

## Cresce o número de nascimentos em MT

Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), Mato Grosso registrou 59.454 nascimentos em 2022, um aumento de 1,8%.



Foto Reprodução

PAG 09

## Conta de energia fica mais barata em MT

O cálculo do reajuste das tarifas de energia elétrica segue regras estabelecidas em contratos de concessão

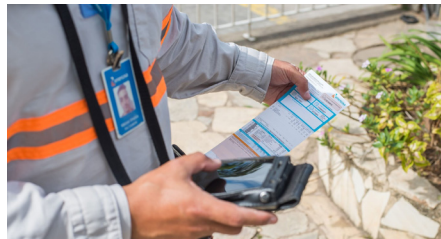


Foto Reprodução

PAG 08

## Abril Azul: desafios no mundo do Autismo

O 'Abril Azul' é uma campanha para conscientizar a população sobre a inclusão de pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA).



Foto Reprodução

PAG 03

MAURO MENDES:

# Fim da picaretagem em obras

PAG 07



O Governo de Mato Grosso se tornou pioneiro no país na realização de obras públicas com previsão de Cláusula de Retomada no Seguro Garantia, que garante mais qualidade em obras de grande vulto e, principalmente, garantir que essas obras sejam entregues para a população.

PAG 05

## MOBILIZAÇÃO NECESSÁRIA

O TSE (Tribunal Superior Eleitoral) vem se esforçando para incentivar os jovens a tirarem seus títulos de eleitor e, assim, estarem aptos a votar em outubro, quando ocorrem as eleições gerais. A situação preocupa. Cerca de 115.102 jovens entre 16 e 20 anos ainda não emitiram o título de eleitor em Mato Grosso, segundo o Tribunal Regional Eleitoral do estado.

O prazo para regularizar a situação com a Justiça Eleitoral e votar em 2024 é 8 de maio, exatos 150 dias antes do pleito de 2024.

No Brasil, os jovens de 16 anos ou mais têm o direito de votar, conforme estabeleceu a Constituição de 1988. Assim, quem tem 15 anos agora, mas completará 16 até o dia 2 de outubro também já pode providenciar um título de eleitor. A obrigatoriedade da participação eleitoral vem com os 18 anos.

Porém, o percentual daqueles que pretendem votar, conforme levantamento do TSE no fim de fevereiro, é preocupante. Mostra que pouco mais de um décimo da população de 16 e 17 anos está interessada em

comparecer às urnas e demonstrar a sua opinião por meio do voto.

O envelhecimento de lideranças políticas, com a consequente falta de identificação entre eleitores e candidatos, são apontados por cientistas políticos como alguns dos fatores que explicam o desinteresse dos jovens pela política partidária-eleitoral.

O TSE até tem feito a sua parte, realizando campanhas voltadas a esses indivíduos. Tentando despertar neles o desejo de se transformarem em eleitores por vontade própria e não

por obrigação legal. A conscientização precisa ser feita nesta reta final do prazo, a fim de que o eleitor participe dos processos eleitorais e o cidadão, por sua vez, tenha consciência da importância. Não é uma questão de ser obrigatório, é um direito, é um dever!

As eleições deste ano estão marcadas para o dia 6 de outubro. O eventual segundo turno vai ocorrer no dia 27 do mesmo mês, em cidades com mais de 200 mil eleitores. Ao todo, serão escolhidos prefeitos e vereadores de 5.568 municípios do país.

### ARTIGO

## CUIABÁ DOS AROMAS, SABORES E RITMOS

Aqui é o meu lugar, Cuiabá, onde o aroma das frutas se mescla ao nível das águas do majestoso rio que batiza a cidade, delineando as estações do ano. Onde araras e tucanos agitam as paisagens com seus coloridos. Cuiabá, berço de uma cultura rica, onde as influências se entrelaçam aos sabores e ritmos musicais.

Nesta terra, as polcas paraguaias encontram eco no rasqueado cuiabano, enquanto a gastronomia encanta tanto os seus filhos, quanto os visitantes, com seus peixes frescos, provenientes do rio Cuiabá, onde se luta para manter livre a pesca, que é fonte de renda para os ribeirinhos.

Nos quintais cuiabanos, mangueiras, cajueiros e goiabeiras se erguem, testemunhando a fertilidade dessa terra forte e receptiva, que recebe e acolhe seus filhos com carinho.

Há quem diga por aí: “Já sou cuiabano!” E para garantir essa afirmação, garante já ter saboreado a cabeça de pacu, uma iguaria cercada de lendas e fantasias, que os visitantes de passagem muitas vezes não têm a coragem de experimentar. Tamanha é a mistura de culturas, entrelaçada com a gastronomia, que Cuiabá se orgulha de ser

reconhecida como a cidade mais hospitaleira do Brasil.

Cuiabá, sem dúvida alguma, conquista pelo estômago com muitos pratos típicos como a paçoca de pilão, a mujica de pintado, o revirado cuiabano, o escaldado do Choppão, do arroz de leite com farofa de carne seca, o bolo de queijo e o bolo de arroz da Dona Eulália. Cuiabá é lar das peixarias do São Gonçalo, das festas de Santos, como o Meu São Benedito, do São Gonçalo, entre tantos outros, e do aroma marcante de pequi pelos calçadões do centro.

Mas se tem cabeça de pacu, tem também a cabeça de boi, lá no festeiro Distrito do Sucuri. Outra iguaria típica desta terra e, quando saboreada com uma boa pimenta e farinha, deixa lembranças inesquecíveis.

No mesmo Sucuri onde é encontrado o eleito melhor peixe do Estado, por votação popular, que é a peixada da dona Marilene.

Ah, e as delícias não param por aí. São incontáveis. Não podemos deixar de citar o caldo de piranha, a farofa de banana e o tão famoso guaraná ralado.

Riqueza ampliada pelas danças de Siri-ri, premiadas mundialmente, do cururu, e até empresta o lambadão de Várzea Grande para animar as tardes de domingos, nos encontros das famílias.

Somos um povo formado por descendentes de europeus, indígenas e diversos grupos de imigrantes, que contribuíram para enriquecer ainda mais nossa cultura.

Por isso, adoramos receber visitantes e garantimos que desfrutem ao máximo de tudo o que Cuiabá tem a oferecer. Desde a culinária até um passeio pelas estradas rumo à Chapada, comendo um pastel frito ainda dentro dos limites da cidade.

Ser filha dessa terra, fundada oficialmente em 8 de abril de 1.719 por Pascoal Moreira Cabral, é um privilégio que nos enche de orgulho e satisfação. Cuiabá, terra rica em gastronomia e cultura, é um prazer que não se pode comparar. São 305 anos de uma história que ganha novos capítulos, mas ainda escrito pelos filhos, netos, bisnetos, que nunca se esquecem das tradições.

Para mim, é um prazer ser filha dessa terra.

Foto Divulgação



Kaene Almeida é cuiabana, gastróloga, nascida e criada no berço cultural da gastronomia cuiabana.



**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

# Abril Azul: conscientização e desafios no mundo do Autismo

Elloise Guedes

O 'Abril Azul' é uma campanha para conscientizar a população sobre a inclusão de pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA). O transtorno refere-se a uma série de condições caracterizadas por desafios com habilidades sociais e padrões restritos ou repetitivos de comportamento. O dia 2 de abril foi instituído pela ONU (em 2008) como o Dia Mundial de Conscientização do Autismo.

A campanha tem o objetivo de levar informações para a população e combater a discriminação sobre os mais de 2 milhões de brasileiros que foram diagnosticados com o transtorno. Antes pouco se falava de autismo e poucos eram os autistas, tanto que foi somente em 1993 que o autismo passou a existir na Classificação Internacional de Doenças da Organização Mundial de Saúde (CID-OMS).

Não há só um tipo de autismo, mas muitos subtipos, que se manifestam de uma maneira única em cada pessoa. Pessoas diagnosticadas com TEA, podem apresentar diferentes níveis de necessidade de suporte.

O que significa que, enquanto alguns têm facilidade de realizar qualquer atividade pessoal e da vida diária, outros precisam de apoio para as atividades cotidianas, como tomar banho, se vestir e se alimentar.

A jornalista Claryssa Amorim, mãe do Raul, de 4 anos, que está dentro do espectro, fez um relato em suas redes sociais sobre a importância do mês de conscientização do autismo. Segundo ela, autismo não tem cara, pois para diagnosticar o autismo a criança passa por uma série de exames. "Autismo não é apenas quando uma criança não gosta de sons altos, vai muito além disso. Digo isso porque quando recebemos o laudo do neuropediatra, muitas pessoas diziam: 'Mas ele nem se incomoda muito com a música alta'. A música alta às vezes não incomoda o Raul, mas quando ela se torna repetitiva e envolve outras situações no ambiente, o incomoda sim.

Autismo é muito além disso, não diga: 'Mas ele nem tem cara de autista'. Autismo não tem 'cara'", explicou Claryssa.

A jornalista ainda comentou que cada pessoa tem um comportamento dentro do espectro, por isso o tratamento é feito de forma individual. "Autismo caracteriza por dificuldades na comunicação; na interação social (muitas vezes a criança até consegue estar em volta de amiguinhos, mas não entende a brincadeira e nem sabe o que está fazendo); por comportamentos repetitivos; interesses restritos; não sabe lidar com estímulos sensoriais; andar na ponta do pé; estereótipos, como pulinhos e balançar as mãos; restrição alimentar; ter os 2 minutos no "mundo da lua"; dificuldade na aprendizagem e muitas outras características".

Claryssa disse ainda que entre tantas características, o difícil acesso ao tratamento e o preconceito é um dos piores desafios a serem tratados. "Eu, como mãe, não sei o que posso dizer que é mais difícil do diagnóstico: o preconceito, as pessoas ficarem falando "tadinho" ou o difícil acesso ao tratamento. Sem sombra de dúvidas, não dá pra colocar na balança. Autismo não é modinha. Autismo não é doença. Autismo sempre existiu, a diferença é que está cada vez mais fácil o acesso às informações.", finalizou.

As causas do autismo ainda não foram totalmente esclarecidas, mas muitos estudos e pesquisas são realizados para identificar o que está relacionado ao desenvolvimento deste transtorno. O que se sabe até hoje é que a genética tem um papel fundamental no desenvolvimento do TEA, assim como variáveis ambientais também podem se tornar fatores de risco para o diagnóstico. Vários estudos já identificaram uma série de genes que estão ligados ao TEA.

Foto Divulgação



As causas do autismo ainda não foram totalmente esclarecidas, mas muitos estudos e pesquisas são realizados para identificar o que está relacionado ao desenvolvimento deste transtorno

## TRATAMENTO

Como o autismo não é uma doença, não existe cura para o transtorno. No entanto, é possível que a pessoa no TEA consiga se desenvolver e atingir todo seu potencial. Para que isso aconteça, é preciso buscar intervenções baseadas em evidências científicas, uma equipe multidisciplinar ou transdisciplinar capacitada e levar em consideração as singularidades de cada indivíduo.

Alguns sinais de autismo já podem aparecer a partir de um ano e meio de idade, até mesmo antes em casos mais graves. Há uma grande importância de se iniciar o tratamento o quanto antes, pois quanto antes comecem as intervenções, maiores são as possibilidades de melhorar a qualidade de vida da pessoa.

O tratamento psicológico com mais evidência de eficácia, segundo a Associação Americana de Psiquiatria, é a terapia de intervenção comportamental — aplicada por psicólogos. A mais usada delas é o ABA (sigla em inglês para Applied Behavior Analysis — em português, análise aplicada do comportamento).

O tratamento para autismo é personalizado e interdisciplinar, ou seja, além da psicologia, pacientes podem se beneficiar com intervenções de fonoaudiologia, terapia ocupacional, entre outros profissionais, conforme a necessidade de cada autista. Na escola, um mediador pode trazer grandes benefícios, no aprendizado e na interação social.

MT.GOV.BR

SECOM-MT

# PRA TODO LADO TEM RESULTADO

**O GOVERNO DE MT  
INVESTE NA EDUCAÇÃO  
PÚBLICA E ATÉ 2026  
ESTARÁ ENTRE AS  
10 MELHORES DO PAÍS**



**Governo de  
Mato  
Grosso**

# ‘SERÁ O FIM DA PICARETAGEM EM OBRAS’, DIZ MAURO, SOBRE NOVO MODELO DE LICITAÇÃO

REDAÇÃO

Mayke Toscano/Secom-MT

O Governo de Mato Grosso se tornou pioneiro no país na realização de obras públicas com previsão de Cláusula de Retomada no Seguro Garantia, que garante mais qualidade em obras de grande vulto, com valor acima de R\$ 50 milhões, e, principalmente, garantir que essas obras sejam entregues para a população.

Conforme o governador Mauro Mendes (UB), será o fim da “picaretagem” entre as empresas que iniciam obras públicas, mas não concluem.

“É o fim da picaretagem de empresas que não têm condição de entrar na licitação, mas entram, ganham e depois não fazem. Nós temos absoluta convicção de que esse número de obras paralisadas será muito menor, porque só vai entrar em obra empresa que tem condição financeira e técnica de pegar, começar e terminar”, ressaltou.

A nova licitação, elaborada ao longo de um ano pela Secretaria de Infraestrutura (Sinfra), terá uma cláusula de seguro-garantia, a Cláusula de Retomada, uma ação inédita no país. Caso haja descumprimento do contrato por parte da empresa que ganhou a licitação de uma obra acima de R\$ 50 milhões, a seguradora terá duas alternativas: assumir a continuidade da obra ou indenizar o Estado em até 30% do valor inicial.

“Essa é uma grande novidade no país. A empresa que ganhar uma licitação de mais de R\$ 50 milhões em Mato Grosso, se ela tiver alguma dificuldade em não concluir o serviço, a seguradora vai indenizar o Estado em até 30% do valor dessa obra ou essa seguradora poderá assumir o contrato com a garantia de conclusão pelo valor contratado”, explicou o governador Mauro Mendes.

O primeiro edital lançado utilizando o novo modelo prevê o asfaltamento de 50 quilômetros da MT-430, nos municípios de Confresa e Vila Rica. A estrada dá acesso a Vila Carmelita e tem um investimento previsto de R\$ 110 milhões.

O coordenador da Unidade de Procuradoria Geral do Estado da Sinfra-MT, Carlos Eduardo Bomfim, explicou que a cláusula de retomada em obras de grande vulto está prevista na nova Lei de Licitações, Lei 14.133/2021. Já a Lei Estadual 12.148/2023, estabeleceu em R\$ 50 milhões o valor de obras de grande vulto em Mato Grosso.



O governador Mauro Mendes destacou que a medida vai evitar o risco de obras paradas no Estado

A Secretaria de Estado de Infraestrutura e Logística (Sinfra-MT), por determinação do governador Mauro Mendes, trabalhou junto com as federações de seguradoras, para construir um clausulado que permitisse que a legislação fosse colocada em prática.

“O que nós queremos é uma mudança no perfil de como se contratar e daquilo que é o melhor para o Estado, para o cidadão. Por isso fomos atrás, conversamos muito com as seguradoras, porque o que nós queremos são obras de boa qualidade”, afirmou o secretário de Infraestrutura, Marcelo de Oliveira.

# CUIDANDO PRA AVANÇAR

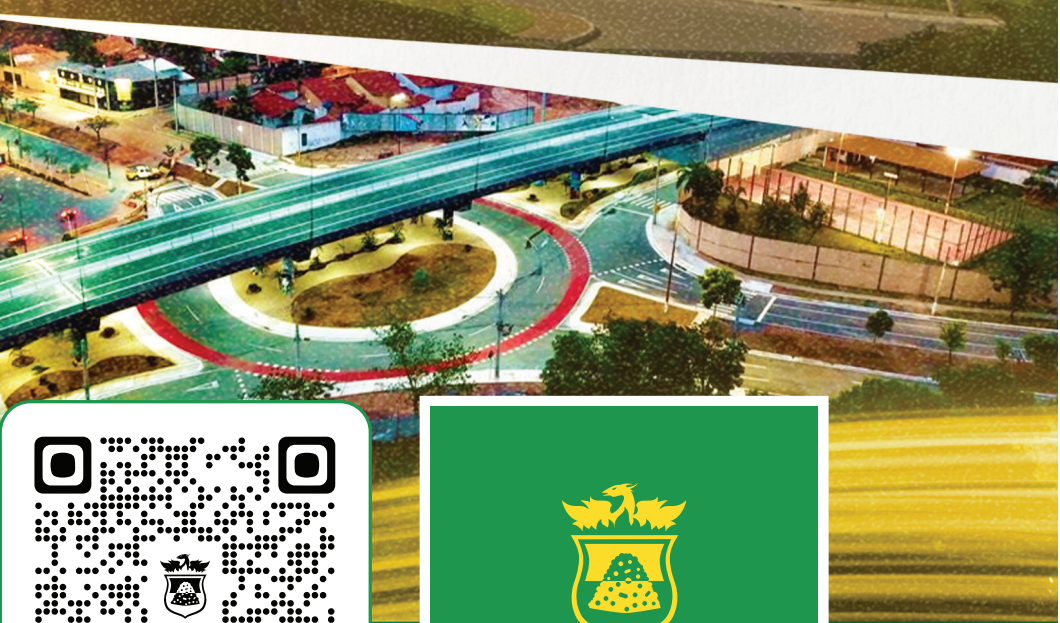
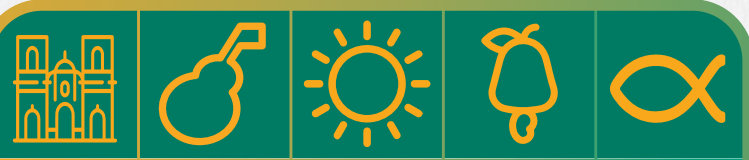
Nos últimos anos, o desenvolvimento e a inclusão social caminharam lado a lado, porque cuidar de cada cuiabano é nossa missão. **É assim que Cuiabá não para de avançar: com ações que visam melhorar não apenas a cidade, mas a vida da gente.**

- Duplicação da Av. Dante Martins de Oliveira
- Viadutos Murilo Domingos e Juca do Guaraná
- Construção da Av. Contorno Leste
- Mais de 150 novos ônibus climatizados





305 ANOS



Assista para celebrar



 [www.cuiaba.mt.gov.br](http://www.cuiaba.mt.gov.br)

# Conta de energia fica mais barata em Mato Grosso a partir desta semana

REDAÇÃO

Foto Reprodução

A Agência Nacional de Energia Elétrica (Aneel) homologou nesta terça-feira (02) o reajuste tarifário anual da energia para Mato Grosso. A tarifa terá redução média de 4,40%, passando a valer desde segunda-feira (8).

O cálculo do reajuste das tarifas de energia elétrica segue regras estabelecidas em contratos de concessão. De acordo com a Aneel, a parcela que mais contribuiu para a redução foi a da Energisa Mato Grosso (-2,69%), seguido dos componentes financeiros do ano (-2,13%). Para o Grupo A, que compreende os consumidores da média e alta tensão, a redução média será de -5,61%, enquanto os consumidores conectados na Baixa Tensão (residenciais e comércio em geral) - o efeito será de -3,90%. Atualmente, a Energisa Mato Grosso atende a aproximadamente 1,65 milhões de clientes.

O diretor-presidente da companhia, Gabriel Alves Pereira Júnior, explica que o preço da tarifa é resultado também de um trabalho austero e planejado, com equilíbrio para clientes e investidores – característica da Energisa, que hoje é um dos maiores grupos do setor elétrico do país.

“Investir de forma planejada nos dá a tranquilidade de dizer que nós estamos correndo junto com Mato Grosso, para que a nossa região esteja pronta para crescer ainda mais. Estamos aplicando R\$ 1,2 bilhão no estado só em 2024. É um investimento recorde. Deste total, cerca de R\$ 400 milhões vão para a ampliação de redes e construção de sete novas subestações, além do aumento da capacidade de distribuição em outras 24 – garantindo mais qualidade no fornecimento no campo e na cidade”, reforçou o diretor.



A tarifa terá redução média de 4,40%, passando a valer desde segunda-feira

## FACILIDADE

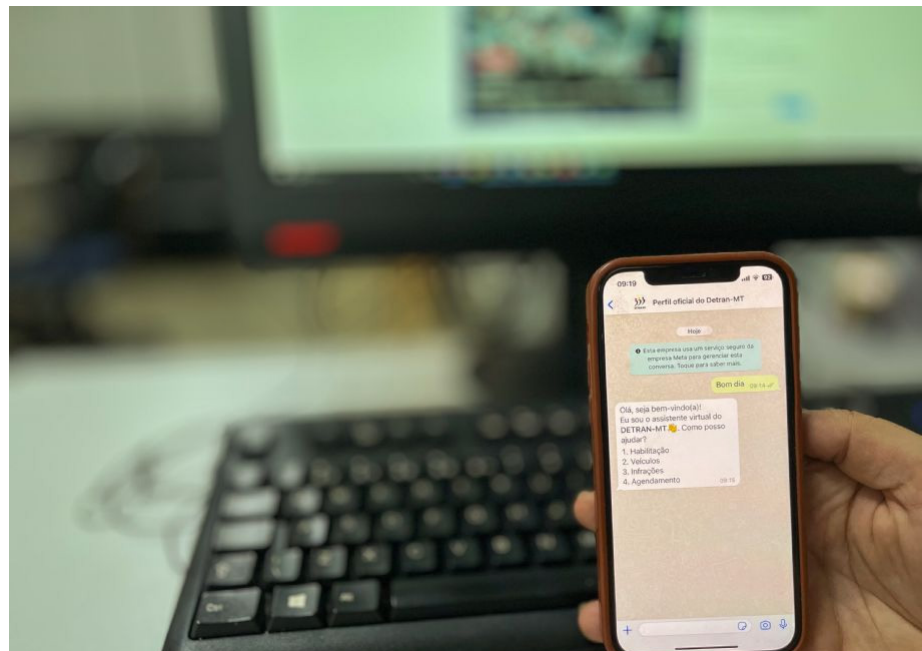
## Detran-MT cria canal de atendimento pelo WhatsApp

Da Assessoria

Foto Divulgação

O Departamento Estadual de Trânsito do Mato Grosso (Detran-MT) possui mais um canal de atendimento ao cidadão: o atendimento via WhatsApp pelo número (65) 9 9933-9318. O canal fornece respostas para as perguntas feitas com mais frequência, sendo uma alternativa para quem tem dificuldades para acessar o site oficial do órgão, e que, por ser automatizado, funciona 24 horas por dia, inclusive aos finais de semana e feriados. Segundo o presidente do Detran-MT, Gustavo Vasconcelos, as novidades vão além. “A seguir, em um segundo momento, incluiremos disparos de aviso aos motoristas quando sua CNH ou o licenciamento do veículo estiver perto de vencer; em um terceiro momento, também pretendemos incluir alguns

serviços mais simples, como solicitação de segunda via de CNH, e taxas diversas”, explicou. “Hoje o cidadão, para buscar informações junto ao Detran-MT, já conta com o atendimento presencial, com o aplicativo MT Cidadão, com o atendimento do Disque Detran por e-mail e telefone, e agora, também, o atendimento pelo Whatsapp, que vai ficar sob a responsabilidade do Disque Detran, mas como um perfil de atendimento automatizado”, enumera o presidente. O canal de respostas automáticas funciona 24 horas por dia, somente por mensagem. Já o Disque Detran pode ser utilizado pelos cidadãos por meio do telefone (65) 3615-4800 ou pelo e-mail: disquedetran@detran.mt.gov.br, de segunda a sexta-feira, das 8h às 16h.





DADOS DO IBGE

A PESQUISA TAMBÉM APONTA O NÚMERO DE ÓBITOS E MT OCUPA O 7º LUGAR NO RANKING NACIONAL COM MENOR TAXA DE MORTALIDADE.

# Contrariando a estatística nacional, cresce o número de nascimentos em MT

Suzana Ataíde

Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), divulgados no último dia 27/03, Mato Grosso registrou 59.454 nascimentos em 2022, em comparação com o ano anterior esse dado representa um aumento de 1,8%. Contrariando a estatística nacional, MT é o segundo estado que registrou aumento na taxa de natalidade.

No Brasil foram 2,54 milhões de nascimentos registrados em 2022, em comparação com o ano de 2021, a estatística teve uma queda de 3,5%, quando foram registrados 2,63 milhões de nascimentos, sendo este o quarto recuo consecutivo e chegou ao menor nível desde 1977.

Ainda conforme os dados do IBGE, todas as regiões do país registraram uma queda nos registros de nascimento em 2022, porém, o percentual foi superior à média nacional: o Nordeste registrou -6,7%; o Norte -3,8%; o Sudeste -2,6%; o Sul -0,7% e por fim a região Centro-Oeste registrou uma queda de -1,6%.

Em todo o país, Mato Grosso e Santa Catarina foram os únicos estados que registraram um aumento de natalidade.

SC teve um aumento de 2% e MT registrou um aumento de 1,8% com 59.454 nascimentos.

## Taxa de mortalidade

Além do registro de nascimento, a pesquisa também aponta o número de óbitos, o Brasil registrou uma diminuição de 15,8% nas mortes em 2022 em comparação com o ano anterior. Já Mato Grosso acompanha a estatística nacional e registra uma queda considerável de 20,8% no número de óbitos e ocupa o 7º lugar no ranking nacional dentre as unidades federativas com menor taxa de mortalidade.

A pesquisa também aponta as mortes por causas externas no estado, quando há alguma violência, acidentes e/ou agravos não naturais intencionais, que representaram 10,7% do total em 2022. Apesar do índice ser baixo, em comparação com a estatística nacional, Mato Grosso

está entre os líderes do ranking, junto com Amapá (13,8%), Tocantins (11,8%), Roraima (11,2%), e Pará (10,3%).

Foto Divulgação



Em todo o país, Mato Grosso e Santa Catarina foram os únicos estados que registraram um aumento de natalidade

TRANSMITIDO POR MOSQUITO

## Vigilância emite alerta para risco de Febre Oropouche em Cuiabá

Da Redação

O Centro de Informações Estratégicas de Vigilância em Saúde (CIEVS), emitiu alerta na tarde da última terça-feira (2), sobre o risco crescente de Febre Oropouche (FO). Medida tem como objetivo reforçar a vigilância e detecção precoce de casos suspeitos em Cuiabá e surge em resposta aos diversos surtos da doença registrados em várias regiões, incluindo o Brasil, Equador, Guiana Francesa, Panamá, Peru e Trinidad e Tobago ao longo de 2024. Nenhum caso

foi registrado até o momento na Capital e no estado. Os surtos afetam pessoas de todas as idades e gêneros, sendo as crianças e jovens os mais impactados. No Brasil, até o dia 24 de fevereiro deste ano, foram detectadas 2.104 amostras positivas do vírus, a maioria concentrada na região Norte, principalmente no Amazonas. Apesar disso, casos isolados em outras regiões, como no Rio de Janeiro com histórico de viagem ao Amazonas e 9 casos confir-

mados no Pará, ressaltam a importância da vigilância e detecção precoce da doença.

A Febre Oropouche é uma doença causada por um arbovírus, transmitido pela picada de mosquitos vetores do gênero *Culicoides* paraensis e *Culicoides insignis*, conhecidos como “maruim” ou “porvinha”. Os sintomas incluem febre súbita, dor de cabeça, dor muscular, dor articular, tontura, sensibilidade à luz, náuseas, vômitos e, em casos

mais graves, complicações no sistema nervoso central e manifestações hemorrágicas. É importante considerar a Febre Oropouche em pacientes com esses sintomas, especialmente quando os exames para Dengue, Chikungunya e Zika apresentam resultados negativos. As medidas de prevenção e controle visam diminuir a proliferação do mosquito vetor, incluindo a eliminação de locais onde eles se reproduzem e descansam, como áreas úmidas e ricas em matéria

orgânica. A limpeza urbana, saneamento e uso de repelentes são essenciais para o controle do vetor. Qualquer caso suspeito da doença deve ser comunicado à Vigilância Epidemiológica de Cuiabá em até 24 horas, por meio do WhatsApp (65) 99206-8618. Para viajantes que apresentem os sintomas, é importante procurar assistência médica, relatando o trajeto da viagem, especialmente se incluir áreas afetadas pela Febre Oropouche.

# Pessoas poderão registrar em cartório interesse de doar órgão

DA REDAÇÃO

Reprodução

Um documento legal, digital e gratuito, disponível 24 horas por dia, sete dias por semana por meio de qualquer dispositivo com acesso à internet pode ser a solução que faltava para o Brasil superar antigos entraves e salvar a vida de mais de 42 mil pessoas que aguardam na fila da doação de órgãos e tecidos no país.

Agora, doar órgãos está mais fácil, rápido e seguro. O presidente do Conselho Nacional de Justiça (CNJ), ministro Luís Roberto Barroso, e o corregedor Nacional de Justiça, ministro Luis Felipe Salomão, lançaram a campanha “Um Só Coração: seja vida na vida de alguém”, e quem desejar ser um doador de órgãos poderá manifestar e formalizar a sua vontade por meio de um documento oficial, feito digitalmente em qualquer um dos 8.344 cartórios de notas do Brasil.

A ideia é que a vontade do doador prevaleça, mesmo após a morte, por meio de um documento digital. Esse novo recurso se chama AEDO (Autorização Eletrônica de Doação de Órgão, Tecidos e Partes do Corpo Humano).

Conforme dados da Secretaria de Estado de Saúde, de janeiro até o dia 29 de fevereiro foram captadas 60 córneas e realizados 53 transplantes de córneas no Estado.

Desenvolvida pelo Colégio Notarial do Brasil – Conselho Federal (CNB/CF), entidade que reúne os cartórios de notas de todo o país, a autorização eletrônica estará disponível gratuitamente pelo site [www.aedo.org.br](http://www.aedo.org.br) e por meio da Central Nacional de Doadores de Órgãos, que ficará disponível para consulta via CPF do falecido pelos responsáveis do Sistema Nacional de Transplantes, do Ministério da Saúde.

Pela legislação vigente, quem autoriza a doação em caso de morte encefálica é a família do cidadão, que precisava estar ciente da intenção da pessoa em doar seus órgãos e/ou tecidos. Com a AEDO, esta manifestação de vontade fica registrada em uma base de dados acessada pelos profissionais da Saúde, que terão em mãos a comprovação do desejo do falecido para apresentar a família no momento do óbito.

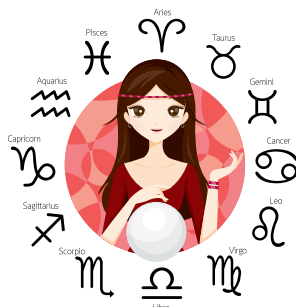


*A ideia é que a vontade do doador prevaleça, mesmo após a morte, por meio de um documento digital*

## Como funciona

Para realizar a Autorização Eletrônica de Doação de Órgãos, o interessado preenche um formulário diretamente no site [www.aedo.org.br](http://www.aedo.org.br), que é recepcionado pelo cartório de notas selecionado. Em seguida, o tabelião agenda uma videoconferência para identificar o interessado e coletar a sua manifestação de vontade. Por fim, o solicitante e o notário assinam digitalmente a AEDO, que fica disponível para consulta pelos responsáveis do Sistema Nacional de Transplantes. A plataforma está acessível 24 horas por dia, sete dias por semana, de qualquer dispositivo com acesso à internet.

# Lazer



## HORÓSCOPO

### ARIES- 21 de março a 20 de abril

A maneira como conduz seus projetos e suas relações de amizade estão intimamente conectadas com as emoções vividas na esfera familiar. Observe se há medos, carências e dependências do passado que interferem nas relações atuais. Você está apto a compreender esses afetos, resignificar e escolher como agir daqui por diante.

## PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Os objetos de Itu, em relação ao tamanho normal	As pessoas que demonstram segurança e decisão nas atitudes e palavras	Titânia, Oberon, Umbriel, Ariel, Francisco e Miranda (Astr.)	Conto infantil
Tratamento relaxante indicado à mulher que trabalha de salto alto	Inscrição em lápides	Bruce (?), ator e mestre de artes marciais	Delegacia de Desobediência de (?): atende o Disque-Desaparecidos
Seguir sem vacilar em busca de algo	(?) de Cristo: o Santo Sudário	A vogal do meio	Tecido brilhante de vestidos de festa
Pastilhas medicamentosas	"Mundial", na sigla OMS	Telúrio (símbolo)	O Sargento Tainha, por seus hábitos alimentares (HQ)
(?) compacto, item da necessidade feminina	Déjà-(?), impressão de já ter visto algo	Senhor (abrev.)	Símbolo da marca registrada
Colônia de insetos como as saúvas	Que pertence a ele	Capacidade de Dumbo (Cin.)	Marreca comum no Brasil
Juntado como par São: incólume	Converse com Deus	Palavra, em francês	"It Will (?)", sucesso de Bruno Mars
Veículo produzido pelo estaleiro	Dispositivos de usinas nucleares	Letra no uniforme do Super-homem	Conteúdo do colchão inflável

BANCO

3/mot — np — she, 4/rain, 5/irre, 6/guioso, 8/mortalha, 10/paradeiros,

64

## DICAS

# 5 dicas para pacientes com artrose frequentarem a academia

A artrose é uma condição degenerativa que impacta as articulações do corpo, levando ao desgaste da cartilagem que cobre as extremidades dos ossos. Com isso, pode haver dor, inchaço, rigidez e até mesmo limitação do movimento das articulações afetadas.

Dicas para pacientes com artrose

Abaixo, o Dr. David Gusmão lista 5 dicas para quem tem artrose e deseja frequentar a academia. Confira!

1. Busque orientação de profissionais de saúde

Consultar um especialista antes de iniciar qualquer programa de exercícios é importante para garantir que o treino seja seguro para a sua condição específica.

2. Leve em consideração a gravidade da artrose

Se a artrose for mais grave, opte por exercícios de baixo impacto, como natação, ciclismo e caminhada, que colocam menos pressão sobre as articulações.

3. Opte por exercícios de fortalecimento muscular

Foque em exercícios de fortalecimento muscular para proteger as articulações afetadas pela artrose.

4. Se aqueça antes de começar o treino

Realize um aquecimento adequado antes do treino e alongamento após a atividade física para reduzir o risco de lesões.

5. Fique atento às dores

Não hesite em comunicar sobre qualquer desconforto ou dor durante os exercícios aos profissionais responsáveis pelo acompanhamento.

Benefícios de frequentar a academia  
Para aqueles que sofrem com a artrose, a ideia de frequentar uma academia pode parecer assustadora. No entanto, com a orientação certa e uma abordagem personalizada,

## CULINÁRIA / Bolo de milho rápido

### INGREDIENTES

- 1 lata de milho verde escorrido
- 3 ovos
- 1 medida da lata de flocão de milho
- 1 medida de lata de açúcar
- 1 medida da lata de leite
- ½ medida da lata de óleo
- 1 colher de sopa de fermento para bolo

### MODO DE PREPARO

Bata, no liquidificador, o milho com o leite, o açúcar, o flocão de milho, o óleo e os ovos até ficar homogêneo. Adicione o fermento e misture delicadamente com o auxílio de uma colher ou espátula. Despeje a massa em uma forma untada e enfarinhada. Asse em forno médio, pré-aquecido, por cerca de 30 minutos ou até assar por completo.



## ALIMENTANDO A ALMA

"Conservem-se livres do amor ao dinheiro e contentem-se com o que vocês têm, porque Deus mesmo disse: "Nunca o deixarei, nunca o abandonarei". Podemos, pois, dizer com confiança: "O Senhor é o meu ajudador, não temerei. O que me podem fazer os homens?"

Hebreus 13:5-6

↑ SOBE

**COMPLEXO MULTIUSO DO OSMAR CABRAL FOI ENTREGUE PARA A COMUNIDADE**

A Prefeitura de Cuiabá entregou o Complexo Multiuso do bairro Osmar Cabral, um novo espaço público que promoverá a melhoria de qualidade de vida dos moradores do bairro e região. A promotora Maria Fernanda Corrêa da Costa, destacou a importância do complexo.

↓ DESCE

**CRISE: MEDIDAS INSUFICIENTES PARA PRODUTORES DE SOJA EM MATO GROSSO**

As medidas anunciadas pelo Ministério da Agricultura e Pecuária são consideradas insuficientes para conter a crise no setor agrícola de Mato Grosso.

O custo de produção excede a produtividade, criando preocupações sobre a capacidade dos produtores de cumprir compromissos de entrega.

# Sherlock

tonycgr@hotmail.com



*Promotora Maria Fernanda Corrêa da Costa*

# nm

## 580 NOITES

O presidente Lula passou 580 noites na cadeia, mas os jornalistas, principalmente da Rede Globo, não desconfiam de nada, não questionam sua inocência e ignoram os motivos que levaram ele ficar tanto tempo preso. O Bolsonaro passou duas noites na embaixada da Hungria, e a grande parte da imprensa considerou um absurdo, uma atitude repudiável para um ex-presidente, algo que pode leva-lo para cadeia, de acordo com alguns comentaristas. A Procuradoria Geral da República, a pedido do ministro Alexandre de Moraes, deve se manifestar em relação as falas do Bolsonaro sobre esses dois dias que ele passou na embaixada húngara.

## MENOS É MAIS SERÁ UMA DAS ATRAÇÕES DO FESTIVAL NA SERRA

JJá estão sendo entregues os abadás do Festival na Serra, que será realizado em 20 de abril na Lagoa das Conchas, em Chapada dos Guimarães. A venda dos ingressos já está no último lote por R\$ 390 (promocional) e R\$ 580 (inteira). O evento promete uma experiência única com shows de Zé Neto e Cristiano, Menos é Mais, Fábio Serra, GG na Voz e Bruno e Vinícius. As atrações começam a partir das 15h. Serão 30 estações de churrasco, que ficam disponíveis até às 19h, com os melhores cortes bovinos e suínos.



Reprodução