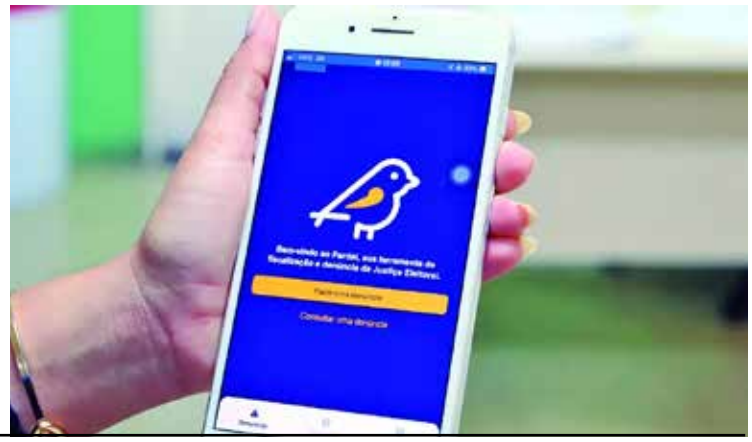
NOTÍCIA Max

WWW.**NOTICIAMAX**.COM.BR

ELEIÇÕES 2026

Pardal já registra mais de 130 denúncias de propaganda eleitoral irregular em MT. Ferramenta preserva dados do denunciante e teve aplicação de Inteligência Artificial incorporada à versão deste ano

PG.10



Notícia Max | EDIÇÃO 537 ● DATA 7 A 13 DE SETEMBRO DE 2026 FUNDADOR: **MAX FEITOSA MILAS**

TIME FORTALECIDO

ARRANCADA 20000

Max Russi prepara mega evento para lançamento de candidatura em Cuiabá

PG.06

PG.03

'NÃO TENHO SEDE DE PODER'

Pivetta afirma que propósito na política é servir e melhorar a vida dos mato-grossenses

PG.08

ACOLHIMENTO

Wellington propõe Programa Recomeço para ajudar mulheres a romper ciclo de violência

PG.09

PLANO DE GOVERNO

“A saúde precisa chegar onde as pessoas estão”, afirma Natasha Slhessarenko

PG.07

EDITORIAL

O equilíbrio financeiro nas eleições

Uma campanha curta, com novas regras, vem fazendo com que o pleito eleitoral esteja nas ruas, com cabos eleitorais, bandeiraços e outras formas de chamar a atenção do eleitor.

Ganha destaque as redes sociais e é aguardado o acirramento com o início dos programas eleitorais gratuitos, o que vem garantindo uma maior paridade entre os postulantes.

Nestas eleições os partidos e candidatos estão tendo que fazer um "ajuste fiscal" mais profundo para bancar os custos e fechar as contas das eleições. Mas a diferença nestas eleições está sendo na fiscalização. Quem não tem recursos financeiros, fará uma campanha equilibrada financeiramente em comparação a aquele que vinha falando que gastaria milhões para se eleger a prefeito. Com este nivelamento, como já havíamos dito, quem gastar mais saliva e sola de sapato sagrará vencedor nas urnas.

Os candidatos terão que se desdobrar para chamar atenção dos eleitores, que pelo que se nota, veem a eleição sem grandes interesses, mas para os políticos é prioridade. O equilíbrio deve ditar a regra do processo eleitoral. Quem achar que a lei é falha e estiver disposto a tentar colocar uma campanha não condizente com os gastos, com certeza terá sua candidatura impugnada já no período eleitoral, motivo pelo qual os candidatos com certeza possuem uma comissão fiscalizadora dentro da campanha. Esse grupo é incumbido de averiguar todo material possível que ganhará as ruas.

Ademais, estamos diante de uma oportunidade para os partidos exercerem seu espírito cívico, subordinando suas urgências eleitorais ao interesse mais amplo da sociedade.

Quem ignorar isso certamente se impõe como alternativa perigosa na hora do voto nas urnas.

Nesse contexto, o papel do eleitor é fundamental. É responsabilidade de cada cidadão avaliar as propostas dos candidatos de forma crítica, sem se deixar levar por discursos inflamados ou promessas vazias, e auxiliar a Justiça Eleitoral na fiscalização de possíveis abusos que podem ser perpetuados por alguns candidatos.

ARTIGO

Do Oz ao hoje: o "ser" espantalho

Quem nunca assistiu a O Mágico de Oz ou ouviu Over the Rainbow? Por trás da fantasia que atravessou gerações, existe uma pergunta cada vez mais atual: quanto de nós estamos dispostos a abandonar para sermos aceitos?

Vivemos uma época contraditória. Nunca se falou tanto em liberdade, autenticidade e protagonismo. Ao mesmo tempo, nunca pareceu tão necessário caber. Caber nas relações, nos grupos, nas redes sociais, no trabalho e, principalmente, nas expectativas do outro.

E, para caber, muita gente diminui a si mesma. É aí que encontro o Espantalho.

Na estrada de tijolos amarelos, ele acredita não possuir cérebro e procura o Mágico de Oz para receber aquilo que imagina lhe faltar. A ironia é que, durante a jornada, ele pensa, encontra soluções e ajuda os companheiros. Seu problema não é falta de inteligência, mas não reconhecer aquilo que já possui. Quantos "espantalhos" circulam entre nós?

Pessoas inteligentes que deixaram de pensar por si mesmas. Gente que apagou características próprias para agradar. Que mudou o jeito de vestir, falar, sonhar, amar e até de se posicionar porque alguém determinou qual versão dela seria mais conveniente.

A psicanalista Margaret Mahler, ao estudar o processo de separação-individuação, abordou a construção da identidade e o reconhecimento de si como alguém diferenciado do outro. Embora sua teoria esteja ligada às primeiras fases do desenvolvimento, ela deixa uma provocação também para a vida adulta: onde termina o desejo do outro e começa o nosso?

Talvez muitos adultos ainda estejam tentando descobrir. Existe uma diferença enorme entre compartilhar a vida com alguém e entregar a essa pessoa o direito de definir quem devemos ser. Amar não deveria significar desaparecer. Pertencer não deveria exigir a renúncia da própria identidade.

O Espantalho contemporâneo não está parado em uma plantação. Ele trabalha, ama, sorri, publica fotografias e aparentemente pertence. Mas pode existir, por trás dessa aparência, alguém tão ocupado em ser aceito que já não sabe mais quem é.

O Leão buscava coragem. O Homem de Lata queria um coração. Dorothy desejava voltar para casa. Todos procuravam fora algo que precisavam reconhecer dentro de si. E nós fazemos diferente?

Quantas vezes perdemos a coragem para não perder alguém? Quantas vezes sacrificamos o amor-próprio em nome do amor? Quantas vezes silenciamos o que pensamos porque discordar poderia desagradar?

Há relações que não querem companhia, querem obediência. Há ambientes que chamam de pertencimento aquilo que, na verdade, é submissão. E há pessoas que dizem amar você, desde que continue sendo exatamente aquilo que elas esperam. Isso não é pertencimento. É desaparecimento.

Nenhum Mágico de Oz devolverá a identidade de quem passou anos pedindo autorização para existir. O caminho de volta exige consciência, limites e coragem para frustrar expectativas que nunca deveriam ter definido quem somos.

Talvez "não há lugar como o nosso lar" seja muito mais do que uma frase sobre voltar para casa. Nosso primeiro lar somos nós. E, se para permanecer ao lado de alguém você precisa abandonar esse lar, talvez seja hora de perguntar: quem está vivendo a sua vida enquanto você tenta caber na vida dos outros?

Divulgação

Kamila Garcia é bacharel em Língua Portuguesa e Literatura Brasileira, especialista em Psicanálise

NOTÍCIA MAX

DIRETORA
GRAZIELLE FEITOSA MILAS

JORNALISTA RESPONSÁVEL
LUIZ A. FEITOSA - DRT 1006

LOGÍSTICA E DISTRIBUIÇÃO
Darci Abílio

JORNALISTA
VALDEMAR FÉLIX - DRT 1008/MT

FUNDADOR
MAX FEITOSA MILAS - IN MEMORIAN

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

N M PUBLICIDADE LTDA - CNPJ 57.409.379/0001-05Endereço : Rua Primavera, N. 286 | Bairro: Bosque da saúde - CEP 78050-030

DIA 9 DE SETEMBRO

Max Russi prepara mega evento para lançamento de candidatura em Cuiabá

O evento, batizado de “Arrancada 20000”, está marcado para começar às 19h, na Musiva, em Cuiabá

Da Redação

O deputado estadual Max Russi (Podemos), presidente da Assembleia Legislativa de Mato Grosso (ALMT), realiza na próxima quarta-feira (9) em Cuiabá, o lançamento de sua campanha à reeleição.

O evento, batizado de “Arrancada 20000”, está marcado para começar às 19h, na Musiva, em Cuiabá, e deve reunir apoiadores, lideranças políticas e integrantes da campanha do parlamentar.

A mobilização faz parte da agenda eleitoral de Max Russi, que iniciou uma série de grandes eventos pelo Estado. Em agosto, Max já havia realizado um adesivaço em Cuiabá.

O lançamento na capital será o segundo grande ato da campanha de Max. No último sábado (29), mais de 2 mil pessoas participaram do lançamento realizado em Jaciara, município onde o parlamentar iniciou sua trajetória política.

O evento mostrou a força das alianças construídas pelo parlamentar. Participaram o governador Otaviano Pivetta (Republicanos), candidato à reeleição, e a deputada estadual Janaina Riva (MDB), candidata ao Senado. Além disso, estiveram presentes candidatos a deputado federal, prefeitos, vice-prefeitos, vereadores e lideranças políticas do Vale do São Lourenço.

Ao falar sobre a presença de aproximadamente 3 mil pessoas, Max se emocionou e agradeceu o apoio recebido no município.

“É inexplicável. O coração está cheio de alegria e emoção. Foi único, realmente especial. Só tenho gratidão pelo amor, pelo carinho e por cada abraço. Tudo o que Jaciara me proporcionou faz parte de onde estou hoje. Eu devo muito a Jaciara e ao Vale do São Lourenço e quero retribuir tudo isso com muito mais trabalho”, declarou.

O lançamento em Jaciara abriu uma sequência de três grandes mobilizações da campanha de Max Russi à reeleição. Depois do Vale do São Lourenço, o parlamentar realizará um novo ato em Cuiabá, no dia 1º de setembro. Em seguida, a campanha segue para Confresa, no dia 11 de setembro, reunindo apoiadores e lideranças da região do Araguaia.

Agora, depois do lançamento Cuiabá, a campanha segue para Confresa, no dia 11 de setembro, com mais um grande ato regional. Durante as reuniões, Max tem destacado que pretende manter a presença nos municípios e a parceria com as lideranças locais. O parlamentar defende que as demandas de cidades menores tenham espaço nas decisões estaduais e reforçou a atuação municipalista como uma das prioridades de seu trabalho. À frente da Assembleia Legislativa, Max mantém uma relação próxima com o funcionalismo público e tem colocado a valorização e a defesa dos servidores entre as prioridades de sua gestão. A atuação no Parlamento também é reconhecida pelos próprios servidores, que reforçaram durante o encontro a confiança no trabalho desenvolvido pelo deputado.

Reprodução

A mobilização faz parte da agenda eleitoral de Max Russi, que iniciou uma série de grandes eventos pelo Estado

APARÊNCIA

Busca de homens por cirurgias plásticas cresce 95% em seis anos

Dados da ISAPS revelam avanço da estética masculina; cirurgião plástico aponta mudança no perfil dos pacientes

Da Redação

A presença masculina nos consultórios de cirurgia plástica vem crescendo nos últimos anos e acompanha uma mudança na forma como os homens enxergam o cuidado com a própria aparência. Dados da International Society of Aesthetic Plastic Surgery (ISAPS), divulgados em janeiro de 2026, mostram que o número de procedimentos estéticos realizados em pacientes homens aumentou 95% entre 2018 e 2024.

Somente em 2024, os homens foram responsáveis por 16,1% dos procedimentos estéticos realizados no mundo, o equivalente a cerca de 2,8 milhões de intervenções.

Entre os procedimentos mais realizados nesse público estão a cirurgia das pálpebras, blefaroplastia e a cervicoplastia, voltada à correção da flacidez na região do pescoço.

Para o cirurgião plástico Vidal Guerreiro, mestre em Cirurgia Plástica pela Unifesp e membro titular da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica, o aumento da procura acompanha uma mudança cultural na relação dos homens com a estética. Se antes os procedimentos cirúrgicos eram frequentemente associados apenas ao público feminino, hoje a busca por melhorias na aparência é encarada por muitos pacientes como parte do cuidado pessoal.

"Os homens têm chegado ao consultório querendo melhorar alguns pontos que incomodam, mas sem mudar quem são. A busca é por resultados sutis, que mantenham as características de cada rosto e façam com que o paciente continue se reconhecendo depois do procedimento", explica.

Entre as intervenções procuradas por pacientes masculinos estão a blefaroplastia – cirurgia das pálpebras, a cervicoplastia – cirurgia de lifting de pescoço e o lifting facial – cirurgia facial. As indicações variam de acordo com as características e necessidades de cada paciente. A blefaroplastia, por exemplo, pode corrigir o excesso de pele e as bolsas nas pálpebras, enquanto a rinoplastia pode ter finalidade estética, funcional ou ambas. Já procedimentos como a cervicoplastia e o lifting facial são indicados para casos em que há maior flacidez, especialmente no pescoço e na face. Apesar das diferenças entre as técnicas, Vidal observa um ponto em comum entre os pacientes: a preocupação em evitar mudanças excessivas. A intenção, segundo ele, é corrigir sinais específicos do envelhecimento ou características que incomodam, mantendo a harmonia e a identidade do rosto.

A evolução das técnicas cirúrgicas também contribuiu para ampliar as possibilidades de tratamento. Com abordagens cada vez mais individualizadas e planejamento voltado às características de cada paciente, os procedimentos podem ser indicados de acordo com o grau de alteração e os objetivos de cada pessoa.

"Hoje, o cuidado com a aparência já é algo muito mais natural entre os homens. Eles estão mais à vontade para procurar um procedimento quando existe alguma coisa que os incomoda e entendem que isso também pode contribuir para a autoestima e o bem-estar. O mais importante é que cada caso seja avaliado individualmente e que o resultado respeite as características de cada paciente", afirma o cirurgião.

Entre as intervenções procuradas por pacientes masculinos estão a blefaroplastia – cirurgia das pálpebras, a cervicoplastia – cirurgia de lifting de pescoço

OUVINDO A POPULAÇÃO

“Sempre fiz política perto do povo e é assim que quero continuar”, afirma Juca

Juca vem se destacando nas pesquisas eleitorais, figurando entre os dez candidatos mais lembrados pelos eleitores

Da Redação

O deputado estadual Juca do Guaraná (PSDB) reuniu moradores e apoiadores em um adesivaço realizado na comunidade de Sangradouro, em Santo Antônio de Leverger. A mobilização resultou na adesivagem de mais de 100 veículos.

Juca vem se destacando nas pesquisas eleitorais, figurando entre os dez candidatos mais lembrados pelos eleitores. Ele destaca que recebe os números com responsabilidade e como um incentivo para manter o ritmo de trabalho. Segundo ele, a lembrança dos eleitores representa o reconhecimento de uma trajetória construída com atuação próxima aos municípios e diálogo constante com a população.

“É um reconhecimento que reforça nosso compromisso de continuar trabalhando por Mato Grosso, sempre ouvindo a população e buscando resultados concretos”, declarou o deputado.

O adesivaço realizado em Santo Antônio contou com a presença da prefeita Francieli Magalhães, que acompanhou a mobilização ao lado de Juca e participou do encontro com moradores e lideranças da região.

Ao longo da tarde, famílias passaram pelo local para conversar, registrar o momento e participar do adesivaço. Para Juca, a mobilização em Sangradouro foi marcada pela emoção e pelo carinho recebido da população.

“Confesso que fiquei muito emocionado com o que vivi aqui. Ver tanta gente chegando, participando e demonstrando carinho é algo que toca o coração da gente. Sangradouro mostrou uma força muito bonita e eu saio daqui ainda mais motivado para seguir nessa caminhada”, afirmou o deputado.

A participação da prefeita Francieli também foi destacada por Juca, que ressaltou a parceria e a importância de lideranças municipais próximas da população.

“É muito importante estar aqui ao lado da prefeita Francieli, conversando com as pessoas e sentindo de perto a energia da comunidade.

Essa união e esse diálogo são fundamentais para que a gente possa continuar buscando melhorias e trabalhando por Santo Antônio de Leverger e por todo Mato Grosso”, destacou.

Em uma comunidade de pequeno porte, a adesivagem de mais de 100 veículos foi considerada uma demonstração de participação popular. Para Juca, no entanto, o momento mais marcante foi a oportunidade de estar próximo dos moradores e ouvir as demandas da comunidade. “Os números mostram a dimensão da mobilização, mas o que mais me marcou foram os abraços, as conversas e o carinho das pessoas. É isso que me move. Eu sempre fiz política perto do povo e é assim que quero continuar: presente, ouvindo e trabalhando para levar resultados a quem mais precisa. Essa mobilização em Sangradouro, que é a comunidade que faz parte de toda a minha trajetória de vida, é muito especial”, concluiu.

Reprodução

Deputado Juca do Guaraná esteve na comunidade Sangradouro, em Santo Antônio de Leverger

SAÚDE MENTAL

Setembro Amarelo reforça importância da prevenção e do acolhimento

A campanha busca ampliar o diálogo sobre saúde mental, reforçando a importância do acolhimento

Da Redação

Por mais que esse tema pareça já suficientemente explorado, é assustador os números de casos de suicídio e depressão que seguem marcando presença em nossa sociedade. Uma sociedade que reconhecemos que está doente, por apresentar inúmeros sintomas, mas também não sabemos de que forma agir para conter os desdobramentos disso tudo. Por trás de um sorriso, muitas vezes é difícil ler a dor do outro.

É esse silêncio que a campanha Setembro Amarelo tenta romper, todos os anos, desde que a cor amarela se tornou sinônimo de um compromisso: o de olhar para quem, muitas vezes, aprendeu a esconder a própria dor. A campanha busca ampliar o diálogo sobre saúde mental, reforçando a importância do acolhimento, da escuta e da busca por ajuda diante de situações de sofrimento emocional.

Lembre-se: você não está sozinho! Esteja atento a quem está ao seu redor, ofereça escuta sem julgamentos e incentive a busca por ajuda. Neste Setembro Amarelo, a empatia e o cuidado podem fazer a diferença.

O dia 10 de setembro marca o Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio, instituído pela Associação Internacional para a Prevenção do Suicídio e endossado pela Organização Mundial da Saúde (OMS).

A data existe para lembrar governos e sociedade civil de uma responsabilidade coletiva: falar sobre suicídio não aumenta o risco – o silêncio, sim.

Todos devem atuar ativamente na conscientização da importância que a vida tem e ajudar na prevenção do suicídio, tema que ainda é visto como tabu. É importante falar sobre o assunto para que as pessoas que estejam passando por momentos difíceis e de crise busquem ajuda e entendam que a vida sempre vai ser a melhor escolha.
A campanha nasceu de uma história pessoal. Em setembro de 1994, nos Estados Unidos, o jovem Mike Emme tirou a própria vida aos 17 anos.
Ele dirigia um Mustang amarelo, e no dia do velório, familiares e amigos distribuíram cartões com fitas da mesma cor e frases de incentivo, endereçadas a quem também pudesse estar enfrentando um sofrimento invisível.

O gesto se espalhou e, décadas depois, tornou-se movimento global.

No Brasil, o Setembro Amarelo foi adotado em 2015 pelo Centro de Valorização da Vida (CVV), pelo Conselho Federal de Medicina (CFM) e pela Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP).

Mais do que uma data no calendário, a campanha trabalha para reduzir o estigma em torno da saúde mental por meio de informação responsável – o tipo de informação que educa sem sensacionalizar.

Um dos maiores equívocos sobre o suicídio é tratá-lo como acontecimento súbito. Na prática, ele costuma ser o desfecho de um processo prolongado de sofrimento, no qual a pessoa começa a cogitar a ideia, elabora pensamentos recorrentes e, em alguns casos, chega a planejar o ato.

Esse percurso – silencioso, mas identificável – é também a maior janela de oportunidade para intervenção.

Reprodução

PLANO DE GOVERNO

“A saúde precisa chegar onde as pessoas estão”, afirma Natasha

Candidata apresenta propostas para reduzir filas na saúde e ampliar atendimento especializado em MT

Da Redação

A candidata ao Governo de Mato Grosso, Dra. Natasha Slhessarenko (PSD), defendeu a criação de uma fila única estadual, pública e auditável para consultas especializadas, exames e cirurgias.

“Vamos acabar com as filas que ninguém sabe a ordem, criar um sistema de regulação transparente e eficiente. Vamos fazer mutirões de exames e consultas com médicos especialistas por todo o estado de Mato Grosso”, afirmou Natasha no programa.

Pelo Plano de Governo, a Central Estadual de Regulação deverá permitir que cada paciente conheça sua posição na fila. O Estado deverá publicar ainda o tempo médio de espera por especialidade e região e estabelecer metas para sua redução. A proposta inclui um aplicativo da Secretaria de Estado de Saúde para que o cidadão acompanhe a evolução de seu atendimento.

Médica há mais de 30 anos e com atuação no Sistema Único de Saúde (SUS), Natasha relacionou as propostas à realidade que conhece tanto pela experiência profissional quanto pelo contato com pacientes que aguardam atendimento.

“A saúde de Mato Grosso está na UTI. Faltam médicos, unidades básicas de saúde, hospitais.

O resultado é uma espera sem fim para quem não pode esperar”, declarou.

MUTIRÕES E ESPECIALISTAS NO INTERIOR

Para enfrentar a demanda já acumulada, o Plano de Governo prevê mutirões regionais de exames e cirurgias eletivas, organizados prioritariamente pela rede pública, com ampliação temporária da capacidade dos hospitais estaduais e municipais e mobilização dos profissionais do SUS. A prioridade deverá ser dada às especialidades com as maiores filas e aos municípios que mais dependem da capital para conseguir atendimento.

Outra medida é ampliar a presença de especialistas nos hospitais regionais e municipais, por meio de atendimento presencial em sistema de rodízio e/ou on-line. Entre as especialidades citadas no documento estão urologia, cirurgia vascular, ortopedia, reumatologia e neurologia.

> “A saúde precisa chegar onde as pessoas estão”, reforçou Natasha.

Natasha afirma que sua experiência como médica está diretamente ligada à forma como pretende conduzir o Estado. “Sou médica e dediquei a minha vida a cuidar de pessoas.

Eu acredito que Mato Grosso pode fazer diferente, com uma governadora que cuide melhor da nossa gente.”

A saúde compõe a frente “Cuidado que salva vidas” do Plano de Governo 2027–2030. Além da fila única, dos mutirões e da ampliação do acesso a especialistas, o documento prevê fortalecimento da telessaúde, concurso público para profissionais da saúde, política para hospitais de pequeno porte, ampliação dos centros de diálise e da atenção oncológica regional, fortalecimento da saúde mental e auditorias nos contratos da Secretaria de Estado de Saúde.

Candidata defende sistema que permita ao paciente acompanhar sua posição e prevê mutirões regionais para enfrentar demanda reprimida por exames e cirurgias

'NÃO TENHO SEDE DE PODER'

Pivetta afirma que propósito na política é servir e melhorar a vida dos mato-grossenses

Na avaliação do governador, os anos à frente do Executivo permitiram alcançar resultados, mas também acumular aprendizados

Da Redação

O governador e candidato à reeleição Otaviano Pivetta (Republicanos), afirmou que não está na política em busca de poder ou vaidade, mas pela oportunidade de servir a Mato Grosso e transformar decisões em resultados para a população. Ele destaca a experiência acumulada durante os sete anos e meio em que participa da atual gestão estadual.

"Estamos trabalhando no governo há sete anos e meio, com muito resultado, aprendendo muito, inclusive sobre o que não fazer. Então, vamos trabalhar muito para melhorar a vida do povo mato-grossense", declarou.

Na avaliação do governador, os anos à frente do Executivo permitiram alcançar resultados, mas também acumular aprendizados sobre aquilo que precisa ser evitado na administração pública.

Ao defender a continuidade do trabalho à frente do Estado, Pivetta afirmou que quer governar para todos e manter Mato Grosso como um Estado realizador, com capacidade de investir e devolver à população aquilo que ela espera do poder público.

"Eu me sinto muito bem sem poder. Para mim, o poder, o único que me interessa, é o poder de fazer. Então, estou muito tranquilo, tenho vaidade zero. O que eu quero é a oportunidade de servir o meu Estado, o Estado que me deu tudo, que me permitiu escrever a história que eu escrevi a partir de Lucas do Rio Verde", pontuou.

Questionado sobre possíveis ataques dos adversários, Pivetta disse que não se sente incomodado e afirmou estar concentrado nas atividades de governo e na campanha eleitoral."Não tenho sentido os ataques. Estou focado no trabalho, em governar o Estado, e à noite em campanha junto com a Gisela Simona", afirmou, citando a candidata a vice-governadora de sua chapa.

"Não sofro, não me sinto atacado", completou.

Na avaliação do governador, Mato Grosso vive um momento melhor do que em períodos anteriores e a população estaria mais consciente sobre a trajetória política do Estado. Para o governador, essa experiência também define o objetivo que pretende alcançar à frente de Mato Grosso: fazer com que os resultados da gestão sejam percebidos diretamente pela população. Essa concepção de gestão passa, segundo Pivetta, por uma atuação próxima dos municípios e pela concentração de esforços naquilo que efetivamente melhora a vida das pessoas. Saúde, educação, segurança, infraestrutura, saneamento, qualificação profissional e desenvolvimento econômico estão entre as áreas consideradas prioritárias. "Eu sou município de corpo e alma. O povo mora no município. Depois vem o Estado. Quanto mais longe o poder, menos eficiente ele é. Isso é natural. Eu quero fazer o simples bem feito, dar condições para os municípios, dar publicidade aos nossos atos e fazer com que os órgãos façam os controles", afirmou.

Reprodução

"Eu me sinto muito bem sem poder. Para mim, o poder, o único que me interessa, é o poder de fazer. Então, estou muito tranquilo, tenho vaidade zero", afirma Pivetta

ACOLHIMENTO

Wellington propõe Programa Recomeço para ajudar mulheres a romper ciclo de violência

Uma das principais propostas do candidato é a criação do Programa Recomeço que deverá reunir proteção e medidas de autonomia econômica

Da Redação

O combate à violência contra a mulher é uma das prioridades do candidato ao governo do estado, senador Wellington Fagundes (PL). Diante dos casos que atingem famílias inteiras e deixam filhos órfãos e traumas permanentes, o candidato apresentou propostas para reforçar a prevenção e a segurança e, principalmente, criar condições para que as vítimas consigam romper definitivamente o ciclo de violência.

Uma das principais propostas é a criação do Programa Recomeço de Apoio às Mulheres Vítimas de Violência, que deverá reunir proteção e medidas de autonomia econômica.

"Vou ajudar a mulher a romper o ciclo de violência com apoio econômico. Vamos estimular o emprego e fornecer microcrédito para elas começarem o seu próprio negócio. Se necessário, ela terá auxílio-moradia temporário para sair do ambiente de violência com proteção e dignidade", afirmou Wellington.

As mulheres tiveram espaço no programa eleitoral do candidato. Nas ruas, elas relataram a preocupação com a violência e cobraram maior presença do poder público. "O agressor de mulher não terá vez. Eu vou ampliar a Patrulha Maria da Penha e as mulheres terão atendimento humanizado, com apoio psicológico e assistência social na capital e em todo o interior", disse Wellington.

Outra proposta apresentada é a criação da Secretaria da Mulher, que ficará responsável por coordenar as políticas públicas destinadas a elas e integrar ações de prevenção, proteção e autonomia econômica.
Wellington garantiu que o Governo vai acompanhar as famílias afetadas, agindo antes que as agressões resultem em tragédias.

O programa defendeu uma atuação que combine segurança, acolhimento e independência financeira.

"Quando a mulher é vítima de violência, não é apenas uma vida que se perde. Por trás disso se esconde uma outra tragédia: os filhos órfãos, famílias destruídas e traumas permanentes. Tudo isso pode ser evitado", destacou o programa.

DIVULGAÇÃO

"Vou ajudar a mulher a romper o ciclo de violência com apoio econômico. Vamos estimular o emprego e fornecer microcrédito para elas começarem o seu próprio negócio", destaca Wellington

TSE

Forças federais reforçarão segurança das eleições em 27 zonas de MT

Os ministros autorizaram requerimentos previamente aprovados pelos tribunais regionais eleitorais e governos estaduais

Agência Brasil

O Plenário do Tribunal Superior Eleitoral (TSE) aprovou, por unanimidade, na sessão administrativa desta terça-feira (01.09), o envio de forças federais para reforçar a segurança e garantir a ordem pública em 60 locais de votação de 27 zonas eleitorais de Mato Grosso e em 10 municípios de Mato Grosso do Sul durante o 1º turno das Eleições Gerais de 2026, marcado para 4 de outubro. Os ministros autorizaram requerimentos previamente aprovados pelos tribunais regionais eleitorais (TREs) e pelos governos estaduais.

O reforço tem o objetivo de garantir a segurança nos locais de votação onde houve solicitação de apoio, incluindo áreas com concentração de territórios indígenas.

As forças federais são compostas de militares do Exército, da Marinha e da Aeronáutica. Por essa razão, cabe ao Plenário do TSE apenas aprovar ou não a necessidade do apoio. Após a aprovação, os pedidos são encaminhados ao Ministério da Defesa, responsável pelo planejamento e pela execução das ações das Forças Armadas.

A requisição de força federal está prevista no Código Eleitoral e no Decreto nº 3.897/2001, que fixa diretrizes para o emprego das Forças Armadas na garantia da lei e da ordem. A matéria também é regulamentada pela Resolução TSE nº 21.843/2004, segundo a qual a atuação da força federal deve assegurar o cumprimento da lei e das decisões da Justiça Eleitoral, com o objetivo de garantir o livre exercício do voto, a normalidade da votação e a apuração dos resultados.

ELEIÇÕES 2026

Pardal já registra mais de 130 denúncias de propaganda eleitoral irregular em MT

Ferramenta preserva dados do denunciante e teve aplicação de Inteligência Artificial incorporada à versão deste ano

Agência Brasil

Desde o início do funcionamento do Pardal, ferramenta de denúncias de propaganda eleitoral irregular, em 16 de agosto deste ano, já foram feitos 132 registros com abrangência em Mato Grosso. O tipo mais frequente de denúncia, até o momento, é relacionado à propaganda na internet e o cargo mais denunciado é de deputado(a) estadual.

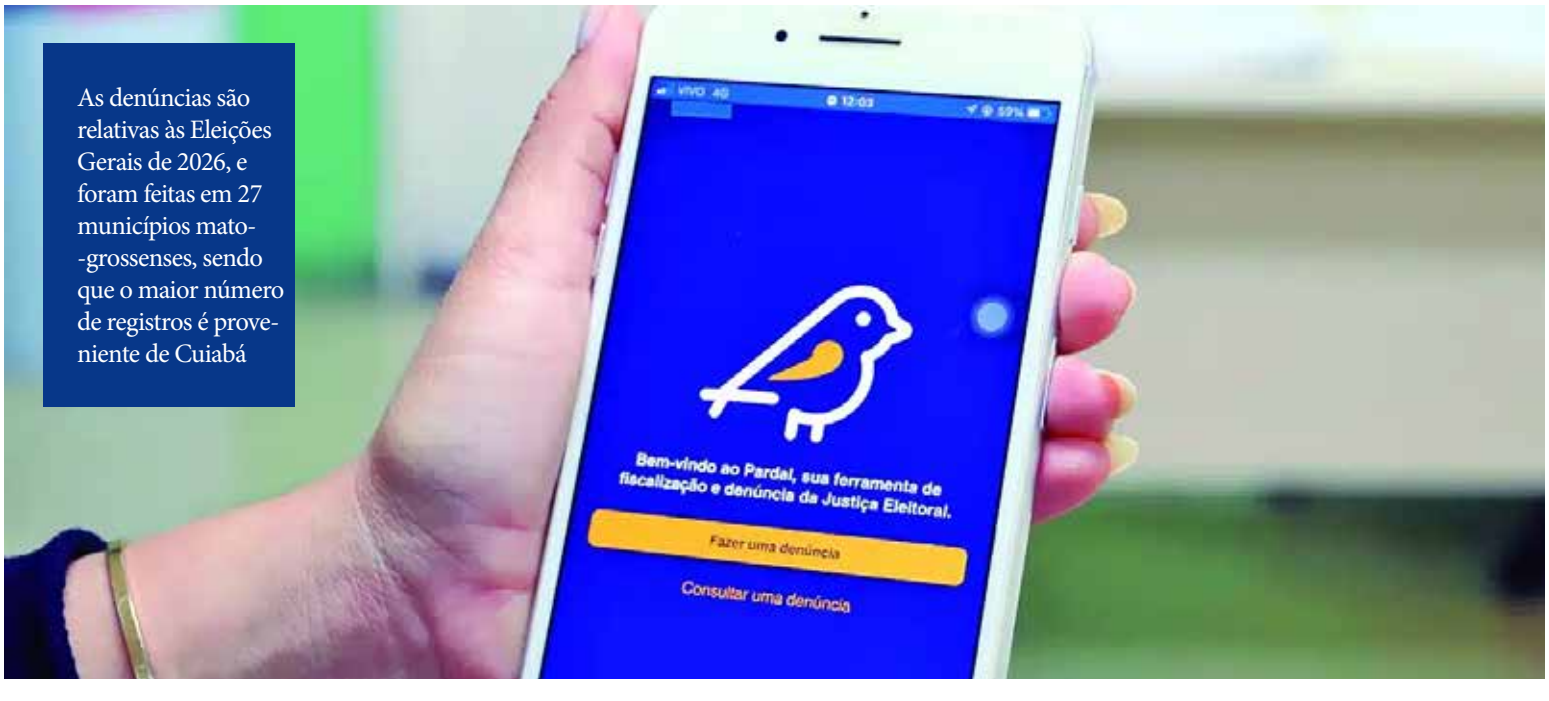
As denúncias são relativas às Eleições Gerais de 2026, e foram feitas em 27 municípios mato-grossenses, sendo que o maior número de registros é proveniente de Cuiabá (48); seguida da cidade de Sinop (25); de Rondonópolis (11); Tapurah (5); Poto dos Gaúchos, Tangará da Serra, Sapezal e Primavera do Leste (4 em cada um); Campo Novo do Parecis (3); Várzea Grande, Juína, Barra do Bugres, Poxoréu, Sorriso (2 em cada um); Chapada dos Guimarães, General Carneiro, Barra do Garças, Alto Garças, Alto Araguaia, Cáceres, Diamantino, Nova Mutum, Nobres e Cláudia (1 em cada um).

Já com relação ao tipo de irregularidade, o maior número de denúncias é de propaganda na internet (31); seguida de bens públicos (19); vias públicas (18); carro de som, minitrio e trio elétrico (11); outdoors e outdoors eletrônicos, distribuição de material gráfico e adesivos em automóveis (7 de cada); envio de mensagens, confecção, utilização ou distribuição de brindes, bens particulares (6 de cada); comícios e showmícios (5); alto-falantes e amplificadores de som (3); propaganda eleitoral em jornais e revistas, não informado e emissoras de rádio e televisão (2 de cada).

Entre os cargos em disputa, o de deputado(a) estadual lidera o ranking de denúncias, com 86 registros. Logo em seguida, há 26 denúncias envolvendo candidatos ao cargo de deputado(a) estadual, 9 relacionadas a partido/coligação/federação, 5 envolvendo o cargo de governador(a), enquanto os cargos de senador(a) e presidente possuem 3 registros, cada.

O Pardal é uma importante ferramenta de denúncias relacionadas à propaganda eleitoral irregular, por meio da qual o cidadão ou cidadã consegue comunicar possíveis irregularidades durante as campanhas eleitorais. Basta baixar o app no dispositivo móvel (celular ou tablet), nas extensões iOS ou Android.

A iniciativa contribui para fortalecer a participação popular, a transparência e a lisura do processo eleitoral.



As denúncias são relativas às Eleições Gerais de 2026, e foram feitas em 27 municípios mato-grossenses, sendo que o maior número de registros é proveniente de Cuiabá

DICAS | LAZER

Creatina para emagrecer é uma boa estratégia? Entenda como funciona

Sport Life

De forma geral, a creatina é um suplemento que fornece energia para os músculos e contribui para o desenvolvimento de fibras musculares. Detalhe que pode ser ingerida junto com fontes de carboidratos, como frutas, arroz e massas. Variedades que não são bastantes para eliminações de dúvida, por exemplo: pode tomar creatina para perder barriga?

SIM! PODE TOMAR CREATINA PARA PERDER BARRIGA

"Poder até pode, mas isso não quer dizer que a creatina vai te ajudar diretamente a minimizar a gordura localizada abdominal. A creatina na verdade age te dando mais força, faz com que as tuas células geram mais energia para te dar mais força.

E mais tônus durante o treino. Ou seja, vai aumentar mais a força durante os treinos e, consequentemente, você consegue melhorar a perda de gordura no modo geral e não especificamente no abdômen.

Então, pode tomar, sim!", destaca em entrevista exclusiva para o Sport Life a nutricionista e personal trainer Aline Becker.

Dessa maneira, Aline também pontua que há duas maneiras de tomar a creatina: em primeiro lugar é a quantidade de 5g e logo depois surge a indicação de uma vez ao dia.

Outro acréscimo de Becker é que por muito tempo as pessoas acreditaram que o horário ideal era junto com as principais refeições, porque haviam carboidratos, que liberam insulina e ajudam na absorção da creatina.

"Mas vários estudos atuais mostram que isso não é verdade. A grande ideia na verdade é tomar todos os dias, em um horário no qual você lembre de tomar e consiga criar esse hábito. A creatina age como um tratamento e por isso deve ser tomada todos os dias", adverte.

É de se lembrar que a partir da terceira semana depois do uso contínuo os resultados começam a aparecer, isto é, a força começa a ficar em evidência nos treinos.

O QUE FAZER PARA A CREATINA NÃO INCHAR A BARRIGA?

"Eu acho engraçado que quando falamos em creatina a retenção hídrica é a primeira coisa que vem para nossa cabeça. Isso tudo porque a creatina tem a função de levar água para dentro da célula e é justamente por conta disso que a resposta do organismo é o aumento de força e de tônus por conta do aumento de água. Então o ideal para evitar o inchaço é beber água, ter uma dieta anti-inflamatória e praticar exercícios físicos. Esse inchaço é muito comum, mas não é tão absurdo quanto as pessoas acham que é, pois quem sente esse inchaço geralmente é porque não bebe água o suficiente ou tem uma dieta equilibrada", detalha.

O QUE VOCÊ ACONSELHA ALÉM DA SUPLEMENTAÇÃO PARA PERDER BARRIGA?

"Uma dieta com restrição calórica e o aumento do gasto energético por meio dos exercícios físicos. Um adendo: é importante trabalhar o treino de força e o ganho de massa muscular para tonificar mais essa gordura, o que deixa a densidade muscular mais firme pelo treino de força para que conseguimos ter mais gasto calórico em repouso, pois quanto mais músculos no corpo nós temos mais nós conseguimos gastar calorias em repouso", encerra Aline Becker.

CULINÁRIA | Empadão vegetariano

Ingredientes • Massa 3 xícaras (chá) de farinha de trigo 1 colher (chá) de sal 3 colheres (sopa) de manteiga 3 colheres (sopa) de creme de leite 1/2 xícara (chá) de água fria Margarina e farinha de trigo para untar Recheio 1 cenoura picada 1 xícara (chá) de vagem picada 2 xícaras (chá) de brócolis em floretes 1 tomate picado 1 dente de alho picado 1 xícara (chá) de queijo mussarela ralado Sal a gosto.

Modo de preparo Para o recheio, cozinhe no vapor a cenoura, a vagem e o brócolis até amaciarem. Espere esfriar e junte com o tomate, o alho, a mussarela, tempere com sal e misture.

Para a massa, misture em uma tigela a farinha, o sal e a manteiga. Adicione o creme de leite e a água, aos poucos, até formar uma massa lisa e homogênea. Se preciso coloque mais água.

Divida a massa em 2 partes, abra com um rolo, forre uma fôrma de 24cm de diâmetro untada e enfarinhada com parte da massa, espalhe o recheio reservado e cubra com o restante da massa, feche as bordas, retire o excesso de massa, leve ao forno médio, preaquecido, por 35 minutos ou até assar. Espere amornar e desenforme.

Está pronto o seu empadão vegetariano!

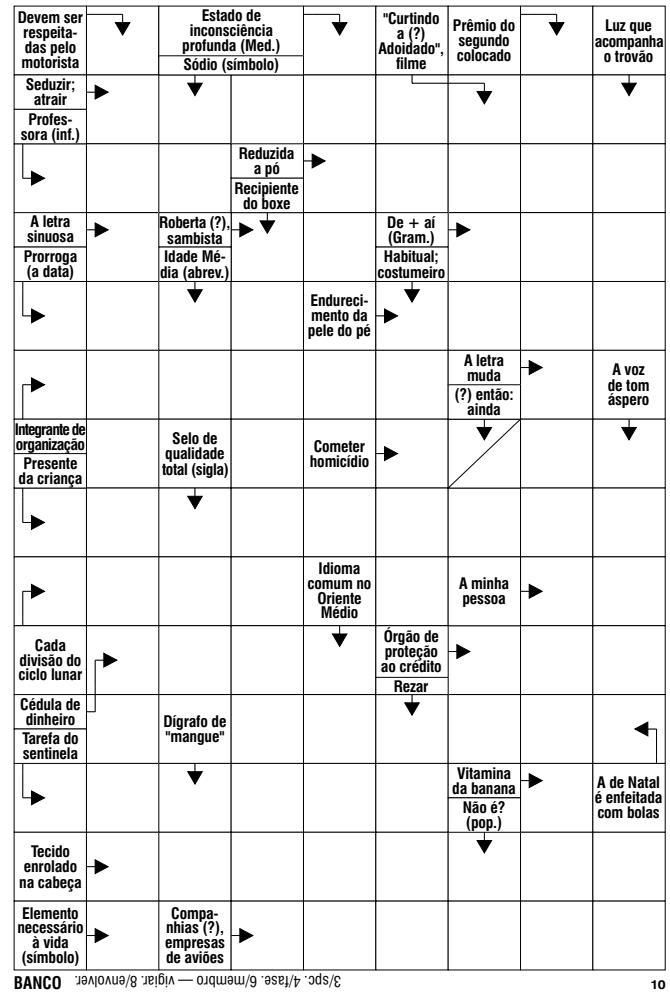
HORÓSCOPO

LEÃO
Uma pessoa te traz informações pertinentes e vai ajudá-lo a organizar as suas ideias com foco em projetos e parcerias. Essa mesma experiência pode se tratar de amigos ou de um relacionamento. Porém é preciso identificar mazelas emocionais e experiências que se apresentam confusas e que podem gerar confusão. Evite apelos emocionais.

ALIMENTANDO A ALMA

"E, depois disso, derramarei do meu Espírito sobre todos os povos. Os seus filhos e as suas filhas profetizarão, os velhos terão sonhos, os jovens terão visões. Até sobre os servos e as servas derramarei do meu Espírito naqueles dias. Joel 2:28-29

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL



BANCO 3/spc. 4/fase. 6/membro — vigiar. 8/envolver. 10

Reprodução

Prefeito de Cuiabá, Abilio Brunini

Prefeito amplia atendimento especializado

A Prefeitura de Cuiabá oficializou uma parceria com o Hospital Otorrino por meio do programa Fila Zero, iniciativa voltada à redução da espera por procedimentos especializados. O prefeito Abilio Brunini participou da solenidade ao lado da secretária municipal de Saúde, Deisi Bocalon, e outras autoridades. A parceria amplia a oferta de consultas, exames, procedimentos e cirurgias de otorrinolaringologia pela rede pública, dentro da estratégia de reduzir a demanda reprimida do SUS.

Festival transforma teatro em educação em Cuiabá

A etapa estadual da 21ª edição do Festival de Teatro para o Trânsito (Fetran) movimenta o Cine Teatro Cuiabá e reúne 20 espetáculos selecionados em diferentes regiões de Mato Grosso. As apresentações envolvem estudantes das categorias infantil, infantojuvenil e juvenil e utilizam o teatro como ferramenta de educação para o trânsito. A programação termina nesta sexta-feira (4), com avaliação dos jurados e cerimônia de premiação no Cine Teatro Cuiabá.

Prefeitura combate alagamentos no Jardim Paulista

A Prefeitura de Cuiabá iniciou a substituição de aproximadamente 84 metros de tubulação na Rua Governador José Fragelli, no Jardim Paulista. A intervenção busca solucionar um problema antigo de obstrução e transbordamento registrado principalmente durante o período de chuvas.

COLUNA SOCIAL

tonycgr@hotmail.com

SHERLOCKHOLMES

Divulgação

Território mato-grossense sendo destruído pelo fogo

Max Russi cobra reforço contra queimadas em MT

O presidente da Assembleia Legislativa de Mato Grosso, Max Russi, defendeu o fortalecimento do Corpo de Bombeiros e das brigadas municipais para melhorar a prevenção e o combate às queimadas no Estado. A manifestação ocorreu após incêndios registrados nesta semana, incluindo uma ocorrência de grandes proporções em Santo Antônio de Leverger, na região metropolitana de Cuiabá

Reprodução