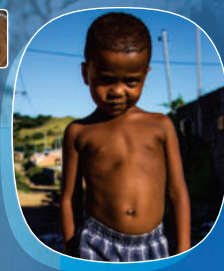




LAGOS

# MANCHETE

Novembro/Dezembro de 2025



## ROSTO DA REGIÃO DOS LAGOS

Os novos dados do IBGE mostram que o rosto da região tem nome, cor e história. Mulheres são maioria, a fé evangélica avança e as famílias seguem firmes, apesar dos desafios. Um retrato humano e real do que somos e de como mudamos.

**Pág. 10 e 11**

07

### TAXAS EM DESTAQUE

Cidades turísticas discutem cobranças para equilibrar crescimento econômico e preservação ambiental, em meio a debates sobre valores e impactos para visitantes.

09

### GOLPES DIGITAIS

O Rio registra uma vítima a cada três minutos em fraudes online. Golpes via PIX, falsas centrais bancárias e clonagens de contas batem recorde.

18

### RIVALIDADE EM SAQUAREMA

Boavista e Sampaio Corrêa vivem fases opostas rumo ao Cariocão 2026. O Verdão aposta na experiência de Gilson Kleina, enquanto o Galinho mantém o elenco campeão.



# MANCHETE LAGOS

Editorial

## Presença que transforma

Passadas as semanas da maior operação policial da história do Rio de Janeiro, o silêncio nas comunidades volta a ser preenchido pela ausência do Estado. A rotina, interrompida por blindados e helicópteros, é retomada sob o mesmo cenário de sempre: escolas fragilizadas, oportunidades escassas, políticas públicas que chegam pouco e saem cedo.

Segundo pesquisa da **Quaest**, 67% dos brasileiros **aprovam a megaoperação** e acreditam que **não houve exagero policial**. O apoio popular revela o quanto a sociedade busca respostas imediatas à violência, mas também evidencia um equívoco histórico: acreditar que segurança pública se faz apenas com operações, e não com presença.

Porque não há paz duradoura onde o Estado só entra com farda. A força é necessária, mas não pode ser a única linguagem. É preciso estar presente no cotidiano, não só nas crises, mas também nas escolas, nos centros culturais, nos projetos de esporte e lazer que devolvem aos jovens o direito de sonhar.

Operações pontuais combatem o sintoma, mas ignoram a causa. A criminalidade nasce onde o Estado é ausente, onde a infância é esquecida, onde a desigualdade se perpetua. Entrar de tempos em tempos, com força, é apagar incêndio com gasolina. As comunidades não precisam de visitas do Estado, precisam de convivência.

A verdadeira segurança se constrói com permanência, não com passagem. Com oportunidades, não com ocupações. Porque a presença que transforma é aquela que fica.

Ana Paula Mendes  
Em nome da Revista Manchete

### Expediente

Novembro/Dezembro de 2025

Jornalista responsável: **Ana Paula Mendes**

Reportagem: **Kléber Santos**

Diagramação: **Gustavo Caetano**

Gráfica: **Grafitto**

CNPJ Revista: 51.166.366/0001-76



**AQUI A NOTÍCIA  
É DE VERDADE.**

@manchetelagos

(21) 99442-9999

www.manchetelagos.com



### Edição anterior

Perdeu a edição anterior da Revista Manchete Lagos? **Acesse o Portal Manchete Lagos** e confira a versão digital na íntegra disponível gratuitamente para você!



### Portal Manchete Lagos

Acesse o portal Manchete Lagos e fique por dentro de notícias diárias em tempo real sobre tudo que acontece na sua região. **Escaneie o QrCode!**



**Siga no Instagram**

@manchetelagos



# Brasil se prepara para as Eleições 2026, que marcam os 30 anos da urna eletrônica

**Calendário do TSE define prazos para cadastro eleitoral, desincompatibilização e disputa pelos principais cargos do país**

“

O Tribunal Superior Eleitoral (TSE) já definiu as principais datas do calendário eleitoral de 2026, ano em que os brasileiros voltarão às urnas para escolher presidente da República, governadores, senadores, deputados federais, estaduais e distritais. O primeiro turno está marcado para o dia 4 de outubro, e, onde houver necessidade, o segundo turno ocorrerá em 25 de outubro.

O cronograma eleitoral estabelece uma série de etapas que antecedem o pleito, garantindo transparência e organização ao processo. Entre as principais datas, está o fechamento do cadastro eleitoral, em 6 de maio de 2026, prazo final para que eleitores tirem ou regularizem o título. Também será a partir de agosto que as campanhas poderão ser oficialmente iniciadas, com propaganda permitida em meios digitais, impressos e no horário

Foto - Luiz Roberto TSE

eleitoral gratuito.

Outro ponto fundamental é o período de desincompatibilização, quando autoridades e servidores públicos que pretendem disputar cargos eletivos precisam se afastar de suas funções. Os prazos variam de três a seis meses antes das eleições, dependendo do cargo e da função exercida.

O pleito vai celebrar os 30 anos da urna eletrônica, símbolo da modernização e da transparência do sistema eleitoral brasileiro. "O equipamento tornou o processo de votação mais ágil, seguro e confiável", disse o cientista político Pedro Canelas.

Com o calendário definido, partidos e pré-candidatos intensificam as articulações, e o país começa a viver o clima que antecede mais uma grande escolha democrática.

## Cargos em Disputa nas Eleições 2026

Os eleitores vão escolher seis cargos:

- 1** Deputado Federal  
513 vagas
- 2** Deputado Estadual  
70 vagas
- 3** Dois Senadores  
54 vagas ao todo
- 4** Governador e Vice-Governador  
27 chapas
- 5** Presidente e Vice-Presidente da República

## Fechamento do Cadastro Eleitoral

O cadastro eleitoral será encerrado em 6 de maio de 2026. Até essa data, o eleitor pode emitir o primeiro título, transferir o domicílio eleitoral ou regularizar pendências com a Justiça Eleitoral. Após o prazo, o sistema é fechado para atualização e preparação das urnas eletrônicas. O serviço pode ser feito de forma presencial nos cartórios eleitorais ou on-line, pelo portal.



## DEZEMBRO LARANJA: Sol, verão e prevenção: atenção ao câncer de pele

*Doença representa 30% dos tumores no Brasil, mas tem mais de 90% de chance de cura quando diagnosticada cedo.*

Com a chegada do verão, cresce a exposição da população ao sol e, com ela, a necessidade de investir em prevenção contra o câncer de pele. A doença é a mais comum no Brasil, representando cerca de 33% de todos os tumores malignos, e atinge todos os tipos de pele, embora seja mais frequente em pessoas claras.

O motoboy Evandro Frigato, de Cabo Frio, passa horas exposto ao sol e já reforçou o estoque de protetor solar. "Sem usar protetor, parece que a gente envelhece 10 anos", contou.

O diagnóstico precoce é essencial: quando detectado no início, o câncer de pele tem taxa de cura superior a 90%. Os principais sinais de alerta incluem pintas ou manchas que coçam, sangram, descamam ou não cicatrizam em até quatro semanas. Também é importante observar mudanças de cor, forma ou tamanho das lesões.

A exposição prolongada e sem proteção aos raios ultravioletas (UV), principalmente entre 10h e 16h, é o principal fator de risco, mas

outros fatores como bronzamento artificial, baixa imunidade e idade avançada também contribuem.

A prevenção é simples: uso de protetor solar fator 15 ou superior, roupas de proteção, chapéus, óculos escuros e preferência por áreas sombreadas. Mesmo em dias nublados, a proteção é necessária.

O SUS oferece consultas e tratamentos gratuitos, incluindo cirurgia, radioterapia e quimioterapia. Aderir ao check-up anual com dermatologista é essencial, especialmente para quem se expõe ao sol por longos períodos.

O Dezembro Laranja reforça a importância do autocuidado. Em 13 de dezembro, acontece o Dia do Atendimento Gratuito, com mais de 100 postos e 2 mil dermatologistas voluntários, oferecendo consultas e triagem para câncer de pele.

Dados mostram que 62,5% das pessoas ainda se expõem sem proteção, e 54% da população nunca consultou um dermatologista. Investir em prevenção e atenção aos sinais da pele pode salvar vidas.

### Números e curiosidades do Dezembro Laranja

**33%** > proporção do câncer de pele em relação a todos os tumores malignos no Brasil.

**75 mil** > casos de câncer cutâneo identificados desde o início da campanha.

**62,5%** > pessoas que se expõem ao sol sem proteção.

**31,6%** > pessoas que usam protetor solar regularmente.

**54%** > população que nunca consultou um dermatologista.

# Saúde feminina: o corpo da mulher em constante transformação

O corpo feminino passa por transformações profundas ao longo da vida, da puberdade à menopausa, e compreender essas mudanças é essencial para garantir qualidade de vida e bem-estar. Cada fase traz desafios únicos, que vão muito além das questões hormonais. *“A mulher precisa entender que o corpo muda o tempo todo, e essas mudanças não são um problema. São ciclos naturais que precisam ser acolhidos, não combatidos”*, explica a ginecologista e especialista em saúde feminina Dra. Maria Carolina Dalboni.

A puberdade marca o despertar do corpo feminino, mas ainda é cercada de silêncios e desinformação. Menstruação e sexualidade continuam sendo temas evitados em muitas famílias, o que reflete na relação das adolescentes com o próprio corpo. De acordo com o Ministério da Saúde, apenas 4 em cada 10 mulheres realizam consultas ginecológicas anuais, e um levantamento do Datafolha mostra que 60% delas ainda sentem vergonha de conversar com o médico sobre prazer ou libido. *“A informação protege. Quando a menina aprende a conhecer o próprio corpo desde cedo, ela cresce com menos culpa e mais consciência”*, afirma a médica.

Na vida adulta, o equilíbrio entre corpo, mente e rotina se torna um dos maiores desafios. O auge da fertilidade coincide com o período de maior carga emocional e profissional.

Estresse, privação de sono e uso inadequado de anticoncepcionais estão entre os fatores que mais interferem no equilíbrio hormonal. *“A mulher moderna vive sobrecarregada. O corpo dá sinais, mas nem sempre ela se permite ouvir”*, alerta a ginecologista.

Já no climatério e na menopausa, o corpo feminino passa por uma nova transformação. A queda hormonal pode afetar sono, humor, libido e metabolismo, mas, segundo a Dra. Dalboni, essa fase deve ser encarada como um novo começo, não como um fim. *“A menopausa não é uma sentença, é um recomeço. Com acompanhamento médico e ajustes no estilo de vida, é possível viver essa fase com vitalidade, energia e autoestima.”*

**4 em cada 10 mulheres** realizam consultas ginecológicas anuais.

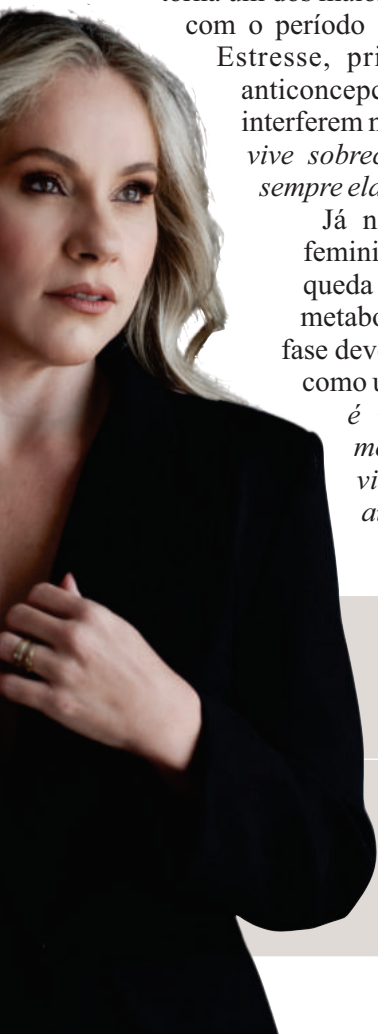
Fonte: **Ministério da Saúde**

**60% delas** sentem vergonha de conversar com o médico sobre prazer ou libido.

Levantamento: **Datafolha**

*“A mulher moderna vive sobrecarregada. O corpo dá sinais, mas nem sempre ela se permite ouvir”*

**Dra. Carol Dalboni**





Abandono  
afetivo  
de  
crianças  
e  
adolescentes  
pode  
ser  
prejuízo



**Paula Bittencourt**  
Advogada  
Bittencourt & Friseiro

## O direito de ser amado

Há feridas que não deixam marcas no corpo, mas deixam marcas profundas na alma. O abandono afetivo é uma delas e, por muito tempo, a dor silenciosa de uma criança pela ausência do pai ou da mãe foi tratada apenas como um drama familiar, não como uma violação de direito.

A Lei nº 15.240/2025 muda esse olhar. Agora, o abandono afetivo de crianças e adolescentes é reconhecido como ato ilícito civil, passível de indenização. A norma deixa claro que cuidar vai além de prover: é estar presente, ouvir, orientar e participar da vida emocional da criança ou do adolescente em seu processo de desenvolvimento.

O afeto, antes visto como escolha, passa a ser também dever jurídico e moral. Porque amar é responsabilidade e a ausência, quando intencional, fere tanto quanto a palavra que machuca.

Com essa lei, o Estado confirma o que toda criança já sabia: que carinho, atenção e convivência são direitos, não favores. E, cá entre nós, nenhum lar é completo quando falta o amor, sobretudo o de quem deveria proteger, cuidar, acolher, respeitar, incentivar e participar.

**Quem se ausenta do afeto, abdica do mais essencial dos direitos humanos: o de amar e ser amado.**





# Taxas ambientais ganham destaque no Brasil; Búzios arquiva proposta

**Cidades turísticas brasileiras discutem cobranças para equilibrar crescimento econômico e preservação ambiental, em meio a debates sobre valores e impactos para visitantes**

Cidades turísticas de diferentes regiões do Brasil estão adotando taxas ambientais para custear a preservação e reduzir os impactos provocados pela alta temporada. A medida, que já funciona em destinos como Fernando de Noronha (PE), Ilhabela (SP), Morro de São Paulo (BA) e Bombinhas (SC), agora se aproxima da Região dos Lagos, com a aprovação, na Câmara, do projeto que cria a Taxa de Turismo Sustentável em Búzios.

A proposta, de autoria do Executivo, prevê a cobrança entre 20 de dezembro e cinco dias após o Carnaval, podendo também valer em feriados prolongados. *"O objetivo é compensar o aumento no consumo de água, energia e na geração de resíduos, que quadruplica no verão"*, disse o prefeito Alexandre Martins. Moradores, trabalhadores locais, veículos oficiais e concessionárias públicas estarão isentos.

O valor varia conforme o tipo de veículo, partindo de R\$ 14,60 para motos e chegando a R\$ 109,48 para

ônibus, calculados com base na Unidade Padrão Fiscal do Município.

A iniciativa segue tendência nacional. Em Campos do Jordão (SP), o ano foi marcado pela discussão sobre a implantação de uma taxa ambiental para visitantes, semelhante à cobrada em Bombinhas, enquanto Angra dos Reis (RJ) aprovou lei criando uma *"taxa de turismo sustentável"* para acesso a Ilha Grande, com cobrança prevista a partir de 2026.

Especialistas em turismo apontam que o modelo, quando bem aplicado, pode equilibrar o crescimento econômico e a proteção ambiental. No entanto, entidades do setor alertam que valores elevados podem afastar visitantes e encarecer o turismo doméstico.

Com o avanço dessas discussões, a cobrança ambiental deixa de ser exclusividade de destinos mais isolados e pode se tornar uma nova realidade também nas principais praias da Região dos Lagos.

## Cenário nacional

- **Fernando de Noronha (PE):** taxa ambiental ativa
- **Ilhabela (SP):** cobrança sobre veículos e turistas
- **Bombinhas (SC):** taxa de preservação ambiental aplicada na alta temporada
- **Angra dos Reis (RJ):** TTS prevista a partir de 2026
- **Campos do Jordão (SP):** tributo em debate





## Cabo Frio celebra 410 anos entre belezas naturais e desafios para o futuro

*Cidade comemora mais de quatro séculos de história com praias premiadas, patrimônio cultural e desafios em educação, meio ambiente e saúde*

Cabo Frio completa 410 anos encantando turistas do mundo inteiro com suas belezas naturais e sua história. A riqueza ambiental é reconhecida pelo selo internacional Bandeira Azul — a cidade tem três praias certificadas. Sétima cidade mais antiga do país, Cabo Frio foi palco da vitória definitiva dos portugueses sobre os franceses no século XVII. Mas ainda é um patrimônio brasileiro que precisa ser mais conhecido e valorizado — inclusive pelos próprios cabo-frienses.

O Morro da Guia, famoso ponto turístico e religioso, também guarda vestígios dos povos indígenas que viviam aqui antes da chegada dos europeus. Chamado originalmente de Morro do Itajurú, era um santuário da mitologia tupinambá. As “pedras sagradas” com inscrições ainda podem ser vistas do alto do mirante. “*Não sabia da presença de índios por ali*”, disse dona Rosângela Vargas, cabo-friense.


O livro *O Filho do Pescador*, de Antônio Gonçalves Teixeira e Sousa, segue sendo reeditado. A nova versão, lançada este ano, celebra os 182 anos do primeiro romance brasileiro. O autor local contou uma história de amor que criticava o preconceito e a diferença de classes. “*Deve ser porque esse livro é importante, não é*”, comentou a estudante Ana Vitória.

O que pouca gente sabe é que as paisagens de Cabo Frio têm características raras no mundo: areia branca e fina, mar frio e clima semiárido. Só aqui, no Brasil, essa combinação ocorre. O contraste visual e a luminosidade intensa encantam fotógrafos. “*Por isso, as fotos da cidade encantam tanto*”, concluiu o fotógrafo Marcelo Almeida.

Mesmo comparada a desertos costeiros frios da Namíbia e da Califórnia, Cabo Frio se destaca por sua geologia única e ecossistema próprio.

**DESAFIOS** - Segundo o sociólogo Paulo Baía, o principal desafio para a próxima década é o planejamento estratégico: “*O sucesso da gestão depende da capacidade de alinhar desenvolvimento urbano, turismo e preservação ambiental*”. Outro ponto crítico é a Educação — o IDEB 2023 registrou 3,8 pontos, colocando o município na 78ª posição entre 92 cidades do estado.

“*Precisamos de mais investimentos na Saúde, também*”, reforça a caixa Joana Basílio, resumindo o desejo de muitos moradores.



# Golpes digitais disparam no Rio: uma vítima a cada três minutos

*Estelionatos via PIX, falsas centrais bancárias e fraudes online alcançam recorde histórico e alertam para cuidados essenciais.*

O Rio de Janeiro vive um aumento assustador nos casos de estelionato. De janeiro a setembro de 2025, mais de 113 mil registros foram feitos nas delegacias do estado — três vezes mais que em 2020, quando houve 36 mil ocorrências. Em locais turísticos, como Cabo Frio, a média é de 10 golpes por dia.

De janeiro a setembro, a Região dos Lagos registrou mais de 4,7 mil casos de estelionato, número 17% maior que no mesmo período do ano passado. O dado também é quatro vezes maior que o registrado há cinco anos. Cabo Frio lidera com quase 2 mil casos.

Entre as fraudes, o golpe da falsa central bancária é o que mais preocupa. O esquema consiste em ligações ou mensagens que imitam bancos, utilizando logotipos, números e áudios oficiais. A vítima é induzida ao pânico e orientada a fornecer dados, senhas ou realizar transferências por PIX para “contas seguras”. Em minutos, o dinheiro desaparece. “Todos os dias tem alguém me ligando dizendo que sumiu meu dinheiro. Não aguento

mais”, disse o aposentado Fernando Vilas Boas, de Cabo Frio. “Sempre faço denúncias quando tentam me aplicar golpes”, disse.

Especialistas apontam que o crescimento dos golpes se deve à transformação digital acelerada, ao uso massivo de redes sociais e aplicativos de mensagem, à falta de verificação de identidade pelos usuários e à impunidade.

Outro problema é a subnotificação: muitas pessoas não registram boletim de ocorrência por vergonha, medo ou descrença na efetividade da Justiça. Entre os casos formalizados, poucos chegam a julgamento, e quando há responsabilização, muitas vezes o autor apenas devolve o valor, sem sanção penal.

Golpistas atuam com engenharia social, explorando medo e urgência, imitam visualmente instituições legítimas, usam call centers organizados e criam perfis falsos em redes sociais. A prevenção exige atenção redobrada: nunca forneça senhas ou códigos a terceiros e confirme sempre diretamente com o banco antes de qualquer ação.

## Golpes digitais em números

- > Uma pessoa **cai em golpe a cada 3 minutos** no RJ.
- > De janeiro a setembro de 2025: **113 mil registros de estelionato**.
- > Comparativo: **36 mil casos em 2020**.
- > Cabo Frio: **média de 10 golpes por dia**.

Tipos mais comuns: falsa central bancária, clonagem de cartões, golpes via PIX, empréstimos falsos e golpes do advogado.

Fatores de crescimento: digitalização acelerada, uso intenso de redes sociais, falta de verificação de identidade e baixa punição.

# Quem é o rosto da Região dos Lagos, segundo o Censo do IBGE

*Dados recentes do Censo 2022 revelam o perfil detalhado dos moradores da Região dos Lagos — e mostram que a cidade cresce, muda e reflete um retrato diverso do Brasil.*

Se Cabo Frio fosse uma pessoa, seria uma mulher parda, com cerca de 37 anos, casada, evangélica, alfabetizada, com filhos e renda mensal inferior a R\$ 3 mil. O nome dela, provavelmente, seria Maria ou Ana, com sobrenome Silva ou Santos. O perfil, traçado a partir dos novos dados do Censo 2022 do IBGE, ajuda a entender quem são os moradores da cidade e como vivem.

Desde o ano passado, o instituto vem divulgando o retrato mais detalhado dos brasileiros. Depois dos dados gerais de população, agora é a vez de conhecer aspectos culturais e sociais — da religião aos nomes mais comuns.

Em Cabo Frio, o Censo revelou uma cidade que cresce e se transforma. O município chegou a 238.438 habitantes e continua sendo o mais populoso da Região dos Lagos. As mulheres são maioria, e a faixa etária predominante é a dos 40 anos. A renda média dos trabalhadores locais é

de 1,9 salário mínimo, o que acompanha a média regional.

"O retrato é de uma região conservadora e com necessidade de melhorias nas condições de vida", disse o cientista social Guilherme Carvalhido.

Na contramão do cenário brasileiro, Cabo Frio mostrou também que dá importância ao casamento. O número de uniões aumentou 2% em relação ao Censo de 2010. Atualmente, 52% dos moradores vivem em união, segundo o IBGE. "O casamento ainda traz segurança, é a base da família", disse a diarista Margareth Paiva, moradora de Cabo Frio. Aos 40 anos, é o retrato do cabo-friense: casada, mãe de dois filhos e assalariada. "A gente é feliz aqui. Mas não podemos ter só belezas naturais. Tá faltando muito pra vida da gente ficar boa", disse. Os principais problemas, segundo ela, são o acesso ao sistema de saúde e a falta de emprego.

## Religião & diversidade

A pesquisa também confirmou uma tendência nacional: o avanço das religiões evangélicas. Em cinco das sete cidades da região, os evangélicos já superam os católicos. São Pedro da Aldeia lidera o ranking, com 42,49% de fiéis, seguida de Cabo Frio (41,8%) e Araruama (38,33%).

Arraial do Cabo é o município mais equilibrado entre católicos (35,66%) e evangélicos (35,12%), enquanto Saquarema ainda tem maioria católica (34,82%). Os espíritas aparecem com mais força em Iguaba Grande e Araruama, e as religiões de matriz africana têm mais adeptos em Saquarema e Iguaba.

Outra curiosidade é o crescimento do número de pessoas sem religião, que já representam 16,35% dos moradores de Cabo Frio e mais de 20% em Búzios.

## Deficiência e inclusão

O Censo também trouxe dados sobre pessoas com deficiência. Na Região dos Lagos, 7,3% da população acima de dois anos tem algum tipo de limitação. Em Cabo Frio, são cerca de 16 mil pessoas. Para a secretária nacional dos Direitos da Pessoa com Deficiência, Anna Paula Feminella, "Os números são fundamentais para orientar políticas públicas e garantir direitos", disse André Luiz Gugu, subsecretário adjunto do PCD da Prefeitura de Cabo Frio.

## Os nomes de todos nós

Outra curiosidade revelada é sobre os nomes mais comuns da região. Cabo Frio é terra de Marias, Anas, Josés e Joãos — e de muitos Silvas e Santos. Só em Cabo Frio, são mais de 34 mil pessoas com o sobrenome Silva. Mas as novas gerações já estão mudando o cenário: nomes como Ravi e Valentina começam a aparecer com força desde a década de 2010.

### Religiões na Região dos Lagos

- ✝ **Evangélicos**  
São Pedro da Aldeia: **42,49%**  
Cabo Frio: **41,8%**  
Araruama: **38,33%**
- ✝ **Católicos**  
Arraial do Cabo: **35,66%**  
Saquarema: **34,82%**
- ✝ **Espíritas**  
Iguaba Grande: **4,59%**  
Araruama: **3,21%**
- ⚠ **Umbanda/Candomblé**  
Saquarema: **2,69%**  
Iguaba Grande: **2,06%**
- ⊕ **Sem religião**  
Búzios: **21,82%**  
Araruama: **18,85%**

### Nomes e sobrenomes mais comuns

#### Região dos Lagos:

**27.279** Marias  
**10.177** Josés  
**9.618** Joãos  
**99.531** Silvas

#### Em Cabo Frio:

<b>Mulheres:</b>	<b>Homens:</b>
Maria: <b>9.211</b>	João: <b>3.397</b>
Ana: <b>4.893</b>	José: <b>3.332</b>
Márcia: <b>856</b>	Carlos: <b>2.391</b>

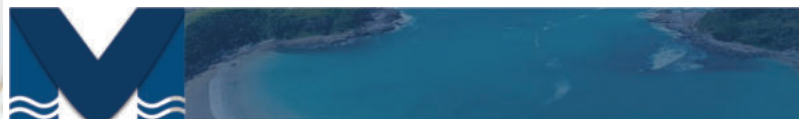
**Sobrenomes:**  
Silva: **34.252**  
Santos: **22.210**  
Souza: **15.418**

### Retrato de Cabo Frio

- 👤 População: **238.438 habitantes**
- 👩 Mulheres: **51,8%**
- 👨 Homens: **48,2%**
- 👤 Pardos: **38,2%**
- 👤 Brancos: **37,2%**
- 🎓 Escolarização (6 a 14 anos): **98,43%**

### Curiosidade: o primeiro Censo

O primeiro recenseamento do Brasil aconteceu em 1808, com objetivos militares. A intenção era saber se havia candidatos a soldados nas famílias. O Censo considerado oficial, porém, foi o de 1872 — o Censo Geral do Império. Desde então, o levantamento passou por grandes transformações, até chegar ao formato digital e participativo conduzido pelo IBGE.



## Renovação de fim de ano: reformas e pequenos reparos movimentam o mercado

Com o décimo terceiro e a proximidade das festas, famílias aproveitam para pintar, decorar e atualizar imóveis, enquanto especialistas reforçam a importância do planejamento financeiro.

"Os parentes chegam perto do Natal e vem mais gente pro Réveillon, então a casa precisa estar arrumada", disse a caixa Gilmar Rocha, de Cabo Frio. Ela vai usar o 13º salário para pagar a pintura interna do imóvel. Com a aproximação das festas de fim de ano, muitas famílias, como a da Gilmar, aproveitam o dinheiro extra do fim de ano para investir em pequenas reformas e melhorias nos imóveis. Pintura de paredes, atualização da iluminação, troca de revestimentos e até repaginação da cozinha estão entre os serviços mais procurados. Segundo especialistas, esse é o momento ideal para unir desejo de renovação com planejamento financeiro.

No Rio de Janeiro, a demanda por reformas já mostra aumento significativo. Uma grande empresa que atua no ramo de materiais de construção informou que registrou crescimento de 30% nas vendas de serviços em a partir do fim de outubro, início de novembro. Há uma expectativa de alta adicional de 20% nas semanas seguintes, impulsionada pela decoração natalina.

Na Região dos Lagos, Cabo Frio se destaca no aquecimento. "Há a procura por serviços em áreas externas, como churrasqueiras, decks e jardins, que aumenta com a chegada do verão", explicou Sebastião Neves, dono de um bazar na Vila do Sol, em Cabo Frio.

Mas especialistas alertam: planejamento é fundamental. "Faz o orçamento direitinho e guarda um

dinheirinho a mais, porque sempre tem imprevisto em obra", aconselhou seu Sebastião.

Entre outras dicas, investir em reformas menores, que não exijam grandes obras, podem trazer resultados rápidos e impactar significativamente o visual da casa. Arquitetos recomendam soluções criativas e econômicas, como pintura setorizada, papel de parede, piso vinílico ou reforma de móveis.

Mais do que estética, a reforma de fim de ano simboliza renovação. Transformar o lar é investir em conforto, bem-estar e valorização do imóvel, preparando a casa para receber amigos e familiares durante as festas e iniciar o ano com ambientes revitalizados.

### Reforma Fim de Ano

**Principais serviços:** pintura de paredes e fachadas, ajustes na iluminação, atualização de decoração, troca de revestimentos, reformas de áreas externas (jardins, churrasqueiras, decks).

**Planejamento financeiro:** reservar 10% a 20% do orçamento para imprevistos.

**Estratégias econômicas:** pintura setorizada, reforma de móveis, uso de pisos vinílicos e materiais práticos.



# Aproveite o fim de ano para impulsionar seu negócio

*Estratégias sazonais podem aumentar vendas e preparar o terreno para um 2026 mais sólido*

O fim de ano é, tradicionalmente, o período de maior movimentação para diversos setores do comércio e serviços. Para empreendedores, essa época representa uma oportunidade única de aumentar o faturamento e fortalecer a relação com clientes. Promoções temáticas, kits e combos de produtos, campanhas nas redes sociais e ações de marketing digital bem segmentadas são algumas das estratégias que podem gerar resultados imediatos.

Mas não se trata apenas de vender mais. É também o momento ideal para analisar o desempenho do negócio ao longo do ano e planejar 2026 com metas realistas e estratégias ajustadas. Revisar estoques, preparar fornecedores, treinar equipes e investir em atendimento humanizado pode garantir que a alta demanda não se transforme em caos operacional.

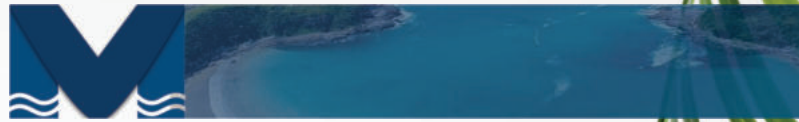
Além disso, datas comemorativas como Natal e Réveillon oferecem a chance de testar novos produtos

ou serviços, avaliar a aceitação do público e coletar feedbacks valiosos. A fidelização de clientes conquistados nesse período pode gerar retorno ao longo do próximo ano.

Para que o fim de ano seja produtivo, é essencial equilibrar entusiasmo com organização financeira. Definir orçamento para promoções, logística e possíveis imprevistos evita que o aumento nas vendas se transforme em prejuízo. Empreendedores que planejam com antecedência e combinam criatividade com gestão eficiente estão mais preparados para fechar 2025 com bons resultados e iniciar 2026 com o pé direito.



**Por Kleber Santos**  
(Jornalista)



# Chegamos à época de usar branco

Por **Renata Brandão**  
(Estilista)



As vitrines já começam a se encher de off white, bege, gelo e outras dezenas de variações — afinal, são muitos tons de branco. Dizem que existem “50 tons de branco”... mas e você,

Qual é o seu branco? O seu branco é quente ou frio? Talvez você nem saiba que existam tantas nuances assim, mas o fato é que vamos ver muito branco por aí.

Mas de onde surgiu essa cultura de usar branco na noite de Ano-Novo? E se eu te contar que isso é uma tradição bem brasileira? Vamos voltar um pouquinho no tempo. Como estamos numa sequência de conteúdos sobre a psicologia das cores, vale conhecer também a história do branco.

Eu, que sou apaixonada por história e pelas simbologias das cores, fui pesquisar e trouxe um pouquinho dessa história pra vocês. Você sabia que existem 67 tons de branco? É claro que não dá pra falar de todos aqui, mas se quiser pergunte ao ChatGPT — ele te mostra a lista completa.

Agora, me diz: o branco é cor ou não é cor? Como especialista em coloração, posso afirmar que o branco é a mais perfeita das cores, porque ele é a junção de todas as cores. Mas, por ser perfeita, isso não significa que seja bem-vinda em todas as situações, certo?

Quem acompanha a revista já me ouviu falar sobre o preto — vilão ou amigo? Pois bem, Assim como o preto, o branco também nem sempre é apropriado. É impossível falar de branco e não pensar em noivas. E aqui vai uma curiosidade: a tradição das noivas usarem branco é relativamente recente. Isso começou no século XIX, quando a rainha Vitória, em 1840,

escolheu casar-se de branco — e a moda pegou!

Mas nada na moda é por acaso: a escolha de Vitória tinha um propósito. Ela queria incentivar a indústria têxtil inglesa, que enfrentava forte concorrência da França.

Ou seja, até as cores que usamos carregam simbolismos e intenções — comunicam nossa personalidade e contexto cultural. E por falar em casamento, o branco é reservado exclusivamente à noiva. É uma forma de respeito e destaque, já que o branco simboliza pureza, início e protagonismo naquele momento único.

Por isso, convidadas e madrinhas devem evitar o branco ou tons muito próximos, como off white e gelo — o altar tem uma única protagonista.

Um detalhe interessante: no livro *A Psicologia das Cores*, da autora alemã Eva Heller, não há menção ao costume brasileiro de usar branco na virada do ano. Para nós, o branco simboliza paz e renovação, mas em outras culturas ele pode representar luto, pureza, espiritualidade ou até recomeço.

Cada sociedade dá ao branco um significado diferente, e é justamente isso que torna o estudo das cores tão fascinante.

Agora conta pra gente... Você já separou seu look de ano novo?



# O poder de uma marca com a alma exposta no mundo digital

Se você já percebeu que, hoje, todo mundo está tentando aparecer nas redes sociais, mas poucos conseguem realmente se destacar, saiba que isso não é por acaso. A maioria das marcas ainda não entendeu que visibilidade sem essência não cria conexão — e é exatamente aí que mora o problema. O diferencial não é um detalhe: é o que separa quem é lembrado de quem passa despercebido.

O segredo está em construir uma marca com alma. Uma marca que sabe quem é, o que defende, como se posiciona e como quer ser percebida. É nesse ponto que entram o toque pessoal, a identidade visual intencional, o tom de voz único e o posicionamento que traduz verdade. Porque não adianta apenas aparecer: é preciso aparecer de um jeito que ninguém mais consegue replicar.

Quando você tem clareza da sua essência — seus valores, sua visão, sua forma de comunicar — tudo muda. Sua presença fica mais marcante, seu conteúdo ganha personalidade e sua audiência passa a reconhecer você em segundos, mesmo antes de ver seu nome. Isso é força de marca. Isso é diferenciação.

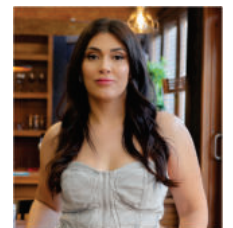
O grande erro de muitas empresas é acreditar que basta seguir tendências ou copiar o que “está funcionando” por aí. Mas o que funciona de verdade é aquilo que carrega autenticidade. Identidade visual não é só estética. Tom de voz não é só texto. Posicionamento não é só frase bonita. Tudo isso é estratégia para transmitir quem você é e por que o cliente deveria escolher você — e não o concorrente.

E assim como uma marca sem posicionamento se perde no meio do ruído digital, uma marca com diferencial claro abre caminhos, atrai o público certo e se torna referência. Enquanto muitos disputam atenção, quem tem essência conquista espaço.

E você, já parou para pensar qual é o diferencial da sua marca? Sua comunicação transmite a essência que você quer que o mundo veja?

*Talvez seja a hora de reconectar, refinar e realinhar sua presença — porque o que é único sempre se destaca.*

“  
*Toque pessoal, identidade própria e comunicação estratégica são os pilares para transformar presença em autoridade*”



Por **Brunna Bravo**  
(Empresária)

**CURTIU ESSE TEMA?**  
Me conta aqui:  
[@brunnabravo](https://www.instagram.com/brunnabravo)  
[@agenciamoovmkt](https://www.instagram.com/agenciamoovmkt)

**Doutor, você cuida do seu paciente e a gente cuida da sua marca!**



Agência Moove

Marketing Médico e Odontológico



Gestão de Redes Sociais



Anúncios patrocinados

[@agenciamoovmkt](https://www.instagram.com/agenciamoovmkt)



# Museu do Sal de São Pedro da Aldeia ultrapassa 10 mil visitantes e reforça elo internacional com Portugal

Espaço pioneiro no país se consolida como símbolo da cultura salineira e referência de turismo histórico-cultural na Região dos Lagos

O Museu Regional do Sal Manoel Maria de Mattos, em São Pedro da Aldeia, atingiu a marca de mais de 10 mil visitantes em 2025, consolidando-se como um dos principais atrativos culturais da Região dos Lagos. Pioneiro no Brasil, o espaço mantém viva a história da indústria salineira, que foi o motor econômico da região por mais de um século.

Inaugurado em 2023, o museu é resultado de uma parceria entre a Prefeitura e a família Mattos, tradicional na produção de sal. Instalado no bairro Flexeira, o local conta com salas de vídeo, exposições fixas e temporárias, além de um acervo de objetos e imagens que retratam a vida dos salineiros e a importância do sal para o desenvolvimento da região.

O espaço também fortalece vínculos com Portugal, país que teve papel essencial na formação da

cultura salineira local. Durante viagem a Figueira da Foz, o empresário Jacyr Mattos, doador do terreno do museu, entregou ao Museu Municipal Santos Rocha uma cópia do livro “O Sal da Laguna Araruama: sua História e seu Museu”, escrito em parceria com o pesquisador Geraldo Ferreira.

O secretário de Turismo, Rodolfo Jotha, destacou a importância do museu. *“Levar nossa cultura salineira a Europa engrandece São Pedro da Aldeia e reforça nosso potencial para o turismo histórico-cultural”*, afirmou.

Com entrada gratuita, o Museu do Sal funciona de quinta a domingo, das 10h às 18h, e oferece visitas mediadas e documentários sobre a trajetória do sal na região.

## Museu Regional do Sal Manoel Maria de Mattos

- 📍 Localização: **Bairro Flexeira, São Pedro da Aldeia (RJ)**
- 🏛️ Inauguração: **maio de 2023**
- 👤 Visitantes em 2025: **mais de 10 mil**
- 💡 Acervo: **objetos, fotos, painéis históricos e salas temáticas**
- 📺 Destaques: **sala de vídeo, exposições “Wolney e o Sal” e “Festa do Sal”**
- 🤝 Parceria internacional: **intercâmbio cultural com o Museu Municipal Santos Rocha, em Figueira da Foz (Portugal)**
- 🕒 Funcionamento: **quinta a domingo, das 10h às 18h**
- 💬 Entrada: **gratuita**



Foto - Prefeitura São Pedro da Aldeia



# MANCHETE

## LAGOS

## Manchete Lagos ultrapassa 30 mil seguidores e celebra expansão com a chegada do Manchete Serra

O crescimento do Manchete Lagos é a prova de que o público ainda valoriza o jornalismo sério, responsável e regional. Com mais de 30 mil seguidores no Instagram em um ano e meio, o perfil atingiu quase 8 milhões de visualizações em apenas 30 dias e ultrapassou 260 mil interações no mesmo período. Números expressivos para um veículo de alcance totalmente orgânico.

Os dados também mostram o perfil do público: a maioria é masculina, com forte participação de mulheres entre 25 e 44 anos, o que confirma o alcance transversal das pautas. Entre os conteúdos mais vistos, destacam-se reportagens sobre temas relevantes e sociais, como a taxa de turismo de Búzios, que ultrapassou 1,5 milhão de visualizações, e matérias sobre segurança, infraestrutura e qualidade de vida.

O engajamento não nasce da polêmica, mas da confiança. O Manchete Lagos se consolidou por tratar cada notícia com seriedade, ouvindo todos os lados e priorizando a

verdade dos fatos. Em tempos de perfis que viralizam com desinformação, a credibilidade se tornou o grande diferencial do grupo.

O mesmo compromisso ético e apurador agora se estende à Região Serrana, com o lançamento do Manchete Serra. Em apenas um mês, o novo perfil já superou mil seguidores, alcançando cidades como Petrópolis, Teresópolis e Nova Friburgo, e um público que valoriza informação, cultura e desenvolvimento local.

“Nós trabalhamos com jornalismo de credibilidade. Nosso objetivo nunca foi engajar por engajar, mas informar com responsabilidade, ouvindo todos os lados e buscando sempre a verdade dos fatos.” — Ana Paula Mendes, jornalista responsável pelo Manchete Lagos e Serra.

Com essas duas frentes regionais em crescimento, o Manchete mostra que o bom jornalismo ainda encontra eco e engajamento, quando é feito com propósito, seriedade e compromisso com o público.

“  
**Quase 8 milhões de visualizações em 30 dias reforçam a força do jornalismo regional com credibilidade e independência.**  
”

**30k**  
seguidores

**8M**  
views em 30 dias

**260k**  
interações

**1,5M**  
views no vídeo sobre a taxa de Búzios



Manchete  
Lagos



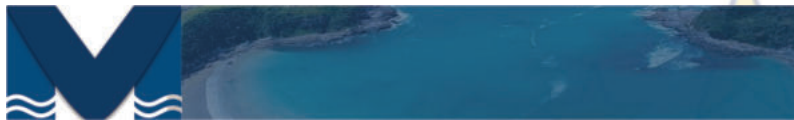
Ana Paula  
Mendes



@manchetelagos

@uanapaulamendes

*O público reconhece quando há verdade. Credibilidade é o nosso algoritmo mais valioso.*



Boavista

X



Sampaio Corrêa

## Boavista e Sampaio Corrêa traçam estratégias opostas visando o Cariocão 2026

*Enquanto o Verdão aposta na experiência do técnico Gilson Kleina, o Galinho foca na manutenção do elenco campeão da Taça Rio*

A preparação para o Campeonato Carioca de 2026 já está a todo vapor em Saquarema. Com dois representantes na elite do futebol estadual, o município se prepara para acompanhar as diferentes estratégias de Boavista e Sampaio Corrêa, que apostam em caminhos distintos para a próxima temporada. Enquanto o Verdão de Saquarema investe em um nome de peso para o comando técnico, o Galinho foca na manutenção do elenco que trouxe sucesso em 2025.

O Boavista entra no Carioca 2026 sob uma nova e ambiciosa gestão técnica. A principal novidade é a chegada do experiente treinador Gilson Kleina, que retorna ao clube após 15 anos. Kleina, conhecido por passagens por grandes equipes do futebol brasileiro, já se apresentou ao clube em outubro e está imerso no planejamento. O técnico se diz impressionado com a evolução e a infraestrutura do Centro de Treinamento do Verdão de Saquarema.



Gilson Kleina voltou ao Boavista após 15 anos  
Foto: PH Almeida / Boavista SC

*"Hoje, o Boavista passa a ser uma referência nacional, por todos os investimentos. Investimento em área de fisioterapia, de performance, laboratório... E, claro, isso tudo resulta dentro do campo. Todos esses investimentos são para os atletas e também para o*

*nosso trabalho, que é o lado técnico."* afirmou.

Enquanto o Boavista aposta em novas peças de liderança, o Sampaio Corrêa segue uma filosofia de continuidade e confiança no grupo que disputou a última temporada. O Galinho se reapresentou em novembro com um núcleo de 16 atletas remanescentes, entre eles 14 que atuaram no Campeonato Carioca e na campanha do título da Taça Rio.



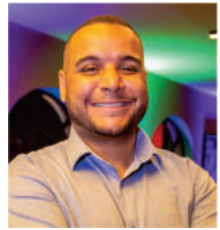
O experiente atacante Elias é um dos remanescentes da temporada anterior do Sampaio Corrêa

Foto: Jhonathan Jeferson / Sampaio Corrêa FE

Entre os campeões que renovaram seus contratos estão peças importantes como os meias Rodrigo Dantas e Alan, além dos atacantes Iacovelli e Ryan, e os laterais Lucas Carvalho e Marreta. O planejamento do Sampaio Corrêa também foca no futuro. Dois jovens atletas que chegaram para a Copa Rio, PH e Natan, tiveram seus vínculos renovados para 2026. Além deles, sete talentos do Sub-20 foram integrados ao grupo profissional neste início de pré-temporada.

A primeira rodada do Campeonato Carioca de 2026 está marcada para os dias 14 e 15 de janeiro. O Sampaio Corrêa recebe o Nova Iguaçu, enquanto o Boavista visita o Volta Redonda.

# O litoral que nos move: a vocação natural da Região dos Lagos para o esporte



**Por Jeferson Marques**  
Jornalista Esportivo

A Região dos Lagos é um palco natural para o esporte, e a sua verdadeira força reside na diversidade. Historicamente, parte do destaque esportivo da região ficou limitado ao futebol, cujos resultados inconstantes provam que a supervalorização de uma única modalidade bloqueia um grande potencial. A reflexão que se impõe é clara: a maior vantagem competitiva da região está na variedade que a geografia oferece e que deve ser explorada de forma contínua.

Saquarema, com o mundial de surfe e o vôlei de praia, é nosso principal exemplo, mas a vocação vai muito além. Búzios sedia o desafiador XTERRA, com percursos que combinam praia e trilhas, e corridas de rua que unem esporte e turismo de forma integrada. Cabo Frio aproveita suas dunas para ser a referência estadual do

sandboard e oferece estrutura para beach soccer e vôlei. Há uma constante atração de atletas em busca dessa qualidade ambiental única.

Essa pluralidade é a melhor estratégia contra a sazonalidade. Cada evento, das regatas oceânicas às provas de natação e corrida de areia como o Rei e Rainha do Mar, garante um fluxo constante de turismo e receita durante todo o ano, movimentando a economia local de forma consistente.

O futuro do esporte regional passa, necessariamente, pelo investimento e apoio às modalidades de aventura e praia que a natureza presenteou. É hora de transformar os ativos naturais em um calendário esportivo fixo e robusto, consolidando a Região dos Lagos como referência dos esportes ao ar livre.



*Rei e Rainha do Mar aconteceu em Cabo Frio, em junho Foto Divulgação / RRM*



*Saquarema tem recebido etapa do Circuito Mundial de Vôlei - Foto: Divulgação/Prefeitura de Saquarema*



Um MAR de conteúdos acaba de chegar.





SEGURANÇA

## QUANDO CRIA LEIS QUE REFORÇAM A SEGURANÇA PÚBLICA, A ALERJ ABRAÇA VOCÊ.

A Alerj devolveu **R\$ 282 milhões** para o Governo do Estado, sendo que **R\$ 50 milhões** foram para o **Segurança Presente**. Um grande reforço para a população ficar mais protegida.

Saiba tudo em:  
[alerj.rj.gov.br](http://alerj.rj.gov.br)

@instalerj @alerjoficial @alerj\_oficial



**ALERJ**

ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DO  
ESTADO DO RIO DE JANEIRO

Transforma sua vida