Tabela Comparativa: CommonJS vs ES Modules

Aspecto	CommonJS	ES Modules
Origem	Criado para Node.js	Padrão oficial do ECMAScript
Sintaxe de Importação	const x = require('x')	import x from 'x'
Sintaxe de Exportação	module.exports = / exports.x =	export default / export const x =
Carregamento	Síncrono	Assíncrono
Suporte em Navegadores	Não nativo (precisa de bundlers)	Suporte nativo nos navegadores modernos
Árvore de Dependências	Exporta objetos mutáveis	Exporta bindings imutáveis (live bindings)
Performance	Pode bloquear em I/O	lais eficiente para tree-shaking e otimizaçõe
Uso Atual	Principalmente em projetos Node.js antigos	Recomendado para novos projetos