

# Local de Ressoma e Holopensene Pessoal: indícios proexológicos para a autossuperação da robéxis

Nelson Marinho Arruda

---

## RESUMO.

O autor apresenta neste artigo base conceitual para análise do local da rессoma e possíveis relações com a programação existencial com foco na superação da robotização existencial, tema já identificado como prioritário na autopesquisa deste autor. O objetivo do artigo é de trazer informações iniciais e hipóteses das camadas do local de rессoma, holopensene pessoal e a relação com a temática de autopesquisa da robéxis. O autor utilizou-se do estudo de sua própria rессoma como metodologia, analisando as variáveis envolvidas, além de pesquisa bibliográfica. Essa análise possibilitou encontrar alguns indícios proexológicos a serem pesquisados de maneira inicial por este autor.

**Palavras-chave.** Mesologia; *Zeitgeist*; Programação Existencial; Robotização Existencial.

## INTRODUÇÃO

**Ressormatologia.** “A Ressormática é a especialidade da Conscienciologia aplicada ao renascimento somático da consciex passando para a condição temporária de conscin ou saindo da extra-fisicalidade para a intrafisicalidade” (VIEIRA, 2004, pág. 206).

**Objetivo.** O presente artigo visa trazer informações iniciais e hipóteses das camadas do local de rессoma, holopensene pessoal e a relação com a temática de autopesquisa da robéxis.

**Local.** Neste artigo, este autor buscou colaborar com mais uma variável de análise sobre o estudo da rессoma, analisando o local de nascimento, o holopensene pessoal, os possíveis indícios proexológicos e suas correlações com seu tema de autopesquisa prioritário.

**Indício.** Por hipótese, o local de nascimento da conscin pode trazer indícios, pistas, vestígios, insinuações sobre o passado multiexistencial e/ou a programação existencial do ressorante.

**Autopesquisa.** Para este autor, observar estas variáveis foram fatores importantes para identificação e compreensão da necessidade de reciclagem da robéxis.

**Metodologia.** Este autor usou-se do estudo de caso da sua própria rессoma, analisando as variáveis envolvidas do *Zeitgeist* da rессoma, holopensene pessoal e tema de autopesquisa, além de pesquisa bibliográfica especializada para a elaboração deste artigo.

**Estrutura.** Este artigo está estruturado em 4 seções: I. Base Conceitual, II. Análise do Local, III. Análise Comparativa IV. Prospectiva Proexológica.

## I. BASE CONCEITUAL

**Restringimento.** A consciência passa por dois momentos mais sérios com relação ao restringimento da holomemória. O primeiro ainda quando a consciex começa a fazer o encarte do novo corpo energético (para aquelas que passaram pela segunda dessorma). O segundo já próximo ao momento da concepção chegando até nascimento. Nesse período a consciência pode chegar ao máximo da intrafisi-calização, assim, reduzindo o nível de lucidez. Essa condição se estende até anos iniciais da vida intrafísica, para uns mais e para outros menos, em uma condição que passamos chamada de porão consciencial (VIEIRA, 2004, p. 201).

**Porão Consciencial.** Segundo Vieira (2013, p. 704), “O porão consciencial é a fase de manifestação infantil até o fim da puberdade do ser humano (*Homo physicus*), onde predominam os instintos animais, básicos, ou os tráfes primitivos (taras pessoais), máximos, ainda remanescentes na personalidade integral ou no microuniverso consciencial em desenvolvimento”.

**Seriéxis.** A série existencial é o processo das consciências saírem da dimensão extrafísica e, de maneira provisória, viverem em uma dimensão intrafísica, mais densa, mais lenta e sem se a lembrança de quem realmente são, de onde vieram, o que estão fazendo de fato nessa vida, fazendo parte de uma técnica evolutiva a fim de promover as reconciliações holocármicas e a autoevolução consciencial (VIEIRA, 2009, p. 920).

**Robéxis.** A Robotização Existencial ou robéxis é a condição, da conscin, homem ou mulher, de viver na vida intrafísica alienada sobre os princípios cosmoéticos das leis da evolução e notadamente míope quanto à razão de estar nessa dimensão intrafísica, seguindo tendências e valores externos e submissa a pressão da mesologia ainda predominantemente nociva deste planeta (VIEIRA, 2012, p. 53).

**Sintomas.** Um dos sintomas da condição da robéxis é o vazio existencial. Essa condição pode ser observada por consciências, as quais ao primeiro ponto de vista possuem completismo nos requisitos intrafísicos estabelecidos pela sociedade desinteressada quanto à evolução: bom emprego, dinheiro, família, casa, viagens, lazer, saúde etc. Porém, não raro essas personalidades sentem que ainda falta alguma coisa na vida delas causando a sensação de vazio (MANFROI, 2018, p. 22.501).

**Falta.** Não raro, a falta de algum dos itens listados acima de exemplos de *pseudo-completismo* intrafísico, também podem ser fatores de risco para a consciência viver em vazio existencial, muitas vezes na condição de melancolia intrafísica, ignorando o real propósito de estar nessa dimensão intrafísica.

**Recin.** A evolução individual durante a condição de conscin depende de muitos fatores, desde reconciliações, trabalhos assistenciais e atendimento às necessidades evolutivas prioritárias, notadamente consolidadas com as reciclagens intraconscienciais.

**Acesso.** Devido ao restringimento da holomemória ser um fator importante dentro da proposta de seriéxis, as consciências carecem de informações sobre a razão de existir e das coisas que estão a sua volta.

**Conscienciologia.** A ciência de estudo da consciência propõe em diversas das suas especialidades, técnicas para autopesquisa e acesso as informações relevantes sobre o propósito de vida atual. Destacando entre elas: *Proxologia, Projeciologia, Ressormatologia e Serioxologia*.

## II. INFORMAÇÕES GERAIS DO LOCAL DA RESSOMA

**Proposta.** A proposta a seguir é analisar cada camada do local de ressonância da consciência (planeta, país, estado, cidade, rua e local exato) comparando com o perfil consciencial já percebido pela consciência através do holopensene. Além disso, inserir uma terceira variável de associação com o tema de autopesquisa da robéxis. Através desse comparativo, são vistos elementos para a sustentação dos indícios proexológicos com foco no traço deste autor.

**Ressonância.** Este autor ressonou no dia 30 de janeiro de 1982, planeta Terra, país Brasil, Estado de São Paulo, Cidade de São Paulo, avenida paulista, hospital e maternidade Santa Catarina.

**Planeta.** O mundo daquela época estava passando por uma grande tensão militar. A chamada guerra fria entre Estados Unidos e a ex-União Soviética levava aos cidadãos do planeta a um sentimento de ameaça constante de uma destruição generalizada da população. Além disso, disputas econômicas entre os blocos causam instabilidade nas economias globais.

**País.** O Brasil passava por um período de ditadura militar. A liberdade de expressão estava controlada pelo governo e as agitações políticas para um abertismo democrático estavam em pleno vapor.

**Entretenimento.** Jogadores de futebol protestavam contra a ditadura, destacando um movimento do clube da capital paulista, o Corinthians, que ficou conhecido como a democracia corintiana. O ano de 1982 seria ano de Copa do Mundo de futebol, e o país estava sob o holopensene redutor de discernimento do fanatismo futebolístico.

**Conscienciologia.** Em contrapartida, em 1981, foi publicado o livro *Projeções da Consciência* pelo pesquisador Waldo Vieira (1932–2015), abrindo caminho para a futura implantação da ciência Conscienciologia.

**Estado.** O Estado de São Paulo era conhecido pela sua grande oferta de trabalho, atraindo migrante de outras cidades brasileiras e, atualmente, representa 31,8% do PIB nacional (Ano-base 2019).

**Cidade.** A capital do estado, com o mesmo nome, São Paulo, é conhecida pelo cosmopolitismo e contempla uma variedade de distrações antievolutivas, igual a bares, baladas, entretenimento de todos os tipos. A aceitação para distrações evolutivas pode variar de consciência para consciência. Outro fator que pode variar é a demanda de distrações em determinado local. Em 2016 a cidade de São Paulo ofertava para a população 50 mil bares e restaurantes. A densidade de opções para distração evolutiva em São Paulo acaba sendo maior do que em cidades menores ou com menor densidade populacional. (Webgrafia, item 4).

**Avenida.** A Avenida Paulista já foi considerada o coração financeiro do país, sede dos maiores bancos privados e públicos, grandes empresas e de um aglomeramento urbano focado no trabalho e dinheiro.

**Hospital.** O Hospital Santa Catarina foi fundado por uma congregação religiosa católica em 1906. Após 8 anos da ressonância deste autor, o irmão nasceu no mesmo hospital e durante o pós-parto a mãe e irmão ficaram hospedados no mesmo quarto que este autor ficou em 1982.

### III. ANÁLISE COMPARATIVA: LOCAL DE RESSOMA, HOLOPENSENE PESSOAL E ROBÉXIS

**Zeitgeist.** O *Zeitgeist da rессoma* é o conjunto de acontecimentos, eventos, ocorrências, circunstâncias, episódios, fatos ou parafatos relativos ao período de retorno à vida intrafísica da conscin intermissivista, homem ou mulher, sendo possíveis indicadores do trabalho proexológico a ser desenvolvido pela mesma (RODRIGUES, 2016, p. 22.975).

**Variáveis.** Eis, em ordem crescente, análise de 6 variáveis da rессoma deste autor fazendo as devidas associações com o *Zeitgeist* através do local da rессoma no ano de 1982, ano de nascimento deste autor, o holopensene pessoal e o tema de autopesquisa da robéxis, conforme listadas abaixo:

#### 1. **Local:** Planeta Terra.

1.1. **Análise do Local da Rессoma:** Disputa entre potências bélicas pelo sistema econômico governamental predominante.

1.2. **Análise do Holopensene Pessoal:** Este autor sempre manteve interesse pelo entendimento sobre Capitalismo, Socialismo e a opressão que as empresas e o Estado exercem sobre as consciências na atual rессoma.

1.3. **Associação com a Robéxis:** De modo estruturante, o modelo de sistema econômico da época e que cresceu até os dias atuais (Capitalismo), imprime um ritmo de vida orientada a valores intrafísicos que distraem a consciência para os reais norteadores evolutivos, deixando-as na condição da robéxis.

#### 2. **Local:** País Brasil.

2.1. **Análise do Local da Rессoma:** O país passava por um modelo de governo que ficou conhecido como Ditadura Militar. Um dos principais argumentos para a instalação desse tipo de governo era a proteção contra o modelo econômico de governo Socialista/Comunista. Além disso, predominava no país as predileções por idiotismo culturais, a exemplo das festas regadas ao consumo de álcool e drogas (carnaval). Outro fato contribuinte para a época foi a Copa do Mundo FIFA de 1982, evento de grande repercussão midiática e mobilização social na época, exacerbando ainda mais tais predileções.

2.2. **Análise do Holopensene Pessoal:** Este autor tentou ser jogador de futebol nesta vida intrafísica e desperdiçou muito tempo da proéxis em festas e bares acarretando atraso cronológico com as consecuições proexológicas. Aos 17 anos, período do porão consciencial, este autor considerou ingressar no exército brasileiro, mas depois desistindo da ideia.

2.3. **Associação com a Robéxis:** Durante os regimes ditatoriais, é de interesse dos governantes que o grande público esteja distraído com paixões. O futebol foi usado em diversas oportunidades como distração para alegrar a nação, como era feito em Roma na política de “pão e circo”. Os sistemas econômicos adotados pelas nações podem imprimir, de maneira mais ampla, um holopensene majoritariamente antievolutivo.

#### 3. **Local:** Estado de São Paulo.

3.1. **Análise do Local da Rессoma:** Grande gerador de empregos e sustentáculo da economia nacional.

3.2. **Análise do Holopensene Pessoal:** Este autor preocupou-se por muito tempo na atual existência quanto à autossustentabilidade financeira, exagerando em alguns momentos no cuidado desse tema e não levanto de oito outras atividades evolutivas.

3.3. **Associação com a Robéxis:** A preocupação com a sustentação financeira pode monopolizar os pensenes da consciência por anos, desviando-a do principal foco evolutivo.

4. **Local:** Cidade de São Paulo.

4.1. **Análise do Local da Ressoma:** Cidade do trabalho. Grande número de empresas e densidade urbana. Trânsito caótico. Excesso de distrações antievolutivas.

4.2. **Análise do Holopensene Pessoal:** Este autor passou por crises existenciais em decorrência da ocupação profissional. Percebeu-se, muitas vezes, fantoche da manipulação dos grandes acionistas de multinacionais, interessados no lucro exorbitante anual, negligenciando o bem-estar dos funcionários. Também passou longo período em holopensene da boemia, predominante no grupocarma.

4.3. **Associação com a Robéxis.** A rotina de trabalho excessiva, típica da região de São Paulo, mantém a conscin sufocada em holopensene repetitivo do trabalho. O estilo de vida boêmio faz com que a consciência fique anestesiada evolutivamente devido aos holopensenes visitados e a ingestão de bebidas e cigarros, intoxicando o holossoma e reduzindo o discernimento evolutivo.

5. **Local:** Avenida Paulista

5.1. **Análise do Local da Ressoma:** Centro financeiro do país. Para efeito de registro na cápsula do tempo deste autor, o holopensene atrator da capital com nome “paulista” esteve presente também no arrimo financeiro da família deste autor por muitos anos, através do transporte e comercialização de produtos lácteos da marca “Leite Paulista”.

5.2. **Análise do Holopensene Pessoal:** Na trajetória existencial deste autor deparou-se em diversos momentos com a área financeira, mesmo não tendo formação na área. Essas habilidades inatas levaram a mudança na carreira profissional, expertise no manejo pessoal de organização financeira e atuação no voluntariado conscienciológico no setor Financeiro.

5.3. **Associação com a Robéxis:** A autorganização financeira permite a consciência ficar mais liberada para a execução da proéxis. Mesmo sem grandes ganhos financeiros, mas sendo bem organizados e destinados de maneira prioritária, a consciência tem condições de superar o holopensene do consumo presente na robéxis.

6. **Local:** Hospital Santa Catarina.

6.1. **Análise do Local da Ressoma:** Instituição fundada e mantenedora da assistência interconsciencial através da tacon no âmbito religioso católico.

6.2. **Análise do Holopensene Pessoal:** Este autor passou pelo ensino religioso dentro da escola de educação na qual estudou, fazendo a formação de catequese por orientação familiar. Além disso, a manifestação intraconsciencial em determinados momentos com sentimento de culpa, radicalismo ideológico e terceirização das escolhas evolutivas denotavam a afinidade seriexológica com o holopensene da instituição.

6.3. **Associação com a Robéxis:** As religiões de modo geral são movimentos coletivos causadores de inculcação mental, castração reflexiva, manipulação consciencial e restrição ao acesso das verdades relativas de ponta. Todo esse cenário mantém a consciência alheia quanto a realidade

multidimensional da evolução. É de interesse dos líderes religiosos, notadamente os católicos, o automatismo existencial.

**Afinidade.** Por hipótese e baseado nas análises anteriores, este autor entende ter um nível de afinidade com holopenses de condições desviaciológicas da programação existencial devido a sua manifestação e automimésis apresentadas em nesta vida com o mesmo padrão.

**Hedonismo.** As predileções hedonistas vivenciadas em grande número de festas, bares e baladas frequentado por este autor durante a juventude e início da fase adulta acarretaram atraso na execução das atividades proexológicas.

**Superação.** Este autor, desde 2012, após ingresso nas atividades de voluntariado no *Instituto de Projeiologia e Conscienciologia* (IIPC) consolidou recins e recéxis na superação do hedonismo caracterizado pela rotina de festas, inclusive com a abstenção de bebidas alcólicas.

**Vidas.** Quantas vidas este autor já vivenciou o contexto religioso católico de modo mais preponderante? Ajudou na implantação desse holopense no planeta? O que já fez para atualizar esse equívoco ideológico?

**Atuação.** Difícil precisar quantas vidas este autor já esteve envolvido com o contexto religioso. Porém, as passagens da vida atual denotam algum tipo de afinidade. Importa olhar o que vem sendo feito de maneira evolutiva nesse momento.

**Docência.** A docência conscienciológica realizada por este autor, de modo tarístico, serve entre outros aspectos, para retificação dos enganos ideológicos que realizados no passado.

**Cosmoética.** O trato com as finanças, públicas, pessoais e empresariais foram sempre cosmoéticas? Qual o saldo de reparação?

**Financeiro.** Outro atrator constatado na vida deste autor é as atuações no setor Financeiro. Mesmo não sendo “fã” dessa atividade, as circunstâncias levaram para atuações nessa área. Este autor vislumbra hipótese de atuações na área financeira nessa vida ser uma oportunidade de reparação cosmoética nesse contexto.

**Trafor.** A assunção dos trafores com relação à gestão financeira, seja nas empresas, no âmbito pessoal ou em *Instituições Conscienciocêntricas* (ICs), estão alavancando a atuação assistencial deste autor e, dessa forma, provocando um sentimento de autossatisfação proexológica neste autor.

#### IV. PROSPECTIVA PROEXOLÓGICA

**Combinação.** A visão de conjunto sobre os temas sistemas econômicos, trabalho, empresas de impacto social, mesologia patológica, dinheiro e religião formam importante massa de autopesquisa quanto a autorrobotização existencial vivida por este autor.

**Proéxis.** Este autor vislumbra importante relação com o tema de pesquisa atual, robotização existencial, e as atividades assistenciais que constam na sua programação existencial, a exemplo, do voluntariado no setor financeiro de *Instituições Conscienciocêntricas* (ICs).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

**Eixos.** Pela análise comparativa da seção III, notam-se quatro eixos de holopense predominantes: Financeiro/Economia, Religião, Belicismo e Hedonismo.

**Traços.** As habilidades atuais e traços de manifestação possuem direta relação com as vidas progressas. O local da ressonância de certa forma denota algum nível de atração energética consciencial e o holopense da região.

**Público.** A análise comparativa do local da ressonância pode evidenciar pistas do passado multieixencial da consciência. Comparado com os interesses atuais, as informações levantadas servem como indicadores de reciclagens prioritárias, mas também de possíveis alvos do público assistencial.

**Relevância.** Sob a ótica do paradigma consciencial, o fator mais relevante no aspecto dessa pesquisa, ao que parece, será a consciência e não exatamente o local da ressonância. Todas as consciências, mesmo aquelas que ressonam no mesmo hospital e no mesmo período, possuem programações existenciais distintas e traços diferentes de superação. A proéxis é personalíssima.

**Indícios.** A análise minuciosa de cada consciência através da autopesquisa das camadas do local da ressonância poderá conter indícios proexológicos de traços prioritários a serem reciclados, estando estes inseridos no *Zeitgeist* da ressonância e da mesologia envolvida. No caso deste autor, trazem informações relevantes que corroboram com a superação da robéxis.

**Genitores.** Como próximos passos para expansão da autopesquisa, o local de nascimento envolve invariavelmente os pais biológicos da consciência. Este autor sugere a investigação mais detalhada, como por exemplo, a interprisão grupocármica, mérito evolutivo e afinidades que levaram os genitores para determinada região da ressonância da consciência.

## BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA

1. **Rodrigues, Elizabeth;** *Zeitgeist da Ressonância*; verbete; In: **Vieira, Waldo;** Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 27; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 *E-mails*; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 *websites*; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; ISBN 978-85-8477-118-9; páginas 22.975 a 22.979.

2. **Manfroi, Eliana;** *Vazio Existencial*; verbete; In: **Vieira, Waldo;** Org.; *Enciclopédia da Conscienciologia*; apres. Coordenação da ENCYCLOSSAPIENS; revisores Equipe de Revisores da ENCYCLOSSAPIENS; 27 Vols.; 23.178 p.; Vol. 27; 1.112 citações; 11 cronologias; 33 *E-mails*; 206.055 enus.; 602 especialidades; 1 foto; glos. 4.580 termos (verbetes); 701 microbiografias; 270 tabs.; 702 verbetógrafos; 28 *websites*; 670 filmes; 54 videografias; 1.087 webgrafias; 13.896 refs.; 9ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional de Enciclopediologia Conscienciológica* (ENCYCLOSSAPIENS); & *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2018; ISBN 978-85-8477-118-9; páginas 22.501 a 22.505.

3. **Vieira, Waldo;** *Projeciologia: Panorama das Experiências da Consciência Fora do Corpo Humano*; revisores Alexander Steiner; et al.; 1.254 p.; 18 seções; 525 caps.; 150 abrevs.; 17 *E-mails*; 1.156 enus.; 1 escala; 1 foto; 3 gráfs.; 42 ilus.; 1 microbiografia; 1 sinopse; 2 tabs.; 15 *websites*; glos. 300 termos; 2.041 refs.; alf.; geo.; ono.; 28 x 21 x 7 cm; enc.; 10ª Ed.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2009; página 920.

4. **Idem;** *Homo sapiens reurbanisatus*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 479 caps.; 139 abrevs.; 12 *E-mails*; 597 enus.; 413 estrangeirismos; 1 foto; 40 ilus.; 1 microbiografia; 25 tabs.; 4 *websites*; glos. 241 termos; 3 infográficos; 102 filmes; 7.665 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. Gratuita; *Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia* (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2004, páginas 201 até 207.

5. **Idem; 700 Experimentos da Conscienciologia;** 1.058 p.; 40 seções; 100 subseções; 700 caps.; 147 abrevs.; 1 cronologia; 100 datas; 1 E-mail; 600 enus.; 272 estrangeirismos; 2 tabs.; 300 testes; glos. 280 termos; 5.116 refs.; alf.; geo.; ono.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; 3. ed. rev. ampl. – Foz do Iguaçu: Associação Internacional Editares, 2013. Página 704

6. **Idem; Manual da Proéxis: Programação Existencial;** revisores Erotides Louly; & Helena Araújo; 164 p.; 40 caps.; 18 *E-mails*; 86 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 16 *websites*; 17 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; 5ª Ed. rev.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2011.

7. **Idem; Nossa Evolução;** revisor Tatiana Lopes; 170 p.; 15 caps.; 149 abrevs.; 17 *E-mails*; 1 foto; 1 microbiografia; 162 perguntas; 162 respostas; 13 *websites*; glos. 282 termos; 6 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; 3ª Ed.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2012. Páginas 53 e 105.

## WEBGRAFIA CONSULTADA

1. **Wikipedia; Avenida Paulista;** disponível em <[https://pt.wikipedia.org/wiki/Avenida\\_Paulista](https://pt.wikipedia.org/wiki/Avenida_Paulista)>; acesso em 30/01/2022
2. **Wikipedia; Lista de unidades federativas do Brasil por PIB;** disponível em <[https://pt.wikipedia.org/wiki/Lista\\_de\\_unidades\\_federativas\\_do\\_Brasil\\_por\\_PIB](https://pt.wikipedia.org/wiki/Lista_de_unidades_federativas_do_Brasil_por_PIB)>; acesso em 30/01/2022
3. **Wikipedia; Lista de municípios do Brasil por população (2019);** disponível em <[https://pt.wikipedia.org/wiki/Lista\\_de\\_munic%C3%ADpios\\_do\\_Brasil\\_por\\_popula%C3%A7%C3%A3o\\_\(2019\)](https://pt.wikipedia.org/wiki/Lista_de_munic%C3%ADpios_do_Brasil_por_popula%C3%A7%C3%A3o_(2019))>; acesso em 30/01/2022