



ESHOJE[®]



Fundado em 19 de julho de 2000
por Carlos Roberto Coutinho

Vitória, 14 de setembro de 2026 » Ano XXV » N° 1375
Edição Gratuita Diário » www.eshoje.com.br

[/eshoje](#) [@eshoje](#) [eshoje](#) [eshoje](#)

DIVULGAÇÃO

ARTIGO

Literatura contra o ruído de um mundo que desaprendeu a ouvir » 2



CULTURA

Danielle Monteiro faz do corpo e da Terra um território de resistência » 4



JÉSSICA MATIELO

A comida que vai ao prato ajuda a cuidar da mente

Série especial do ES Hoje para o Setembro Amarelo começa com um estudo mostrando o que a ciência já sabe sobre a relação entre alimentação e depressão » 3

ILUSTRAÇÃO/ESHOJE



ANTONIO TUCCILIO

Mais idosos, menos jovens: o futuro da Previdência

A Previdência brasileira já opera sob pressão financeira e terá de enfrentar transformações demográficas que tendem a reduzir sua base de financiamento. A população do país está envelhecendo, enquanto o número de nascimentos diminui e cresce a quantidade de trabalhadores fora de vínculos formais de contribuição. Esses processos avançam em ritmos diferentes, mas convergem para o aumento da proporção de beneficiários em relação ao número de contribuintes regulares.

A taxa de fecundidade do Brasil chegou a 1,55 filho por mulher em 2022, abaixo dos 2,1 necessários para a reposição populacional. O índice acompanha a redução observada na maior parte dos países da OCDE e está relacionado a fatores como o adiamento da maternidade, o custo de criação dos filhos, a insegurança profissional, além

das dificuldades de moradia e de conciliação entre trabalho e cuidados familiares.

Entre 2010 e 2022, o número de brasileiros com 65 anos ou mais cresceu 57,4%, alcançando 22,2 milhões de pessoas, enquanto a população de até 14 anos diminuiu 12,6%. O aumento da longevidade amplia o período de pagamento dos benefi-

cios, e a redução da população jovem limita gradualmente o contingente disponível para substituir os trabalhadores que deixam a atividade, pois menos pessoas chegarão ao mercado de trabalho nas próximas décadas.

No serviço público, com menos servidores ativos contribuindo e mais aposentados e pensionistas recebendo benefícios, au-

menta a necessidade de financiamento dos regimes próprios da União, dos estados e dos municípios. A falta de reposição também compromete a renovação do funcionalismo e amplia as dificuldades para manter a capacidade de atendimento do Estado.

O desafio será adaptar o financiamento da Previdência a uma população mais velha e a uma

base menor de contribuintes, sem transferir todo o peso do ajuste para trabalhadores, servidores e aposentados. A sustentabilidade do sistema dependerá de decisões tomadas com antecedência, capazes de considerar a mudança demográfica, o mercado de trabalho e a continuidade dos serviços públicos dentro de uma mesma estratégia.

PUBLICAÇÃO

LEGAL

EDITAIS • COMUNICADOS • BALANÇOS • CONVENÇÕES • PRESTAÇÕES DE CONTAS

bianca@eshoje.com.br

D4Sign

BDC COMUNICACOES LTDA

23895081000130

Aplicado



SEGUNDA-FEIRA, 14 DE SETEMBRO DE 2026

WWW.ESHOJE.COM.BR

BIANCA@ESHOJE.COM.BR

ANUNCIE: (27) 2180-0678

PAG.1

TARGET TRADING S.A									
CNPJ 02.013.667/0001-54									
Relatório da Administração - 2025. Em cumprimento às disposições legais e estatutárias, submetemos à apreciação de V.Sas. as demonstrações financeiras, referentes ao período findo em 31 de dezembro de 2025 da Target Trading S.A.. O lucro do período findo em 31 de dezembro de 2025 foi de R\$ 42 milhões e o patrimônio líquido ficou no montante de R\$ 17 milhões.									
BALANÇOS PATRIMONIAIS PARA OS EXERCÍCIOS FINDOS EM 31 DE DEZEMBRO DE 2025 E 2024 - Em milhares de reais - R\$									
ATIVO	Controladora		Consolidado						
	2025	2024	2025	2024					
Ativo circulante									
Caixa e equivalentes de caixa	33.233	19.703	33.252	19.722					
Contas a receber	72.638	86.357	72.805	86.524					
Estoques	39	39	39	39					
Créditos diversos	16.171	10.167	16.171	10.168					
Adiantamentos a fornecedores	20.233	21.637	20.233	21.637					
Tributos a recuperar	12.422	15.533	12.493	15.604					
Impostos diferidos	732	733	732	733					
Total do ativo circulante	155.468	154.169	155.725	154.427					
Ativo não circulante									
Realizável a longo prazo									
Partes Relacionadas	10.636	10.636	2.157	10.622					
Aplicações financeiras - CDB BANDES	81	81	450	81					
Impostos diferidos	17.883	17.883	22.118	17.883					
Acordo com clientes	1.363	1.363	1.363	1.363					
Tributos à recuperar	177	5	177	5					
	26.279	29.968	26.265	29.954					
Investimento	9.957	10.054	11	11					
Propriedade para Investimento	-	-	8.717	8.717					
Imobilizado líquido	2.465	1.602	2.897	2.034					
	12.422	11.644	11.625	10.762					
Total do ativo não circulante	38.701	41.612	37.890	40.716					
Total do ativo	194.169	195.781	193.615	195.143					
PASSIVO	Controladora		Consolidado						
	2025	2024	2025	2024					
Passivo circulante									
Financiamento - FUNDAP	166	90	166	90					
Fornecedores	59.018	64.455	59.027	64.455					
Obrigações trabalhistas e tributárias	5.493	6.316	5.558	6.379					
Contas a pagar	39	57	64	82					
Lucros e Dividendos	20.000	-	20.000	-					
Adiantamentos de clientes	35.825	21.813	35.825	21.813					
Partes relacionadas	1.859	1.932	-	-					
Total do passivo circulante	122.400	94.663	92.819	92.819					
Passivo não circulante									
Financiamento - FUNDAP	1.496	806	1.496	806					
Lucros e Dividendos	52.597	-	52.597	-					
Outros Passivos	-	-	1.206	1.206					
Total do passivo não circulante	806	806	2.012	134.170					
Capital social	11.526	11.526	11.526	11.526					
Ajuste de Avaliação Patrimonial	2.340	2.340	2.340	2.340					
Reserva Legal	2.305	2.305	2.305	2.305					
Reserva de Lucros	1.505	84.141	1.505	84.141					
Total do patrimônio líquido	17.676	100.312	17.676	100.312					
Total do passivo e patrimônio líquido	194.169	195.781	193.615	195.143					

DEMONSTRAÇÕES DOS RESULTADOS									
	Controladora		Consolidado						
	2025	2024	2025	2024					
Receitas com venda de mercadorias	600.156	506.391	600.156	506.391					
Receitas de serviços	7.119	5.474	9.368	7.619					
(-) Impostos incidentes	(32.874)	(31.869)	(32.956)	(31.947)					
(=) Receita líquida	574.401	479.996	576.568	482.063					
(-) Custo das mercadorias vendidas	(499.298)	(416.430)	(499.298)	(416.430)					
(-) Custo dos serviços prestados	(639)	(331)	(639)	(331)					
(=) Resultado bruto	74.464	63.235	76.631	65.302					
(-) Despesas administrativas, comerciais e gerais	(15.199)	(12.042)	(15.377)	(12.128)					
(-) Despesas financeiras	(48.670)	(41.447)	(48.671)	(41.448)					
(+) Rec. Financ. c/deságio na liquid. financiamento	16.821	12.137	16.821	12.137					
(+) Receitas financeiras - outras	11.025	6.532	11.025	6.532					
(+) Resultado com equivalência patrimonial	1.767	1.770	-	-					
(+) Outras receitas/despesas operacionais	(1.806)	(1.177)	(1.806)	(1.177)					
	(36.062)	(34.222)	(38.008)	(36.084)					
(=) Lucro operacional	38.402	29.008	39.623	29.218					
(-) IRPJ e CSLL	260	-	39	(210)					
(-) IRPJ e CSLL diferidos	3.951	6.197	3.951	6.197					
(=) Lucro líquido do exercício	42.613	35.205	42.613	35.205					
DEMONSTRAÇÕES DOS RESULTADOS ABRANGENTES									
	2025		2024						
	35.205		28.135						
Lucro do Exercício	35.205		28.135						
Total de resultados abrangentes para o exercício	35.205		28.135						

DEMONSTRAÇÕES DAS MUTAÇÕES DO PATRIMÔNIO LÍQUIDO									
	Capital social	Ajuste Avaliação patrimonial	Reserva Legal	Reserva de Lucros	Lucros de Acumulado	Total Transação de Capital com os Sócios			
Saldos em 31 de dezembro de 2022	11.526	2.340	1.483	44.743	-	60.092			
Transferido para Reserva de Lucros	-	-	-	22.336	(22.336)	-			
Transferido para Reserva Legal	-	-	822	-	(822)	-			
Lucro do exercício	-	-	-	28.135	-	28.135			
Distribuição de lucros	-	-	-	(4.977)	-	(4.977)			
Saldos em 31 de dezembro de 2023	11.526	2.340	2.305	67.079	-	83.250			
Transferido para Reserva de Lucros	-	-	-	17.062	(17.062)	-			
Lucro do exercício	-	-	-	35.205	-	35.205			
Distribuição de lucros	-	-	-	(18.143)	-	(18.143)			
Saldos em 31 de dezembro de 2024	11.526	2.340	2.305	84.141	-	100.312			

Diretor: Carlos Ernesto de Campos Junior, CPF/MF: 167.591.938-06

Contador: Marcelino Carneiro da Cunha, CRC-ES Nº 011.035/O-4, CPF/MF 001.810.797-47

DEMONSTRAÇÕES DE FLUXO DE CAIXA									
	Controladora		Consolidado						
	2025	2024	2025	2024					
29.008	28.594	29.219	28.814						
Das atividades operacionais									
Lucro líquido antes do IRPJ/CSLL									
Ajustes para conciliar o resultado às disponibilidades geradas	306	193	306	193					
Depreciações e amortizações	(1.770)	(1.841)	-	-					
Resultado de equivalência patrimonial									
Decréscimo (acréscimo) em ativos/passivos									
Contas a receber	140.208	(73.136)	140.207	(73.302)					
Estoques	692	(692)	692	(692)					
Tributos a recuperar	(1.197)	3.713	(1.197)	3.713					
Créditos diversos	(3.308)	(2.124)	(3.308)	(2.124)					
Outros créditos	(11.363)	(11.611)	(11.363)	(11.611)					
Fornecedores	(159.081)	74.011	(159.081)	74.011					
Obrigações trabalhistas e tributárias	2.545	(1.303)	2.551	(1.311)					
Adiantamento de clientes	3.432	12.790	3.432	12.790					
Outros passivos	(61)	37	(61)	37					
Caixa proveniente das (aplicado nas) operações	(589)	28.631	1.397	30.518					
Imposto de renda e contribuição social	6.197	(459)	5.987	(679)					
Caixa líquido (consumido) gerado nas atividades operacionais	5.608	28.172	7.384	29.839					
Fluxo de caixa das atividades de investimento/financiamento									
Acréscimo de investimentos	1.782	1.701	1.782	1.701					
Acréscimo do imobilizado	(834)	(843)	(834)	(843)					
Caixa líquido gerado (consumido) nas atividades de investimentos	948	858	948	858					
Ingressos (amortizações) de empréstimos e financiamentos	(446)	(2.518)	(446)	(2.518)					
Caixa líquido (consumido) nas ativ. de investimentos	(446)	(2.518)	(446)	(2.518)					
Distribuições de lucros	(18.143)	(4.977)	(19.925)	(6.678)					
Contas a receber de partes relacionadas	(57)	(946)	(57)	(946)					
Contas a pagar para partes relacionadas	(20)	(39)	-	-					
Caixa líquido (consumido) p/ativ. de financiamento c/acionistas	(18.220)	(5.962)	(19.982)	(7.624)					
(Redução) / Aumento líquido de caixa e equivalentes de caixa	(12.110)	20.550	(12.096)	20.555					
No início do exercício	31.813	11.263	31.818	11.263					
No final do exercício	19.703	31.813	19.722	31.818					
(Redução) / Aumento líquido de caixa e equivalentes de caixa	(12.110)	20.550	(12.096)	20.555					
Notas explicativas da Administração às demonstrações contábeis encerradas em 31/12/2025 e 31/12/2024. 1 - Informações gerais - A Companhia foi constituída em junho de 1997 em Vitória-ES. Sua operação principal é o comércio exterior, tendo como base a importação de produtos por encomenda ou por conta e ordem de terceiros. Possui filiais nos estados de São Paulo e Santa Catarina. A Cia. goza dos benefícios aplicados ao Fundo para o Desenvolvimento das Atividades Portuárias (FUNDAP), do incentivo Invest-ES importação e do Fundo TTD 410 – SC. 2 - Base de preparação - As demonstrações contábeis da Cia. foram preparadas e estão sendo apresentadas conforme as práticas contábeis adotadas no Brasil, que compreendem aquelas incluídas na legislação societária brasileira e os Pronunciamentos das Orientações e as Interpretações Técnicas do Comitê de Pronunciamentos Contábeis (CPC), aprovados pela Comissão de Valores Mobiliários (CVM). As Demonstrações Contábeis foram aprovadas para a emissão pela diretoria da Cia. em 26/08/2026 considerando os eventos subsequentes ocorridos até esta data. 3 - Base Consolidada - A Companhia consolidada a empresa Timelog Logística Ltda, detendo o controle e tendo 99,99% das cotas, que por sua vez detém o controle e tem 100% das cotas da empresa NEO Importação, Exp. e Distribuição Ltda. 4 - Principais políticas contábeis - A Cia. aplicou as políticas contábeis de maneira consistente a todos os exercícios apresentados nestas demonstrações financeiras. As Notas Explicativas são parte integrante das demonstrações contábeis.									

D4Sign 237d7e09-c8a1-4ca6-b19f-2d32a2d8dd44 - Para confirmar as assinaturas acesse <https://secure.d4sign.com.br/verificar>

Documento assinado eletronicamente, conforme MP 2.200-2/01, Art. 10º, §2. Brasil

Saúde mental também passa pelos alimentos?

Estudo da Ufes associa padrão alimentar à depressão, mas alerta: comida não é tratamento

CAROLINA BOUERI
jornalismo@eshoje.com.br

Feijão, aveia, amendoim, frutas e verduras. Alimentos comuns na mesa dos brasileiros aparecem no centro de uma pesquisa que encontrou associação entre determinados padrões alimentares e depressão. A descoberta abre espaço para discutir o papel da comida na saúde mental, mas exige cuidado: entre uma alimentação que pode contribuir para o bem-estar e uma suposta “dieta contra a depressão” existe uma distância que a ciência ainda não permite atravessar.

Desenvolvido na Universidade Federal do Espírito Santo (Ufes), o estudo analisou dados de 7.617 brasileiros das cinco regiões do país. Entre eles, 13,2% relataram diagnóstico de depressão. Os pesquisadores identificaram três padrões de consumo de nutrientes e verificaram que aquele classificado como anti-inflamatório esteve associado a cerca de 25% menor probabilidade de diagnóstico do transtorno.

Autor do trabalho, o pesquisador João Vitor Moraes-Santos explica que a análise identificou nutrientes consumidos conjuntamente. No padrão anti-inflamatório apareceram selênio, lipídios, ácidos graxos mono e poli-insaturados e ômega 3 e 6.

A equipe também investigou

os alimentos associados ao maior consumo desse padrão. Entre eles estão abacate, amendoim, aveia, castanha-do-pará e castanha-de-caju. Segundo Moraes-Santos, esses nutrientes têm propriedades anti-inflamatórias e antioxidantes e podem atuar em mecanismos relacionados à inflamação e ao funcionamento cerebral.

ASSOCIAÇÃO NÃO É CAUSA

O resultado, entretanto, não permite afirmar que essa alimentação evitou casos de depressão.

O estudo é transversal, modelo que não estabelece a direção da relação encontrada. Não é possível saber se a alimentação interferiu na ocorrência do transtorno ou se a própria depressão influenciou a maneira como essas pessoas passaram a comer.

“Não podemos afirmar que a alimentação causou ou preveniu [a depressão]. Podemos dizer que ela esteve associada”, explica Moraes-Santos. A limitação também é destacada pelos autores do trabalho.

O psiquiatra Vicente Ramatis chama atenção para o risco de transformar evidências desse tipo em promessas. A alimentação adequada pode contribuir para a saúde mental, mas seu papel deve ser complementar.

“Alimentação sozinha não vai produzir um tratamento”, ressalta.

A depressão é multifatorial. Genética, condições sociais, hábitos, consumo de álcool e outras circunstâncias podem participar do desenvolvimento ou agravamento dos quadros. Ramatis alerta ainda para interpretações exageradas de estudos científicos, especialmente quando associações encontradas pela ciência acabam transformadas nas redes sociais em dietas ou suplementos apresentados como soluções.

NÚMEROS

7617

brasileiros participaram do estudo desenvolvido na UFES

13,2%

dapresentaram depressão

25%

redução de transtornos com nutrientes antiflamstórios



ILUSTRAÇÃO/ESHOJE

O estudo produzido na Universidade Federal do ES associa a dieta a casos de depressão

Comida de verdade e acessível

NA PRÁTICA, uma alimentação de perfil anti-inflamatório é menos extraordinária do que o nome sugere.

A nutricionista Milena Zambom, da Bluzz Saúde, explica que ela é baseada principalmente em alimentos in natura ou minimamente processados, com frutas, verduras, legumes, feijões, grãos integrais, oleaginosas e fontes de gorduras saudáveis.

No cotidiano, isso pode signi-

ficar aveia no café da manhã, frutas nos lanches, feijão nas refeições principais e legumes e hortaliças no almoço e jantar.

E há opções acessíveis. Feijão, lentilha, aveia e alimentos da estação ajudam a compor esse padrão. Castanhas podem dar lugar a sementes de girassol ou amendoim sem excesso de sal.

Mais importante do que escolher um ingrediente é olhar para o conjunto. “Não existe um

alimento isolado capaz de prevenir ou tratar a depressão”, afirma Milena.

Ela alerta ainda para alimentos, chás e suplementos vendidos nas redes sociais com supostos efeitos milagrosos e para a retirada de grupos alimentares sem necessidade. Em vez disso, recomenda mudanças graduais, como ampliar frutas, verduras e legumes, manter o feijão e reduzir ultraprocessados.

Parte do cuidado, não substituto

RAMATIS CONTA que aborda a alimentação no tratamento e, quando necessário, trabalha em conjunto com nutricionistas, além do acompanhamento psicoterápico.

O perigo aparece quando hábitos saudáveis passam a ocupar o lugar da assistência necessária. Dietas podem integrar o cuidado, mas não devem ser encaradas como soluções milagrosas nem levar alguém a adiar tratamento adequado.

Moraes-Santos também considera que os resultados podem contribuir para estratégias multiprofissionais envolvendo nutricionistas, psicólogos, psiquiatras e profissionais de educação física.

No Setembro Amarelo, o estudo acrescenta uma dimensão



João Vitor Moraes Santos conduziu o estudo com 7617 brasileiros

menos lembrada à discussão: aquilo que colocamos no prato pode fazer parte do cuidado com

a saúde mental. Mas não existe alimento capaz de carregar sozinho o peso da depressão.



DIVULGAÇÃO

“Alimentação, sozinha, não vai produzir um tratamento; deve ser complementar”

VICENTE RAMATIS, psiquiatra

