

Foto Reprodução



Mato Grosso ainda mais forte e próspero

O governador Mauro Mendes (UB) enfatizou na semana passada o comprometimento do Executivo Estadual com o desenvolvimento de Mato Grosso, ressaltando que nenhuma obra será interrompida, reiterando o compromisso de investir mais de 15% da receita em melhorias para nossa população.

PAG 03

AUMENTO DE CASOS

Veja onde se vacinar contra a covid-19

Diante do aumento significativo de novos casos de covid em MT, muitas pessoas estão preocupadas em estar com o esquema vacinal em dia

Em pouco mais de um mês, os casos de covid-19 no estado multiplicaram 6 vezes, gerando preocupação em grande parte da população.

PAG 10

Divulgação



COLINAS DOURADAS

Beneficiários suplentes devem apresentar toda documentação

A Prefeitura de Várzea Grande convocou os beneficiários suplentes que ainda não apresentaram a documentação para cumprir essa etapa até o próximo dia 16 fevereiro.

PAG 04

PROJETO SOCIAL

Pedal Além da Visão irá retornar as atividades no dia 20 de fevereiro

Você já ouviu falar do Pedal Além da Visão? Um projeto social que acontece nas ruas de Cuiabá, com mais de 100 ciclistas, sendo a maioria Pessoa Com Deficiência Visual, em bikes duplas e triplas, que percorrem trajetos de curta e longa distância.

PAG 05

Foto Reprodução



O monitoramento de velocidade média empregada pelos veículos é realizado pela área de Segurança Viária da Rota do Oeste

60 MIL VEÍCULOS FORAM FLAGRADOS ACIMA DA VELOCIDADE NA BR-163

Um estudo referente à velocidade na BR-163/MT aponta que cerca de 60 mil veículos trafegaram acima da velocidade média determinada para o trecho percorrido. Diante dessa realidade, a Nova Rota do Oeste lança a Campanha Desacelera para orientar e conscientizar os motoristas sobre a ampliação dos riscos e agravamento dos sinistros conforme a velocidade aumenta.

PAG 08

COVID PODE VOLTAR A CRESCER

Embora os números da covid-19 no Brasil estejam variando no platô mais baixo da pandemia desde as primeiras infecções, o movimento das últimas semanas pode indicar um processo de reversão dessa tendência e aumento do número de caso. Nos hospitais particulares do Estado, o aumento de diagnósticos da doença foi de 300% e a recomendação é de cuidados redobrados, bem como atualização da vacina.

É sempre bom lembrar que o nível de liberdade atingido hoje depois do pico da pandemia só foi possível

graças à vacinação. O momento pede atenção e, principalmente, conscientização sobre a importância do imunizante.

O número de infecções e óbitos está bem abaixo dos piores momentos da pandemia, mas é inadmissível que uma doença para a qual se tem vacina gratuita ainda cause a morte de pessoas todos os meses no Estado.

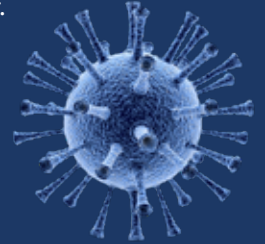
O Brasil é hoje considerado o país que pior lidou com a pandemia no mundo, e isso também se deve à falta de conscientização da população,

que deixou a vacina de lado, bem como as medidas de prevenção. Hoje, quase ninguém usa mais as máscaras, embora alguns municípios venham novamente orientando para que novamente as máscaras façam parte do dia a dia.

Para piorar a situação, as festas carnavalescas devem aumentar significativamente a transmissão da doença. E pior, ainda permanece vivo o movimento que tenta descredibilizar a eficácia do imunizante, especialmente por meio das redes sociais.

Mas para ampliar a taxa de vacinação é preciso trabalhar no campo da informação, para que as pessoas se conscientizem da necessidade de se dirigir ao posto de saúde.

Para as crianças, a vacinação estará no calendário obrigatório. A parcela restante da população precisará novamente ser mobilizada para se imunizar.



ARTIGO

OURO VERDE: O FUTURO DA MINERAÇÃO JÁ É UMA REALIDADE

Se no século XIX o café era chamado de ouro verde, hoje o próprio metal pode ser chamado dessa forma, basta que a forma de extração dele seja feita sem nenhum dano ambiental. Isso já é realidade e foi comprovado por um trabalho realizado no município de Nossa Senhora do Livramento, região metropolitana de Cuiabá.

Por meio da gravimetria, sem o uso de produtos químicos como o mercúrio, é possível até mesmo processar os rejeitos da mineração convencional, retirando dele o próprio ouro, além de ferro, platina, cobre e o próprio mercúrio, substância responsável por boa parte do dano ambiental causado pela mineração convencional.

O produto usado nesse processamento tem como base o amido

de milho, totalmente orgânico, que não causa nenhum tipo de dano ambiental, absorvido totalmente pelo solo, sem deixar nenhum tipo de traço que prejudique a fauna, a flora e os lençóis freáticos, responsável por garantir nosso abastecimento de água potável.

Falando nisso, o processo de extração do ouro verde não usa água potável, ela é reaproveitada justamente da barragem de rejeitos, por meio da decantação, retornando ao processo de mineração. Recurso natural essencial para a vida, todo processo, seja de mineração ou não, deve levar em consideração a economia de água.

Ao fim do processo de mineração, o que sobra é uma terra limpa de impurezas, inclusive do mercúrio, que, reassenta-

da no local escavado, pode ser usada tranquilamente para a agricultura, sem nenhum risco de contaminação do que for plantado no local. Ou seja, todo o processo realizado não deixa nenhum passivo ambiental a ser recomposto.

Tudo isso já foi feito em Nossa Senhora do Livramento, usando os rejeitos de uma empresa de mineração convencional. Os resultados apresentados foram animadores, demonstraram a viabilidade econômica do processo e, sobretudo, asseguraram a possibilidade de haver uma certificação de procedência e de responsabilidade com o meio ambiente.

Em breve, um novo empreendimento de extração do ouro verde estará em funcionamento em Nossa Senhora do Livramento.

E, não tenho dúvidas, esse é o futuro da mineração, no Brasil e no mundo.



Ricardo Padilla de Borbon Neves, empresário

Foto Divulgação



Diretor Executivo
Max Feitosa
DRT 2142/MT

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

Logística e distribuição
Fabio Eduardo Turequi

Diretora Comercial
Gislene Miranda Arruda

Diretora Financeira
Rayhanny Lima

M S TERRA MILAS LTDA – CNPJ 34.682.339/0001-37
Endereço : Rua Primavera Número: 286
Bairro: Bosque da saúde - CEP 78050-030

Jornalista
Elloise Guedes DRT- 3060/MT
Jornalista
Suzana Ataíde DRT- 3281/MT
Jornalista
Valdemar Félix- DRT 1008/MT

REDAÇÃO

O governador Mauro Mendes (UB) enfatizou na semana passada o comprometimento do Executivo Estadual com o desenvolvimento de Mato Grosso, ressaltando que nenhuma obra será interrompida, reiterando o compromisso de investir mais de 15% da receita em melhorias para nossa população.

“Estamos empenhados em tornar Mato Grosso ainda mais forte e próspero! Temos hoje uma boa liquidez fiscal, bons projetos e investimentos robustos. Nenhum projeto iniciado pelo Governo do Estado de Mato Grosso vai parar. Porque nos preparamos para enfrentar intempéries e sobressaltos que podem acontecer. Vamos continuar acreditando e investindo no presente e no futuro no nosso Estado”, afirmou o governador, durante abertura do 20º ano da Assembleia Legislativa de Mato Grosso.

Como meio de segurar gastos públicos previstos na Lei Orçamentária Anual (LOA) e também novas contratações de obras e serviços, Mauro anunciou o contingenciamento de até 30% dos recursos das secretarias estaduais em razão da quebra da safra de soja em Mato Grosso, porém, deixou claro que a medida serve para que todas as obras e ações em andamento não sofram “nenhum problema de continuidade”.

“Para isso, nós vamos ter um ano que vamos iniciar com algum nível de contingenciamento, com algum nível de apertando o cinto para que nós possamos, ao longo do ano, sentindo exatamente como vai desempenhar a economia de Mato Grosso e brasileira para que nós possamos contratar novas obras, serviços e ações, mas garantindo acima de tudo aquilo que já iniciou não sofra nenhum problema de continuidade”, afirmou.

Conforme o governador, a boa gestão, aliada a medidas “corajosas”, possibilitaram enfrentar desafios e alcançar a estabilidade financeira no Estado.

“Os números falam por si só e mostram claramente aquilo que todos nós, os secretários, os mais de 70 mil servidores e os mato-grossenses, por meio dos impostos pagos, fizemos. É um

crescimento que se deu por corajosas medidas que nós tomamos em 2019 e que foram importantes para criar essa trajetória”, pontuou.

Segundo Mendes, o governo conseguiu diminuir pela metade a dívida que herdou, que passou de R\$ 6,46 bilhões, em 2019, para R\$ 3,78 bilhões, em 2023. Hoje – conforme o governador -- o Governo do Estado é o primeiro colocado nacional em gestão fiscal no ranking CLP e tem nota A no Tesouro Nacional pelo terceiro ano consecutivo. Outro detalhe – adiantou – “é que, desde 2021, Mato Grosso tem investido acima dos 15% da receita corrente líquida – valor que atingiu os 19,8%, em 2023”.

Mauro: “Estamos empenhados em tornar Mato Grosso ainda mais forte e próspero”

Foto Reprodução



O governador de Mato Grosso, Mauro Mendes durante sessão solene de abertura dos trabalhos da segunda sessão legislativa da 20ª Legislatura na Assembleia Legislativa

Beneficiários suplentes têm até 16/02 pra entregar documentação

Reprodução



Cerca de 437 Beneficiários Suplentes do total de 1.000 ainda não compareceram para apresentação da documentação

REDAÇÃO

A Prefeitura de Várzea Grande convocou os beneficiários suplentes que ainda não apresentaram a documentação para cumprir a etapa em busca do financiamento e da propriedade em definitiva de um dos 1.000 apartamentos do Residencial Colinas Douradas. A Secretaria de Desenvolvimento Urbano, Regularização Fundiária e Habitação esclarece que cerca de 437 Beneficiários Suplentes do total de 1.000 ainda não compareceram para apresentação da documentação.

Conforme o secretário Ricardo Azevedo Araújo, é necessário

que os beneficiários apresentem a documentação para a finalização do processo, ressaltando que são várias etapas a serem superadas até que os sorteados, sejam eles titulares ou suplentes, possam assumir os financiamentos e seus imóveis.

“Os participantes se atentam apenas na inscrição e no sorteio, mas esquecem que existem outras exigências legais a serem cumpridas como a entrega de documentos, a aprovação do financiamento entre outras medidas que visam assegurar que o processo de escolha seja todo transparente e principal-

mente resulte no atendimento daqueles que necessitam da habitação”, lembrou o secretário

As pessoas beneficiadas com apartamentos no residencial têm até o próximo dia 16 de fevereiro para apresentar os documentos. O secretário Ricardo Araújo frisa que dos 1.000 Beneficiários Titulares e 1.000 Beneficiários Suplentes sorteados, 563 foram considerados aptos, enquanto 437 foram reprovados. Isso levou à convocação de novos Beneficiários Suplentes, mas a situação se agravou com a reprovação posterior de 122 beneficiários ini-

cialmente aprovados.

“As incompatibilidades identificadas pela Caixa Econômica Federal incluem renda superior à declarada, restrição no Cadastro Informativo de Créditos Não Quitados do Setor Público Federal (CADIN), cadastro de CPF pendente de regularização e histórico habitacional desfavorável”, exemplificou o gestor.

Os beneficiários considerados incompatíveis têm até o dia 16 de fevereiro para entrar com recurso e regularizar sua situação. O prazo foi estabelecido de acordo com o edital 07/2024 da

SMDU-VG. Ricardo Azevedo Araújo, ressalta a importância do comparecimento dos candidatos no período estipulado, enfatizando que “a ausência resultará na exclusão do candidato do processo de seleção”.

“Os beneficiários convocados devem comparecer à Secretaria Municipal de Desenvolvimento Urbano, Regularização Fundiária e Habitação, localizada na Av. FEB, nº 2.138, Várzea Grande, das 08h às 17h, até 16 de fevereiro, para apresentar recursos e regularizar sua situação”, finalizou o secretário.

Pedal Além da Visão retorna as atividades no dia 20 de fevereiro com novas bikes

Da Assessoria

Reprodução

Você já ouviu falar do Pedal Além da Visão? Um projeto social que acontece nas ruas de Cuiabá, com mais de 100 ciclistas, sendo a maioria Pessoa Com Deficiência Visual, em bikes duplas e triplas, que percorrem trajetos de curta e longa distância, que chegam a mais de 50 km por passeio, com a partida do bairro CPA3. O projeto existe há mais de dois anos e já tem data marcada para retornar em fevereiro, no dia 20, já com a aquisição de equipamentos por meio do patrocínio da Secretaria de Estado de Cultura, Esporte e Lazer, e realização do Instituto INCA.

Este projeto cumpre um papel social incrível, com “a soma do amor e da superação”, lema do Pedal Além da Visão, que une voluntários, que são os guias com “amor em guiar”, e os “guiados por amor”, os PCDs, em um movimento que só cresce, idealizado por amigos que tinham a intenção de continuar a prática de esporte na época da Pandemia. E hoje a equipe é coordenada por eles: Tiago Lima e Jonas Silva, atletas do Goalball, e a pedagoga Zayre Lavor, que estão sempre juntos como guias dos atletas com deficiência visual.

“Mais um ano que foi finalizado com o sentimento de gratidão, pelo

apoio que recebemos mais uma vez do deputado estadual Ludio Cabral, em parceria com o Instituto INCA. E graças a essa parceria hoje nós temos mais cinco bicicletas entregues para o projeto, além disso temos um recurso destinado à manutenção destas bicicletas, que vai garantir, pelo menos, mais 12 meses da existência do Pedal”, destaca o professor de Educação Física, Jonas Silva, um dos incentivadores, coordenadores e idealizadores do projeto.

Grças ao projeto, que é independente, sem fins lucrativos e mantido por voluntários, pessoas e instituições que patrocinam, diversas Pessoas Com Deficiência Visual tem a oportunidade de praticar o esporte em bicicletas adaptadas, mantendo assim a qualidade de vida, auxiliando na saúde como um todo, sendo também um momento de socializar e fazer amizades.

Para muitos é uma terapia mental, de prevenção e tratamento da ansiedade e a depressão.

E novamente conta com o auxílio do deputado estadual Ludio Cabral, com a aquisição de equipamentos e bicicletas, com recursos de emenda parlamentar impositiva, por meio do Governo do Estado de Mato Gros-



Venha fazer parte desse projeto que cumpre um papel social incrível com “guias com amor em guiar”

so, via Secel-MT, apoio da Assembleia Legislativa de Mato Grosso (ALMT), com realização do Instituto INCA.

“Nós começamos como um sonho e hoje é praticamente uma realidade, há mais de dois anos. Os guias são os nossos olhos e saímos todas as terças e quintas-feiras da casa da professora Natália, que carinhosamente chamamos de a mãe do Pedal, que nos cede a sua casa para podemos sair e retornar com qualidade e deixar as bicicletas, equipamentos e garrafas de água”, destaca Tiago Silva.

E independente da idade, qualquer pessoa pode se juntar e pedalar com o grupo e ajudar a fortalecer esse amor pelo esporte e que existe entre o grupo.

O INÍCIO DO PROJETO

O projeto começou com o Tiago Lima, um atleta do Goalball de 33 anos, com deficiência visual total. A vida toda ele se dedicou ao esporte, e para quem não conhece, assim como no futebol de cinco, o Goalball é praticado com uma bola que tem um guizo em seu interior para produzir sons, para que os jogadores possam se orientar durante a partida. Por isso, o público não pode fazer barulho durante os jogos.

E quando veio a pandemia da Covid-19, onde se viu restrito, teve a ideia de comprar uma bicicleta dupla e começar a pedalar com os próprios amigos. Como uma forma de passar o tempo e continuar na prática de atividade física, que fosse prazeroso e seguro,

evitando o contato físico, ao ar livre, na rua.

Aos poucos o projeto foi tomando corpo, porque outros amigos com deficiência visual também queriam fazer parte, pela falta de inclusão e acessibilidade de ter uma opção de lazer.

E hoje a equipe é coordenada por Tiago, e os amigos Jonas e a pedagoga Zayre Lavor, que estão sempre juntos como guias dos atletas com deficiência visual.

Todas as terças e quintas-feiras, os atletas em bikes duplas ou triplas fazem seus passeios. Nas terças, partem às 19h, da Alameda 6, no bairro CPA3 e vão até a Orla do Porto, em um percurso de 12 km, e, de lá, seguem juntos com o Pedal da Semob (Secretaria Municipal de Mobilida-

ded Urbana), em mais 26 km de pedalada.

Na quinta-feira, utilizam o dia para treinar os novos integrantes em percurso curto, percorrendo em lugares públicos, como Parque Tia Nair e Parque das Águas, para dar visibilidade ao projeto, ou seja, possibilitando que mais pessoas conheçam esse trabalho.

Portanto, se acaso deparar com um grupo de ciclistas em bikes duplas e triplas, já sabe que é o Pedal Além da Visão se movimentando nas terças e quintas-feiras, e o cuidado deve ser de atenção e respeito no trânsito.

Para mais informações ou quem quiser ajudar e contribuir para o desenvolvimento do Pedal Além da Visão, o contato é o (65) 99252-4260, com Jonas.

AUMENTO DE CASOS

MESMO COM 100 CIDADES EM ALERTA VERMELHO PARA A DENGUE, MATO GROSSO NÃO VAI RECEBER DE IMEDIATO A VACINA CONTRA A DOENÇA

REDAÇÃO

O aumento nos casos de dengue, zika e Chikungunya vem preocupando as autoridades da saúde. Em Cuiabá, houve um aumento de 26% nos casos em comparação ao mesmo período do ano anterior, totalizando 55 casos confirmados na cidade até o momento. Já em relação ao Estado, até o dia 31 de janeiro a Secretaria de Estado de Saúde de Mato Grosso (SES-MT) havia notificado um total de 2.689 casos de dengue, uma alta de 12% se comparado com o mesmo período de 2023, quando 2.383 casos foram notificados no estado. Já casos confirmados somam 1.496 em todo Estado.

A SES ainda confirmou a primeira morte por dengue em 2024. Outros dois casos estão em investigação no estado.

Isso vem acendendo um alerta nas unidades de coleta de sangue. Acontece que o número de doadores tem caído, pois os chamados “doadores fiéis” têm deixado de comparecer ao local de coleta de sangue por estarem acometidos da doença e o intervalo para que possa fazer a doação é longo, além de haver uma demanda crescente de pacientes com plaquetas baixas que necessitam de doações.

Vale destacar que mesmo 100 cidades em alerta vermelho para a dengue, Mato Grosso não vai receber de imediato a vacina contra a dengue disponibilizada pelo Ministério da Saúde. Segundo o Ministério da Saúde, não há doses o suficiente para todos os estados, por isso, foram definidos critérios de priorização para a escolha dos municípios.

Diante disto, por hora, a melhor maneira de não pegar a doença é se proteger mantendo os cuidados essenciais, como não deixar água parada nos recipientes, evitando a proliferação do mosquito transmissor.

A SES alerta que essas doenças são de notificação compulsória e todos os casos suspeitos de dengue são notificados e investigados. Os casos de dengue com sinais de alarme, dengue grave

e óbitos devem ser notificados e comunicados imediatamente a SES, Vigilância Epidemiológica (VE) em até 24 horas para acompanhamento e auxílio na conduta e conclusão dos casos, no e-mail dengue@ses.mt.gov.br.

MATO GROSSO JÁ CONTABILIZA MAIS DE 1,5 MIL CASOS E UMA MORTE POR DENGUE

Reprodução



Por hora, a melhor maneira de não pegar a doença é se proteger mantendo os cuidados essenciais, como não deixar água parada nos recipientes,

UFMT

A Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT) é a única instituição de Mato Grosso que oferece ensaios ecotoxicológicos, testes laboratoriais que avaliam os efeitos tóxicos de substâncias químicas, amostras ambientais ou outros poluentes sobre organismos vivos. O Laboratório de Biotecnologia e Ecologia Microbiana (LABEM) implementou métodos para realizar estes testes usando o peixe Paulistinha e a bactéria *Vibrio fischeri*.

Os testes são importantes para a proteção do meio ambiente e da saúde humana, pois fornecem informações sobre os riscos potenciais de poluição. De acordo com o coordenador do laboratório, professor Marcos Antônio Soares do Instituto de Biociências (IB), “a implementação dos métodos contou com a aquisição e instalação de equipamentos necessários, e capacitação da equipe do LABEM. Estes ensaios permitirão avaliar a ecotoxicidade de amostras de água coletadas nos rios do Pantanal, juntamente com outras análises físicas, químicas e biológicas que serão realizadas paralelamente”.

O professor explica que uma vantagem dos métodos ecotoxicológicos é a capacidade de informar se uma amostra ambiental, como água, sedimento, efluente, solo; apresenta algum agente tóxico. O exame também avalia qual o nível da toxidez, sem a necessidade de realizar análises químicas muitas vezes complexas, caras em recurso e tempo. “Além disso, as análises ecotoxicológicas avaliam não apenas a presença de contaminantes, mas também seus efeitos subletais nos organismos, como alterações no comportamento, reprodução e desenvolvimento”, aponta o professor Marcos Antônio Soares.

Os métodos também levam em consideração as interações complexas entre diferentes contaminantes e os organismos, fornecendo uma visão mais holística do impacto ambiental. “Esses métodos detectam efeitos sinérgicos entre diferentes contaminantes, que podem ser mais graves do que os efeitos individuais”, destaca o coordenador do LABEM.

ANÁLISES CONTRIBUEM COM INTEGRAÇÃO INSTITUCIONAL

A adoção dos métodos ajudam no monitoramento da qualidade da água dos rios da região do Pantanal, como parte dos objetivos do projeto institucional “Monitoramento dos Recursos Hídricos para implementação de políticas públicas de segurança hídrica e alimentar no sistema Planalto-Pantanal”. “O projeto institucional conta com uma equipe inter e multidisciplinar e é coordenado pelo professor Ibraim Fantin da Cruz. O LABEM faz parte dessa equipe de pesquisadores e será o responsável pelas análises ecotoxicológicas e microbiológicas das amostras de água dos rios do sistema Planalto-Pantanal”, relata o professor Marcos Antônio Soares.

Peixe e bactéria ampliam exames de qualidade de água

Reprodução



Laboratório de Biotecnologia e Ecologia Microbiana desenvolve método para avaliação de efeitos tóxicos

O coordenador do LABEM conta que a implementação de ensaios ecotoxicológicos no ano de 2018 utilizando um nematódeo de vida livre como modelo, o *Caenorhabditis elegans*. “Desde então, o LABEM implementou ensaios com outros organismos modelos, como algas (*Chlorella vulgaris* e *Scenedesmus obliquus*), insetos (*Galleria mellonella* e *Tenebrio molitor*) e protozoário (*Tetrahymena pyriformis*). Esses ensaios foram implementados para atender demandas de projetos de pesquisa da UFMT, de outras instituições mato-grossenses e de outros estados. Desde então, a equipe do LABEM realizou algumas centenas de análises ecotoxicológicas com esses modelos”, relata.

A expectativa do professor Marcos Antônio Soares é que a implementação de novos métodos permita mais avanços para o LABEM. “O LABEM conseguirá um grande avanço com a implementação de ensaios com o peixe Paulistinha e a bactéria *Vibrio fischeri* no ano de 2024 ampliando o portfólio de modelos a serem ofertados para as comunidades interna e externa à UFMT”, finaliza.

60 mil veículos foram flagrados acima da velocidade na BR-163

REDAÇÃO

Um estudo referente à velocidade na BR-163/MT aponta que cerca de 60 mil veículos trafegaram acima da velocidade média determinada para o trecho percorrido. Diante dessa realidade, a Nova Rota do Oeste lança a Campanha Desacelera para orientar e conscientizar os motoristas sobre a ampliação dos riscos e agravamento dos sinistros conforme a velocidade aumenta.

O monitoramento de velocidade média empregada pelos veículos é realizado pela área de Segurança Viária da Concessionária em sete pontos, onde há radares instalados, entre Itiquira e Sinop. Em todo o trecho sob a responsabilidade da Nova Rota as velocidades permitidas variam de 40km/h a 100 km/h, dependendo do segmento. Porém, o sistema de análise flagrou um veículo trafegando na BR 163/MT que atingiu a velocidade média de 237km/h.

A coordenadora de Segurança Viária da Nova Rota, Vanessa de Jesus, explica que a Concessionária está monitorando a velocidade média dos veículos, que é calculada com base no tempo que o condutor leva para percorrer a distância entre dois radares. E o raio x traçado no estudo da Concessionária demonstrou dados alarmantes. “Precisamos conscientizar esses motoristas, que muitas vezes não conseguem visualizar a exposição ao risco ao trafegarem em velocidades tão expressivas”.

Dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) apontam que a cada 1% de acréscimo na velocidade média, aumenta em 4% o risco de um acidente com morte. A importância do assunto também é destacada pela Polícia Rodoviária Federal (PRF), visto que o excesso de velocidade pode agravar praticamente todos os tipos de acidente e coibir essa prática reflete também na queda da letalidade relacionada aos sinistros.

“As causas mais comuns de acidentes nas rodovias federais de Mato Grosso são a reação tardia do condutor e a ausência de reação. Nos dois casos, o excesso de velocidade agrava muito o acidente. Quanto mais rápido está o veículo, menos tempo o condutor tem para reagir ou adotar alguma medida de segurança. É extremamente importante coibir o excesso de velocidade, visto que essa conduta coloca em risco a vida do condutor e de terceiros”, comenta o chefe da Segurança Viária da PRF/MT, Henrique Candine.

Diante desse cenário, a Campanha Desacelera se apresenta como um mecanismo para chamar a atenção de quem trafega pela BR-163.



O monitoramento de velocidade média empregada pelos veículos é realizado pela área de Segurança Viária da Rota do Oeste

As ações serão desenvolvidas em parceria com a PRF em três etapas:

- 1) Conscientização sobre o tráfego na velocidade diretriz e os riscos do excesso de velocidade;
 - 2) Ação educativa;
 - 3) Abordagem em tempo real.
- Vanessa explica que nos próximos dois meses, a partir de fevereiro, os monitoramentos serão intensificados e a Campanha terá um caráter mais informativo junto aos motoristas. Por enquanto, nenhuma etapa prevê a punição dos condutores, mas sim chamar a atenção para a importância de uma viagem segura, preservando a vida.

“Vamos conscientizar de forma ampla sobre o assunto e seguir monitorando o comportamento. Nas próximas etapas teremos a participação da PRF nas abordagens, que em um primeiro momento será focado na conscientização de maneira presencial e, depois, teremos abordagens dos motoristas no ato da conduta perigosa, por meio de alertas emitidos pelo sistema de monitoramento”, conclui.

É importante destacar que o Código de Trânsito Brasileiro (CTB) – no artigo 218 - indica que trafe-

gar com velocidade superior à determinada para a via é considerada infração grave (quando o motorista excede de 20% a 50% da velocidade permitida); e gravíssima, quando a velocidade supera os 50%.

Além disso, o artigo 311 do CTB aponta que comete crime o condutor que trafega em velocidade incompatível com a segurança nas proximidades de escolas, hospitais, estações de embarque e desembarque de passageiros, logradouros estreitos, ou onde haja grande movimentação ou concentração de pessoas, gerando perigo de dano.



GERENCIE SEUS DOCUMENTOS DE FORMA INTELIGENTE E SEGURA

Analizamos e automatizamos os processos de sua empresa para garantir
uma gestão inteligente dos seus documentos e informações

 **MAYACOM**

SOLUÇÕES EM TECNOLOGIAS

RUA: PRIMAVERA, 286 - BOSQUE DA SAÚDE / CUIABÁ - MT
(65) 3644-6686 - E-MAIL: MAYACOMTECNOLOGIA@GMAIL.COM

Aumenta a procura pela vacina contra covid em Cuiabá



Da Redação
 editornoticiamax@gmail.com

Muitas pessoas estão preocupadas em estar com o esquema vacinal em dia

Diante do aumento significativo de novos casos de covid em Mato Grosso, muitas pessoas estão preocupadas em estar com o esquema vacinal em dia e tem procurado os postos de saúde para vacinação. Em pouco mais de um mês, os casos de covid-19 no estado multiplicaram 6 vezes, gerando preocupação em grande parte da população, tanto que a aplicação triplicou em algumas unidades.

O objetivo principal da vacinação é reduzir casos graves e mortes pela covid-19. Por isso, é fundamental alcançar elevadas e homogêneas coberturas vacinais para todos os grupos com indicação. A meta definida é de 90% para cobertura vacinal do público prioritário.

Porém, a prefeitura de Cuiabá orienta que não é preciso correria para vacinar contra a covid.

A Secretaria Municipal de Saúde (SMS) disponibiliza doses para o grupo prioritário, que são as pessoas que possuem algum tipo de comorbidade, gestantes e puérperas, idosos, trabalhadores da saúde, entre outros. Mesmo para este grupo, para realizar o reforço é preciso aguardar 6 meses após a última dose. Também tem prioridades relacionadas ao público infantil.

As doses Bivalente para os grupos prioritários estão disponíveis em todas as UBS (Unidades Básicas de Saúde) e a Pfizer Baby destinada a crianças de 6 meses a 11 anos pode ser encontrada em 13 UBS, sendo duas delas na zona rural. (Confira lista completa ao final da reportagem)

Para os demais cidadãos fora do grupo prioritário, a estratégia para combater a contamina-

ção pela Covid 19 é outra. Não é mais recomendada a vacinação rotineiramente. Mas, caso a pessoa preferir se vacinar, o esquema completo é de 2 doses.

Assim, quem já tomou duas doses, pode ser considerado paciente com esquema vacinal completo. Nos casos de esquema vacinal incompleto (apenas primeira dose) é recomendado um intervalo de 4 semanas desde a última dose para tomar a segunda. Ou seja, a prioridade, por enquanto, é a vacinação do grupo prioritário.

O recebimento do reforço com a Vacina Covid-19 para os grupos prioritários não está condicionado à existência de esquemas prévios de vacinação contra a covid-19. Pessoas do grupo prioritário está apta a receber a vacina disponível no ano de 2024.

Pfizer Baby destinada a crianças de 6 meses a 11 anos está disponível nas seguintes unidades de saúde:

- UBS Jardim Liberdade/Osmar Cabral
- UBS Pico do Amor
- UBS Altos da Serra I e II
- UBS Pedra 90 I e II
- UBS Parque Cuiabá
- UBS Parque Ohara
- UBS Ilza Terezinha Picolli
- UBS Jardim Vitória
- UBS Cidade Verde
- UBS Quilombo
- UBS Nossa Senhora da Guia
- UBS Aguaçu
- UBS Rio dos Peixes

Lazer

DICAS

Dicas para ter um processo de emagrecimento bem sucedido

Para emagrecer de forma duradoura e saudável, é necessário passar por uma mudança de hábitos. A pessoa deve encarar como se fosse uma maratona e não uma corrida de 100 metros, pois para perder peso de forma sustentável existe um método com nome e sobrenome: reeducação comportamental, que envolve atividade física, dieta e acompanhamento profissional. O processo de longo termo é capaz de garantir que as mudanças no hábito e no comportamento alimentar sejam sustentáveis para toda vida. A perda de peso não é apenas um déficit calórico

O emagrecimento acontece em um balanço energético negativo, mas isso não acontece simplesmente calculando o que se ingeriu e o que se gastou. O processo não é somente uma questão matemática.

Combine treino aeróbico com musculação para potencializar a perda de peso.

Até bem pouco tempo, acreditava-se que os exercícios aeróbicos seriam a principal ferramenta para quem quer diminuir os números na balança. "Com essa mentalidade esquecemos do treinamento contra resistência. Porém a musculação também contribui muito para o emagrecimento, favorecendo o ganho de massa, o que aumenta o gasto calórico do organismo em repouso", observou o profissional de Educação Física.

Cuide do seu sono

Ter um sono adequado e de qualidade é uma parte importante de um plano de perda de peso saudável. Mais importante ainda, o estudo publicado na revista Current Biology mostrou que perder o sono durante a dieta pode reduzir a quantidade de peso perdido e encorajar a comer demais.

Orientação nutricional individualizada

As pessoas respondem de maneiras diferentes comendo a mesma coisa, pois a absorção é individual. Por isso, é importante entender o organismo de cada pessoa, via tentativa e erro, para se chegar a uma dieta adequada.

Automonitoramento

Utilize um aplicativo ou um diário. Evidências científicas sugerem que ferramentas digitais como aplicativos e sites podem favorecer o processo de emagrecimento pois mantêm as pessoas envolvidas por mais tempo, o que geralmente se traduz em mais motivação e consequentemente maior perda de peso.

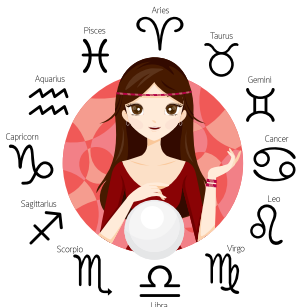
Adote um estilo de vida ativo

Evite o comportamento sedentário. Mesmo que esteja fazendo bastante atividade física, ficar sentado por mais de sete a dez horas por dia é ruim para sua saúde. Há evidências que ressaltam que passar muito tempo sendo sedentário está relacionado a um aumento de problemas de saúde como: excesso de peso ou obesidade e baixa autoestima.

HORÓSCOPO

CAPRICÓRNIO- 21 de janeiro e 16 de fevereiro

Existe a vontade e a necessidade de você expor o que pensa na troca com uma pessoa importante. Pode ser uma conversa com a pessoa amada ou com sócio e parceiros. É uma conversa para definir uma situação. O ingresso de Vênus no seu signo possibilita um olhar mais atento para os seus interesses pessoais e colabora para a estética.



PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

A lente que permite fotografar pequenos seres ou objetos em tamanho natural	↓	Traje de formados Armadilha	Sem nenhum ferimento	Raro, em inglês Canto em grupo	↓	A Beatriz de "A Dona do Pedaço" (TV)	Materiais usados na argamassa
→	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
Cidade do interior paulista							
Acirrar os ânimos	→						
Dança rural (bras.)	→						
(?) de ricino: é usado como purgante	→	Sufixo de "maravilhoso"				Divisão de uma escola de samba	
(?) ao público: que pode ser visitado		Moeda de Itália, França e Alemanha	Queijo de casca embolorada	Celebração de casamento	→		
→	↓					Agatha Christie: a Dama do Crime	→
Fruto típico da caatinga (bras.)	→		Personagem de Renato Aragão	Rabo	→		
Corrige detalhes da maquiagem			Adjetivo usado em cartas e bilhetes			(?) quente: impulsiona o balão	
→	↓				Alvo da atenção do ornitólogo	→	
Uma das cores da Bandeira	→	(?) Dourado, autor de "Ópera dos Mortos"					
Espécie de batata originária dos Andes	→					Lev Tolstói, escritor de "Guerra e Paz"	→
→					"Deus", em "teologia"	→	

BANCO 3/juá. 4/bré — rare. 6/autran.

64

CULINÁRIA / Pãozinho de leite macio e fofinho

Ingredientes

3 ½ xícaras(chá) de farinha de trigo 1 ½ xícara(chá) de leite morno 5 colheres(sopa) de açúcar 3 colheres(sopa) de óleo 3 colheres(sopa) de manteiga ou margarina em ponto de pomada 1 colher(sopa) de fermento biológico seco 1 colher(café) de sal 1 gema + 2 colheres(sopa) de leite gelado para pincelar

Modo de preparo

Numa tigela coloque o fermento biológico, o açúcar e o leite morno, e misture bem com um fouet para homogeneizar. Adicione a manteiga ou margarina e misture bem para agregar. Acrescente a farinha de trigo, aos poucos, misturando bem até o ponto de amassar com as mãos, na bancada e obter uma massa lisa, homogênea que não grude nas mãos. Modele uma bola com a massa, disponha na tigela, cubra com plástico filme e deixe descansar por 30-40 minutos ou até dobrar de volume. Após esse tempo, remova o plástico filme e pressione a massa levemente para retirar o ar e divida a massa em porções do tamanho que preferir. Pegue uma porção de massa, abra com um rolo na bancada numa espessura fina, formando um retângulo (20 cm x 10 cm) dobre as laterais e enrole como um caracol. Repita o processo com o restante da massa, disponha numa assadeira untada e enfarinhada e deixe crescer por mais 30 minutos até dobrar de tamanho. Pincele com a mistura gema + leite gelado e asse em forno pré-aquecido a 180 graus por cerca de 40-45 minutos ou até ficarem dourados. Retire do forno, e se delicie com esse belíssimo pãozinho de leite!

ALIMENTANDO A ALMA

Vamos à presença dele com ações de graças; vamos aclamá-lo com cânticos de louvor. Pois o Senhor é o grande Deus, o grande Rei acima de todos os deuses.

Salmos 95:2-3



↑ SOBE

CUIABÁ ENTRA EM RANKING DOS 20 MELHORES CENÁRIOS PARA NEGÓCIOS NO BRASIL

A pesquisa realizada pela consultoria Urban Systems, publicada com exclusividade pela revista Exame, aponta que a cidade de Cuiabá é um dos 20 melhores cenários para negócios. A capital mato-grossense figura na 14ª colocação obtendo índice de 3.278 para fazer negócios.

sherlock

tonycgr@hotmail.com



Reprodução

Primeira-dama Virgínia Mendes dando e recebendo carinho

↓ DESCE

PREÇO DA BATATA DISPARA E FAZ INFLAÇÃO DE JANEIRO CHEGAR 0,42% EM MATO GROSSO

O preço da batata aumentou praticamente em todo território brasileiro. Em Cuiabá a batata-inglesa teve uma alta em seu valor comercializado de 29,45%, contribuindo para o aumento de 0,07 ponto porcentual para a taxa de 0,42% da inflação registrada no mês de janeiro em Mato Grosso.

VIRGÍNIA VISITA COMUNIDADE E ENTREGA ALIMENTOS NO BAIRRO PEDRA 90 EM CUIABÁ

Foram entregues 2.003 itens de alimentos arrecadados durante o Natal Abençoado e 200 caixas de bombons para as crianças.

SHOW DO DJAVAN EM CUIABÁ ACONTECE DIA 25 DE ABRIL

O cantor alagoano Djavan desembarca em Cuiabá com a turnê mundial 'D'. A tour é homônima ao seu 25º álbum de estúdio – o show será no dia 25 de abril de 2024, no Ginásio Aecim Tocantins.



Reprodução

nm

MORAES PROÍBE BOLSONARO VIAJAR PARA FORA DO BRASIL

Com sede de vingança ou algo parecido, o ministro Alexandre de Moraes vem aterrorizando a vida do ex-presidente Jair Bolsonaro. Promovendo praticamente um 'caças as bruxa', deixando claro que se trata de algo pessoal, e não institucional – como deveria ser – o ministro decidiu que o ex-presidente está proibido de viajar para fora do país e determinou quem são as pessoas que ele não pode ter contato. **O Brasil - realmente - não é para Amadores!**