



“Não iremos resolver todos os problemas com fiscalização”



16º CASO

Com vários deputados infectados Assembleia continua fechada

Valdir Barranco (PT) está intubado há mais de 20 dias em um hospital de São Paulo e Sílvio Fávero (PSL), intubado pouco mais de cinco dias no Hospital Amecor na Capital

A Assembleia Legislativa de Mato Grosso (AL-MT) continuou fechada na última semana e pode continuar nos próximos dias, já que agora a Casa tem três deputados infectados e outros servidores em isolamento por conta da infecção.

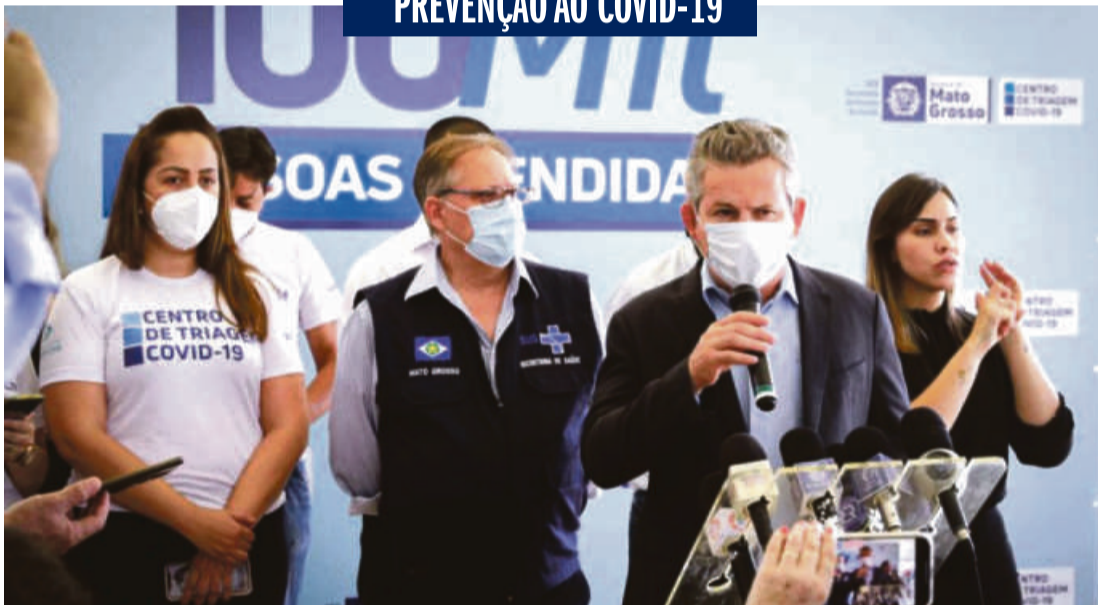
No dia 25 de fevereiro, a Presidência da Casa, anunciou o fechamento do local por 12 dias após o aumento de casos da doença. Porém, precisou se estender já que além de servidores infectados três deputados estão infectados, sendo que dois deles estão com o quadro de saúde mais agravado.

Conforme assessoria, Valdir Barranco (PT) está intubado há mais de 20 dias em um hospital de São Paulo e Sílvio Fávero (PSL), intubado pouco mais de cinco dias no Hospital Amecor na Capital. [Mais na página 4.](#)



Foto: Secom/ALMT

PREVENÇÃO AO COVID-19



Centro de triagem do Governo é referência no atendimento à população

O local fornece serviços de atendimento inicial a casos de covid-19, como forma de ajudar na atenção básica da Baixada Cuiabana - [Pág. 5](#)

INCERTEZAS PARA TODOS

Um ano da pandemia e retrato das suas consequências

Pág. 8

TERAPIA ILIB

Técnica Russa ajuda no combate e no tratamento de sequelas deixadas pela covid-19

Pessoas com doenças autoimunes precisam de 10 sessões de 30 minutos por 10 dias seguidos ou alternados.

Uma técnica Russa despertou interesse nos profissionais de saúde e tem chamado atenção inclusive de pacientes que apresentam no organismo patologias. É a famosa técnica Ilib, originada na Rússia, que nada mais é do que a Irradiação de Luz Laser sobre o sangue. Em outra linguagem é também conhecida como irradiação contínua do laser terapêutico vermelho ou infravermelho na região da artéria radial. [Mais na página 7.](#)

CHARGE DA SEMANA



CUIDE-SE
CORONAVIRUS
COVID-19
**ESTÁ MATANDO MAIS A CADA DIA!
SEJA CONCIENTE!**
www.grupomilas.com.br

Siga
redes nas
sociais

@jcopopular



/jcopopular



@jcopopular

É notícia,
investigação e
exclusividade.Centro Oeste
Jornal PopularManoel Vicente de Barros
Psiquiatra**“Argumentar, escolher palavras,
insistir nem sempre é suficiente
para convencer”**

Para ajudar, ações falam mais que palavras

O bom exemplo é poderoso e irresistível. Argumentar, escolher palavras, insistir nem sempre é suficiente para convencer. Até onde você está disposto a ir por quem você ama?

A dúvida mais recorrente na saúde mental não é a respeito de medicações ou diagnósticos, o que pais, mães e filhos querem saber é como efetivamente ajudar seu familiar em sofrimento.

Se convencer de um diagnóstico é difícil, de um tratamento, mais ainda. Por isso o abandono da terapia é a regra e as recaídas que se seguem, inevitáveis.

A angústia de tantos familiares é justamente como persuadir essa pessoa a seguir orientações, marcar a consulta e usar um medicamento.

Me procuram na expectativa de um manual, dicas de quais palavras usar. Se essa receita estivesse pronta, tenha certeza que eu compartilharia. Ela simplesmente não existe.

Minha resposta frustra expectativas, mas pode ser um exercício de empatia instantânea. Se você quer que seu ente querido faça o tratamento, esteja você disposto a fazer o seu.

Eu? Eu não! Quem tem problema não sou eu.

É fácil entender a negação quando o paciente é você.

Todas as condições em saúde mental sofrem alguma influência genética, se sua filha tem depressão recorrente, transtorno bipolar ou síndrome do pânico, é não só possível, como provável que você também tenha tido alguma manifestação dessas condições ao longo da vida.

O fato de ela estar mais grave e precisando de maior atenção no momento, não te torna imune a suas predisposições.

O momento mais catártico de um primeiro atendimento é fazer a lista de familiares biológicos que tiveram ou podem ter tido algum diagnóstico em saúde mental.

Informações vão surgindo e conforme a lista de familiares irritados, melancólicos, explosivos, com problemas com álcool ou crises de nervos vai se preenchendo é enxergado o contexto.

Muitos nunca foram diagnosticados, afinal isso é privilégio de quem se colocou na situação de paciente, se a pessoa nunca pisou em um consultório, não significa que ela não precisava ter pisado.

A situação fica contextualizada na história da família.

Existe um enredo transgeracional em todo adoecimento. Guiado por genes, mas tantas vezes reforçado pela herança não biológica de hábitos e valores.

Quando a pessoa se senta na frente de um psiquiatra ou psicólogo, a sensação de ser a ovelha negra, a exceção, o problemático, a louca emerge naturalmente, e o abandono do tratamento é uma negação desses rótulos. Não existe argumentação forte o suficiente se a família também mantém esse estigma.

O familiar que se dispõe a ser atendido e avaliado por um profissional da saúde mental e adota hábitos saudáveis está naturalizando o tratamento e diminuindo a carga moral agregada. Deixa tudo mais leve.



Foto: Lieneckel Adobe Stock

Aquele que nega qualquer abordagem, está implicitamente declarando que o problema existe exclusivamente no outro e repete, ele próprio, o comportamento de negar ajuda. O fardo pesa quando apenas um carrega.

Admitir a tendência familiar não é aceitar uma condenação, é autoconhecimento, uma dose de realismo. Reconhecer predisposições em saúde permite prevenir adoecimentos futuros.

Para mudar o comportamento do outro, mude o seu primeiro. Se entregue com ações e haja exatamente da forma como gostaria que essa pessoa agisse.

Você vai ganhar pelo exemplo e não pelas palavras.

Manoel Vicente de Barros

é psiquiatra em Cuiabá e atua no tratamento de depressão e ansiedade

EDITORIAL

Saúde mental em alerta

Quando a pandemia da Covid-19 for um passado solucionado, ou ao menos sob controle, o País precisa olhar para outros campos que nunca foram tão priorizados, mas são vitais, como é o caso da saúde mental.

O aumento de pedidos ao INSS relacionados à depressão e à ansiedade. Em 2020, o Instituto Nacional do Seguro Social teve uma alta de 26% na concessão do auxílio-doença e da aposentadoria por invalidez em relação ao registrado em 2019.

De acordo com dados do Ministério da Economia, foram 576,6 mil afastamentos no ano passado. Um problema já antigo e ainda mais afetado pelo novo coronavírus e tudo o que ele tem trazido de estresse, angústia, medo e letalidade. Temos outro dever de casa para o qual não há vacina.

Não é de surpreender, afinal, que o primeiro ano da pandemia potencializaria outros transtornos observados no Código Internacional de Doenças (CID).

Além do risco de infecção e morte, a pandemia trouxe uma série de impactos na vida das pessoas e na economia. Ainda não há medida, mas o tempo dirá, por exemplo, o impacto que a nova realidade tem causado nas crianças e no aprendizado. Por hora, esse aumento dos pedidos de auxílio previdenciário são um breve reflexo do que enfrentamos.

A detecção precoce dos transtornos mentais é fundamental para o início do tratamento, antes que o problema se agrave, ao ponto de inviabilizar rotinas pessoais e profissionais.

Usuários do serviço enfrentam dificuldades para o acesso a consultas e medicamentos. Ainda assim, conforme a Prefeitura, todos são atendidos.

Em todas as esferas de atendimento, o tempo de espera pode gerar desmotivação. Se o paciente não persiste, pode prorrogar ainda mais o início de um tratamento para o transtorno de que esteja acometido.

Mesmo com a depressão ainda reconhecida como o “mal do século”, o Brasil tem um caminho longo a percorrer até que a saúde mental seja uma prioridade também nas emergências hospitalares.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, o Brasil é o segundo com maior número de depressivos nas américas, com 5,9% da população, além de ser o País com a maior prevalência de ansiedade no mundo, 9,3%. Mesmo assim, o quadro de profissionais em especialidades de psicologia e psiquiatria, por exemplo, é muito baixo, quando não inexistente, se comparado a outras tradicionais emergências em saúde.

Os pedidos de auxílio em uma crescente sinalizam outros problemas que iremos enfrentar, e temos um longo caminho para alcançar o desejo universalizado nos versos do poeta Juvenal, na Roma Antiga: “deve-se pedir em oração que a mente seja sã num corpo são”. A saúde humana, entre corpo e mente, é o que garante força para viver, trabalhar, produzir e reproduzir. Logo, é decisiva para a sociedade e a economia, o que rege a vida.

EXPEDIENTE

copopular.com.br

DIRETOR
Maykon Milas**DEPTO COMERCIAL**
3052-6030 / 3052-6031**FOTOS**
Assessoria e divulgação**EDITOR DE ARTE / PROJETOS**
CO Polular**CHARGE**
Fred**PAUTA**
redacaocopopular1@gmail.com
admcpopular1@gmail.com**CIRCULAÇÃO**
15.000 mil exemplares
Cuiabá, Várzea Grande e baixada.Cuiabá-MT - CEP: 78.048-487
Rua I, Nº 105, Edifício Eldorado Hill Office, sala 24 - Alvorada

PINGA
FOGO

Boa articulação

O deputado estadual e presidente da Assembleia Legislativa, Max Russi tem uma trajetória pautada no desenvolvimento social e econômico. Agora sua meta para a gestão é restabelecer o equilíbrio financeiro da Assembleia e do Estado, para que a máquina pública possa levar adiante o sonho do progresso para todos. Parlamentar bem articulado, seu nome está sendo ventilado para disputar o cargo de senador no próximo pleito eleitoral.

Notícia boa



O governador Mauro Mendes (DEM) afirmou que o Estado de Mato Grosso tem R\$ 100 milhões reservados para comprar vacinas, além de R\$ 20 milhões que serão destinados pela Assembleia Legislativa. Além disso, o gestor estadual anunciou a abertura de 160 leitos de Unidades de Terapia Intensiva (UTI). Mendes também anunciou que o Estado vai abrir 500 leitos clínicos com respiradores em parceria com os municípios.

Centro em VG



O deputado estadual Eduardo Botelho (DEM), primeiro-secretário da Assembleia Legislativa, disse que o Parlamento está trabalhando um centro de triagem de covid para Várzea Grande e a ampliação de leitos para tratamento na cidade. Conforme Botelho, a proposta foi levada para o governador que concordou com a proposta e deve ser anunciada nos próximos dias.

Forte atuação



O deputado federal Emanuel Pinheiro Neto, o Emanuelzinho (PTB) foi eleito presidente da Comissão de Segurança Pública e Combate ao Crime Organizado. O petebista é o único dos oito integrantes da bancada de Mato Grosso na Câmara dos Deputados a assumir presidência de comissão. Após a posse, o jovem parlamentar disse que pretende conduzir os trabalhos com base em eficiência e paridade de arma.

Sem medo



A falta de respeito e amor ao próximo tem aumentado durante o período da pandemia. O não uso de máscaras, distanciamento e aglomerações são fatos corriqueiros que podem ser vistos com frequências por toda cidade. A fiscalização tem apertado o cerco nos estabelecimentos comerciais da área central, porém nos bairros falta mais atuação em vários locais. Com isso, o vírus que não para continua fazendo novas vítimas. Fica a dica!

Efeito covid

Os preços de produtos de biossegurança dispararam durante a pandemia da Covid-19 em Mato Grosso, chegando a um aumento de 663% em alguns estabelecimentos. O consumidor não enfrenta mais a falta desses itens, mas o custo e a procura continuam altos. De acordo com a Superintendência de Defesa do Consumidor de Mato Grosso (Procon), desde o começo da pandemia, 285 procedimentos foram instaurados no estado para apurar a elevação abusiva dos preços do álcool em gel, máscaras e alguns medicamentos.

ENTREVISTA DA SEMANA - LEOVALDO SALES

“Não iremos resolver todos os problemas com fiscalização”

O secretário de Ordem Pública de Cuiabá, coronel PM da reserva Leovaldo Sales, em entrevista ao Jornal Centro-Oeste Popular, destacou as principais ações da pasta ao longo do primeiro ano de pandemia. Além disso, Sales falou sobre a quantidade do efetivo para as fiscalizações de enfrentamento a covid-19 entre, outros assuntos. Confira.



“ Temos feito muito o exercício da orientação, da prevenção, de uma construção de consciência que estamos tendo nesse momento de risco e perigo ”

Regina Botelho
Da Redação

CO Popular - Quais são as principais ações de enfrentamento da covid-19 em Cuiabá?

Leovaldo Sales - As ações irão completar um ano e somos serviços essenciais. Temos feito o possível para manter as medidas do decreto e que elas sejam obedecidas. Ou seja, fazer com que os estabelecimentos façam o distanciamento social, os seus atendimentos. Que cada estabelecimento disponibilize os materiais para higienização das mãos como o álcool em gel e que exige de cada cliente o uso das máscaras. Que os estabelecimentos abram e fechem no horário estabelecido pelo poder público municipal. Estamos vivendo um período de medidas mais duras de restrição. A fiscalização cada vez que muda o decreto, também temos que nos adequar. Com o fechamento das atividades comerciais às 19 horas, o toque de recolher às 21 horas, estamos cuidando para que o comércio venha a atender esse decreto. Que as atividades se encerrem às 19 horas nos dias úteis e que as pessoas parem de circular a partir das 21 horas.

CO Popular - Quanto às aglomerações, a Secretaria está multando os estabelecimentos que estão descumprindo os decretos?

Leovaldo Sales - Sim. Nesse período de um quase um ano contabilizamos mais de duas mil multas lavradas por motivos diversos. Com relação às aglomerações, quando identificamos o responsável, por exemplo, um evento que não é autorizado, o responsável ele é sancionado, responsabilizado pelo evento e a aglomeração é dispersa. Quando a aglomeração é voluntária, não conseguimos identificá-la. Um caso é jogo no campo de futebol, onde as pessoas se juntam para jogar uma partida que é coletiva. Nesse caso, a fiscalização chega e temos dificuldade de identificar o responsável. Temos várias categorias de punições e sanções que vão desde a advertência que é chamar a atenção da pessoa, procurar conscientizá-la através da informação e não aplicar nem multa e nem apreensão. Temos feito muito o exercício da orientação, da prevenção, de uma construção de consciência que estamos tendo nesse momento de risco e perigo.

CO Popular - A quantidade de efetivo está sendo suficiente para atender a todas as ocorrências? Como isso está ocorrendo?

Leovaldo Sales - A quantidade do nosso efetivo é suficiente para manter a ordem em Cuiabá. As pessoas reclamam que o contingente é pequeno, porque não conhecem nosso quadro de funcionários, não sabem o que é ordem pública, e o que é serviço público. Se alguém apontar uma área de serviço público que atende 100% do universo de suas necessidades, gostaria de conhecer. Porque falo que Cuiabá é uma cidade que tem ordem? Porque você está aqui exercendo sua função. Você chegou aqui com tranquilidade, se locomovendo. Todas as pessoas em Cuiabá estão se relacionando e desenvolvendo as suas atividades e isso, é ordem. O comércio, as instituições financeiras, os hospitais estão funcionando.

A fiscalização de polícia é para comportamentos excepcionais e de excesso. Você não vai resolver todos os problemas da sociedade com

“ Estamos vivendo um período de medidas mais duras de restrição. A fiscalização cada vez que muda o decreto, também temos que nos adequar ”

fiscalização. Não vai resolver as situações com ações repressivas. Ou você conscientiza a sociedade para o cumprimento das normas ou você sempre vai ter déficit no efetivo. Até gostaria que tivesse uma corporação mais ampla, mas estamos falando de serviço público. Não consigo fazer isso da noite para o dia, pois para contratar preciso fazer uma chamada, abrir um edital de licitação, fazer a seleção, ou seja, você só contrata funcionário qualificado para fiscalização somente concursado e isso demora, leva tempo. Agora esperar que uma sociedade seja atrelada à fiscalização, de forma repressiva, aí temos que entender que a população está completamente doente.

CO Popular - Qual é missão da Ordem Pública em tempos de pandemia?

Leovaldo Sales - Desenvolver a ordem. Fazer com as coisas funcionem. Ordem é diferente de segurança. Segurança é ausência de ameaça e risco, ordem não. Ordem é fazer funcionar aquilo que a lei permite. É impedir o funcionamento daquilo que a lei proíbe e isso nós fazemos com sacrifício, mais também com muito trabalho e eficiência.

CO Popular - Como o senhor avalia o decreto do Governo do Estado?

Leovaldo Sales - Sou um agente de execução. Essa análise política não compete ao secretário de Ordem Pública fazer. Quero acreditar que tanto a liderança estadual e principalmente o prefeito de Cuiabá, sei que todas as suas decisões foram avaliadas naquilo que é mais necessário para Capital. Quero acreditar que o governador tenha feito nesse estilo.

CO Popular - Secretário, qual o balanço que o senhor faz das operações?

Leovaldo Sales - Positivo. Tivemos diversos tipos de reincidências de comércios e estabelecimentos que a fiscalização foi uma, duas, três vezes e o camarada estava cometendo a mesma infração. Todos os altos de infrações, muitas que foram aplicadas, dificilmente consigo enxergar uma que a fiscalização foi pela primeira vez. Muitas vezes foram reincidências. Até entendo que essas reincidências, as pessoas estão entrando na dimensão do desespero, pois elas precisam pagar o aluguel, pagar funcionários, precisa sobreviver através do sustento de suas famílias, pagar salários dos seus funcionários. Enfim, precisam fazer o seu negócio funcionar. De repente, tiveram sua empresa impedida de trabalhar. E muitas vezes as pessoas preferem correr riscos, de receber multa, de receber a visita da fiscalização.

16º CASO

Assembleia continua fechada e Casa tem mais três deputados infectados

Valdir Barranco (PT) está intubado há mais de 20 dias em um hospital de São Paulo e Sívio Fávero (PSL), intubado pouco mais de cinco dias no Hospital Amecor na Capital

Rayane Alves
Da Redação

A Assembleia Legislativa de Mato Grosso (AL-MT) continuou fechada na última semana e pode continuar nos próximos dias, já que agora a Casa tem três deputados infectados e outros servidores em isolamento por conta da infecção.

No dia 25 de fevereiro, a Presidência da Casa, anunciou o fechamento do local por 12 dias após o aumento de casos da doença. Porém, precisou se estender já que além de servidores



Além de Janaina, pelo menos 15 deputados testaram positivos para a covid-19 durante o período de pandemia. O deputado Fávero, já é considerado caso de reinfeção da doença

infectados três deputados estão infectados, sendo que dois deles estão com o quadro de saúde mais agravado.

Conforme assessoria, Valdir Barranco (PT) está intubado há mais de 20 dias em um hospital de São Paulo e Sívio Fávero (PSL), intubado

pouco mais de cinco dias no Hospital Amecor na Capital.

Na última semana, a assessoria da deputada Janaina Riva confirmou que ela foi infectada. Nas redes sociais, Janaina falou que apesar de ter alguns sintomas da doença, o quadro de saúde dela não apresenta riscos. Ela comentou que segue com os medicamentos e permanece em isolamento domiciliar.

Além de Janaina, pelo menos 15 deputados testaram positivos para a covid-19 durante o período de pandemia. O deputado Fávero, já é considerado caso de reinfeção da doença.

São eles: Allan Kardec (PDT), Carlos Avalone (PSDB), Dilmir Dal'Bosco (DEM), Dr. João (MDB), Elizeu Nascimento (PSL), Eduardo Botelho (DEM), Faissal Calil (PV), Max Russi (PSB), Nininho (PSD), Sívio Fávero (PSL), Paulo Araújo (PP), Thiago Silva (MDB), Valdir Barranco (PT), Valmir Moretto (PRB) e Wilson Santos (PSDB).

Em entrevista ao Jornal Centro Oeste Popular, o deputado Eduardo Botelho comentou que a decisão do presidente Max Russi é manter a casa fechada nos próximos dias, já que a mesma é considerada um ponto de aglomeração.

"Talvez a gente volte com as sessões nessa semana, mas o funcionamento e entrada e saída de pessoas continua impedido. Mas, estamos com expectativas boas que Barranco saia logo dessa porque já começou a diminuir a sedação e Fávero também já apresentou certa melhora", finaliza.

NOVO SECRETÁRIO

"Tenho a missão de preparar a Prefeitura com a retomada do desenvolvimento da cidade em parceria com o turismo"

A ideia do prefeito é transformar a gestão da pasta com foco na geração de empregos e renda para o setor cuiabano

Rayane Alves
Da Redação

O novo secretário Municipal de Turismo, o sindicalista Oscarlino Alves (PROS), afirmou que assume a gestão da pasta com uma grande missão imposta pelo prefeito da Capital, Emanuel Pinheiro (MDB): "Preparar a Prefeitura para a retomada do desenvolvimento da cidade em parceria com o turismo".

De acordo com o sindicalista, a ideia do prefeito é transformar a gestão da pasta com foco na geração de empregos e renda para o setor cuiabano, mesmo que a pasta apresenta certa dificuldade no atual cenário econômico diante da proliferação do vírus da covid-19.

"O certo é que muitas pessoas deixaram de sair de casa ou tiveram que fechar as portas. Então para o sistema não entrar em colapso nós vamos ouvir as necessidades das empresas do ramo e assim planejar, organizar e executar as ações", disse.



"Sou cuiabano e filho de cuiabanos e lutarei dia e noite para ajudar nosso povo a superar a pandemia da covid-19 com nosso trabalho na área do turismo"

Na avaliação de Oscarlino, Cuiabá é o cartão postal de Mato Grosso, ou seja, a porta de entrada dos turistas que vão para Chapada dos Guimarães, Pantanal e outras cidades turísticas.

"Cuiabá é o Centro Geodésico da América do Sul. Tem uma gastronomia rica. Pontos pitorescos como museus, casa do artesão, o rio

Cuiabá, Futebol na série A, hotelarias, construções tombadas, São Gonçalo Beira Rio, artesanato, a fauna e flora, e muitos pontos de ligação a cultura, além do circuito da pesca. Precisamos investir nessas riquezas e divulgar esse cenário para que Cuiabá também entre para a lista de cidades visitadas do Estado", pontuou.

Convite

Ao Jornal Centro Oeste Popular, Oscarlino contou que o convite para assumir o Turismo foi logo após o segundo turno das eleições quando Emanuel apresentou uma virada histórica.

"Começamos um diálogo e ele nos convidou para algumas conversas e juntamente com Fórum Sindical dos Servidores apresentou um justo reconhecimento. Foi um diferencial da classe dos servidores que apoiou em peso sua gestão nas urnas", ponderou.

Ainda segundo o sindicalista, ele não abandonará suas origens e estará quando for oportuno junto ao Fórum Sindical, pois a cadeira na Prefeitura também irá fortalecer o grupo.

"Sou cuiabano e filho de cuiabanos e lutarei dia e noite para ajudar nosso povo a superar a pandemia da covid-19 com nosso trabalho na área do turismo. Um grande abraço a todos e contem comigo sempre", finalizou.

Elogios

Ao anunciar o nome de Oscarlino para a cadeira, Emanuel argumentou que além de ser presidente do Sindicato dos Servidores Públicos da Saúde de Mato Grosso (Sisma), o sindicalista também é gestor e tem uma grande capacidade de articulação.

"Ele tem uma capacidade de articulação, de iniciativa, de liderança e de diálogo fora de série, e ele é muito respeitado. É uma pessoa que planeja bem, que articula bem e eu quero fazer do turismo da Capital um case de sucesso", elogiou o prefeito.

OPORTUNIDADE

Mutirão de renegociação de dívidas prossegue até dia 31 de março

Renegociação busca viabilizar condições favoráveis ao pagamento, ao ajuste dos valores das parcelas, a periodicidade dos pagamentos e a redução dos juros e multas

Da Redação

O Procon Cuiabá participa do Mutirão Virtual de Renegociação de Dívidas que será realizado entre os dias 15 e 31 de março. A ação é realizada pela Associação Brasileira de Procons-ProconsBrasil e acontece exclusivamente de forma on line por meio da plataforma eletrônica de negociação de conflitos - www.consumidor.gov.br.

A iniciativa tem como principal objetivo reestabelecer o equilíbrio do orçamento doméstico das famílias que estão endividadadas e visa evitar o cadastro nas empresas de proteção ao crédito.

"Essa foi iniciativa do Procon Municipal, onde mediante encaminhamento junto à ProconsBrasil para realização dessa ação inédita",

disse o secretário-adjunto de Defesa do Consumidor, Genilto Nogueira.

Mediante aprovação da ideia, foi executado o serviço de adesão das instituições financeiras, buscando viabilizar condições favoráveis ao pagamento, ao ajuste dos valores das parcelas, a periodicidade dos pagamentos, a redução dos juros e multas, ou mesmo condições para quitação do débito que o cidadão tenha com uma instituição financeira.

"Esse movimento será grande nos Procons de todo o Brasil e a volta de milhares de consumidores de volta aos créditos.

Para se cadastrar, basta o consumidor fazer o seu registro na plataforma www.consumidor.gov.br, quando receberá um login e senha."

Neste momento, o consumidor fará o seu relato da situação e informar que deseja participar



Ação é realizada pela Associação Brasileira de Procons- ProconsBrasil e acontece exclusivamente de forma on line

da ação. Após finalizar o cadastramento, a instituição financeira terá o prazo de 10 dias uma proposta ou resposta", explicou Genilto.

No momento de preenchimento das informações, é imprescindível que o consumidor informe corretamente os dados como telefone e e-mail para que o atendimento por parte dos bancos e instituições financeiras sejam facilitados.

O Procon Municipal de Cuiabá orienta ainda que, o consumidor, no seu relato, informe que está participando do mutirão pelo hashtag - #MutirãoProconsBrasil. Terminado o prazo para resposta do fornecedor, o interessado terá até 20 dias para avaliar o retorno e se a resposta foi satisfatória.

PREVENÇÃO AO COVID-19

Centro de Triagem é referência no atendimento à população em Cuiabá

O local fornece serviços de atendimento inicial a casos de covid-19, como forma de ajudar na atenção básica da Baixada Cuiabana

Regina Botelho
Da Redação

“O Centro de Triagem Covid-19, instalado na Arena Pantanal, em Cuiabá, é um sucesso que ajuda a salvar centenas, milhares de vida”, afirma o governador Mauro Mendes.



Centro de Triagem tem contribuído para a redução do número de internações hospitalares e de óbitos causados pelo coronavírus



Mauro Mendes afirma que Centro de Triagem é um sucesso pois ajuda a salvar milhares de vidas

O local fornece serviços de atendimento inicial a casos de covid-19, como forma de ajudar na atenção básica da Baixada Cuiabana. Cerca de 378 profissionais - entre médicos, enfermeiros, técnicos de enfermagem, equipe administrativa e outros -, trabalham no Centro de Triagem.

No Centro de Triagem, os usuários dispõem de serviços completos: testagem, atendimento médico, tomografia e até o encaminhamento a unidades de referência em casos mais graves.

A unidade de testagem tem auxiliado a Atenção Básica dos municípios da Baixada Cuiabana no enfrentamento à pandemia, por meio do tratamento precoce da doença.

Mauro Mendes frisa que o atendimento no Centro de Triagem tem altíssimo nível de satisfação. “É muito gratificante que possamos agora melhorar ainda mais esse serviço. É um sucesso que ajuda a salvar centenas, milhares de vidas que precocemente receberam diagnóstico e o

devido encaminhamento pelos nossos profissionais de Saúde”, afirmou o governador.

A proposta do Governo do Estado ao implementar o Centro de Triagem é oferecer atendimento eficiente e de qualidade para a população da baixada cuiabana. A iniciativa é um reforço para a rede de Atenção Básica, que é uma atribuição das gestões municipais. Esse auxílio visa ao atendimento de pessoas que apresentam sintomas leves da Covid-19.

Aberta desde 22 de julho de 2020, o Centro de Triagem Covid-19 atendeu 125.896 pessoas até o último dia 09 de março de 2021. Desse total, 21.772 testaram positivo para o novo coronavírus e 68.836 tiveram o resultado negativo.

No Centro de Triagem, a unidade oferece consulta médica, com aferição da pressão, temperatura do corpo, ausculta pulmonar, além do teste de detecção da Covid-19. Caso haja indicação médica, o paciente pode realizar exame de tomografia para avaliar o comprometimento do pulmão e retirar medicamento na farmácia da unidade.

Desde o último dia 03 de fevereiro de 2021 o teste de pesquisa de antígeno, considerado efetivo e ideal para o diagnóstico de pessoas com a Covid-19 está sendo feito na Arena Pantanal.

Em vez de uma análise do sangue, o teste faz a análise da secreção da nasofaringe. Essa secreção é extraída com o swab e colocada numa solução de soro, para que seja dissolvida a amostra. Cinco gotas deste líquido são adicionadas à placa de teste e em 15 minutos sai o resultado.

Para casos com sintomas graves, que necessitam dos recursos de uma internação, a porta de entrada continua sendo as unidades de saúde da rede municipal, como Unidades de Pronto Atendimento e Pronto Socorro.

“A nova modalidade de testagem também vai diminuir a incidência de casos suspeitos, uma vez que a testagem via pesquisa de antígeno é mais assertiva na detecção do vírus. Vamos melhorar muito a nossa eficiência com esse novo tipo de teste. Era teste rápido e agora é teste de diagnóstico, com antígeno, que será aplicado a partir de agora. Será mais fácil de diagnosticar quem está ou não com a covid-19 e, assim, fazer o devido encaminhamento”, explicou.

Segundo o secretário de Saúde, Gilberto Figueiredo, a identificação precoce dos casos de coronavírus diminuem a propagação do vírus e o tratamento limita a evolução da doença, reduzindo o número de pacientes com agravamento do quadro e diminuindo a taxa de internações em Unidade de Terapia Intensiva (UTI). “O Centro de Triagem é uma iniciativa exitosa do Governo de Mato Grosso no enfrentamento à pandemia. Desde o início das atividades do Centro, a gestão pontuou que o aumento da testagem e o acesso ao tratamento precoce impactariam na redução dos casos graves da Covid-19 na Baixada Cuiabana”, finalizou o secretário.

Hospital São Benedito conta com novos leitos de UTI

Com a mudança, o Hospital passa a contar com 60 leitos de UTI e outros 40 leitos de enfermaria, tornando assim, a segunda unidade de saúde referência no atendimento para pacientes com a covid na Capital

Da Redação

O Hospital Municipal São Benedito realizou toda a transferência de pacientes que não estavam acometidos pela Covid-19 na unidade hospitalar e, agora já está em funcionamento exclusivamente para receber a população que foi infectada com o vírus.

O anúncio sobre o reforço nas ações de saúde foi realizado pelo prefeito Emanuel Pinheiro na semana passada.

“Para salvar e proteger vidas todo o esforço deve ser feito. A Prefeitura de Cuiabá já trabalha para garantir a imunização da população cuiabana e por isso aderimos a um consórcio para aquisição direta de vacinas, mas temos de cuidar dos que mais necessitam nesse momento de aflição e dor para tantas famílias”, disse.

De acordo com a Empresa Cuiabana de Saúde, que é quem administra o hospital, os pacientes, em sua maioria, foram transferidos para o Hospital Municipal de Cuiabá (HMC), onde continuarão com o tratamento para qual foram internados.

O São Benedito já disponibilizava para a população 40 leitos de UTI (Unidade de Terapia Intensiva) Covid. Com a mudança, o Hospital passa a contar com 60 leitos de UTI e outros 40 leitos de enfermaria, tornando



assim, a segunda unidade de saúde referência no atendimento para pacientes com a covid na Capital.

Com a instalação dos novos leitos, a capital passa a ter 155 leitos exclusivos de UTI Covid, distribuídos entre Hospital Referência (95

ECLUSIVOS PRA COVID



Além do reforço na terapia intensiva, Cuiabá passará a contar com mais 109 leitos de enfermaria exclusivas para pacientes com covid-19, sendo 18 na Unidade de Pronto Atendimento (UPA) do Verdão

que a Capital mais precisa, já que os casos de coronavírus estão aumentando e os leitos de UTI e Enfermarias estão ficando em falta.

“Foi uma decisão do Prefeito Emanuel Pinheiro, já vínhamos conversando sobre o assunto, e agora realmente com essa superlotação corriqueira dos leitos, não fazemos ignorar é claro, e decidimos agir o quanto antes. O Hospital São Benedito já está apto exclusivamente para pacientes acometidos com a Covid-19 e assim seguimos na luta contra essa doença”, disse.

Ampliação

Além do reforço na terapia intensiva, Cuiabá passará a contar com mais 109 leitos de enfermaria exclusivas para pacientes com covid-19, sendo 18 na Unidade de Pronto Atendimento (UPA) do Verdão, 25 leitos na Policlínica do Verdão, 26 na UPA Sul, que fica no bairro Pascoal Ramos. Até a data de hoje, 12, o Hospital Municipal São Benedito, que já possui 40 leitos de UTI Covid e ganha mais 20 leitos de UTI, passará a contar também com 40 leitos de enfermaria para casos de covid-19, passando a ser exclusiva para tratamento de pacientes com a doença, assim como o antigo Pronto Socorro, que é atualmente o Hospital Referência à Covid-1

vagas – sendo 80 para adultos e 15 pediátricas) e outras 60 no São Benedito.

O diretor geral da unidade hospitalar, Célio Rodrigues, reforçou a necessidade da mudança no atendimento do São Benedito, que ocorre justamente no momento



Giuliana X Altimari

contato@megapop.com.br | (65) 9917-8574

As mulheres existem para que as amemos, e não para que as compreendamos. Oscar Wilde

Coluna Especial Mulheres Admiráveis



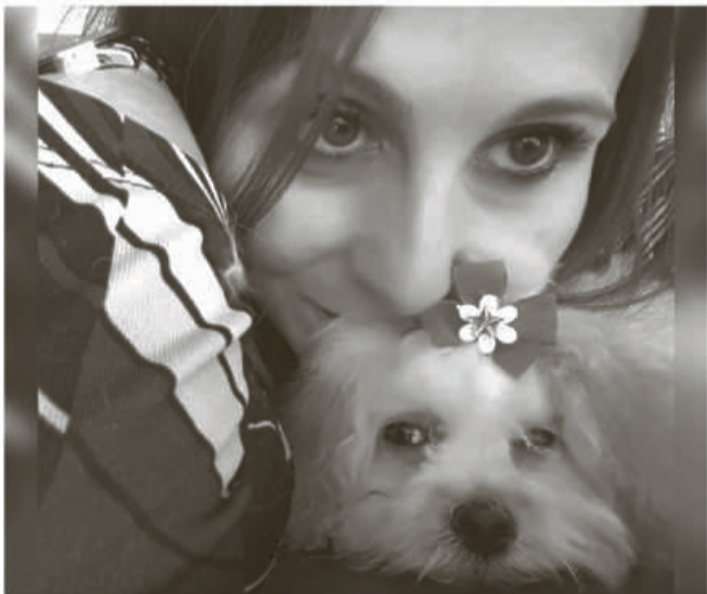
VIRGINIA MENDES PRIMEIRA DAMA DO ESTADO REALIZANDO AÇÕES IMPRESCINDÍVEIS PARA MATO GROSSO



PRIMEIRA DAMA DA CAPITAL MARCIA PINHEIRO CUIDANDO COM MUITO AMOR DE NOSSA CUIABÁ



A EMPRESÁRIA E PRESIDENTE DA BPW- CUIABÁ ZILDA ZOMPERO.



A RENOMADA BIOMÉDICA DR. ANITA PENNA



A EMPRESÁRIA WANIRA DARC ALTIMARI EM MOMENTO ESPECIAL



DEPUTADA JANAINA RIVA SEMPRE LINDA E ELEGANTE



A ARTISTA PLÁSTICA E POETISA GILDA PORTELLA ROCHA



DRA. LUCILLA PAULA ALTIMARI E SUA AFILHADA PAOLA ALTIMARI SILVA

Em breve lançamento do livro **Rituais da Umbanda: Velas e Símbolos**



Autores: Giuliana Altimari e Dionildo Campos

Uma homenagem à Maria Jose da Silva



COM LANÇAMENTO PREVISTO PARA ABRIL O LIVRO RITUAIS DA UMBANDA: VELAS E SÍMBOLOS



MARIA JOSÉ MATOS A QUERIDA E RESPEITADA VÓ MARIA

TERAPIA ILIB

Técnica Russa ajuda no combate e no tratamento de sequelas deixadas pela covid-19

Pessoas com doenças autoimunes precisam de 10 sessões de 30 minutos por 10 dias seguidos ou alternados

Rayane Alves
 Da Redação

Uma técnica Russa despertou interesse nos profissionais de saúde e tem chamado atenção inclusive de pacientes que apresentam no organismo patologias. É a famosa técnica Ilib, originada na Rússia, que nada mais é do que a Irradiação de Luz Laser sobre o sangue. Em outra linguagem é também conhecida como irradiação contínua do laser terapêutico vermelho ou infravermelho na região da artéria radial.

A fisioterapeuta pélvica, Aline Bragança, é uma incentivadora da realização do procedimento em Cuiabá. Ela explica que a terapia estimula as atividades do sistema circulatório, libido, enzimas antioxidantes e do coração e pulmão. Por isso, que muitos pacientes procuram a técnica como uma forma de prevenção e também para aumentar a imunidade para não pegar o coronavírus ou se pegar ter sintomas mais leves, ou até mesmo para tratar as sequelas deixadas pela doença no organismo.

A terapia acontece através de uma pulseira que é fixada no pulso do paciente. Assim, o profissional dispara o raio laser na pulseira e então o raio percorre por toda corrente sanguínea. De imediato, Aline afirma que o paciente apresenta melhora em seu quadro de saúde, já que no momento da sessão, a terapia provoca uma série de efeitos no organismo e possui duração prolongada no metabolismo.

“O laser combate a dor, ajuda na cicatrização da pele, favorece a melhora na capacidade



A técnica não deve ser usada em pacientes portadores de fotossensibilidade, arritmias complexas e insuficiência cardíaca, neoplasias hematológicas, glaucoma não controlado, em grávidas ou se a área for tatuada

de hemorreológica das hemácias, interferindo na cascata do ácido araquidônico (que têm efeito inflamatório). A laserterapia também induz à produção de prostaciclina, que facilitam o fluir do sangue. Portanto, o aparelho ajuda também em problemas vasculares”, disse.

Já na estética, a terapia auxilia no rejuvenescimento da pele e no tratamento de queda de cabelo.

“Na estética o aparelho ajuda na formação de fibras colágenas na pele e permite sua ativação. Por isso, que muitos profissio-

nais usam no tratamento de cicatrizes, manchas de pele e rugas. Também é importante deixar claro que somente fisioterapeutas, médicos e dentistas podem usar essa técnica”, pontuou.

Sessões

A fisioterapeuta explica que pessoas com doenças autoimunes precisam de 10 sessões de 30 minutos por 10 dias seguidos ou alternados. Com manutenção a cada 30, 60 ou 90 dias dependendo de cada condição sistêmica.

No caso dos pacientes com doenças cardiovasculares/ pulmonares/ diabetes são indicadas cinco sessões de 60 minutos por cinco dias consecutivos ou alternados, com descanso de 20 dias e repetir o ciclo por três vezes. Com manutenção a cada 30, 60 ou 90 dias, dependendo de sua condição sistêmica.

Alguns dos benefícios:

- Ajuda no emagrecimento
- Trata queda de cabelo
- Rejuvenesce a pele (rugos)
- Tira mancha de pele
- Ajuda em problemas vasculares
- Cicatrizes de acne
- Queimaduras
- Cicatrização da pele
- Pós-operatório cirúrgico
- Dor em geral
- Cólicas
- Melhora da imunidade
- Melhora vascular
- Fibromialgia
- Ronco
- Disfagia
- Motricidade orofacial
- Insônia e ansiedade
- Doenças crônicas
- Contraindicações
- Pacientes Portadores de:
 - Fotossensibilidade
 - Arritmias Complexas e Insuficiência Cardíaca
 - Neoplasias Hematológicas (tumores dos tecidos hematopoéticos e linfóides)
 - Gravidez
 - Glaucoma não controlado
 - Se a área a ser aplicada tiver tatuagem

PODEMOS ATÉ PASSAR DO PONTO, MAS A CARNE NUNCA!

DELIVERY
65 993337897
WWW.ATELIEDOSAL.COM.BR

Ateliê do Sal
 COMIDA ITAL

mt.gov.br

PROGRAMA Mais MT

O MAIOR PROGRAMA DE AÇÕES E OBRAS DA HISTÓRIA DE MATO GROSSO

R\$ 9,5 BILHÕES DE INVESTIMENTO PARA TODAS AS ÁREAS E TODAS AS REGIÕES

R\$ 230 MILHÕES PARA O PROJETO TOLERÂNCIA ZERO CONTRA O CRIME

CONSTRUÇÃO DE 3 HOSPITAIS REGIONAIS

2.400 Km DE ASFALTO NOVO E 3.000 Km RECUPERADOS

Governo de **Mato Grosso**

Fotos: Divulgação

Cômodos da casa se transformaram em locais de trabalho de milhões de pessoas pelo mundo

INCERTEZAS PARA TODOS

Um ano da pandemia e retrato das suas consequências

Pessoas com doenças autoimunes precisam de 10 sessões de 30 minutos por 10 dias seguidos ou alternados

Regina Botelho
Da Redação

A pandemia do novo coronavírus virou o mundo de cabeça para baixo e a vida de toda população mudou. A capacidade de adaptação e de lidar com o medo foi uma delas. Nunca fomos tão testados sob esse aspecto de nossas vidas. Ansiedade, medos e frustrações foram transtornos enfrentados por milhares de pessoas em todo mundo. Lidar com essas mudanças e adaptações de rotina em meio a uma pandemia não foi uma tarefa fácil.

Da noite para o dia, milhares de profissionais do setor de festas e eventos tiveram que se reinventar por causa da pandemia do coronavírus. Com a orientação do isolamento social no combate à Covid-19, todo tipo de comemoração com aglomeração de pessoas foi proibida, o que gerou muitos cancelamentos e adiamentos de contratos, consequentemente, interferindo na renda dos trabalhadores do ramo.

Reinventar-se foi a forma como eles acharam de continuar no mercado de trabalho.



Estudo relatou níveis significativos de propensão a ansiedade e depressão associadas aos impactos da pandemia



Psicóloga Eluise Dorileo frisa que a população precisa tentar manter o equilíbrio pois só assim irá atravessar a pandemia

Conforme Eluise Dorileo para a sociedade manter uma boa saúde mental ela necessita adquirir novos hábitos, fazer caminhadas, ler bons livros, descobrir algo novo como escutar música, pintar, jogar, evitar e principalmente notícias que só falam do vírus. "Precisamos ser informados, porém não é necessário viver, escutar só essa frequência isso prejudica saúde mental, gera pânico e medo. Precisamos nos alimentar de pensamentos positivos, algo belo. Algumas pessoas são mais rígidas em sua personalidade não se permitem o novo devido ao seu sistema de origem só podemos nos adotar a uma nova situação se fomos flexíveis a mudança".

A psicóloga acredita que o ser humano é capaz de mudar, criar, e fazer deste mundo melhor. Ela afirma que a população precisa entender que o mundo está vivendo um momento de luto da vida, sentimentos de barganha, negação, raiva e tristeza. "Precisamos aceitar que o novo normal e o que temos hoje é acolhê-lo. Mesmo assim é possível acreditar na vida e vivê-la com um outro olhar".



Jaqueline Ribeiro trabalha com decoração de festas sem poder trabalhar nos eventos produziu máscaras artesanais

Jaqueline Ribeiro trabalha há oito anos com decoração de festas e eventos. Com os eventos cancelados, se sentiu desamparada e buscou alternativas para ocupar o tempo e manter a renda familiar. "Trabalhei em casa confeccionando máscaras artesanais e ajudando as crianças a se adaptar ao novo método de estudo em casa. Foi um período sufocante, pois não renda. Como gosto de trabalhos artesanais descobri na costura uma opção para poder suprir um pouco as necessidades financeiras e ocupar a cabeça".

Para quem já trabalhava de casa e estava adaptado a essa rotina, o impacto pode não ter sido tão grande. Mas a falta de liberdade e de socialização pode ser, sim, outro grande desafio.

Patrícia Torres Costa é analista de recursos humanos e professora. Ela trabalhava durante o dia em uma rede de hotéis aqui em Cuiabá e noite dava aulas no Senai. Ela revelou que em abril o hotel fechou por 30 dias e os funcionários alguns foram demitidos e os que ficaram permaneceram tiveram o contrato suspenso. "Em razão das demissões, do caos adquiri síndrome do pânico e ansiedade e precisava ir às pressas para o hospital. Por conta dos medicamentos controlados tive interferência no ciclo menstrual e acabei engravidando em abril. Descobri a gestação em junho e logo fiquei em home office até ter a minha bebê em janeiro. Atualmente estou de licença maternidade e sigo praticamente isolada em casa com meus pais e meus filhos".



Patrícia Torres adquiriu síndrome do pânico e ansiedade e precisava ir às pressas para o hospital devido às crises

E ao mesmo tempo em que a pandemia trouxe impactos positivos e negativos para o planeta, também demonstrou que o ser humano é, sim, capaz de superar as adversidades.

A adoção do home office em algumas empresas, ainda que de forma limitada, com a pandemia o movimento se intensificou em boa parte das empresas. E mostrou que é possível, para inúmeros profissionais e setores, trabalhar permanentemente dentro de casa.

Somos capazes de viver um dia de cada vez, somos seres adaptáveis, conseguimos tomar consciência do que é nosso. O ano de 2020 mostrou nossa grande adaptação de saber que podemos lidar com crises e que não precisamos nos desesperar. A gente pode, sim, ficar com medo, mas temos que ter comportamentos congruentes que nos levam a desenvolver novos hábitos destaca a funcionária pública Valéria Nunes que trabalhou seis meses em casa.

Com a chegada da pandemia, a professora Kelly teve que se adaptar a nova rotina. Ela diz que o ano foi muito difícil e toda a rotina precisou ser alterada. "Com a relação a minha profissão, está sendo difícil também, pois nós professores tivemos que nos reinventar adaptarmos a muitas coisas diferentes para podermos

trabalhar. Com a chegada das aulas online tive que reintegrar as lições para que elas ficassem atraentes para as crianças. Sou professora do maternal que compreende crianças de três anos. Peço a Deus que tudo isso acabe logo, para que possamos voltar ao normal".

Superação

A psicóloga Eluise Dorileo ressalta que desde o ano passado a população está vivendo um tempo de caos e pânico. Devido a isso, ela aconselha que se faz necessário que cada um procure manter o equilíbrio e postura diante da vida e tempo de se reprogramar. "Somos seres sociáveis, precisamos do outro, porém neste momento precisamos ter a coragem de mudar essa postura. As crianças e adolescentes precisam muito desse contato para aprenderem através espelho a evoluir. Mas a prudência neste tempo e a forma de conduzir nossas ações precisam ser revistas", adverte a profissional.

MT.GOV.BR

IPVA 2021 E LICENCIAMENTO

**UMA MÃO NA RODA
PARA O CIDADÃO.**

Você pode realizar estes e vários outros serviços de maneira on-line no site do Detran: www.detran.mt.gov.br

É o Governo de Mato Grosso facilitando a sua vida.

O GOVERNO PRORROGOU O PAGAMENTO PARA JULHO DE 2021.