Planos residenciais ideais para trabalhar, estudar e jogar sem interrupções.

Conteúdo ilimitado com milhares de filmes e séries na palma da sua mão.

Mude para a Claro e descubra como a verdadeira conectividade pode transformar o seu dia a dia.

Claro. Você merece o novo.

Para conhecer nossos planos e assinar, visite o site oficial <https://claro.com.br> ou vá até a loja mais próxima.

O tarifaço de Trump: o impacto da taxa de 25% na mesa dos brasileiros



Foto / Reprodução Presidente dos Estados Unidos Donald Trump e Presidente do Brasil Luiz Inácio Lula da Silva

Por Jornalista Mariana Cury

A recente confirmação pelo presidente dos Estados Unidos, Donald Trump, de uma tarifa de 25% sobre as importações vindas do Brasil marca o início de uma era de forte protecionismo econômico que deve abalar as estruturas comerciais globais. Esse anúncio, que pegou o mercado financeiro e o governo brasileiro em um momento de vulnerabilidade, não é apenas um movimento geopolítico abstrato feito em gabinetes em Washington. Trata-se de uma barreira real que vai encarecer os produtos brasileiros no maior mercado consumidor do mundo e, por consequência, trará reflexos severos para o bolso de cada cidadão aqui no Brasil.

Para entender o que é o tarifaço, é preciso compreender que uma alíquota de 25% sobre os produtos exportados pelo Brasil para os Estados Unidos funciona como uma punição financeira. Setores vitais da nossa economia, como a siderurgia, a metalurgia, o agronegócio e a indústria de transformação, agora precisam pagar um quarto a mais do valor de suas mercadorias para conseguir vendê-las em solo americano. Com isso, os produtos brasileiros perdem competitividade frente a concorrentes de outros países que não foram taxados, ou mesmo em relação à produção interna dos próprios Estados Unidos.

As consequências práticas desse cenário na vida das pessoas comuns são diretas e dolorosas. O primeiro impacto visível ocorre no mercado de trabalho. Indústrias brasileiras que dependem das exportações para os Estados Unidos para manter suas operações terão suas margens de lucro esmagadas. Diante de receitas menores, a reação em cadeia é quase inevitável: corte de custos, suspensão de investimentos e, na pior das hipóteses, demissões em massa. Famílias inteiras que dependem do emprego industrial correm o risco de perder sua principal fonte de renda.

Além do desemprego, o cidadão comum sentirá o peso dessa medida na inflação e no câmbio. A reação imediata do mercado financeiro ao anúncio foi de forte estresse, resultando na disparada do dólar em relação ao real. Como nossa economia é altamente dolarizada — importamos combustíveis, insumos agrícolas, trigo e tecnologia —, a desvalorização do real se traduz de forma rápida em preços mais altos nos supermercados e nos postos de gasolina. Ou seja, mesmo quem nunca comprou nada diretamente dos Estados Unidos vai pagar mais caro pelo pãozinho, pelo arroz e pelo transporte no dia a dia.

A imposição dessa tarifa de 25% é uma medida hostil, desproporcional e economicamente míope. Embora o governo americano utilize o argumento da defesa de sua indústria nacional e do combate aos desequilíbrios comerciais, a história já provou repetidas vezes que o protecionismo agressivo não gera riqueza sustentável. Ele apenas distorce o comércio global, pune os consumidores com preços mais altos e desgasta relações diplomáticas históricas.

O Brasil não pode e não deve aceitar esse golpe passivamente. A imposição dessa alíquota expõe a urgente necessidade de o país acelerar reformas estruturais internas para reduzir o chamado Custo Brasil, tornando nossa indústria forte o suficiente para resistir a choques externos. Ao mesmo tempo, o governo brasileiro precisa buscar de forma agressiva a diversificação de seus parceiros comerciais na Ásia, na Europa e no restante da América Latina, reduzindo nossa dependência histórica de uma única superpotência que, ao menor sinal de conveniência política, decide fechar suas portas. O livre comércio é a única via para a prosperidade mútua; o tarifaço de 25% é um retrocesso que empobrece a todos.

AmplineWS: Nasce uma nova marca, para ampliar fatos e conectar pessoas

O nascimento de um novo veículo de comunicação é sempre um marco para a sociedade, mas em tempos de avalanche de informações e polarização extrema, a chegada de um novo veículo de notícias ganha um peso ainda maior. É com esse propósito de clareza, relevância e compromisso com o leitor que nasce a AmplineWS, uma nova marca de notícias que chega ao mercado editorial com a missão de redefinir a forma como consumimos os principais acontecimentos do Brasil e do mundo.

Como uma marca moderna e dinâmica, a AmplineWS já nasce com a ambição de expandir e atuar em diferentes vertentes de comunicação. O ponto de partida dessa trajetória é o lançamento de sua revista digital, um formato planejado para trazer profundidade e reflexão. No entanto, os planos da marca vão muito além: este é apenas o primeiro passo de um projeto de crescimento contínuo que visa alcançar novos públicos e formatos, culminando, em breve, no lançamento de um novo site de notícias ágil, completo e em tempo real.

Focada nos pilares essenciais que moldam o cotidiano dos cidadãos, a AmplineWS estruturou sua cobertura em torno de quatro grandes áreas de interesse público: política, economia, saúde e acessibilidade. Mais do que apenas relatar acontecimentos, o veículo se propõe a aprofundar esses temas, entregando ao leitor o que realmente importa para a sua vida prática e para o desenvolvimento da sociedade.

A proposta editorial da AmplineWS se sustenta em um binômio poderoso: informação precisa e opinião contundente sobre os fatos. O projeto é movido por um jornalismo feito por paixão, longe da frieza mecânica da reprodução de releases e perto da alma da notícia. Para a equipe da nova marca, a paixão de reportar se traduz na busca incansável pela verdade e no compromisso ético com quem lê.

No centro da filosofia da AmplineWS está uma premissa clara: a função do veículo é publicar a notícia como ela acontece, sem filtros desnecessários ou demoras burocráticas. No entanto, o imediatismo não anula a profundidade. A proposta da marca vai além de apenas relatar o fato; seu objetivo é ampliar o fato, trazendo contexto, diferentes pontos de vista e as consequências reais de cada acontecimento para a vida das pessoas.

Ao ampliar o fato, a AmplineWS cumpre sua missão máxima de conectar pessoas. Em um mundo onde a informação muitas vezes isola os indivíduos em bolhas digitais, a revista digital quer ser a ponte que une debates produtivos, aproxima cidadãos de seus direitos e promove uma rede de conscientização coletiva, especialmente ao colocar a acessibilidade como um pilar editorial de destaque, garantindo que a informação seja, de fato, para todos.

A AmplineWS estreia sua revista digital com o compromisso de ser um farol de lucidez no cenário jornalístico contemporâneo e o primeiro capítulo de uma história de expansão que logo ganhará as telas com seu novo site de notícias. Um convite para quem busca compreender o mundo com criticidade, paixão e a urgência que o tempo presente exige.



SAÚDE

Avanço histórico no combate ao câncer de próstata: nova aprovação da Anvisa traz esperança e revoluciona tratamentos

Por Kyong Huei

O cenário da oncologia no Brasil acaba de ganhar um aliado de peso. A Agência Nacional de Vigilância Sanitária, a Anvisa, aprovou uma nova indicação para o medicamento darolutamida, voltado para o tratamento do câncer de próstata. A decisão representa um marco científico significativo: os estudos clínicos que embasaram a aprovação apontam que essa abordagem reduz em 46% o risco de progressão da doença ou morte nos pacientes avaliados. Diante de dados tão expressivos, o tratamento surge não apenas como uma alternativa terapêutica, mas como uma verdadeira revolução na forma como lidamos com as fases avançadas desse tumor.

Para compreender o tamanho do impacto dessa aprovação, é fundamental olhar para a realidade da doença em território nacional. O câncer de próstata é o segundo tipo de tumor mais comum entre a população masculina no Brasil, estando intimamente ligado ao envelhecimento, já que cerca de 75% dos casos se manifestam em homens com mais de 65 anos. De acordo com as projeções oficiais do Instituto Nacional de Câncer, o Inca, para o triênio vigente, o país estima registrar cerca de 77.920 novos episódios por ano. A letalidade da doença também é preocupante, gerando quase 18 mil mortes anuais, o que se traduz em uma média trágica de aproximadamente 48 óbitos por dia no Brasil.

Historicamente, o tratamento do câncer de próstata que se espalha pelo corpo, conhecido como metastático, envolve o bloqueio dos hormônios que servem de combustível para as células tumorais, como a testosterona. É a chamada terapia de privação androgenética. A grande inovação que promete revolucionar os protocolos médicos é que, agora, a darolutamida poderá ser combinada de forma direta com essa terapia hormonal tradicional logo no início, mesmo em cenários de câncer de próstata hormônio-sensível metastático.

Os dados clínicos mostram que a técnica é altamente adaptável e eficaz para diferentes perfis de pacientes. Em pessoas cujo tumor apresenta baixo volume de espalhamento pelo organismo, a redução do risco de avanço da doença ou morte chegou a impressionantes 70%. Já para os casos de alto volume metastático, a redução foi de 40%. Essa capacidade de conter o avanço do câncer de maneira tão agressiva redefine as expectativas de sobrevivência global dos pacientes.

Além da eficácia em conter o tumor, a revolução trazida por essa técnica médica foca intensamente na preservação da dignidade e do bem-estar do paciente. Os tratamentos oncológicos tradicionais frequentemente impõem um preço alto ao corpo, gerando fadiga extrema e dores debilitantes. No caso da darolutamida, os estudos apontaram que a medicação aumenta o intervalo de tempo até o surgimento de dores e apresenta baixíssima incidência de cansaço extremo, permitindo que os homens permaneçam ativos em suas rotinas.

Outro diferencial tecnológico revolucionário diz respeito à integridade neurológica. O câncer de próstata atinge majoritariamente idosos, uma faixa etária na qual o surgimento de demências já é naturalmente mais comum. Pesquisas comparativas apontaram que a darolutamida consegue preservar a função cognitiva do paciente de forma muito superior quando comparada a outras terapias disponíveis no mercado, que muitas vezes aceleram o declínio mental. Manter a capacidade de raciocínio, a memória e a independência no dia a dia significa garantir que o paciente não ganhe apenas tempo de vida, mas tempo de convivência real, consciente e de qualidade ao lado de seus familiares.

A aprovação da Anvisa consolida uma nova era para a saúde do homem no Brasil. Ao unir segurança, alta eficácia contra a progressão tumoral, proteção cognitiva e controle de sintomas dolorosos, essa inovação redefine os padrões de tratamento e oferece uma perspectiva de futuro muito mais digna para as dezenas de milhares de brasileiros que enfrentam a doença anualmente.

***Kyong Huei é biomédico e pesquisador e investidor na área da Saúde.**

E escreve para a Revista AmplineWS.

O despertar cognitivo: Como o boom de suplementos alimentares tem transformado a vida dos brasileiros



Foto / Reprodução - Prateleira de farmácia
exibe diversos suplementos e vitaminas

Com base nas evidências científicas e nos ativos mais discutidos por especialistas na atualidade, apresentamos os 10 melhores suplementos para apoiar a memória e o funcionamento cerebral:

1. Ômega-3 (especialmente o DHA)

O ácido docosahexaenóico (DHA) é um dos principais componentes estruturais do cérebro. Ele atua diretamente na formação das membranas celulares dos neurônios e facilita a comunicação entre eles. A suplementação com ômega-3 é amplamente estudada por seu papel na preservação da memória e na redução de processos inflamatórios que podem prejudicar a cognição a longo prazo.

2. Magnésio L-Treonato

Embora o magnésio seja essencial para centenas de funções no corpo, a forma L-treonato é uma das mais inovadoras para a mente. Ela possui a capacidade única de atravessar com facilidade a barreira hematoencefálica, aumentando os níveis do mineral diretamente no sistema nervoso central. Isso melhora as conexões sinápticas, favorecendo tanto a capacidade de aprendizado quanto a consolidação de memórias.

3. Vitaminas do Complexo B (B6, B9 e B12)

Essas três vitaminas atuam de forma conjunta na proteção do sistema nervoso. A vitamina B12, por exemplo, é crucial para a manutenção da bainha de mielina, a capa protetora dos neurônios que garante a rapidez dos impulsos nervosos. Deficiências nessas vitaminas estão diretamente ligadas a lapsos de memória, fadiga extrema e lentidão no raciocínio.

4. Fosfatidilserina

Este fosfolípido está presente em altas concentrações nas membranas das células nervosas e desempenha um papel fundamental na sinalização celular. Estudos mostram que a fosfatidilserina apoia a memória e as habilidades cognitivas, funcionando de maneira ainda mais eficiente quando combinada com o ômega-3 para desacelerar o declínio mental associado à idade.

5. Colina

A colina é um nutriente precursor da acetilcolina, um neurotransmissor essencial para as áreas do cérebro responsáveis pela regulação da memória, do aprendizado e da atenção. Garantir bons níveis de colina ajuda a manter a clareza mental e melhora a retenção de novas informações na rotina de estudos ou trabalho.

6. Vitamina D

Muito além da saúde dos ossos, a vitamina D possui receptores espalhados por todo o cérebro e atua na plasticidade cerebral, que é a capacidade da mente de se adaptar e aprender coisas novas. Níveis adequados de vitamina D estão associados a uma melhor performance cognitiva e à proteção contra o envelhecimento precoce das funções mentais.

7. Creatina

Consagrada no meio esportivo, a creatina tem demonstrado benefícios surpreendentes para o cérebro. O órgão consome uma quantidade imensa da energia do nosso corpo, e a creatina atua justamente fornecendo energia rápida para as células, o que ajuda a manter o foco, reduzir a fadiga mental e melhorar a velocidade de processamento em tarefas cognitivas complexas ou sob privação de sono.

8. L-Teanina

Encontrada naturalmente no chá verde, a L-teanina é um aminoácido que promove o relaxamento sem causar sonolência. Ela estimula a produção de ondas alfa no cérebro, associadas a um estado de alerta calmo. Quando combinada à cafeína, por exemplo, ela ajuda a melhorar o foco e a atenção visual, cortando os efeitos de ansiedade ou agitação comuns dos estimulantes puros.

9. Tirosina

Este aminoácido funciona como matéria-prima para a produção de neurotransmissores importantes, como a dopamina e a noradrenalina. A suplementação com tirosina é bastante indicada para proteger a memória de trabalho e manter o rendimento intelectual em situações de estresse elevado, cansaço físico ou quando o indivíduo precisa executar múltiplas tarefas sob pressão.

10. Polifenóis (Antioxidantes como o Resveratrol e Extrato de Mirtilo)

Os polifenóis são compostos antioxidantes poderosos que combatem os radicais livres e o estresse oxidativo nas células cerebrais. Ao melhorar a circulação sanguínea no cérebro e combater o envelhecimento celular, esses antioxidantes naturais ajudam a manter as funções cognitivas afiadas e a proteger a integridade dos neurônios ao longo dos anos.

Cuidar da mente é um processo contínuo que envolve escolhas diárias. Agora que você conhece as propriedades e a importância dos principais suplementos para a memória, aproveite este conhecimento para agendar uma consulta com seu médico ou nutricionista. Juntos, vocês poderão avaliar suas necessidades específicas por meio de exames e estilo de vida, definindo a melhor estratégia para manter seu cérebro saudável, produtivo e protegido.

Por Isabella Campos

A busca por uma mente ativa, com foco afiado e memória preservada, tornou-se uma das grandes prioridades da atualidade. Em um mundo onde somos bombardeados por informações a todo momento e as exigências profissionais e acadêmicas só aumentam, cuidar do cérebro passou a ser visto como um pilar essencial do autocuidado. É nesse cenário que os suplementos voltados para a saúde mental e cognitiva ganham um protagonismo inédito.

Antes de conhecer as principais opções, é fundamental destacar que este artigo tem uma função meramente informativa e educativa, não servindo como indicação ou prescrição médica. A suplementação cerebral não substitui uma alimentação equilibrada, boas noites de sono e a prática regular de exercícios. No entanto, as informações aqui reunidas funcionam como um excelente guia de orientação para que você possa entender os mecanismos desses nutrientes e, assim, conversar de forma muito mais clara e embasada com seu médico ou nutricionista sobre quais compostos podem fazer sentido para a sua realidade.

No Brasil, o mercado de vitaminas e suplementos alimentares vive uma expansão impressionante, registrando crescimentos expressivos no faturamento e no volume de vendas nos últimos anos. Esse fenômeno vai muito além do impacto econômico positivo e da geração de empregos na indústria nacional. O verdadeiro valor desse crescimento está na transformação da qualidade de vida das pessoas. O maior acesso a esses produtos reflete uma mudança cultural em direção à saúde preventiva e à longevidade. Homens e mulheres de diferentes idades estão descobrindo que é possível mitigar o cansaço mental, melhorar a produtividade diária e proteger as funções cerebrais contra o declínio natural do envelhecimento, resultando em mais autonomia, bem-estar e vitalidade.

UNINTER

Uninter: Seja o que você quiser, com a melhor EAD do Brasil

Mais de 1 milhão de alunos.

Mais de 800 polos espalhados pelo Brasil.

Vencedora 5 vezes do prêmio Reclame Aqui de melhor atendimento.

Venha ser o que você quiser com a Educação Uninter!

A Uninter vai ajudar você a transformar sua carreira. Cursos com conceito alto no MEC e mensalidades que cabem no seu bolso. Venha para o maior e melhor centro universitário do Brasil.

Graduação;

Pós-graduação;

Cursos Técnicos e Profissionalizantes.

Comece a estudar agora com nossas opções de bolsas e financiamentos.

Bolsa Enem;

Prouni;

Bolsa ENCCEJA;

FIES;

Crédito Educacional Fundacred.

Só na Uninter você chega onde quer chegar.

Inscreva-se agora acessando nosso site, e entrando em contato conosco:

<https://uninter.com>

Entre Leis e Laços: Por Roberta Pedro



Nenhuma violência vem sozinha

Nem toda violência deixa hematomas. Algumas silenciam a voz, destroem a autoestima, isolam a mulher de sua rede de apoio e, pouco a pouco, retiram dela até a capacidade de pedir ajuda.

Uma mulher pode sobreviver às agressões físicas e, ainda assim, permanecer aprisionada pela violência durante muitos anos, porque há marcas que não aparecem nos exames médicos, mas permanecem inscritas na memória, no corpo, nas relações e na forma como ela passa a enxergar a si mesma e o mundo.

Foi para enfrentar essa realidade que nasceu a Lei nº 11.340/2006, conhecida como Lei Maria da Penha. Mas nenhuma lei, por mais avançada que seja, consegue proteger plenamente aquilo que ainda não é compreendido em toda a sua complexidade.

Reconhecida como um dos maiores avanços na proteção dos direitos das mulheres no Brasil, a Lei Maria da Penha representa um verdadeiro marco civilizatório ao afirmar que a violência doméstica e familiar constitui uma grave violação dos direitos humanos e da dignidade da pessoa humana.

Ao estabelecer seis formas de violência; física, psicológica, moral, patrimonial, sexual e vicária, a lei ampliou o olhar do Direito sobre uma realidade que, durante décadas, permaneceu invisibilizada. Passados vinte anos de sua promulgação, entretanto, talvez seja o momento de avançarmos um passo além: **compreender que essas violências, embora classificadas separadamente pela legislação, quase nunca acontecem de forma isolada.**

Na vida real, elas se entrelaçam, potencializam-se e atingem simultaneamente o corpo, a mente, a autonomia e a dignidade da mulher.

É justamente essa compreensão que nos conduz a uma reflexão indispensável: nenhuma violência vem sozinha.

Embora a legislação apresente cada modalidade de violência de maneira distinta, a experiência prática demonstra que elas raramente ocorrem de forma isolada. A violência doméstica possui natureza complexa e interseccional. Uma agressão física, por exemplo, dificilmente se restringe ao corpo. Ela produz medo, humilhação, insegurança, sofrimento psíquico e, muitas vezes, dependência emocional. Da mesma forma, a violência psicológica reiterada compromete a saúde física, a autoestima, a autonomia financeira e a própria capacidade da mulher de romper o ciclo da violência.

Essa compreensão exige uma leitura interdisciplinar da Lei Maria da Penha. A Psicanálise contribui para demonstrar que o trauma não se encerra no momento da agressão. Ele permanece inscrito no inconsciente e no corpo, manifestando-se por meio de ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático, crises de pânico, alterações imunológicas, doenças psicossomáticas, alopecia, insônia, infecções recorrentes e diversos outros sintomas que revelam a profunda conexão entre corpo e psiquismo.

Sob essa perspectiva, torna-se evidente que a fragmentação das violências possui finalidade didática e jurídica, mas não corresponde à realidade vivenciada pelas vítimas. A violência moral repercute psicologicamente; a violência patrimonial limita a autonomia e reforça a dependência emocional; a violência sexual atinge a dignidade, a identidade e a saúde mental; a violência vicária destrói vínculos afetivos e impõe sofrimento intenso por meio dos filhos ou de pessoas amadas.

Todas essas formas de violência se comunicam, potencializam-se e produzem efeitos cumulativos.

Por isso, a efetividade da Lei Maria da Penha depende de uma interpretação capaz de reconhecer essa interdependência. A proteção jurídica não pode ser fragmentada quando o bem jurídico tutelado, a integridade física, psíquica, moral e a dignidade da mulher é atingido de maneira integral.

Essa reflexão também conduz a outro tema que merece urgente debate: os prazos decadenciais e prescricionais relacionados aos crimes praticados no contexto da violência doméstica.

Não são poucas as mulheres que, após anos de agressões, permanecem impossibilitadas de denunciar o agressor. O medo, a dependência econômica, a manipulação psicológica, a culpa, a vergonha e o trauma frequentemente impedem que a vítima registre ocorrência, represente criminalmente ou procure assistência jurídica dentro dos prazos previstos na legislação.

Exigir da vítima a mesma capacidade de reação de quem não vivenciou um contexto de violência significa desconsiderar a própria dinâmica do abuso. Em muitos casos, o agressor destrói progressivamente a autoestima da mulher, rompe sua rede de apoio, controla seus recursos financeiros e compromete sua percepção da realidade. Quando finalmente consegue romper esse ciclo, pode encontrar barreiras processuais que inviabilizam a responsabilização criminal.

É necessário refletir se, em determinadas situações, a contagem dos prazos legais não deveria considerar também a condição psíquica da vítima e os efeitos concretos do trauma, evitando que institutos concebidos para garantir segurança jurídica acabem, na prática, favorecendo a impunidade.

Essa discussão não pretende afastar garantias fundamentais nem relativizar princípios do Direito Penal. Ao contrário, busca compatibilizá-los com a proteção integral assegurada pela Constituição Federal e pelos tratados internacionais de direitos humanos dos quais o Brasil é signatário.

A Lei Maria da Penha nasceu para romper o silêncio. Sua interpretação também precisa acompanhar a complexidade da violência que pretende combater.

Reconhecer a interseccionalidade das violências significa compreender que nenhuma agressão atinge apenas um aspecto da vida da mulher. Cada ato de violência repercute simultaneamente sobre seu corpo, sua saúde mental, seus vínculos familiares, sua autonomia, sua identidade e sua dignidade.

Direito e Psicanálise, longe de ocuparem espaços opostos, podem dialogar na construção de uma tutela mais humana, sensível e efetiva. Enquanto o Direito estabelece mecanismos de proteção, a Psicanálise revela as marcas invisíveis que a violência deixa e que muitas vezes impedem a vítima de reagir, denunciar ou simplesmente sobreviver emocionalmente.

Celebrar os vinte anos da Lei Maria da Penha exige mais do que reconhecer sua importância histórica. Exige aperfeiçoar sua interpretação para que ela continue cumprindo sua finalidade maior: assegurar às mulheres uma proteção integral, capaz de enxergá-las em toda a complexidade de suas experiências e de reafirmar que nenhuma forma de violência pode ser tratada de maneira isolada.

Roberta Pedro é advogada e psicanalista, integrante do movimento Mulheres do Brasil.

E escreve a Coluna Entre Leis e Laços para a Revista AmplineWS e o Jornal RS Connect

Moraes decide amordaçar ainda mais Bolsonaro e proíbe visitas e manifestações até o fim das eleições de 2026



Foto / Reprodução - Imagem mostra ex-Presidente Jair Bolsonaro em um discurso

Por Mariana Cury

O ministro Alexandre de Moraes, do Supremo Tribunal Federal (STF), determinou a manutenção da prisão domiciliar do ex-presidente Jair Bolsonaro, mas impôs duras restrições que proíbem qualquer visita geral ao político pelos próximos 30 dias. A decisão atende a um parecer da Procuradoria-Geral da República (PGR) e foi motivada pelo descumprimento de medidas cautelares, após a divulgação nas redes sociais de uma carta escrita por Bolsonaro em apoio à pré-candidatura de seu filho, o senador Flávio Bolsonaro.

Durante o período de 30 dias de suspensão, o ex-presidente só terá permissão para se encontrar com seus advogados e profissionais de saúde, como médicos e fisioterapeutas. O bloqueio inviabiliza inclusive a visita agendada pelo presidente da Argentina, Javier Milei, que havia sido solicitada pela defesa de Bolsonaro para ocorrer no final do mês. Além do veto temporário geral, Moraes determinou que visitas com finalidade político-eleitoral estão terminantemente proibidas até o fim das eleições de 2026, estendendo o veto também à publicação de manifestos políticos por parte do ex-presidente, mesmo que transmitidos por terceiros ou assessores.

O estopim para a nova punição foi o compartilhamento de um texto de Bolsonaro na internet pelo senador Flávio Bolsonaro. Na carta, o ex-presidente chamava o filho de seu "porta-voz" e pedia união em torno da pré-candidatura. O STF e a PGR entenderam a ação como um drible ilegal à proibição de uso de redes sociais que já pesava sobre o ex-presidente.

O ministro Alexandre de Moraes manteve, de forma independente, a proibição de 90 dias para que Flávio visite o pai, medida que havia sido tomada logo após a publicação do manifesto.

A defesa de Jair Bolsonaro argumentou ao tribunal que o ex-presidente não sabia e não havia autorizado o filho a publicar a carta nas redes sociais, tentando afastar a tese de violação intencional. Os advogados também alegaram que as constantes restrições de visitas poderiam deixar o cliente em situação de incomunicabilidade.

Moraes rechaçou os argumentos da defesa, classificando a alegação de isolamento como patética. O ministro listou no processo que, desde que passou a cumprir a pena em regime domiciliar, em março, Bolsonaro recebeu 185 visitas, incluindo dezenas de encontros com médicos, advogados e familiares, além de conviver diariamente com a esposa, filha e funcionários da residência. Com as novas regras fixadas, o descumprimento das ordens poderá resultar na revogação do benefício humanitário e no retorno do ex-presidente ao regime fechado em uma unidade penitenciária.

A movimentação da Justiça é vista por aliados, como uma manobra de Moraes para silenciar Bolsonaro e seu movimento político, as vésperas da eleição, em um momento em que a direita tem dificuldades em se unir e viabilizar como oposição ao atual governo.

Inverno amplia casos de gripe em grupos de risco: Saiba como se prevenir



Por Isabella Campos

Com a chegada do inverno, as temperaturas caem e passamos naturalmente mais tempo em ambientes fechados e pouco ventilados. Esse cenário cria o ambiente perfeito para a circulação de vírus que causam infecções respiratórias, como gripes e resfriados. Embora essas doenças pareçam incômodas mas passageiras para a maioria das pessoas, elas representam um risco real e severo para os grupos mais vulneráveis da população, que incluem os idosos, as crianças pequenas e as pessoas com a imunidade comprometida por causa de comorbidades. Nessas parcelas da sociedade, o que começa como um resfriado pode evoluir rapidamente para complicações graves, como a pneumonia, exigindo internação hospitalar.

Para evitar que as estações mais frias tragam problemas de saúde, a prevenção diária é a nossa primeira e melhor linha de defesa. Hábitos simples incorporados à rotina fazem toda a diferença no bloqueio da transmissão dos vírus. É essencial manter o costume de lavar as mãos frequentemente com água e sabão ou fazer uso do álcool em gel. Mesmo nos dias mais frios, é altamente recomendável manter as janelas de casa, da escola e do trabalho pelo menos um pouco abertas para garantir a circulação do ar. Evitar tocar os olhos, o nariz e a boca antes de higienizar as mãos, além de cobrir o rosto ao tossir ou espirrar, são práticas que ajudam a conter o contágio. Caso você apresente sintomas gripais, o uso de máscaras e o distanciamento social temporário tornam-se gestos fundamentais de cuidado para proteger as pessoas ao seu redor.

Além desses cuidados práticos no dia a dia, o pilar mais importante e eficaz da prevenção é a imunização. Manter o calendário de vacinação atualizado contra a gripe e contra a covid-19 é um passo indispensável antes e durante o inverno. As vacinas passam por atualizações constantes para combater as cepas e variantes mais recentes em circulação. Elas foram desenvolvidas justamente para treinar o nosso corpo a combater o vírus de forma rápida, reduzindo drasticamente as chances de o paciente desenvolver as formas mais graves da doença, sofrer complicações ou precisar de hospitalização.

Seguir as recomendações dos profissionais de saúde e comparecer aos postos de vacinação não é apenas uma escolha individual, mas sim uma estratégia coletiva de saúde pública. Quando nos vacinamos e adotamos bons hábitos de higiene, criamos uma barreira que protege não apenas a nós mesmos, mas também os idosos da família, as crianças pequenas que convivem conosco e os amigos que enfrentam tratamentos de saúde complexos. Cuidar da saúde coletiva neste inverno é um compromisso de todos para garantir uma estação mais segura e saudável.

O caminho do inferno e as margens negativas do INSS: a falsa proteção que sufoca os aposentados

Por Jornalista Guilherme Kalel

Existe um velho ditado que diz que, de boas intenções, o inferno está cheio. No campo da economia e das políticas públicas, essa máxima costuma se materializar de forma cruel. A recente decisão do governo federal de reduzir a margem consignável dos aposentados e pensionistas do INSS, sob a justificativa de combater o superendividamento, é o exemplo perfeito de uma medida paternalista que, ao tentar proteger o cidadão, acaba por empurrá-lo para a margem da sobrevivência financeira. Ao provocar o fenômeno da margem negativa, o governo retirou dos idosos o direito de gerenciar suas próprias crises.

Para entender o tamanho do problema, precisamos olhar para a mecânica da medida. Quando o governo reduziu o teto do comprometimento da renda com os empréstimos e extinguiu exclusividades de cartões, aqueles que já utilizavam o limite anterior viram suas margens ficarem "negativas". Na prática, isso significa que o beneficiário extrapolou o novo limite legal sem ter feito nenhuma nova dívida. Ele foi transformado em um "infrator financeiro" por decreto.

As consequências práticas dessa canetada são devastadoras. Ao ficar com a margem negativa, o aposentado entra em uma espécie de limbo bancário: ele está terminantemente impedido de contratar novos créditos consignados, de refinanciar as dívidas que já possui para tentar diminuir as parcelas e, pior, de fazer a portabilidade de seu crédito para uma instituição que ofereça juros menores. O governo travou o sistema.

O grande erro dessa abordagem é ignorar a realidade social do Brasil. O aposentado brasileiro não contrata crédito consignado para fazer viagens de luxo ou comprar artigos supérfluos. Na esmagadora maioria das vezes, o consignado é a ferramenta usada para comprar remédios que o SUS não fornece, para pagar uma cirurgia de urgência, para reformar um telhado que está caindo ou para socorrer um filho ou neto desempregado. O idoso é, frequentemente, o arrimo de famílias inteiras que dependem daquela renda certa mensal.

Ao proibir o acesso ao consignado — que historicamente possui as menores taxas de juros do mercado por causa da garantia de desconto em folha —, o governo não faz a necessidade do dinheiro sumir. A necessidade continua lá. A doença continua lá. A fome continua lá. A diferença é que agora, sem o consignado, o idoso é empurrado para os braços do mercado informal de crédito, dos agiotas ou das modalidades mais abusivas dos bancos, como o cheque especial e o crédito pessoal sem garantia, cujos juros são infinitamente maiores.

Além disso, impedir o refinanciamento e a portabilidade é um contrassenso econômico. Se o objetivo era diminuir o endividamento, como pode ser positivo proibir que o cidadão transfira sua dívida para um banco que cobra menos juros? A portabilidade era justamente a válvula de escape que permitia ao aposentado reduzir o valor da sua parcela mensal, oxigenando o orçamento doméstico. Sem isso, ele é obrigado a continuar pagando contratos caros até o fim, sem direito a buscar condições melhores.

A proteção ao idoso contra fraudes e contra o assédio comercial das instituições financeiras é urgente e necessária, e medidas como a exigência de biometria facial caminham no sentido correto. No entanto, o estrangulamento da margem e o engessamento dos contratos vigentes punem quem mais precisa de flexibilidade.

Ao deixar os aposentados com margens negativas e de mãos atadas, o Estado falha em seu papel assistencial. Em vez de educar e oferecer saídas viáveis de renegociação, optou pelo isolamento financeiro. O resultado dessa política não será o fim das dívidas, mas sim o aumento da pobreza e do desespero de uma parcela da população que trabalhou a vida inteira e que, agora, perde o direito de decidir sobre o próprio salário.

Guilherme Kalel é Jornalista e Escritor.

Publisher da Amplinews.

MTB: 89344 / SP.

Governo dribla teto de gastos para impulsionar recursos em ano eleitoral



Foto / Reprodução - Imagem mostra fachada do palácio do Planalto em Brasília

Por Kael e Mariana Cury

O governo do presidente Luiz Inácio Lula da Silva adotou uma estratégia econômica que dribla as restrições do arcabouço fiscal, apostando em um pacote de crédito que soma R\$ 145 bilhões em ano eleitoral. O conjunto de medidas engloba despesas que ficam fora do limite de gastos e o uso de recursos do Orçamento que poderiam ser destinados a áreas deficitárias, além de liberação de gastos que não dependem da autorização do Congresso Nacional.

Diferente do método utilizado pelo ex-presidente Jair Bolsonaro em 2022, que viabilizou repasses por meio da Proposta de Emenda à Constituição conhecida como PEC Kamikaze, o atual governo foca na expansão de crédito e no uso de fundos públicos. Os ministérios da Fazenda e do Planejamento e Orçamento sustentam que a maior parte das ações não acarreta custos diretos para a União e gera benefícios econômicos a longo prazo.

Para defender as medidas, o Executivo elaborou dois estudos focados em ações que somam R\$ 83,5 bilhões. A Secretaria Executiva do Ministério do Planejamento e Orçamento afirma que o pacote gera impactos positivos na renda e no emprego sem comprometer as regras fiscais vigentes. Segundo os cálculos governamentais, os programas têm potencial para mobilizar pouco mais de 1,9 milhão de postos de trabalho, gerar um impacto potencial de R\$ 110,9 bilhões no Produto Interno Bruto e elevar a arrecadação em cerca de R\$ 45,4 bilhões.

O governo argumenta ainda que o impulso ao crédito não será o motor principal da inflação, sob a justificativa de que a demanda agregada gerada será atendida por um aumento correspondente na oferta de bens e serviços nacionais. De acordo com o Executivo, a produção necessária ativa um efeito multiplicador que cria emprego, renda e arrecadação em toda a cadeia produtiva, estimulando novos ciclos de consumo.

Por possuírem a natureza de despesa financeira, essas operações não impactam o resultado primário ou o teto de gastos do arcabouço. O custo fiscal se restringe ao subsídio implícito e às perdas estimadas com inadimplência, uma vez que o valor integral dos financiamentos é visto como um ativo a ser recuperado. O governo rebate as críticas sobre o uso de fundos públicos apontando que os recursos estão legalmente vinculados às suas finalidades e que usá-los para amortizar a dívida pública traria um impacto bastante limitado sobre a dívida bruta no curto prazo.

Entre as ações recentes, consta a assinatura, ocorrida na quarta-feira, 15 de julho, de uma proposta para renegociar dívidas rurais com a liberação de R\$ 9 bilhões no Orçamento. Há também outra medida em desenvolvimento voltada para ampliar o socorro a empresas brasileiras afetadas pelo novo tarifaço implementado pelos Estados Unidos.

Por outro lado, economistas e especialistas alertam que o pacote traz riscos macroeconômicos importantes. Segundo as análises contrárias ao modelo adotado, os projetos provocam elevação da dívida pública, estimulam a inflação e dificultam o trabalho do Banco Central na condução da política monetária para a queda das taxas de juros. O próprio Banco Central já indicou que considera as medidas fiscais e de crédito do governo como um fator de risco de alta para o cenário inflacionário.

Expediente

Revista AmplineWS

Editor Responsável: Jornalista Guilherme Kalel.

MTB: 89344 / SP.

Conheça nossa historia e nossa equipe: [HTTPS://amplineWS.com.br/quem-somos](https://amplineWS.com.br/quem-somos)

AMPLINEWS - ONDE A INFORMAÇÃO ENCONTRA O PROPÓSITO

Na AmplineWS, temos um compromisso inabalável com a verdade e com a relevância. Diariamente, trazemos as notícias mais importantes do Brasil e do mundo, cobrindo os pilares fundamentais da nossa sociedade: política, economia, saúde e acessibilidade. Nós não fazemos apenas a cobertura dos fatos; nós os aprofundamos para entregar clareza e profundidade aos nossos leitores.

Nosso jornalismo é movido por paixão. Com uma opinião contundente, buscamos ampliar o fato, trazer novas perspectivas e conectar as pessoas com aquilo que realmente transforma suas realidades. Acreditamos que a informação de qualidade e inclusiva é o maior elo entre o cidadão e o futuro.

Ao anunciar na AmplineWS, sua empresa não ganha apenas visibilidade. Ela se associa a um ecossistema de credibilidade, engajamento e responsabilidade social. Convidamos sua marca a fazer parte dessa jornada, dialogando diretamente com um público qualificado, consciente e formador de opinião.

AmplineWS. Ampliando fatos, conectando pessoas.

Entre em contato conosco e seja nosso parceiro oficial. Conecte sua marca ao jornalismo feito por paixão.

[HTTPS://wa.me/5516989990050](https://wa.me/5516989990050)

amplion@amplineWS.com.br