

Ruas repletas de buracos em Corrêas

Moradores dizem que o problema persiste há meses

Metabolismo lento afeta a rotina e a saúde da mulher

Cansaço extremo, dificuldades para emagrecer, queda de cabelo e unhas fracas. Reclamação presente na vida de muitas mulheres, tais problemas provocam mudanças corporais significativas, aumentando a busca por respostas que, em sua maioria, estão condicionadas exclusivamente a um metabolismo desacelerado. Afetando a rotina e a saúde, este quadro silencioso pode provocar impactos no peso, na disposição diária e até no humor.

Entre os principais efeitos do metabolismo lento, estão a fadiga persistente, ganho acelerado de peso, dificuldades para emagrecer mesmo com dieta, inchaço, sono não reparador, sensação constante de frio, perda de massa magra e baixa libido. Para a Dra. Nathália Ventura, médica especializada em nutrologia, endocrinologia e metabologia, quando o organismo reduz o gasto energético, ele prioriza funções vitais, diminuindo assim, o ritmo corporal.

“É preciso levar em consideração, que a vida moderna apresenta fatores que interferem diretamente no metabolismo da mulher. O estresse eleva o cortisol, hormônio este que favorece a resistência insulínica, quando desregulado, provocando ainda o acúmulo de gordura abdominal. Já a privação do sono desequilibra os hormônios da fome e da saciedade, enquanto a correria do dia a dia facilita escolhas alimentares rápidas, muitas vezes inflamatórias”, pontuou.

As alterações no corpo são comuns, em especial, a partir dos 35 anos. Neste período, o excesso de estrogênio e os índices baixos de progesterona, resultam no aumento da possibilidade de inchaço, retenção hídrica e aumento da gordura corporal, impactando diretamente

o processo de emagrecimento.

“Emagrecer não significa apenas comer menos e treinar mais. Inúmeros fatores podem bloquear os resultados esperados. A inflamação crônica do corpo, encontrada, de forma frequente em queixa de intestino, estresse e sono inadequado, impedem o uso adequado de nutrientes pelo corpo, reduzindo sua eficiência metabólica. Quando o corpo interpreta o ambiente como ameaçador, ele aciona mecanismos de sobrevivência, reduzindo o gasto energético”, destacou a médica.

Para “destravar” o metabolismo da mulher, altamente sensível, são indicados exames que mapeiam a inflamação, identificando resistência insulínica, deficiências nutricionais e desequilíbrios hormonais. Com o resultado em mãos, medidas práticas recuperam a energia, melhoram o bem-estar e resultam em resultados duradouros.

“O sono reparador, entre sete a nove horas por dia, faz toda a diferença. Na alimentação, priorize proteínas e fibras em todas as refeições, reduzindo, se possível, o álcool e o açúcar. Suplementação individualizada e monitoramento de exames e hormônios são fundamentais no acompanhamento, tendo como aliados a prática de atividade física e o gerenciamento do estresse, através da realização de meditação, respiração ou terapia”, concluiu.

Para dicas sobre o assunto, a médica elaborou gratuitamente uma série de vídeos, com informações que priorizam a saúde, através do Instagram @dranathaliaventura. Diariamente, perguntas são respondidas e instruções fornecidas às pessoas que buscam por tratamento.

Darques Júnior – Especial para o Diário

“Ás vezes, parece que a Prefeitura esquece dessa região”, reclama um dos moradores da Rua Carvalho Junior, em Corrêas. Segundo eles, a região por onde circula o ônibus 615 – Carangola/ Terminal Corrêas e que dá acesso à BR-040, vem enfrentando cerca de 2 km repletos de buracos.

Além disso, o professor Guilherme Tavares Calheiro, morador do bairro, comenta que, além da Rua Carvalho Junior, a Rua Emílio Tavares também sofre com a falta de manutenção. Ambas as ruas não têm recebido manutenções da Prefeitura há pelo menos seis meses. “Já mandamos vários e-mails para a Prefeitura e para a Secretaria de Obras, mas sem resposta nenhuma”, disse.

O professor ainda conta ao Diário que, em 2022, chegou a realizar a mesma denúncia e, na ocasião, após a produção da matéria, a Prefeitura realizou reparos nas ruas. Em 2025, Guilherme relata que, além das ruas citadas

acima, a Rua C, que também circula o ônibus 615 e que liga a Carvalho Junior com a Emílio Tavares, nunca recebeu reparos da prefeitura. “A Rua C é uma rua pública que passa dentro de um condomínio, porém, somente o condomínio faz uma manutenção deficiente dessa via”, disse Guilherme.

Em nota, a Prefeitura de Petrópolis diz que mais de 50 ruas de 23 bairros foram atendidos com o serviço de manutenção viária apenas no último mês. O serviço ocorreu nos bairros: Alto da Serra, Araras, Atílio Marotti, Binga, Castelânea, Castelo São Manoel, Caxambu, Centro, Chácara Flora, Comunidade do Alemão, Comunidade do Neylor, Dr. Thouzet, Duarte da Silveira, Estrada da Saudade, Independência, Itaipava, Madame Machado, Morin, Mosela, Nogueira, Posse, Quitandinha e Retiro.

A Secretaria de Obras fará uma vistoria no local e vai incluir o local na programação de serviços da equipe de manutenção viária.



SEGUNDO moradores, as ruas não recebem manutenção há meses

Lei garante material didático adaptado para alunos com Mutismo Seletivo



PROJETO de lei é do presidente da Câmara vereador Júnior Coruja

A Câmara Municipal de Petrópolis aprovou, nessa terça-feira (09), o Projeto de Lei de autoria do presidente da Casa, vereador Júnior Coruja, que dispõe sobre a disponibilização de material didático adaptado para alunos diagnosticados com Mutismo Seletivo na rede pública municipal de educação. A proposta busca assegurar melhores condições de aprendizagem, permanência e desenvolvimento acadêmico para estudantes que enfrentam o transtorno.

O Mutismo Seletivo é caracterizado pela incapacidade persistente de falar em determinados ambientes sociais, especialmente na escola, apesar de a criança conseguir se comunicar normalmente em outros contextos. Ligado à ansiedade social, o transtorno pode provocar retraimento, isolamento e prejuízos significativos no desempenho escolar.

O projeto permite que a rede municipal desenvolva material didático adaptado em formato impresso ou digital, com orientações específicas para que pro-

fessores saibam manejar comportamentos e construir estratégias adequadas de interação. O conteúdo deverá ser elaborado em consonância com as necessidades indicadas por terapeutas e responsáveis, assegurando alinhamento entre o ambiente escolar e o acompanhamento clínico.

A proposta também autoriza o Poder Executivo a ofertar cursos e palestras em plataformas digitais para capacitar os profissionais da educação, abordando as características do Mutismo Seletivo e as adaptações necessárias no cotidiano escolar. Além disso, o texto prevê a possibilidade de regulamentar a presença de terapeutas no ambiente escolar, contribuindo para estimular a comunicação oral e o desenvolvimento socioemocional dos alunos.

Segundo o vereador Júnior Coruja, investir em estratégias pedagógicas inclusivas é fundamental para garantir o acesso pleno ao aprendizado.

“As crianças com Mutismo Seletivo enfrentam barreiras importantes na

sala de aula. Com material adaptado e professores capacitados, conseguimos oferecer suporte real, diminuir prejuízos acadêmicos e promover um ambiente onde cada aluno tenha condições de se desenvolver de forma integral”, afirmou o presidente da Câmara.

O parlamentar reforça que a falta de preparo específico pode levar à in-

compreensão do transtorno e ao agravamento dos quadros de ansiedade, impactando diretamente o desempenho escolar. Por isso, a iniciativa busca oferecer instrumentos concretos para acolher, orientar e fortalecer o processo educacional desses estudantes.

O Projeto de Lei segue agora para sanção do Poder Executivo Municipal.

Projeto de lei propõe aplicativo para proteção das mulheres e combate à violência



VEREADOR Thiago Damaceno

A Câmara Municipal aprovou, nessa terça-feira (9), o projeto de lei que autoriza a Prefeitura a criar o aplicativo Alerta Mulher. A ideia é que o dispositivo seja um meio rápido para que as mulheres possam denunciar situações de perigo em locais públicos. A lei, de autoria do vereador Thiago Damaceno, prevê que o aplicativo tenha botão de pânico, com acionamento emergencial e alerta imediato às delegacias, com localização exata via GPS, além de outras medidas.

“Hoje há soluções tecnológicas que já são usadas por tribunais e secretarias de segurança em todo o Brasil. Temos que usar essas ferramentas para o combate à violência e, principalmente, para a proteção às mulheres da nossa cidade, tornando a resposta mais rápida, em articulação com a Secretaria da Mulher, a Guarda Municipal e as demais forças policiais”, afirmou Thiago Damaceno.

A lei aprovada pela Câmara estabelece ainda

PUBLICAÇÃO OFICIAL - 10/12/2025

CÂMARA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS

FAÇO SABER QUE A CÂMARA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS APROVOU E EU, OCTAVIO SAMPAIO, 2º VICE-PRESIDENTE, NOS TERMOS DOS PARÁGRAFOS 2º E 7º DO ARTIGO 64 DA LEI ORGÂNICA DO MUNICÍPIO, PROMULGO A SEGUINTE:

LEI N° 9163 DE 08 DE DEZEMBRO DE 2025

REVOGA O ARTIGO 7º DA LEI MUNICIPAL N° 6.930, DE 06 DE JANEIRO DE 2012 (ACRESCIDO PELA LEI MUNICIPAL N° 8.381, DE 18 DE JULHO DE 2022) E DISPÕE SOBRE A REMISSÃO DE DÉBITOS DE IPTU A IDOSOS.

Art. 1º Fica revogado o artigo 7º da Lei Municipal nº 6.930, de 06 de janeiro de 2012, acrescido pela Lei Municipal nº 8.381, de 18 de julho de 2022.

Art. 2º Fica concedida a remissão dos débitos de IPTU, inscritos ou não em dívida ativa, de idosos com idade igual ou superior a 60 anos, que tenham requerido isenção de IPTU, por meio de protocolo formal junto à Secretaria de Fazenda do Município, em pelo menos um dos períodos compreendidos entre 2012 a 2025 e que estejam com seus processos pendentes de análise.

§1º Na remissão concedida nos termos do caput extinguirão os débitos tributários relacionados, bem como as sanções decorrentes desses débitos, como juros e multas.

§2º A Taxa de Coleta de Lixo será lançada anualmente, de forma independente à isenção ou remissão concedida para o IPTU.

§3º Os valores acumulados da Taxa de Coleta de Lixo dos anos anteriores à concessão da isenção ou remissão poderão ser:

I - Emissários em cota única, com desconto integral de juros e multas; ou

II - Parcelados sem juros e multas, conforme previsto na Lei Municipal, respeitando-se as condições e prazos estabelecidos pela norma.

III - A taxa de coleta de lixo dos anos anteriores à concessão da isenção ou remissão, caso esteja acumulada diante da morosidade em se analisar o processo de concessão, poderá ser emitida em conta única ou dividida em até 10 (dez) parcelas sem juros ou multa, respeitando o limite mínimo de R\$ 35,00 (trinta e cinco reais) por parcela.

Art. 4º Os pedidos de isenção de IPTU protocolados, que não alcancem a prescrição, seguirão as disposições previstas na Lei Municipal nº 6.930, de 06 de janeiro de 2012, conforme alterações posteriores.

Art. 4º altera a redação do art. 6º da lei 8.381/22, passando o mesmo a vigorar

com a seguinte redação:
“Art. 6º Aos idosos que já obtiveram a concessão da isenção em ano(s) anterior(es), deverão solicitar à Secretaria de Fazenda a renovação do benefício a cada 02 (dois) anos, comprovando o preenchimento dos requisitos da lei 6930/2012.

Parágrafo único: Durante o trâmite de renovação da concessão de isenção do IPTU, o idoso já beneficiado, não terá a isenção suspensa até a finalização do procedimento.”

Art. 5º O Município poderá realizar auditoria nos processos contemplados pela presente lei.

Art. 6º Poder Executivo Municipal consolidará, por meio de Portaria, todos os beneficiários da concessão da remissão.

Art. 7º Os valores dos tributos de que trata a presente lei e pagos até a data de sua vigência, não serão objeto de restituição, repetição ou indenização.

Art. 8º Esta lei entra em vigor na data de sua publicação revogando-se as disposições em contrário.

Mando, portanto, a todos a quem o conhecimento da presente Lei competir, que a executem e a façam executar, fiel e inteiramente como nella se contém.

Gabinete da Presidência da Câmara Municipal de Petrópolis, em 08 de dezembro de 2025
Junior Coruja
PRESIDENTE

Autoria: Prefeito Municipal
CMP: 6253/2025 - GP 333/2025

ATO PRE-LEG 014/2025

O PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS, E DE SUAS ATIBUIÇÕES, E DE ACORDO COM O QUE ESTABELECE O ART. 26 DO REGIMENTO INTERNO, RESOLVE

Art. 1º - Alterar o ATO PRE-LEG 001/2025 de 23 de janeiro de 2025, passando a seguir a Comissão Permanente a ser composta pelos seguintes membros:

Comissão de Constituição, Justiça e Redação
Presidente: Wesley Barreto
Vice-Presidente: Octavio Sampaio
Vocal: Marquinhos Almeida
Vocal: Domingos Protetor

Art. 2º - Este Ato entra em vigor na data de sua publicação, revogadas as disposições em contrário.

Gabinete da Presidência da Câmara Municipal de Petrópolis, em 02 de dezembro de 2025.
Junior Coruja
PRESIDENTE