

MONKEYPOX

Propagação rápida da doença preocupa autoridades de saúde de MT

PG 12



BUSCA VAGA NA AL

Juca começa campanha angariando importantes apoios

PG 07



NOTÍCIA Max

CUIABÁ - INTERIOR - ANO VIII - EDIÇÃO 342 - DATA 22 A 28 DE AGOSTO DE 2022

“Precisamos levar o exemplo de sustentabilidade do Brasil para o mundo”

PG 03



Foto Reprodução

Presidente da Federação das Indústrias de Mato Grosso (Fiemt), Gustavo de Oliveira

ELEIÇÕES 2022

Foto Reprodução



Conheça os planos de governo dos candidatos ao Palácio Paiaguás

A disputa pelo governo do Mato Grosso nas eleições deste ano está entre quatro candidatos, Mauro Mendes (União Brasil), Márcia Pinheiro (PV), Moisés Franz (Psol) e Pastor Marcos Ritela (PTB). Todos já apresentaram seus planos de governo, uma exigência do Tribunal Superior Eleitoral (TSE).

PG 08

Candidato a federal

Aray Fonseca tem a saúde, educação e geração de emprego e renda como prioridades

O ex-secretário de Saúde de Cuiabá, médico e pecuarista Aray Fonseca (PL), que é candidato a deputado federal, esteve em visita ao jornal e site Notícia Max, onde conversou com jornalistas e o diretor presidente da empresa, Max Milas.

PG 05

Foto Notícia Max



Aray Fonseca destaca o projeto do Prêmio Saúde, que vem sendo pago até os dias de hoje aos profissionais da saúde em Cuiabá

Monkeypox: novo alerta na saúde

Enquanto o mundo ainda busca controlar em definitivo a pandemia de Covid-19, um novo vírus gera novo alerta global na área de saúde pública, que é a varíola dos macacos, ou Monkeypox.

As autoridades sanitárias não classificam a situação como sendo de alarme. E, se os cuidados corretos forem tomados de início, bem como a prevenção for efetuada corretamente e respeitada por todos, a varíola do macaco poderá ser contida sem pressionar hospitais e postos de saúde.

A transmissão tem se dado principalmente através do contato da pele com os indivíduos contaminados. Isso pode acontecer por meio de relações sexuais, mas também pode envolver outras forma de interação, como massagem, danças e até certas situações de transporte coletivo onde haja contato prolongado entre as pessoas.



Mas a preocupação das autoridades é legítima, dado o aumento dos casos no Brasil, e a previsão de que novos casos devem acontecer em Mato Grosso.

Rapidez e uma organização central contam muito nesse momento em que novamente o poder público deve colocar a população em alerta.

É importante que haja orientação da população sobre prevenção e sintoma da doença, e que os profissionais da saúde sejam preparados para identificarem e tratarem a partir de protocolos o paciente com diagnóstico. O país não pode ficar à deriva no combate à doença.

ARTIGO

Fraturas em crianças

Como os ossos infantis ainda estão em fase de desenvolvimento, o trauma necessário para provocar uma fratura nem sempre precisa ser violento, um tropeço seguido de queda ao chão pode ser o suficiente, e geralmente esses acidentes estão relacionados a ambientes domésticos. A queda é o acidente que encabeça o ranking dos mais comuns dentro de casa, envolvendo crianças.

Ao esticar os braços para se proteger ao cair, os membros superiores como braço, antebraço, cotovelos, punho e clavícula se tornam mais sujeitos a sofrerem uma fratura, mas obviamente os membros inferiores também podem ser afetados.

Alguns sintomas da fratura devem ser observados e a dor imediata produzida pelo trauma, a qual se acentua com o movimento ou com a compressão da região afetada é a primeira delas. O ato de se evitar movimentar o membro fraturado é chamado de impotência funcional, mas a presença de movimento ativo não afasta a possibilidade de fratura. Em alguns casos, dá para perceber uma deformidade no local, como um desvio no osso que antes era reto.

Até os 3 anos, a criança tem dificuldade de expressar a dor, então observe se ela está irritada ou evita movimentar o membro. Em certas situações, verifica-se uma movimentação anormal do osso no local da fratura, acompanhada de barulho ou sensação de raspar. Também é comum o inchaço (edema).

A primeira providência a ser tomada diante desses casos consiste em imobilizar o membro fraturado, o que reduz a dor e o inchaço e evita que a lesão aumente (imobiliza-se o membro na posição em que está). Dê um analgésico para atenuar a dor e vá ao pronto-socorro. Se houver outro ferimento, limpe com pano com água ou soro fisiológico e comprima para estancar o sangramento. Colocar gelo envolvido por uma toalha (para não queimar a pele) ajuda a diminuir o inchaço. Alguns sinais importantes podem acender um alerta e devem ser observados: como dor intensa, acima do normal, progressiva, sem resposta ao uso de analgésico; inchaço dos dedos; palidez dos dedos ou extremidades roxas; dedos frios; formigamento ou alteração de sensibilidade; dedos muito dobrados e dificuldade para movimentar os dedos.

Em sua maioria, as fraturas podem ser tratadas de maneira conservadora, com imobilização por tempo adequado.

Devido a sua capacidade de remodelação, as pontas fraturadas não precisam estar em contato total e encaixe perfeito: desvios são aceitáveis, conforme as características do osso, a localização da fratura e a idade da criança.

Até os 8 anos, acontecem muitas fraturas “em galho verde”, isso significa que os ossos da criança não se quebram por completo.

Entre as opções de tratamento está também a redução, quando o ortopedista aplica uma manobra rápida para a redução da fratura, podendo ser feita sob anestesia geral, local, ou até mesmo sem anestesia em alguns casos, e as intervenções cirúrgicas para o adequado posicionamento dos fragmentos da fratura e/ou fixação, por meio de pinos, hastes, placas ou fixadores.

Para a melhor escolha de intervenção, é importante que a criança seja avaliada por um ortopedista pediátrico.

Arquivo



Dr. Leonardo Lotufo Bussiki é médico ortopedista e traumatologista, membro da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia, regional Mato Grosso (SBOT-MT) e da Sociedade Brasileira de Ortopedia Pediátrica (SBOP).

EXPEDIENTE

NOTÍCIA
max

Jornalista: Valdemar Félix- DRT 1008/MT - Eloise Guedes DRT- 3060/MT

Diretor Executivo
Max Feitosa- DRT 2142/MT

Diretor Comercial
Deisielle Teixeira

Diretora Administrativa
Michely Terra Milas

Diretora Financeira
Rayhanny Lima

Logística e distribuição: Darci Abílio

DISTRIBUIÇÃO: Cuiabá, Várzea Grande e Baixada Cuiabana
A opinião dos articulistas não representa necessariamente a opinião do jornal, sendo responsabilidade de seus autores.

M S TERRA MILAS EIRELI – ME – CNPJ 34.682.339/0001-37

Endereço : Rua Primavera Numero:286

Bairro: Bosque da saúde

CEP 78050-030

“Precisamos levar o exemplo de sustentabilidade do Brasil para o mundo”, diz presidente da Fiemt

Conforme dados divulgados pela CNI, 45% da matriz energética brasileira é proveniente das fontes renováveis. Isso significa que a contribuição do Brasil em fontes limpas é três vezes a média global

O Brasil já tem, há muitas décadas, estratégias claras rumo a uma economia verde, de baixo carbono, e tem condições de se tornar exemplo para o mundo, com experiências sólidas e consistentes. A declaração do presidente da Federação das Indústrias de Mato Grosso (Fiemt), Gustavo de Oliveira, foi feita em evento realizado pela Confederação Nacional das Indústrias (CNI), em São Paulo, na quarta-feira (17/08), sobre estratégias da indústria para uma economia de baixo carbono.

Conforme o presidente da Fiemt, além de ser uma agenda ambiental, a redução da emissão de carbono é uma agenda de tecnologia e inovação. Por isso as empresas brasileiras precisam de uma política de financiamento e estratégias à longo prazo para que possam desenvolver novas tecnologias.

“A indústria brasileira tem uma estratégia clara para uma economia de baixo carbono, baseada em pilares, que incluem o investimento em novas tecnologias para termos uma produção industrial cada vez mais verde e sustentável, mas também os avanços em infraestrutura, na transição energética, na produção de biodiesel, e diversas

outras iniciativas para que a base da nossa economia seja realmente sustentável”.

O Brasil é visto como um lugar que pode ser líder mundial em produção de energias renováveis. Conforme dados divulgados pela CNI, 45% da matriz energética brasileira é proveniente das fontes renováveis. Isso significa que a contribuição do Brasil em fontes limpas é três vezes a média global. Além da energia hídrica, crescem os investimentos em energia solar, eólica, biomassa e novas fontes como hidrogênio verde. “Temos uma agenda voltada à

inovação e ao desenvolvimento de tecnologia brasileira para ser exportada para o mundo inteiro em setores como energia elétrica, produção de célula de combustível de etanol, entre outras inovações que podem ajudar muito esse mundo que quer cada vez mais se descarbonizar, mas precisa de novas soluções.

A economia verde vai trazer oportunidades para um país como o Brasil, que tem na sua diversidade ambiental e nas possibilidades de inovação um grande trunfo nesse novo momento da economia mundial”, disse Gustavo de Oliveira.

Foto: CNI



Durante evento da CNI, presidente Fiemt falou sobre papel de destaque da indústria brasileira rumo a uma economia de baixo carbono.

O POTENCIAL DE MATO GROSSO

Ao longo dos anos, o país registrou uma expansão do setor sucroalcooleiro e outras fontes renováveis. Em 2000, os produtos de cana-de-açúcar ou outras fontes renováveis representavam 13% do consumo. Em 2021, saltou para 25%. O Brasil é hoje o segundo maior produtor de etanol do mundo, atrás apenas dos Estados Unidos.

E Mato Grosso é o terceiro maior produtor nacional, mas com grande volume de novos

investimentos industriais na área, o que nos levará a outro patamar no ranking em breve.

Neste contexto de incentivos, Gustavo de Oliveira destacou o Renovabio, um dos mais avançados programas de biocombustíveis do mundo. Segundo ele, a iniciativa, quando combinada com novas tecnologias – como a de carros híbridos –, pode ser uma grande solução de mobilidade sem poluição para muitas regiões do mundo onde não

é possível gerar energia elétrica para abastecer carros de forma limpa e sustentável.

“Mato Grosso não tem campos de petróleo e gás, mas tem, a seu favor, a produção agropecuária, que pode se transformar em biocombustíveis, em ração sustentável, em proteína e alimento para o mundo de maneira sustentável, de maneira consciente, incluindo as populações”, avaliou o presidente da Federação.

Agosto Branco: Câncer de pulmão é o que mais causa mortes no mundo

Em 2020, a doença vitimou cerca de 1,7 milhões de pessoas no mundo. Mais de 30 mil mortes apenas no Brasil

Agosto também é o mês de conscientização para prevenção do câncer de pulmão. O Agosto Branco, que foi instituído há cinco anos, chama atenção para a importância da prevenção do tipo de câncer que mais causa mortes no mundo. Em 2020, a doença vitimou cerca de 1,7 milhões de pessoas no mundo. Mais de 30 mil mortes apenas no Brasil, segundo a Sociedade Brasileira de Oncologia Clínica (SBOC).

De acordo com informações da Agência Brasil, entre os principais fatores de risco para esse tipo de câncer estão o tabagismo, a poluição do ar, o contato com substâncias químicas como o asbesto (amianto) e derivados da queima de petróleo, e histórico familiar de câncer.

Os sintomas principais do câncer de pulmão são tosse por mais de um mês, com presença de sangue ou com piora progressiva; dor torácica persistente não associada a traumas; falta de ar e dificuldade para respirar; perda de peso inexplicada e não intencional. O câncer de pulmão normalmente é silencioso e apenas diagnosticado em estágios avançados. Os sintomas iniciais da doença não são muito claros e aparecem tardiamente.

Conforme o oncologista Aknar Calabrich, evitar alguns maus hábitos é um dos principais fatores para evitar o câncer. “A principal prevenção é parar de fumar. Isso reduz não só o câncer de pulmão, mas o câncer de bexiga, câncer de boca, câncer de pâncreas e outros tipos de câncer. E existem alterações de hábitos de vida que reduzem o risco de câncer de uma forma geral, que são a prática de atividades físicas, o sono regular, o controle de peso, e priorizar frutas e verduras”.

A orientação para os fumantes ou para quem fumou no passado, é de manter consultas regulares com médico pneumologista e a realização de tomografias de rastreamento para aumentar as chances de um diagnóstico precoce.

Ainda segundo Calabrich, há suspeitas de que os cigarros eletrônicos causem o câncer de pulmão. Também conhecidos como vaporizadores, eles possuem capacidade de promover a

dependência de nicotina ainda maior de que o cigarro comum, além de causar, em curto prazo, danos respiratórios e cardiovasculares.

O empresário Estevão Miranda trata o câncer de

Fotos Reprodução



pulmão há pelo menos dois anos, segundo ele, o tratamento é complexo e muitas vezes doloroso, pois a falta de ar é intensa.

“Fumei por muito tempo, e quando foi diagnosticado com o câncer veio a tona todo arrependimento de ter fumado por tantos anos. Se eu soubesse que causaria toda essa dor e desespero tinha pensado melhor e não cairia nessa tentação. Parei de fumar e faço meu tratamento, mesmo assim é tudo muito complicado pra mim, fui privado de muitas coisas em minha vida”, desabafou Estevão.

No dia 29 de agosto é comemorado o Dia Nacional de Combate ao Fumo. Segundo informações do Instituto Nacional de Câncer, o tabagismo é uma doença. A Organização Mundial da Saúde (OMS) classifica o tabagismo como a dependência da droga nicotina, pre-

sente em qualquer derivado do tabaco, seja cigarro, cigarrilha, charuto, cachimbo, cigarro de palha, fumo de rolo ou narguilé.

Após ser absorvida, a nicotina atinge o cérebro entre 7 e 19 segundos, liberando substâncias químicas para a corrente sanguínea que levam a uma sensação de prazer e bem-estar. Essa sensação faz com que os fumantes usem o cigarro várias vezes ao dia. Por sentir prazer, o fumante busca o cigarro em situações de estresse, para “relaxar”.

O Dia Nacional de Combate ao Fumo tem como objetivo reforçar as ações nacionais de sensibilização e mobilização da população para os danos sociais, políticos, econômicos e ambientais causados pelo tabaco. A data foi instituída pela Lei nº 7.488/1.986.

ARAY FONSECA TEM A SAÚDE, EDUCAÇÃO E GERAÇÃO DE EMPREGO E RENDA COMO PRIORIDADES

Candidato esteve visitando ao jornal e site **Notícia Max**, quando expôs algumas de suas propostas de campanha

O ex-secretário de Saúde de Cuiabá, médico e pecuarista Aray Fonseca (PL), que é candidato a deputado federal, esteve em visita ao jornal e site **Notícia Max**, onde conversou com jornalistas e o diretor presidente da empresa, Max Milas.

Aray frisa que a saúde será sua principal bandeira de campanha, ressaltando que é preciso dar atenção ao setor, mas sendo necessário de pessoas que entendam da saúde para isso acontecer, citando como exemplo o prêmio saúde, implantando por ele em Cuiabá quando foi secretário da então Gestão Wilson Santos.

“Fui secretário de Saúde de Cuiabá, quando criei o prêmio saúde, que é pago até hoje. Quando assumimos, tínhamos 70% dos plantões de pediatria no pronto-socorro e policlínicas, não tinha médicos. Nos deparamos com uma situação difícil, muito parecida com que estamos agora, e tomamos medidas para melhorar a saúde”, pontuou, ressaltando que só se leva uma melhor saúde

para a população se os profissionais estiverem bem, o que passa por uma série de fatores, como boa remuneração, condições de trabalho e valorização profissional, afirmando que foi isso que buscou à frente da Pasta.

Doutor Aray ainda cita outros avanços enquanto secretário municipal de Saúde, como o plantão odontológico, que foi implementado no pronto-socorro de Cuiabá e nas quatro policlínicas regionais. “Só quem tem uma dor de dente no sábado a noite sabe o que é esperar até segunda-feira para se tratar. Realmente isso foi um sucesso.

Ele pontua ainda a implementação da fisioterapia terceiro turno, quando uma pessoa podia trabalhar normal e à noite fazer a fisioterapia.

“Aí criei até às 21h a fisioterapia. Não tinha fisioterapeutas no pronto-socorro, nas unidades das UTIs suficientes, contratamos 17 de uma vez só e isso reduziu o tempo de internação dos pacientes nas UTIs, eles rodavam mais rápido pois faziam a

fisioterapia”, conta o candidato, que pontua que para fazer a saúde é preciso entender e se dedicar à saúde e que fez uma gestão boa, de avanços, que o credenciou a ser candidato a deputado estadual, sendo um dos mais votados em Cuiabá, e agora colocar seu nome à disposição do eleitor na busca de uma vaga na Câmara Federal.

Durante a entrevista, o candidato citou outros pontos que pretende defender na Câmara Federal, como a Educação, onde pretende contribuir para melhorar o setor para as futuras gerações, para transformar o país em uma grande Nação.

“Só com a educação se faz isso. A Coreia fez isso, um país acabado que educou a população e hoje é um dos principais países desenvolvidos do mundo, então temos que educar, educar e educar. Cuidar da educação de nossas crianças”, afirmou.

A desburocratização também é destacada por Aray, lembrando que hoje tanto para abrir como para se fechar uma empresa é

Foto Reprodução



Aray Fonseca destaca o projeto do Prêmio Saúde, que vem sendo pago até os dias de hoje aos profissionais da saúde em Cuiabá

uma grande dificuldade é que é preciso dar meios para geração de emprego e renda.

“O que vai fazer gerar emprego e renda, dar dignidade para a família é o emprego. Aquele desempregado, que a família está passando fome, não tem dignidade, então é o emprego que vai levar essa dignidade às pessoas. E para gerar emprego e renda é preciso de condições para a iniciativa privada gerar

esse emprego, não é o Estado que vai fazer isso”, pontua, e para isso acontecer, Aray aponta a necessidade da simplificação da carga tributária,

Ele ainda defende a agroindustrialização do Estado, exemplificando que se faz necessário investimentos em indústria de biodiesel, indústrias têxteis e outras.

“Precisamos fazer a indústria do biodiesel do milho, da soja.

Por que a madeira tem que sair daqui, vai lá pro Sul, se transforma em móvel, e porque não ter um polo moveleiro aqui, que vai gerar emprego e renda. Uma indústria têxtil, temos o algodão, então por que não chamamos esse produto, perguntamos o que vocês precisam para vir para Mato Grosso, para transformar o produto primário e agregar valor nesse produto, gerando emprego e renda”, finalizou.

Idosos sofrem com mudanças bruscas de temperatura e cuidados devem ser redobrados

Médica geriatra do programa Cuidar+ orienta como cuidar da saúde dos idosos com as variações de temperatura.

Acostumados com altas temperaturas, os cuiabanos têm sido obrigados a enfrentar uma cidade bipolar em relação ao tempo. Logo pela manhã, cedinho, está mais frio. Na hora do almoço, é calor intenso, sem nuvem no céu. Ao entardecer, o vento gelado volta. Essa mudança brusca na temperatura afeta a saúde, especialmente dos idosos. De acordo com a médica geriatra, Lívia Caporossi, a variação da amplitude térmica traz impactos para o sistema imunológico, deixando brechas para doenças.

“E são capazes de causar resfriados, gripes e até doenças mais graves, como pneumonia, pois diminuem as defesas naturais que temos contra essas doenças respiratórias”, alerta a médica. Atendendo a diversos idosos no serviço Cuidar+ do Hospital Santa Rosa, a geriatra orienta que pacientes com histórico clínico de asma e rinite devem reforçar ainda mais os cuidados. “O ideal é ampliar a frequência de lavagem nasal, evitar o gotejamento pós-nasal, que é aquele catarro descendo pela parte posterior do nariz e atingindo a garganta.

Porque isso pode acarretar em sinusite. E se surgir bronquite ou outras doenças respiratórias tem que procurar tratamento médico adequado”. Lívia Caporossi traz dicas para ajudar a enfrentar essa época do ano. “Pela manhã, quando está mais frio, evitar se expor ao vento e à neblina. Se agasalhar bem. Pode tomar bastante chazinho morno. Já quando está mais calor, reforçar a hidratação, usar hidratante na pele, evitar banhos quentes demais, porque resseca mais a pele, se proteger com sombrinhas”.

Algumas orientações, segundo a médica, são rotineiras e servem para ajudar a fortalecer o sistema imunológico do idoso, independente das mudanças no tempo: - Alimentar-se bem, com muitas frutas e verduras. - Aumentar a hidratação. Alguns idosos, não gostam muito de beber água e a dica que ela dá é saborizar a bebida, colocando uma rodela de limão ou laranja. - Evitar chás diuréticos, refrigerantes. Pode-se ampliar o consumo de frutas como melancia, melão, laranja, tangerina, que possuem mais água na composição.

- Deixar sempre uma janela aberta para ventilar o ambiente. - Quando o tempo estiver muito seco: usar aparelho de umidificador, por toalhas molhadas, bacias com água. Sobre as toalhas, o ideal é deixá-las estendidas e abertas no chão ou em um varal. Não é recomendado que elas fiquem emboladas, para evitar fungos. - Agasalhar-se ao sentir frio ou usar roupa mais leve em caso de calor. - Praticar atividade física. Mas, se optar por algo ao ar livre, evitar se expor ao sol intenso (entre 10h e 16h). - Dormir bem.

Reprodução



De acordo com a médica geriatra, Lívia Caporossi, a variação da amplitude térmica traz impactos para o sistema imunológico, deixando brechas para doenças

Juca começa campanha angariando importantes apoios

Na primeira semana de campanha, Juca recebeu apoio de vereador várzea-grandense e de lideranças religiosas

Reprodução



Juca do Guaraná Filho vem apresentando suas propostas na busca por uma vaga na Assembleia Legislativa

Candidato a deputado estadual, Juca do Guaraná Filho (MDB) começou a campanha demonstrando toda sua força eleitoral.

Na semana passada, em sua primeira reunião, recebeu o reforço do vereador Ícaro Reveles (PDT), que em encontro no município de Várzea Grande reuniu diversas lideranças locais, amigos e familiares do edil várzea-grandense.

“Nós com muita maturidade, sentamos e conversamos com todos, pra gente realmente escolher os melhores nomes entre os deputados, que abraçassem as nossas bandeiras e que principalmente viessem reforçar o time de Várzea Grande”, disse o vereador, ao justificar o apoio a Juca.

Já o candidato aproveitou a oportunidade para reforçar mais uma vez seu compromisso com Várzea Grande e enfatizou que o Estado precisa de um deputado estadual que não se esqueça da cidade e que lute para enviar recursos para a região.

“

Temos um compromisso com Várzea Grande. Nós vamos olhar com carinho para essa cidade. Há muito tempo não temos um deputado que assuma Várzea Grande como se fosse a sua cidade, mas eu vou assumir com seu apoio”, garantiu Juca durante a reunião.

Ainda na semana passada, Juca também recebeu a manifestação de apoio de mais de 300 obreiros evangélicos da igreja ‘Só o Senhor é Deus’, em encontro que reuniu bispos e pastores de todo o estado de Mato Grosso.

Na oportunidade, Juca do Guaraná Filho garantiu representatividade na Casa de Leis, caso eleito.

“Eu estando lá [na Assembleia Legislativa] pode ter certeza que os religiosos também vão estar comigo.

A igreja faz um belo papel social em todo o mundo. O que seria de nós nessa pandemia sem as igrejas? As igrejas foram verdadeiros hospitais.

Eu reconheço o trabalho da igreja em nosso Estado”, declarou Juca.

Conheça os planos de governo dos candidatos ao Palácio Paiaguás

Apresentação dos planos de governo é uma exigência do Tribunal Superior Eleitoral

A disputa pelo governo do Mato Grosso nas eleições deste ano está entre quatro candidatos, Mauro Mendes (União Brasil), Márcia Pinheiro (PV), Moisés Franz (Psol) e Pastor Marcos Ritela (PTB). Todos já apresentaram seus planos de governo, uma exigência do Tribunal Superior Eleitoral (TSE). A seguir, conheça os principais pontos apresentados pelos postulantes a cadeira número um do Palácio Paiaguás:

MAURO MENDES

Com 20 páginas, o documento lista uma série de medidas que o candidato pretende adotar se for eleito governador em outubro. Entre elas, estão a construção da Ferrovia de Integração do Centro-Oeste (Fico) e ampliação do número de estudantes atendidos pelo ensino técnico profissionalizante, além da entrega de seis grandes hospitais, 40 mil casas populares.

Na Educação, Mauro colocou no rol de compromissos o de “levar tecnologia para as escolas mediante disponibilização de notebooks, chromebooks, kits de robótica, metaverso e smart TVs para estudantes e professores”, ação que já foi iniciada nesta gestão. Nessa seara, o governador ainda se comprometeu a “avançar na modernização da estrutura física e tecnológica dos espaços escolares de Mato Grosso, para que a comunidade escolar tenha as melhores condições de efetivar o aprendizado, além de “ampliar o número de escolas que oferecem o ensino em Tempo Integral”.

Para a Saúde, uma das prioridades elencadas por Mauro é de concluir as obras dos seis grandes hospitais que a gestão está construindo: os hospitais Central e Julio Muller, em Cuiabá, e os regionais em Alta Floresta, Juína, Confresa e Tangará da Serra. Outro compromisso prioritário descrito pelo governador é o de “viabilizar a construção de 40 mil casas populares”, demanda que tem sido cobrada pela primeira-dama Virginia Mendes.

Na segurança, uma das propostas é a criação de vagas no sistema prisional e socioeducativo devido à superlotação em algumas unidades. Na fronteira com a Bolívia, o candidato pretende fortalecer o Grupo Especial de Fronteira (Gefron).

MÁRCIA PINHEIRO

Com 15 páginas, o documento lista uma série de medidas que a candidata pretende adotar se for eleita governadora em outubro. Destacando a extrema necessidade de mudança, Márcia afirmou que Mato Grosso tem a necessidade de ter uma líder que saiba liderar e queira liderar. Que promova a paz, o diálogo e a parceria com todos os segmentos organizados da sociedade.

Márcia diz que é preciso implementar projetos, programas e políticas públicas, visando a promoção da cidadania, o respeito aos direitos humanos, a valorização da diversidade e o combate a todas as formas de discriminação e preconceito.

Astandelight/shutterstock



Mauro Mendes (UB), Márcia Pinheiro (PV), Moisés Franz (Psol) e Marcos Ritela (PTB) já apresentaram seus planos de governo

Márcia Pinheiro cita que é preciso fortalecer a gestão do Sistema Único de Assistência Social, além de desenvolver e implementar programas para prevenir e superar a condição de pobreza.

No plano de governo, a candidata pretende terminar as obras do Veículo Leve sobre Trilhos (VLT) em Cuiabá e Várzea Grande e investir na pavimentação, recuperação e manutenção de rodovias estaduais e na construção de habitações populares.

Sobre a indústria, a candidata pretende desenvolver mecanismos que garantam a estabilidade, eliminem a burocracia e a insegurança jurídica; incentivar a verticalização da indústria, diversificando a cadeia produtiva; estimular a Industrialização em setores, como fruticultura, suinocultura, avicultura e piscicultura.

Em relação à educação, a candidata defende promover uma educação inclusiva e a melhoria contínua

da infraestrutura física da rede estadual. Além de garantir o RGA [Revisão Geral Anual] integral anualmente para os profissionais da educação.

Na saúde, a candidata cita a construção de um novo pronto socorro para Cuiabá e dar protagonismo às ações dos hospitais regionais do estado.

MOISÉS FRANZ

Com 9 páginas, o documento lista uma série de medidas que o candidato pretende adotar se for eleito governador em outubro. Entre elas, estão a implantação de uma política voltada à igualdade social e à sustentabilidade.

Em relação à educação, o candidato defende o ensino público, universal e de qualidade em todos os níveis, integral e inclusiva.

Sobre a saúde, Moisés Franz defende a universalização e melhoria dos serviços de saúde, com ênfase na atenção básica.

Na economia, o candidato cita a revogação do teto de gastos. Segundo o texto, é necessária a construção de uma frente social e política para conter o neoliberalismo com ações para gerar condições de empregabilidade digna e com direitos.

O candidato ainda cita a garantia de igualdade de gênero e repúdio a todas as formas de discriminação: étnica, racial, religiosa, sexual ou outras para cada grupo ter espaço para participação política.

MARCOS RITELA

Com 16 páginas, o documento lista uma série de medidas que o candidato pretende adotar se for eleito governador em outubro. Entre elas, estão a criação de novos hospitais para zerar a fila de espera por cirurgias e a implantação de escolas militares nos municípios.

Na saúde, o candidato quer uma distribuição de medicamentos mais tecnológica, dando eficiência na compra, armazenamento e distribuição de remédios e insumos

hospitalares. Além da criação de hospitais universitários em todos os municípios atendidos por instituições de ensino com curso de medicina.

Na Educação, Pastor Marcos Ritela quer ampliar as escolas militares com ao menos uma unidade em cada município. Reavaliar o plano de carreira dos profissionais da educação, a valorização salarial com benefícios e incentivos.

Na economia, o candidato quer tomar como prioridade a redução da carga tributária, a destinação otimizada de novos investimentos em desenvolvimento econômico e a geração de emprego e renda. Além de proporcionar um equilíbrio entre os que podem pagar mais e os que podem pagar menos e uma maior distribuição de renda.

Ele também defende que a Segurança Pública deve ser integrada para que todas as corporações estejam preparadas para ações e repressões imediatas em cada localidade.

Agosto Laranja conscientiza e informa sobre a Esclerose Múltipla

A Esclerose Múltipla é uma doença crônica e autoimune, que atinge o cérebro de seu portador, os nervos ópticos e a medula espinhal

Pouco comentada, a campanha Agosto Laranja visa conscientizar e informar a população sobre a Esclerose Múltipla, bem como o combate à doença que atinge principalmente a população entre 20 e 40 anos.

Os principais fatores de risco estão relacionados ao ambiente, como baixa exposição ao sol (que diminui os níveis de vitamina D), infecções virais e exposição a solventes orgânicos, além de outros fatores como o tabagismo e obesidade.

A Esclerose Múltipla é uma doença crônica e autoimune, que atinge o cérebro de seu portador, os nervos ópticos e a medula espinhal. Dessa

forma, o sistema imunológico ataca a camada protetora que envolve os neurônios, chamada mielina, e atrapalha o envio dos comandos do cérebro para o resto do corpo, danificando a habilidade dos movimentos do corpo e fala.

Ao contrário de muitas doenças, não existe um marcador biológico (células específicas, moléculas, enzimas ou hormônios) que identifique a doença, não sendo possível prever a sua evolução clínica. Não se conseguiu determinar, até o momento, uma causa única para esta doença. Há muitos fatores de risco associados, tais como: genéticos, ambientais, sociais, alimentares, estresse, agentes infecciosos e tabagismo.

SINTOMAS

Os sintomas da Esclerose Múltipla costumam ser bem sutis e podem variar de pessoa para pessoa, sendo os mais comuns a dificuldade sensitiva e motora. Entre os outros sintomas, estão a fadiga, a dificuldade de equilíbrio e coordenação motora, problemas de memória e dificuldade de atenção e assimilação de informações, podendo se agravar até problemas de visão, incontinência ou retenção urinária, dormência em partes do corpo; rigidez muscular e espasmos.

O atendimento às pessoas portadoras dessa doença é realizado pela atenção básica, nas unidades municipais de saúde que realizam o acolhimento e, quando necessário, encaminham para outros serviços especializados por meio da regulação do Sistema Único de Saúde (SUS).

O tratamento deve ser feito por neurologista especializado na doença e que esteja atualizado com os constantes avanços em pesquisas que modificam o conhecimento e a conduta na terapia da doença.

EMPÓRIO
Zero
ALCOOL

ÚNICO
EMPÓRIO ZERO ALCOOL DO MT

(65) 99979-7333 @emporiozeroalcool

Banco do Brasil paga multa de meio milhão por demora em fila de agência em MT

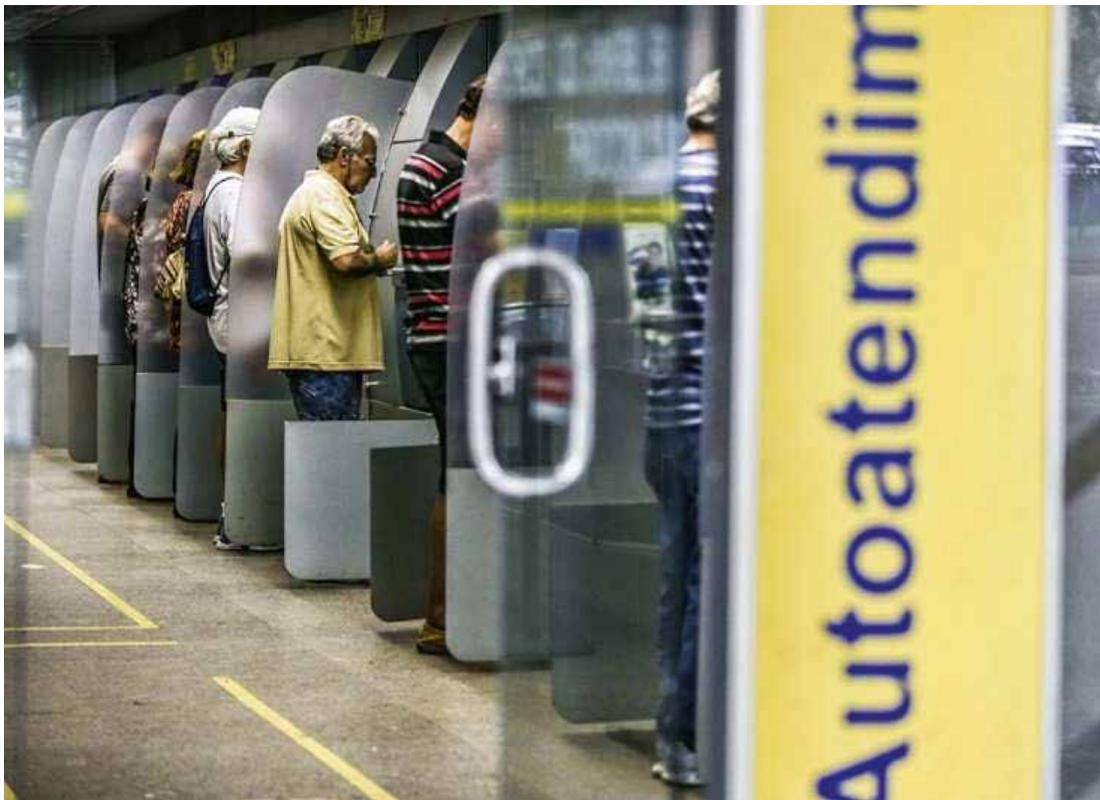
A instituição financeira foi condenada em 2013, em Ação Civil Pública (ACP) de indenização por danos morais coletivos de direito do consumidor

Após a 1ª Promotoria de Justiça Cível de Juína (a 735km de Cuiabá) ajuizar cumprimento de sentença contra o Banco do Brasil S/A em decorrência da violação à Lei Municipal nº 826/2005, que regulamenta o tempo de espera nas filas de instituições bancárias, o executado pagou multa no valor de R\$ 532 mil. Na terça-feira (16), o Ministério Público requereu que esse montante seja destinado ao Fundo Municipal de Defesa do Consumidor.

A instituição financeira foi condenada em 2013, em Ação Civil Pública (ACP) de indenização por danos morais coletivos de direito do consumidor, a obedecer a legislação municipal e respeitar a limitação para permanência máxima em fila, bem como a pagar multa diária de R\$ 2 mil em caso de descumprimento da decisão. “Conside-

rando que do dia 27/08/2019 (data em que o executado foi intimado para cumprir a sentença), até a data de 03/09/2020 (último dia da diligência do mandado de constatação), obtém-se 266 dias úteis, o montante totalizou R\$ 532 mil”, considerou o promotor de Justiça Marcelo Linhares Ferreira.

A sentença ainda confirmou a medida liminar que estabeleceu a criação de mecanismo eficaz de controle de atendimento dentro do prazo estabelecido pela lei, devendo constar o horário de chegada e o horário de atendimento dos consumidores; disponibilização de assentos em todos os setores aos usuários do sistema bancário; fixação de cartazes em local visível ao público, de modo que todos os presentes tenham conhecimento do teor da Lei Municipal n. 826/2005.



O Ministério Público requereu que o montante da multa seja destinado ao Fundo Municipal de Defesa do Consumidor

MT tem mais de 11,4 mil estagiários em empresas e instituições

Programa de estágio é oportunidade para estudantes colocarem em prática os estudos de sala de aula

Crislaine de Campos Mogenio, 26 anos, cursa o 5º semestre de Gestão de Recursos Humanos e, até oito meses atrás, trabalhava em um supermercado. Porém, a vontade de aprender mais sobre a área que escolheu como profissão fez com que optasse por uma vaga de estágio.

Desde o início de 2022, ela é estagiária no Centro de Integração Empresa-Escola - CIEE em Cuiabá. Agora, Cris está aprendendo com profissionais experientes como se atua dentro da instituição e até já pensa em pós-graduação.

“No estágio, eu trabalho no atendimento, auxílio nos processos de contratação e desligamento, entre outras atividades. Depois destes meses de aprendizado, já escolhi fazer pós-graduação em Gestão de Pessoas”, conta.

Crislaine é uma entre os 11,4 mil estudantes que fazem estágio em Mato Grosso, segundo dados apresentados no estudo “Estagiários no Brasil”, do CIEE. Em todo o Centro Oeste, são mais de 72,8 mil estagiários. O programa de estágio foi regulamentado pela Lei 11.788/2008 (Lei do Estágio), que prevê direitos e deveres de estudantes e empresas contratantes. No dia 18 de agosto é comemorado o Dia do Estagiário, data que remete a um decreto anterior, o nº 87.497/82, posteriormente revogado para dar validade à nova lei.

“O estágio é uma oportunidade ímpar para os estudantes de graduação e dos cursos técnicos, pois alia a teoria estudada em sala de aula com a prática do dia a dia da empresa ou entidade”, afirma Benedito Neto, consultor do CIEE em Mato Grosso. Ele próprio mudou de área há quase 20 anos apostando

em um estágio. “Eu cursava Administração e um colega me falou do estágio no CIEE. Deixei meu trabalho com carteira assinada para vir para cá, onde atuei por dois anos como estagiário”, lembra.

Além da oportunidade de aprender, o valor da bolsa-auxílio tem um papel fundamental na família de grande parte dos estagiários.

O estudo “Estagiários no Brasil” mostrou que a maioria dos estagiários no País está nas classes C, D e E – com renda familiar mensal de até R\$ 7,2 mil.

A Lei do Estágio prevê direitos como bolsa-auxílio, no caso de estágio remunerado, férias após um ano de estágio, o período de trabalho deve ser de, no máximo, seis horas por dia. Além disso, a duração do estágio deve ser de dois anos na mesma empresa, no máximo.

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Age como Calabar (Hist.) Drogas so- ciais que provocam dependência química	Mediado; solicitado	(?) Watts, atriz de "Birdman"	Gás nobre utilizado em iluminação Sabor adstringente de frutos verdes	Meio de transporte próprio de colégios
Alimento como o tubá				
Jornal argentino			Órgão em- presarial (sigla) Dama	
Faça men- ção a um autor no texto	(?) Watson, atriz "Breaking (?)", série			Tristão de (?), escritor brasileiro
A motoris- ta aprova- da pelo bafômetro		Aids e sífilis Trabalha na eleição		Prêmio do primeiro colocado (sigla)
Lago, em francês			Albert Einstein, gênio da Física	
Inchação patológica de um tecido	Excessivo Reveste o fundo dos lagos (pl.)			
Pequena mala de mão			Steffi (?), tenista alemã	
Comemo- ração de aniversá- rio de ca- samento			"Terra", em "geologia"	
Prestar culto a uma divindade	Colérica; enrai- vecida			Cede; outorga
Cidade de entrega do Nobel da Paz			"So (?) Away", su- cesso do Dire Straits	

BANCO 3/bad — far — lac. 4/emta. 5/naomi.

67



DICAS

Que tal começar imediatamente a cuidar mais de você? Hábitos e atitudes saudáveis que melhoram a saúde, o bem-estar e a autoestima são essenciais para uma boa qualidade de vida!

Se alimente melhor

Cuidar da alimentação ao longo da vida é essencial e uma parte muito importante na forma como vamos envelhecer. Segundo a Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG), 60% do processo de envelhecimento se devem às escolhas que fazemos ao longo da vida, e a principal é a alimentação. Uma das principais recomendações dos especialistas é para evitarmos alimentos ultraprocessados por serem ricos em açúcares, sódio.

Tenha uma boa noite de sono

Ter uma boa noite de sono é fundamental para manter a saúde física e mental. Sonolência durante o dia, cansaço, indisposição, irritação, memória fraca e dificuldade de concentração e aprendizado podem ser consequências de noites mal dormidas e poucas horas de sono. E isso não faz bem para a saúde. De acordo com os especialistas, a insônia é um distúrbio do sono, altamente prevalente no mundo contemporâneo, e que compromete a qualidade de vida, contribui para acidentes de trabalho, para o baixo desempenho profissional e maior procura dos serviços de saúde.

Diga não ao sedentarismo

A prática de atividade física é uma grande aliada da boa saúde. Os benefícios somam uma lista extensa. Dizer não ao sedentarismo significa afastar doenças como a obesidade, hipertensão, doenças cardiovasculares, diabetes, hipertensão, além de dar mais disposição e energia e deixar o cérebro afiado.

Fique de olho na balança

O sobrepeso e a obesidade, além de elevar os riscos de diabetes, derrame, hipertensão e apneia do sono, estão por trás de 30% dos casos de câncer, de acordo com dados levantados pela União Internacional de Combate ao Câncer (UICC).

Controle os nervos e combata o estresse

O esgotamento nervoso não é reconhecido como uma doença, no entanto, segundo relatório da Previdência Social.

Cultive bons amigos

Conseguimos sentir de longe os benefícios que a convivência com pessoas queridas nos traz. Mas, ter uma boa rede de amigos pode ser mais importante do que você imagina. Uma pesquisa da Universidade Brigham Young, nos EUA, descobriu que quem vive rodeado de amigos e vizinhos pode viver até 50% mais do que alguém que vive só. Para os pesquisadores, perder o apoio social pode diminuir ainda mais as chances de sobrevivência (mais do que obesidade, fumo ou sedentarismo).

H oróscopo

ARIES - A semana vai trazer desafios envolvendo o ego, então você precisará abrir mão de planos ou desejos pessoais, tendo muita paciência e empatia para entender o outro. Alguma decisão precisa ser tomada. Vale a pena manter o foco e a disciplina, porque isso poderá ser a chave.

TOURO - A semana começa e o seu ritmo pode não acompanhar o pique das pessoas à sua volta. A Lua Minguante, que está no seu signo, pede calma e tranquilidade. É preciso ouvir seu corpo e seguir num ritmo mais lento. Ainda que tudo à sua volta esteja acelerado, não caia em ansiedade e competição externa.

GEMEOS - A semana pode ser caótica se você não mantiver o foco e diminuir desejos e paranoias. É importante finalizar tarefas e compromissos assumidos, colocando as coisas em ordem de prioridade. Mudanças podem surgir, trazendo novidades. Saiba meditar e contemplar. Projetos novos podem despontar.

CANCER - A semana pode trazer respostas, e nem todas serão animadoras, mas com certeza rumos serão definidos, apontando para um futuro mais próspero. É importante manter a autoconfiança e a autoestima. Você pode começar a participar de novos grupos na sua comunidade ou pode encontrar velhos amigos.

LEAO - Sua semana tende a ser intensa em relação a sanar problemas antigos ou avançar nos seus compromissos. O tempo pode estar contra você, mas aprender a relaxar é importante, assim como desapegar de medos e anseios. Se conseguir resolver tudo o que é necessário, pode conseguir promover um final de semana de folga.

VIRGEM
A semana será boa para pausar um pouco a loucura do dia a dia e buscar novas inspirações. O horizonte pode ser pintado com novas cores, então não tenha medo de fazer novas escolhas. Estudos e planejamentos estão favorecidos.

LIBRA - A semana começa exigindo muita garra e coragem. Pode ser difícil se manter motivado, portanto tome cuidado com depressão, ansiedade e outras questões emocionais. Fazer a energia circular é importante. Para isso, a semana favorece uma boa limpeza na casa ou no escritório, com doação de coisas velhas e organização de gavetas e papeladas antigas.

ESCORPIO - A semana pede harmonia, justiça e diplomacia. Tome cuidado com a falta de cuidado no tato com as pessoas em geral. Não é uma boa semana para assinar contratos ou tomar decisões importantes sobre dinheiro. Vale a pena guardar ou doar. Ajudar as pessoas é a melhor forma de investir, pois assim a corrente do bem fica ativada.

SAGITARIO - Quanto mais organizado e planejado estiver, melhor será a sua semana, que pede foco e comprometimento. Saiba ter a visão a respeito do que é essencial nesse período, além de se manter em movimento e cuidar mais da sua saúde, que pode dar sinais de esgotamento.

CAPRICORNIO - A semana vai te trazer muita criatividade, garra e determinação. Você vai sentir muita necessidade de realizar seus planos e suas metas. Além disso, você pode estar com muito magnetismo e bastante liderança. Mas é importante lembrar que a Lua Minguante pede comedimento e moderação, então evite o excesso de vaidade e de arrogância e seja mais generoso.

AQUARIO - A semana pode trazer letargia, mas, ao mesmo tempo, você pode retomar ideias do passado e se dedicar a elas, renovando e motivando a sua rotina, o que o ajuda a resolver dúvidas e ansiedades. Você pode aproveitar a energia da Lua Minguante para renovar o seu lar, bem como para reformar ou jogar coisas velhas fora, seja por meio de doação ou venda.

PEIXES - Você pode sentir que a semana vai voar e as coisas tendem a se acumular, se você não pedir ajuda ou desapegar de algumas coisas que não são importantes. Tome cuidado com a dificuldade de tomar decisões, porque você pode se sentir perdido. A semana vai trazer melhorias ao longo dos dias, além de boas novidades, inclusive no seio familiar.

C ULINÁRIA

Coxinha de Jaca



Ingredientes Recheio 500 g de jaca verde

3 dentes de alho - 1/2 cebola roxa - 1/2 xícara de molho de tomate - temperos a gosto - sal e pimenta a gosto - Massa 500 ml de caldo de legumes - 400 g de farinha de trigo - azeite-sal a gosto - farinha de pão para empanar

MODO DE PREPARO

Comece cozinhando a jaca, coloque ela dentro da panela de pressão com um pouco de azeite, sal e um dedinho de água

15 minutos cozinhando já deve ser suficiente. Você também pode optar por comprar a jaca já desfiada e cozida. Depois, espere esfriar, separe a polpa do miolo e das sementes e reserve.

Desfie bem a polpa e leve para uma panela com um fio de óleo. Junte o alho e a cebola, deixe dourar.

Tempere a gosto e reserve o recheio. Em uma panela grande, coloque o caldo de legumes e um fio de azeite.

Deixe ferver e vá colocando a farinha com cuidado, enquanto você mexe.

Mexa bem e deixe a massa cozinhar por uns 3 minutos. Deixe esfriar e vá retirando pedaços da massa, recheando e modelando as coxinhas.

Mergulhe elas na água fria, depois na farinha de pão e frite em óleo bem quente.

A LIMENTANDO A ALMA

Graças ao grande amor do Senhor é que não somos consumidos, pois as suas misericórdias são inesgotáveis. Renovam-se cada manhã; grande é a sua fidelidade! Digo a mim mesmo: A minha porção é o Senhor; portanto, nele porei a minha esperança.

Propagação rápida da doença preocupa autoridades de saúde de MT

Para confirmar o caso de monkeypox se faz necessário fazer o diagnóstico laboratorial, que não é feito pelo Estado, mas sim coletado e encaminhado para um laboratório de referência nacional

Até a última quinta-feira (17) Mato Grosso tinha confirmado nove casos confirmados de varíola dos macacos, acendendo o alerta das autoridades de saúde, pois o número de infectados deve crescer nos próximos dias. O vírus causa febre, dores, inchaço na garganta e feridas na pele, como sintomas básicos.

A superintendente de vigilância em saúde de Mato Grosso, Alessandra Moraes, ressalta que o Ministério da Saúde fez um alerta para todos os Estados no enfrentamento da doença, principalmente quanto ao risco de propagação rápida do vírus.

“Mato Grosso já tem casos confirmados, isso nos chama atenção, estamos trabalhando junto aos municípios para uma definição clara da sua rede de atendimento a esses pacientes e aos casos que podem vir a acontecer. A população e principalmente os profissionais de saúde devem manter as regras de proteção, como uso de máscara, lavagem das mãos, e isso cabe muito bem em relação a doença”, cita a superintendente.

Já Flávia Guimarães, gerente da Vigilância Epidemiológica de Cuiabá, explica que a principal forma de transmissão é através do contato sexual.

“Não é a única forma, mas sim a que vem mais sendo relatada. Mais de 95% dos casos tem como relato o contato sexual, mas também pode ser através de superfícies contaminadas e também de algum material de animal que esteja contaminado também pode fazer a transmissão”, afirma.

As lesões na pele, afirma, são os principais sintomas, que normalmente começam como uma mácula, ela vai fazer uma vesícula, depois uma pústula e depois uma crosta.

“São lesões que são bem características da doença, tanto que o diagnóstico está um pouco facilitado porque essas lesões são diferentes de outras doenças que fazem lesões na pele”, explica.

Conforme a gerente, a Saúde de Cuiabá ainda está na organização da rede, mas ressalta que todas as informações da doença já foram passadas para os profissionais e a pessoa que tiver suspeita da contaminação pode buscar a unidade de saúde mais próxima que vai ser notificada e junto com a vigilância epidemiológica será feita todas as orientações e controle do paciente.

Fotos Reprodução



As lesões na pele são os principais sintomas, que normalmente começam como uma mácula, ela vai fazer uma vesícula, depois uma pústula e depois uma crosta

Ela diz ainda que para confirmar o caso de monkeypox se faz necessário fazer o diagnóstico laboratorial, que não é feito pelo Estado, mas sim coletado e encaminhado para um laboratório de referência nacional.

“O paciente tem que ficar isolado a partir do primeiro momento que suspeitou ou que tenha contato com algum caso que esteja sendo investigado, ele tem que fazer o isolamento até as crostas caírem e a pele voltar ao normal”, finaliza.