



# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

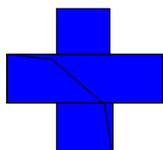
CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

1 Ao **primeiro dia do mês de outubro de dois mil e vinte e cinco**, às 14 horas e trinta minutos, com  
2 presença de 16 conselheiros presente deu início à Reunião Ordinária do Conselho Estadual de Saúde  
3 de Mato Grosso. **Secretária Executiva Lúcia** – Justificativa de ausência: Presidente Gilberto  
4 Figueiredo, Vice-presidente Edevande França, Conselheiro Carlos Corrêa Representante da Casa Civil,  
5 Conselheira Glória Maria representante da SES, Conselheira Patricia representante do SINDESMAT.  
6 Solicita que o Pleno eleja um presidente ad hoc para presidir a reunião. Eleito **Conselheiro Guilherme**  
7 **Queiróz presidente ad hoc. Conselheiro Guilherme Queiróz presidente ad hoc** – Cumprimenta a  
8 todos e dá posse ao Conselheiro representante do trabalhador, **concede a fala para a Secretária**  
9 **Executiva Lúcia Almeida para o Expediente Relevante:** Convite para a Oficina Regional da Rede  
10 Nacional de Atenção Integral à Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (Renast): Da Lista de  
11 Doenças Relacionadas ao Trabalho (LDRT) à Vigilância dos Processos Produtivos e Atenção Integral  
12 à Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora - Região Centro-Oeste; O Conselho Nacional de Saúde  
13 (CNS), em parceria com o Ministério da Saúde, anunciou oficialmente a convocação da 18ª  
14 Conferência Nacional de Saúde, prevista para junho de 2027. Comunicada a pauta do dia sem proposta  
15 de alteração ou inclusão. **Pauta do dia - 1º Apresentação, discussão e deliberação referente sobre a** Cartilha  
16 de Atividade Física Para Pessoa Idosa - Coordenadoria de Promoção e Humanização da Saúde/COPHS/SAS/SES-MT;  
17 apresentação na íntegra. A coordenadora Rosiene, agradece a oportunidade de apresentar a política e parabeniza todos os  
18 idosos pelo seu. A apresentação é feita pelo educador físico sr. Pedro Henrique.



19  
20

1



Sistema  
Único  
de Saúde

Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342



# CARTILHA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA A PESSOA IDOSA

© 2025 Coordenadoria de Promoção e Humanização da Saúde - COPHS/SAS/SES/MT

Todos os direitos reservados. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e que não seja para venda ou qualquer fim comercial.

## Importância da Atividade Física para o Envelhecimento Saudável

Elaboração e Criação:  
Andressa Fantim Giroldo Pinho  
Técnica responsável pela área da Promoção da Atividade Física e Corporal na COPHS/SAS/SES - MT

Colaboração:  
Celma Rocha Ferreira  
Equipe Técnica da Saúde do Idoso  
Thayza de Souza Carvalho  
Equipe técnica da ETAN na COPHS/SAS/SES/MT  
Yasmin Francini Pereira Prado  
Equipe técnica de Saúde Mental na CORAS/SAS/SES/MT

Coordenação Geral:  
Rosiene Rosa Pires  
Coordenadora de Promoção e Humanização da Saúde  
COPHS/SAS/SES/MT

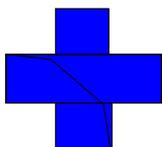
Revisão:  
Rosiene Rosa Pires

Governo de Mato Grosso Secretaria de Estado de Saúde Superintendência de Atenção à Saúde Coordenadoria de Promoção e Humanização da Saúde - COPHS/SAS/SES/MT - Coordenadoria de rede de Atenção a saúde - CORAS/SAS/SES/MT - Rua Júlio Domingos de Campos, Lote 02, Bloco 05 Centro Político Administrativo - Paiguás CEP 78049-902 Cuiabá-MT Home Page: <http://www.saude.mt.gov.br> E-mail: [cophs@ses.mt.gov.br](mailto:cophs@ses.mt.gov.br) Arquivo para download: <http://www.saude.mt.gov.br/ciaps/arquivos/145/docum entos>

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação SES - Secretaria de Estado de Saúde.

Cartilha de implementação de estratégias de promoção e prevenção da saúde da pessoa idosa do Estado de Mato Grosso. Mato Grosso, SES -MT: Cuiabá, 2025. 133 f.

Ficha catalográfica elaborada por Andressa Fantim Giroldo Pinho





# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

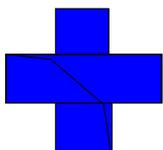
### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social



## SUMÁRIO

1. Apresentação.....	4.....
2. O processo de envelhecimento.....	
3. Instrumento avaliativo IVCF -20- Índice de Vulnerabilidade Clínico- Funcional.....	7.....
4. Idoso robusto, em risco de fragilidade ou frágil.....	
5. Proteção da pessoa idosa.....	
6. Os direitos da pessoa idosa.....	
7. Contribuições da Atividade Física para o envelhecimento saudável.....	14
8. Entendendo a Atividade Física.....	
9. Diferença entre Atividade Física e Exercício Físico.....	
10. Principais benefícios da Atividade Física.....	
11. Principais doenças que podemos evitar realizando Atividade Física.....	19
12. Orientações para realizar Atividade Física.....	
13. Como reduzir o comportamento sedentário na pessoa idosa.....	2
14. Exercícios para idosos ativos e independentes.....	
15. Exercícios para pessoa idosa mais frágeis ou parcialmente dependentes.....	25
16. Locais que podem oferecer Atividade Física.....	
17. Dicas para uma Alimentação Saudável.....	
18. Dicas.....	31.....
1. Prevenção do risco de queda.....	
2. Ações de promoção da Saúde.....	33.....
19. Referências bibliográficas.....	34.....
20. Links.....	35.....





CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE



## APRESENTAÇÃO

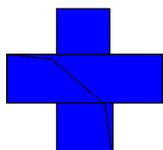
Nos últimos anos temos vivenciado um acelerado crescimento da população idosa e o aumento da expectativa de vida, o que é uma das maiores conquistas da humanidade. Entretanto, é preciso assegurar a pessoa idosa o direito de envelhecer com qualidade e de forma saudável estimulando sua autonomia e independência.

Para isto, é necessário proporcionar uma atenção à saúde com qualidade, que vise a inclusão da pessoa idosa no meio familiar e social.

A Secretaria de Estado da Saúde de Mato Grosso/Superintendência de Atenção à Saúde - Coordenadoria de Promoção e Humanização da Saúde, por meio da Área Técnica de Promoção da Atividade Física e Corporal, com a parceria da Área Técnica da Saúde da Pessoa Idosa da Coordenadoria de Rede de Atenção à Saúde, elaborou esta cartilha informativa, com linguagem clara e acessível, sobre a importância da atividade física para o envelhecimento saudável, como estratégia de promoção e prevenção da saúde.

4

25



Sistema  
Único  
de Saúde

Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342

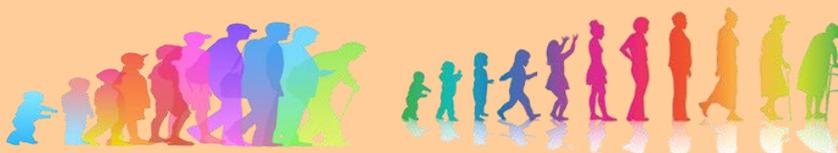
4



## O Processo do envelhecimento

*Todos nós envelheceremos,  
afinal faz parte do curso da vida.*

Mato Grosso, conforme os censos realizados pelo IBGE (2022) nas últimas décadas, mostra que está em envelhecimento acelerado. Conhecer aspectos básicos sobre o processo de envelhecimento e os cuidados necessários dele decorrentes é imprescindível.



O envelhecimento saudável, segundo a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, consiste em desenvolver e manter a habilidade funcional, que permite o bem estar, ou seja, nas atividades de vida diária, **ter autonomia para:**



Cozinhar



Controlar dinheiro e finanças



Tomar remédios a dose e horários corretos



Lavar e passar a roupa



Usar o telefone



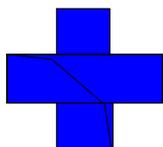
Arrumar a casa e fazer trabalhos pequenos



Fazer compras



Sair de casa sozinho para lugares distantes 5





**e independência para:**



Tomar banho



Deitar-se e sair da cama sozinho



Alimentar-se sozinho



Vestir-se sem ajuda



Usar o vaso



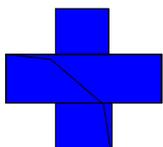
Controlada urina e fezes



***Diminuir essas funções não é normal da velhice...***  
***“Não é normal da idade”, como pensam a maioria das pessoas!***

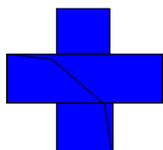


Você sabia que nas Unidades Básicas de Saúde dos municípios do estado de Mato Grosso tem um instrumento chamado IVCF-20 (Índice de Vulnerabilidade Clínico-Funcional) e outras ferramentas conjuntas para avaliar sua capacidade funcional?





Você verificará que pode ser um idoso **Robusto, em Risco de Fragilização ou Frágil**, e receberá as orientações necessárias para combater os fatores de risco que levaram ou poderão levar a diminuição de sua capacidade funcional





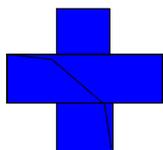
### Quem é o idoso robusto?

É aquele idoso, com baixo risco clínico funcional. Tem autonomia para dirigir sua vida e independência para realizar as atividades básicas de vida diária. Não é dependente de terceiros. Pode ter uma doença crônica controlada ou presença de algum fator de risco ou não ter nada.



### Quem é o idoso em risco de fragilização?

É aquele idoso com moderado risco de vulnerabilidade clínico-funcional. Presença de duas ou mais doenças crônico-degenerativas bem estabelecidas e de maior complexidade clínica e/ou fatores de risco ou sintomas que necessitam de intervenção médica; uso diário de 5 ou mais medicamentos diferentes; internação recente nos últimos 6 meses; por qualquer motivo; esquecimento percebido e confirmado por testagem e Sarcopenia (Doença generalizada e progressiva da musculatura esquelética, associada a desfechos adversos, como maior risco de quedas, fraturas, dependência física e mortalidade).



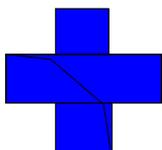


### Quem é o idoso frágil?

É aquele idoso com alto risco de vulnerabilidade clínico-funcional ou vulnerabilidade clínico-funcional estabelecida. Presença de incapacidade funcional ou dependência e, conseqüentemente, restrição da participação social.



Como cada indivíduo envelhece de um jeito, à medida que avança o envelhecimento populacional, cresce no Estado o desafio de oferecer à população idosa os cuidados adequados para a atenção à sua saúde, pois há diversas particularidades que devem ser conhecidas e consideradas.





# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

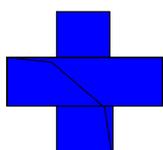
## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

Com o envelhecimento, há uma diminuição natural da força, da flexibilidade e da massa muscular, porém não interfere na capacidade funcional do indivíduo. Todas essas alterações são aumentadas com o sedentarismo, e outros fatores externos levando à diminuição da capacidade física, e podem, até mesmo, com o passar dos anos, prejudicar a independência e a qualidade de vida. Por isso, a atividade física realizada regularmente é um dos principais fatores para um envelhecimento saudável.

A prática de exercício físico regular contribui para a manutenção do desempenho físico-funcional dos idosos, além de auxiliar no controle de fatores de risco para diversas doenças como hipertensão arterial, diabetes e obesidade, entre outras.





CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

## Proteção da Pessoa Idosa

*Você sabia que o estatuto da pessoa Idosa afirma que a Atividade Física é um direito?*

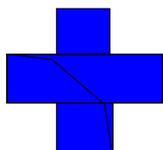
O Estatuto do Idoso (Lei 10.741/2003), no art. 3º afirma que “é obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar”.

O artigo 3º do Estatuto do Idoso afirma que “é obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar”.



32

11



Sistema  
Único  
de Saúde

Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342

11



## Os Direitos da Pessoa Idosa

Os direitos da pessoa Idosa são essenciais e de extrema importância e devem ser respeitados:



Direito de Envelhecer



Política de atendimento por ações governamentais e não governamentais



Liberdade, respeito e dignidade



Acesso à justiça



Moradia Digna



Educação, cultura, esporte e lazer



Transporte



Alimentos



Atendimento preferencial



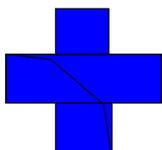
Saúde



Exercício da atividade profissional e aposentar-se com dignidade



12





## Contribuições da Atividade Física para o Envelhecimento Saudável

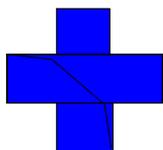
Com o envelhecimento, há uma diminuição natural da força, da flexibilidade e da massa muscular.

Todas essas alterações são aumentadas com o sedentarismo, levando à diminuição da capacidade física, e podem, até mesmo, com o passar dos anos, prejudicar a independência e a qualidade de vida.

Por isso, a atividade física realizada regularmente é um dos principais fatores para um envelhecimento saudável.



13





CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

#### Entendendo a Atividade Física

A prática de **atividade física** é importante para as nossas vidas. Ela deve ser realizada por todas as pessoas e em todas as idades.

**Atividade física** é um comportamento que envolve os movimentos voluntários do corpo, com gasto de energia acima do nível de repouso, promovendo interações sociais e com o ambiente, podendo acontecer no tempo livre, no deslocamento, no trabalho ou estudo e nas tarefas domésticas.

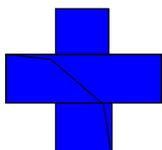
São exemplos de **atividade física**: caminhar, correr, pedalar, brincar, subir escadas, carregar objetos, dançar, limpar a casa, passear com animais de estimação, cultivar a terra, cuidar do quintal, fazer yoga e praticar esportes, entre outros.

A **atividade física** faz parte do dia a dia e traz diversos benefícios, como o controle do peso e a melhora da qualidade de vida, do humor, da disposição, da interação com as outras pessoas e com o ambiente.



35

14



Sistema  
Único  
de Saúde

Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342

14



## Diferença entre Atividade Física e Exercício Físico

### Atividade Física

É qualquer tipo de movimento físico produzido pelo corpo, sendo qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que requeiram gasto de energia

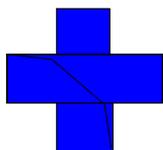


### Exercício Físico

Quando a atividade física é planejada e estruturada com o objetivo de melhorar ou manter os componentes físicos, como a estrutura muscular, a flexibilidade e o equilíbrio, estamos falando do exercício físico.



15





## Principais Benefícios da Atividade Física



### Controle de Peso

Diminui a porcentagem de gordura corporal e aumenta a massa magra (músculos), principalmente quando associada a uma alimentação adequada



### Controle da Pressão Arterial

Aumenta a circulação do sangue, contribuindo no controle da pressão alta



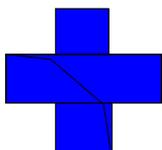
### Controle do Colesterol e do Diabetes

Ajuda a reduzir as taxas de colesterol. Além disso, reduz o nível de glicose no sangue



### Força e Flexibilidade Muscular

Fortalece os ossos e as articulações, contribuindo para uma maior segurança e confiança para as atividades do dia a dia





# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social



#### Equilíbrio e Postura

Diminui consideravelmente o risco de quedas e lesões



#### Humor

Melhora a oxigenação do sangue no cérebro. Quando realizada com frequência, libera hormônio do bem estar



#### Imunidade

Melhora a imunidade do corpo quando realizada regularmente



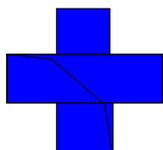
#### Memória

Pessoas Idosas que praticam atividade física regularmente têm menos risco de desenvolver deterioração mental e possuem mais agilidade mental



#### Sono

Ajuda a dormir melhor





## Principais Doenças que Podemos Evitar Realizando a Atividade Física

Hipertensão Arterial



Doenças Cardíacas



Diabetes



Depressão



Risco de Queda



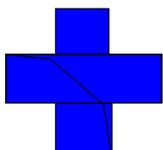
Fratura



Artrite Reumatóide



Osteoporose





## Orientações Para Realizar Atividade Física

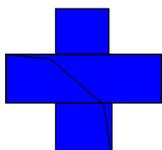
- Fazer Atividade Física pelo menos **150 minutos** por semana, ou seja, **30 minutos por dia**;
- Comece **devagar** e vá aumentando o tempo;
- Você pode fazer Atividade Física no **tempo e lugar** que for possível para você;
- Experimente **diferentes tipos de atividade física** para encontrar aquela de que mais goste;
- Planeje e identifique qual o **melhor horário** em seu dia para fazer atividade física;
- Alguns **exemplos de atividade física** que você pode fazer: dança, alongamento, jogos de xadrez, bocha, hidroginástica, pilates, tênis de mesa, caminhada, musculação, entre outros;
- **Tente sempre fazer** seus deslocamentos a pé, subir escada ao invés de usar elevador, faça jardinagem, passeie com animal de estimação, vá pescar e lembre -se que :

**Ter um dia Fisicamente Ativo, melhora a Saúde e o Bem Estar!!**



O Guia de Atividade Física para a População Brasileira, foi utilizado como orientador das recomendações de Atividade Física para pessoa Idosa

19





## Como Reduzir o Comportamento Sedentário na Pessoa Idosa

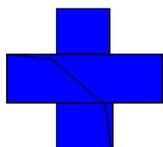
Comportamento sedentário envolve atividades realizadas quando você está acordado, sentado, reclinado ou deitado e gastando pouca energia.

O tempo de comportamento sedentário, por exemplo, é um importante fator de risco para incapacidade, deficiências e aumento da mortalidade, principalmente em idosos.

Os fatores mais preocupantes têm a ver com condições de vida e fatores de risco comportamentais como tabagismo, consumo de álcool, alimentação não saudável e inatividade física.

### RECOMENDAÇÕES:

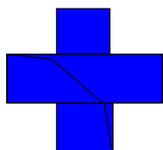
- Reduzir o tempo sentado, deitado, parado para no máximo 6 a 8 h ao dia;
- Reduzir para o máximo de 2 a 4 horas sentado em frente a tela, durante o dia;
- procurar fazer pausas no tempo sentado, ou seja, a cada hora sentado, ficar em pé por pelo menos 5 minutos;
- A prática de atividade física é essencial para diminuir o sedentarismo, uma vez que contribui para mais qualidade de vida, saúde e bem-estar





Procure um médico antes de iniciar  
qualquer Atividade Física

## Exercícios para pessoas idosas ativas e independentes





# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

#### CAMINHADA



Faça pequenas caminhadas em casa, entre 3 a 15 minutos (quanto mais tempo conseguir, melhor). Aproveite o corredor, se desloque da sala até o quarto, ou marche mesmo sem sair do lugar. Cuidados com obstáculos, e preferencialmente faça próximo à parede. Respeite sua tolerância e cansaço

#### SUBIR NA PONTA DOS PÉS



Suba e desça na ponta dos pés. Se sentir desequilíbrio, faça apoiando na janela, mesa ou barra de apoio. Realize 3 séries de 6 a 8 repetições

#### LEVANTAR E SENTAR



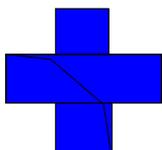
Em uma cadeira firme, no sofá ou na cama, levante-se e sente. Prefira assentos mais altos e tente não usar as mãos. Repita 2 a 3 séries de 6 a 10 repetições. Faça menos repetições caso tenha problemas no joelho.

#### ELEVAÇÃO DE BRAÇO



Sentado, levantar e abaixar os braços. Você pode fazer esse exercício segurando uma bola, um cabo de vassoura ou algum peso (halter, saco alimento ou garrafa de água). Se tiver problemas nos ombros, eleve os braços somente até a altura dos olhos e cuide da carga/peso. Faça 2 séries de 6 a 8 repetições.

22





#### FORTALECER O MÚSCULO DA COXA

Sentado, com as costas apoiadas, esticar e dobrar o joelho. Você pode usar uma caneleira ou prender um quilo de alimento com uma faixa na canela. Faça 3 séries de 10 a 15 repetições em cada perna.



#### AGACHAMENTO

Em uma cadeira firme, no sofá ou na cama, levante-se e sente. Prefira assentos mais altos e tente não usar as mãos. Repita 2 a 3 séries de 6 a 10 repetições. Faça menos repetições caso tenha problemas no joelho.



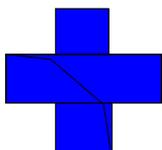
#### EXTENSÃO DO QUADRIL

Posicione-se em pé de frente para uma cadeira, apoie uma de suas mãos na cadeira, estenda uma das pernas para trás, tirando o pé do chão. Repita 3 séries de 20 vezes



#### EQUILÍBRIO

Em pé, coloque um pé apoiado na outra perna e tente se equilibrar por 15 segundos. Repita 3 vezes com cada perna. Apoie se necessário, com uma ou as duas mãos.





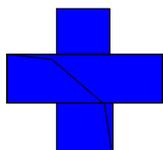
Procure um médico antes de iniciar  
qualquer Atividade Física

## Exercícios para pessoas idosas mais frágeis ou parcialmente dependentes



24

45





# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social



#### MOVIMENTO DE TORNOZELO

Deitado ou sentado, movimentar a ponta dos pés para cima e para baixo. Faça 3 séries de 10 repetições.



#### ELEVAR A PERNA

Deitado, manter uma perna dobrada e apoiada, e subir e descer a outra perna com o joelho esticado. Realizar 3 séries de 6 a 10 repetições.



#### ELEVAR O QUADRIL

Deitado sem travesseiro, com as pernas dobradas e apoiadas na cama, subir e descer o quadril (bumbum) da cama. Realizar 3 séries de 6 a 10 repetições

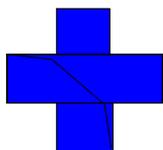


#### MOVIMENTO DE QUADRIL

Deitado, com as pernas acima de uma bola, dobrar e esticar as pernas, sem tirá-las de cima da bola. Realizar 2 séries de 8 repetições

25

46



Sistema  
Único  
de Saúde

Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342

25



# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social



#### CAMINHADA

Faça pequenas caminhadas em casa, entre 3 a 15 minutos (quanto mais tempo conseguir, melhor). Aproveite o corredor, se desloque da sala até o quarto. Cuidados com obstáculos e respeite sua tolerância e cansaço



#### ELEVAÇÃO DOS BRAÇOS

Deitado ou sentado, levantar e descer os braços. Você pode fazer esse exercício segurando uma bola ou um cabo de vassoura. Faça 2 séries de 6 a 8 repetições



#### ARTICULAÇÃO DA MÃO

Utilize uma bolinha de tênis ou até meia dobrada, aperte e solte a bolinha quantas vezes desejar. O exercício ajuda a fortalecer os músculos da mão, e movimentar as articulações

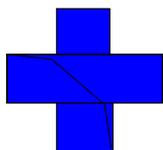


#### EXTENSÃO DO JOELHO

Sentado em uma cadeira, levante as duas pernas do chão esticando-as para frente e depois retornando ao chão, pode erguer o braço junto. Você pode fazer esse exercício segurando uma bola ou um cabo de vassoura. Faça 2 séries de 6 a 8 repetições

26

47



Sistema  
Único  
de Saúde

Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342

26



CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

#### Locais Que Podem Oferecer Atividade Física

Os Centros de Convivência desenvolvem ações para a promoção do desenvolvimento ativo

As Secretarias municipais de Esporte, Lazer e Turismo, da pessoa Idosa, e de Assistência Social podem oferecer programas e espaços públicos para Atividade Física para idosos.

Alguns Programas Públicos, oferecem ações de Promoção da Saúde e bem-estar, incluindo a Atividade Física, tais como:

#### Programa Academia da Saúde



#### Esporte e Lazer na Cidade(Núcleo do projeto na cidade)

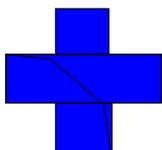


#### Incentivo a Atividade Física( UBS e Postos de Saúde)



*Verifiquem se no seu município têm alguma dessas redes de apoio*

27





# Dicas

PARA UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Você sabia que é importante alimentar -se bem para fazer Atividade Física?

1

Faça pelo menos 3 refeições (café da manhã, almoço e jantar) e 2 lanches saudáveis por dia. Não pule as refeições.



2

Alimentos ricos em fibras, como cereais integrais, legumes e frutas, são essenciais para a saúde do trato digestivo e ajudam a prevenir a constipação.



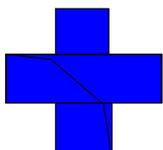
3

As proteínas são fundamentais para a saúde muscular e a manutenção de ossos fortes. Inclua fontes magras, como peixes, aves, ovos e leguminosas, em sua dieta diária.



4

Manter o controle das porções ajuda a evitar o consumo excessivo de calorias e a preservar um peso saudável! Como o apetite tende a diminuir com a idade, é fundamental escolher alimentos ricos em nutrientes em cada refeição. 28





# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

**5** **Diminua** a quantidade de sal na comida e retire o saleiro da mesa.

**6** Para uma vida mais saudável, movimente-se por pelo menos 30 minutos todos os dias e **evite álcool e fumo.**

**7** **Evite** refrigerantes, sucos industrializados, bolos, biscoitos recheados, sobremesas açucaradas e outras guloseimas.

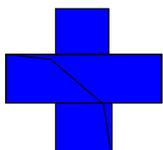
**8** Inclua **feijão com arroz** na sua alimentação diária ou, no mínimo, cinco vezes por semana. Esse prato brasileiro oferece uma combinação completa de proteínas e é benéfico para a saúde.

**9** Na pessoa idosa, a desidratação pode ser comum. Por isso, mantenha-se hidratado **bebendo água** regularmente e fique atento aos sinais de sede, que podem ser menos perceptíveis.

**10** Cada pessoa é **única**, e suas necessidades nutricionais podem variar. Por isso, é **fundamental consultar um nutricionista** para uma avaliação personalizada e orientações adequadas.

50

29



Sistema  
Único  
de Saúde

Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342

29



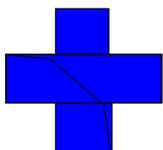
**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social



51

30



Sistema  
Único  
de Saúde

Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342

30



**Mesmo Realizando Atividade Física Regular Siga as Orientações para a Prevenção do Risco de Queda**

**Evite subir em móveis para pegar objetos**

**Não deixe objetos espalhados no chão, isso pode causar quedas**

**Andar de meias, pode fazer com que você escorregue, evite usá-las**

**Evite mesinha de centro ou móveis desnecessários**

**Evite usar tapetes na casa, pode tropeçar**

**Instalar corrimãos em escadas e rampas**

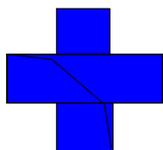
**Os pisos deverão estar sempre secos, opte pelos antiderrapantes emborrachados**

**Utilizar suportes de apoio no box e vaso sanitário**



31

52





AÇÕES DE PROMOÇÃO DA SAÚDE

**Sinta-se Feliz**

 **CHAME QUEM MORA COM VOCÊ  
PARA FAZER UMA ATIVIDADE**

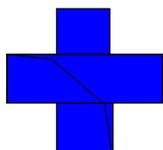
 **LIGUE UMA MÚSICA**

 **EXERCITE-SE**

 **MEXA O ESQUELETO**

 **DÊ MUITA RISADA, E**

 **SEJA MUITO FELIZ**





CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

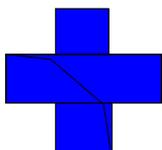
# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

## Referências Bibliográficas

- Brasil. Ministério da Saúde (MS). Guia Alimentar para a População Brasileira. Brasília: MS; 2014.
- Agências de Notícias IBGE, <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/> 2022.
- Brasil, Ministério da Saúde (MS). Guia de Atividade Física para População Brasileira: MS, 2021.
- Brasil, Ministério da Saúde (MS). Programa Academia da Saúde, MS, 2020.
- Secretaria Nacional de Promoção e Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa. Cartilha Direitos Humanos da pessoa idosa, 2018.
- Ministério da Saúde- Secretaria de Atenção a Saúde- Departamento de Ações programáticas e Estratégicas área técnica do idoso. Guia para se viver bem e melhor, 2006.
- Ministério da Saúde (MS). Cartilha da pessoa idosa- saúde mental e atenção psicossocial em desastres: MS, 2024.
- Ministério do Esporte- Programa Esporte e Lazer na Cidade (PELC), 2023.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica - Brasília: Ministério da Saúde, 2006.
- Manual de avaliação multidimensional da pessoa idosa para a atenção primária à saúde [livro eletrônico]: aplicações do IVCF-20 e do ICOPE - Linha de cuidado: saúde da pessoa idosa / Edgar Nunes de Moraes, Priscila R. Rabelo Lopes - Brasília, DF: Conselho Nacional de Secretários de Saúde, 2023.
- Nota Técnica Para Organização da Rede de Atenção à Saúde Com Foco na Atenção Primária à Saúde e na Atenção Ambulatorial Especializada - Saúde da Pessoa Idosa. / Sociedade Beneficente Israelita Brasileira Albert Einstein São Paulo: Hospital Israelita Albert Einstein Ministério da Saúde, 2019.



# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE



CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

**Link**  
Clique  
encima da  
cartilha



Guia de Atividade Física  
para População  
Brasileira



Programa Academia da  
Saúde



Esporte e Lazer na  
cidade



Guia Alimentar para a  
População Brasileira



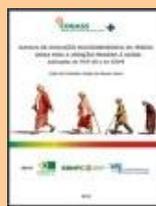
Incentivo a Atividade  
Física (IAF)



Nota técnica para  
organização da Rede de  
Atenção com foco na  
Atenção Primária



Guia de Atenção à  
Reabilitação da Pessoa  
Idosa



Manual de Avaliação  
Multidimensional da  
pessoa Idosa na APS

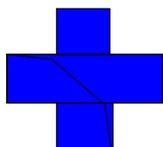


Guia de Cuidados para  
Pessoa Idosa



Estatuto da  
Pessoa Idosa

Vítimas de violação dos direitos  
humanos, o que fazer?





# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

CARTILHA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA PESSOA IDOSA - Implementação da Promoção da Atividade Física como estratégia de Promoção e Prevenção da saúde da pessoa idosa do Estado de Mato Grosso - SES-MT  
1ª Edição 2025

#### Inspiração:

Na união entre duas áreas importantes para a atenção à saúde da pessoa idosa, surgiu a ideia de transformar o trabalho em uma cartilha para a população idosa.

#### Elaboração:

Andressa Fantim Giroldo Pinho/COPHS

#### Colaboração:

Celma Rocha Ferreira/CORAS

Thayza de Souza Carvalho/COPHS

Yasmin Francini Pereira Prado/CORAS

#### Organização:

Andressa Fantim Giroldo Pinho/COPHS

#### Imagens:

Canva®, Google (imagens sem direitos autorais)

#### Equipe de Promoção da Atividade Física e Corporal

Andressa Fantim Giroldo Pinho

#### Coordenadoria de Promoção e Humanização de Saúde

Rosien Rosa Pires

#### Superintendência de Atenção à Saúde

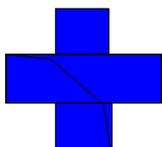
Lenilda Costa Figueiredo

#### Secretaria Adjunta de Atenção e Vigilância em Saúde

Juliano Silva Melo

#### Secretaria de Estado de Saúde de Mato Grosso

Gilberto Gomes de Figueiredo





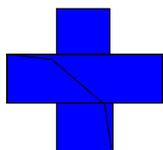
**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

## PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA E CORPORAL

(65) 3613 5415 / (65) 98415 9874  
 [andressapinho@ses.mt.gov.br](mailto:andressapinho@ses.mt.gov.br)  
 [www.saude.mt.gov.br](http://www.saude.mt.gov.br)  
 [cophs.sesmt](https://www.instagram.com/cophs.sesmt)  
 Rua D, Quadra 12, Lote 02, Bloco 05 - Centro Político Administrativo - CPA - 78049-902 Cuiabá -MT

57



Sistema  
Único  
de Saúde

Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342

36



**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social



SAÚDE DA PESSOA IDOSA  
CORAS/SAS/SES/MT

Área Técnica da Saúde da  
Pessoa Idosa  
CORAS/SAS/SES -MT

 (65) 3613-5469

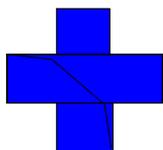
 [idoso@ses.mt.gov.br](mailto:idoso@ses.mt.gov.br)

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

 Rua D, Quadra 12, Lote 02, Bloco05 - Centro Político  
Administrativo - CPA - 78049-902 Cuiabá-MT



58



Sistema  
Único  
de Saúde

Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342

37



**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

---

Governo de Mato Grosso  
Secretaria de Estado de Saúde  
Superintendência de Atenção à Saúde  
Coordenadoria de Promoção e Humanização da Saúde  
Cuiabá-MT

Home Page: <http://www.saude.mt.gov.br>  
E-mail: [cophs@ses.mt.gov.br](mailto:cophs@ses.mt.gov.br) / [coapre@ses.mt.gov.br](mailto:coapre@ses.mt.gov.br)  
Arquivopara download:  
<http://www.saude.mt.gov.br/ciaps/arquivos/145/documentos>

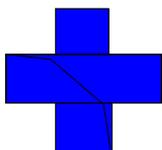
---

Rua Júlio Domingos de Campos, Lote 02, Bloco 05 Centro Político Administrativo -  
Paiaguás CEP 78049 -902

59  
60  
61  
62  
63  
64  
65  
66  
67

**Concedida a palavra para a Cons. Marta Bunlai** – Diz que a trata-se da promoção e a prevenção está em nível de atenção básica. Diz que dentro da primária seria importante não somente a questão da promoção que talvez não seja da competência da coordenadoria, mas diz que seria perfeito que fosse promoção e prevenção, assistência e a reabilitação do idoso para fechar o ciclo. **Rosiene** – Diz que a equipe tem trabalhado a integralidade do cuidado, exatamente pensando nas colocações feitas pela conselheira. **Conselheiro José Alves rep. do CREFITO, seg. de trabalhador**. Parabeniza pela criação da cartilha, diz que atualmente há uma verdadeira epidemia de lesões por quedas em domicílio, diz as pesquisas dizem que a maior parte das quedas ocorrem por fragilidade esquelética. Diz que o CRIDC precisa apropriar dessas informações e pensar

38



Sistema  
Único  
de Saúde

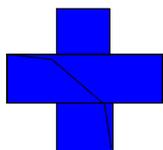
Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342

**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**



CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

68 em políticas para esses segmentos. Diz que tem sugestão sobre o tema. Diz que é necessário reforçar a importância da  
69 avaliação periódica, diz que na avaliação da reabilitação desses pacientes, percebe-se que as quedas são recorrentes e o  
70 paciente não se lembra do evento, por isso a importância de se ter uma avaliação médica periódica. Com o profissional  
71 avaliando na hora do exercício, poderia melhorar a capacidade física do paciente. Sugestão que também tenha a cartilha em  
72 áudio e vídeo, incluir para o idoso identificar quando se encontrar em isolamento social. **Maria Luiza rep. do SINTEP**  
73 **segmento de usuário** - Diz que embora não seja estudiosa dos assuntos da pessoa idosa e que tem algumas perguntas,  
74 sobre a cartilha pergunta quantas serão publicadas e como chegarão nas mãos dos idosos, também pergunta quantos  
75 geriatras há na rede pública estadual para atender esse público por que tem poucos geriatras até na redes privadas. Diz que  
76 é necessário o especialista geriatra para prestar esse atendimento específico. Diz que considera que a cartilha seja um  
77 instrumento, sugere que seja levado ao Conselho Estadual de Saúde outros pontos sobre a pessoa idosa. **Conselheiro Carlos**  
78 **Bazan, rep. de idosos seg. de usuário** - pergunta se a cartilha é digitalizada. Diz que recentemente teve um curso para  
79 idosos, voltado para crimes cibernéticos contra idosos. Diz que estava ocorrendo um webinar do ministério da saúde, sobre  
80 a questão dos idosos e que a primeira parte abordou a questão dos idosos na atenção primária, diz que está disponível no  
81 youtube. Diz que a equipe poderia verificar e ver o que o material pode contribuir com a cartilha. Diz que há vários idosos  
82 que não são contemplados com atenção primária por que reside em lugar onde não é cadastrado. Presidente ad hoc  
83 Guilherme Queiróz - Diz que a cartilha já foi encaminhado para todos os conselheiros e que está no grupo de whatsapp.  
84 **Conselheira Geancarla rep. da AMDE Segmento de Usuário** - Agradece e parabeniza a apresentação, diz ao pleno que  
85 a partir daquela apresentação e de outras que surgiram anteriormente, importante que o pleno chame para a discussão, que  
86 seja pautado todas as outras políticas para que a equipe possa apresentar e fazer o debate, para que possa ver como  
87 acontecem os trabalhos, como são realizados os atendimentos médicos. Sobre os idosos em si, pautar que o CRIDAC  
88 apresente ao pleno como são realizados os atendimentos, como são acompanhamentos. Diz que no Conselho há comissões  
89 específicas que podem discutir, buscar informações e dialogar com o pleno. Diz que o CES precisa olhar a política e discutir  
90 ela como um todo. Sobre a cartilha, diz que tem uma sugestão, para que tenha algo mais direcionado, no que se refere a  
91 parte onde o idoso deve procurar no município onde ocorrem os tratamentos específicos, que a cartilha tenha o nome  
92 direcionando onde devem procurar as informações. **Rosiene** - Diz que no município os atendimentos já são na atenção  
93 primária, que ordena a rede do cuidado. Diz que sobre a questão do geriátrico, já são especialidades, onde o idoso é regulado  
94 e direcionado. Diz que o projeto quando foi criado, foi pensado nos médicos da atenção básica. **Edna Ouidora do CES**  
95 - Diz que o atendimento ao idoso na atenção primária é precário. Diz que pacientes acamados o sofrimento é maior, que  
96 precisam de maior acompanhamento. Diz que é preciso ter a integralidade dos pacientes. Diz que o trabalho é muito extenso.  
97 **Cons. Izandir rep. de idosos seg. de usuário** - Diz que houve a 6ª conferência de saúde do idoso, com grande participação,  
98 em torno de 280 pessoas de muita importância. Diz que a instituição fez um pacto sobre implementação de rede de atenção  
99 da pessoa idosa com participação do Tribunal de Contas. Diz que é preciso saber onde o idoso será atendido, diz que existe  
100 orçamento para um atendimento eficiente, que precisa ser implementado. Diz que a rede está sendo discutida, que precisa  
101 saber onde o idoso será atendido. Precisa fazer a rede girar. Diz que o CES precisa participar das discussões e será necessário  
102 a criação da regulação do idoso, diz que precisa ter um hospital com criação da rede aberta para atender o idoso. Que  
103 precisa criar a rede, que é uma discussão que foi iniciada. Diz que irá oficializar o convite para o CES para participar da  
104 criação dessa política. **Rosiene** diz que na SAAS tem uma área específica que trata da saúde da pessoa idosa. Diz que o  
105 trabalho em conjunto O CRASS, educação, SETACS diz que é necessário criar uma rede de proteção ao idoso. Agradece  
106 a todos. Proposta do conselheiro Izandir - que o CES participe do trabalho na construção inicial junto com a SETASC,  
107 formulação de política pública direcionado a pessoa idosa. **Deliberação para participar do trabalho junto a SETASC** -  
108 **Giancarla rep. AMDE, Guilherme rep. aposentados, Edson rep. trabalhador e Marta rep. de idosos**. Aprovado por  
109 unanimidade. **Giancarla encaminhamento** - que seja pautado em reunião do pleno que Secretaria adjunta de atenção  
110 **especializados. para falar sobre o atendimento aos idosos e o CRIDAC para falar sobre os atendimentos dos idosos,**  
111 **apresentar dados. Diz que para discutir e ter conhecimento sobre a assistência. Diogenes** - Diz que a SES tem os  
112 **atendimentos diretos realizados pelo CRIDAC, CEOP, CERMAC, e também na área técnica da SAAS, setor que trata a**  
113 **saúde do idoso. Diz que seria importante discutir com todos. Secretaria adjunta de atenção especializados. Aprovada. 2º**  
114 **Discussão e deliberação referente Proposta de resolução recomendatória do Conselho Estadual de Saúde, a ser**  
115 **encaminhada à Secretaria de Estado de Saúde de Mato Grosso, com as seguintes diretrizes:** Coibir e disciplinar o  
116 acesso de representantes de fabricantes de medicamentos, materiais, insumos e equipamentos hospitalares do SUS durante  
117 o horário de expediente, para apresentação de seus produtos aos profissionais de saúde; Sugerir que nos documentos como  
118 "Normas e Rotinas" e/ou "Manual de Boas Práticas", ou documentos similares, conste a seguinte recomendação: "Não é  
119 permitido receber representantes de fabricantes de medicamentos ou equipamentos médicos durante o horário de  
120 atendimento no SUS. O tempo de expediente deve ser integralmente destinado ao atendimento dos pacientes e às atividades





**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

- 121 assistenciais. Em caso de excepcionalidade, o profissional deverá procurar diretamente a direção da unidade. **Conselheiro**  
122 **José Alves rep. CREFITO seg. de trabalhadores** – agradece o acolhimento da pauta, agradece a comissão de políticas  
123 farmacêuticas que discutiram previamente antes de apresentar ao pleno. Apresentação na íntegra.



CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social



**Governo do Estado de Mato Grosso**  
**SES – Secretaria de Estado de Saúde**

**REUNIÃO ORDINÁRIA 01/10/2025**

**PROPOSTA DE PAUTA  
PARA O CONSELHO  
ESTADUAL DE SAÚDE DE MT**

Conselheiro José Alves Martins  
Segmento trabalhadores (CREFITO?)

124



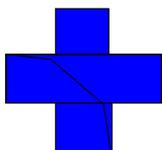
CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

**Contribuir com a Ética, Normas e Boas Práticas**  
**Conselho Estadual de Saúde – Mato Grosso**

**PROIBIR / COIBIR E DISCIPLINAR O ACESSO DE**  
**REPRESENTANTES DE FABRICANTES DE MEDICAMENTOS,**  
**MATERIAIS, INSUMOS, EQUIPAMENTOS HOSPITALARES DO SUS**  
**DURANTE O HORÁRIO DE TRABALHO PARA APRESENTAR SEUS**  
**PRODUTOS AOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE EM HORÁRIO DE**  
**EXPEDIENTE.**

125

40



Sistema  
Único  
de Saúde

**Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342**  
**CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342**



**Uma prática comum, mas  
não razoável nem  
adequada durante o  
horário de expediente**



126



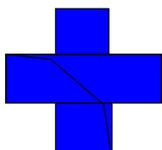
- ▶ **Exceções: Acessar os canais institucionais adequados:**
- ▶ **Comissões de Farmácia e Terapêutica (CFT)**
- ▶ **Autorização formal da gestão da unidade**

**Comissão de  
Farmácia e  
Terapêutica**



**C  
F  
T**

127





- ▶ **Garantir acesso racional a medicamentos e insumos**
- ▶ **Selecionar tecnologias com base no perfil institucional e do paciente**
- ▶ **Promover a segurança do uso dos medicamentos**

## **PAPEL DAS COMISSÕES DE FARMÁCIA E TERAPÊUTICA**



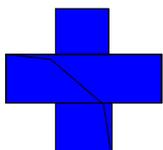
128

- ▶ **O expediente deve ser integralmente destinado ao atendimento dos pacientes**
- ▶ **A presença de representantes pode aumentar a espera do paciente**
- ▶ **O CES deve contribuir para garantir foco exclusivo no paciente**

## **USO RACIONAL DO TEMPO DE TRABALHO**



129



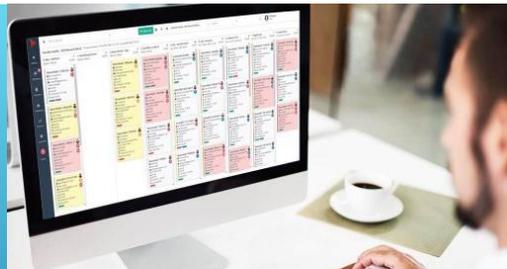


## PRESCRIÇÃO NO SUS

- ▶ Deve estar ancorada na:
- ▶ RENAME - Relação Nacional de Medicamentos Essenciais
- ▶ REMUME: relação municipal de medicamentos essenciais
- ▶ Prescrição fora dessas relações sem justificativa, pode gerar:
  - ▶ Conflito de interesse
  - ▶ Indução do paciente à compra privada
  - ▶ Problema ético e administrativo

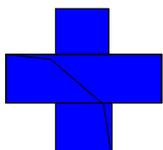
130

## AUTONOMIA MÉDICA X POLÍTICAS PÚBLICAS



- ▶ A princípio a RENAME /REMUME não fere a autonomia médica:
- ▶ O cumprimento de políticas públicas é obrigação do profissional
- ▶ Artigo 21 do Código de Ética Médica: veda descumprimento de normas sanitárias

131





CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social



CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

- ▶ Proibir / Coibir e disciplinar o acesso de representantes comerciais durante o horário de trabalho

## PROPOSTA DE RESOLUÇÃO

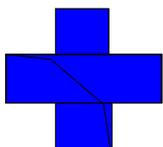
132

- ▶ "Não é permitido receber representantes de fabricantes de medicamentos ou equipamentos médicos durante o horário de atendimento no SUS. O tempo de expediente deve ser integralmente destinado ao atendimento dos pacientes e às atividades assistenciais. Em caso de excepcionalidade o profissional deve procurar diretamente a direção da unidade."

## NORMAS E BOAS PRÁTICAS



133





# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

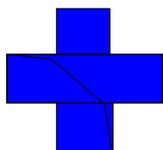
- ▶ Ética e responsabilidade na prática profissional (interesses privados capturando o trabalho no SUS)
- ▶ Fortalecimento da gestão pública e da confiança do paciente
- ▶ Proteção contra conflitos de interesse (ranking dos prescritores)
- ▶ Atenuar as possibilidades de judicializações no SUS

**CONCLUINDO:**

134

135 **Conselheira Leila Bobaid rep. do NEOM seg. de usuário** – Diz que gostaria de entender a proposta,  
136 porque é uma questão de competência exclusiva da gestão. Questiona se é caso de pauta do conselho  
137 discutir, uma vez que é uma questão que já está disciplinado. **Cons. Giancarla rep. da AMDE, seg. de**  
138 **Usuário** – Diz que a pauta foi proposta porque a disciplina que existe não está sendo cumprida, que  
139 existe resolução, porém há funcionário que fica aguardando atendimento enquanto vendedores ocupam  
140 o tempo apresentando produtos. Diz que o CES sabendo disso não poderia fechar os olhos. Diz que há  
141 normativa na SES para apresentação de produto novo e que não na sala de atendimento do paciente  
142 que agendou consulta, que passou meses aguardando. **Com. Leila Boabaid rep. do NEOM seg. de**  
143 **usuário** – Diz que sua preocupação não é sobre o mérito e sim sobre o conselho deliberar para fazer  
144 uma resolução de algo que já existe normatização. Diz que a seu ver, se as normas não estão sendo  
145 cumprida, poderia fazer a denúncias aos órgãos competentes. **Cons. Diógenes rep. da SES rep.**  
146 **SEGMENTO DE Governo** – Diz que em todas as unidades a decisão sobre essa questão é do gestor  
147 local. Que tem alguns lugares que são proibidos e que devem utilizar os canais definidos pela gestão  
148 para apresentação dos produtos. Diz que pode fazer campanha de esclarecimento. **Cons. Carlos Bazan**  
149 **rep. de aposentados seg. de usuários-** Diz que faz uso de medicamentos para bronquite crônica. Diz  
150 que atualmente faz uso de uma bombinha em caso de crise asmática e questiona como está  
151 regulamentado para o SUS lhe ofertar o medicamento, porque ele precisa compra na farmácia de auto  
152 custo. Questiona como foi prescrito para ele, já que há outros disponíveis na rede. Diz que sua  
153 recomendação é que a comissão de medicamento avalie junto a gestão qual o saldo de medicamentos  
154 para dois mil e vinte e seis. **Cons. Marta rep. de idoso seg. de usuário** - Diz que se já tem uma  
155 regulação, o CES pode comunicar ao gestor que cumpra as normatizações. **Cons. José Alves rep. do**  
156 **CREFITO seg. de trabalhador** – Diz que a indústria farmacêutica lança uma droga nova, ela vai até  
157 os profissionais para difundir entre os profissionais e isso ocorre nas salas de atendimento ao paciente.  
158 Rebate a fala de que já há normatização, porque ocorre todos os dias nas unidades. Diz que conselheiro  
159 que não pauta é pautado. Diz que o papel do conselheiro é adentrar nas pautas, verificar com as  
160 ouvidorias, com as comissões para apresentar os gargalos da saúde e pautar no pleno, que o conselho  
161 precisa pautar e não ficar somente aprovando e legitimando as pautas da gestão. Diz que não há nenhum

45



Sistema  
Único  
de Saúde

Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342



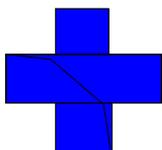
**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

162 problema em aprovar uma resolução de uma norma que existe e não é cumprida. Diz que essa ideia  
163 que a norma esta estabelecida e ninguém cumpre já existe a mais de vinte e oito anos e o paciente que  
164 ficou na fila de espera, continua esperando mais trinta unidades na espera nas unidades, esperando que  
165 o conselheiro façam algo por eles. **Cons. Ivanil** – representante de idosos seg. de usuário – Diz que  
166 deve ser encaminhado para o conselho municipal para que tome providência junto ao secretário  
167 municipal de saúde. **Cons. Maria Luiza rep. do SINTEP seg. de usuário** – Diz que sua sugestão é  
168 de que se o usuário está perdendo o direito de ser atendido pelo médico do SUS que restringe o horário  
169 do paciente para atender os vendedores de medicamentos, que deve haver uma campanha de  
170 conscientização dos usuários para que ele diga o que acontece. Diz que o médico tem regime de  
171 trabalho que deve ser cumprido que não pode ser direcionado para vendedores porque lesa o paciente.  
172 Diz que seu encaminhamento é de que haja campanha de conscientização dos usuários informando que  
173 o médico não pode atender representante de laboratório, colocando placas nos locais de atendimento  
174 informando que caso ocorra o paciente deve fazer denúncia. Que seja colocado publicamente em todas  
175 as unidades, por escrito a conscientização do usuário. **Assessora Jurídica Ingrid Paesi** – Diz que  
176 sobre os instrumentos propostos, a resolução é possível. **Cons. Leila Boabaid rep. do NEOM seg.**  
177 **de usuário – Pede questão de ordem** – Reforça que costuma pautar muitos assuntos de relevância  
178 pública no CES e que não disse que o assunto apresentado era insignificante. Diz que sua preocupação  
179 é com o papel do conselho. Diz que o CES deve se ater às normatizações existente. Diz ainda que a  
180 interferência do CES nas unidades seria ingerência. **Assessora Jurídica Ingrid Paesi** – Diz que o  
181 Regimento deixa claro que o intuito da resolução é diferente da recomendação. Diz que a sugestão era  
182 de fazer uma recomendação para que a gestão afixasse nas portas dos consultórios uma comunicação  
183 de proibição desses atendimentos aos vendedores. Em relação as recomendações, esclarece:  
184 recomendações sobre temas específicos que não é habitualmente de sua responsabilidade direta, mas é  
185 relevante, necessária dirigida a ator ou atoras institucionais de quem se espera determinada conduta ou  
186 providência, ou seja, diferente de uma resolução e que caberia no tema. **Presidente ad hoc Guilherme**  
187 **Queiróz** – Esclarece que após o debate o conselheiro José Alves mantém a sua proposta. Em regime  
188 de votação a proposta do conselheiro José Alves. **Cons. José Alves rep. do CREFITO seg. de**  
189 **trabalhador** – Diz que caso os conselheiros tenham as normas que proíbem o atendimento aos  
190 laboratórios, vendedores de medicamentos nos horários de atendimentos aos pacientes nas unidades.  
191 **Cons. Maria Luiza** – Sugere que seja recomendação aos gestores da SMS E SES que conscientize os  
192 usuários sobre a proibição que existe do médico atender laboratórios em horário de atendimento ao  
193 paciente e promovam campanha de conscientização. **Presidente ad hoc Guilherme Queiróz** –  
194 *Esclarece que após o debate o conselheiro José Alves mantém a sua proposta. Em regime de votação*  
195 *a proposta do conselheiro José Alves de elaboração da elaboração de resolução. 7 votos favoráveis*  
196 *e 9 votos contrários. Proposta reprovada. Em votação proposta da Maria Luiza - recomendação aos*  
197 *gestores da SMS E SES que conscientize os usuários sobre a proibição que existe do médico atender*  
198 *laboratórios em horário de atendimento ao paciente e promovam campanha de conscientização.*  
199 *Proposta aprovada por unanimidade.* 3º pauta **Deliberação** sobre Composição das Comissões Especiais e  
200 permanentes do CES. Secretária Executiva Lúcia Almeida -

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE DE MATO GROSSO- 2025	
Comissões Especiais Permanentes do CES/MT	
I – COMISSÃO PERMANENTE DE ASSISTÊNCIA AMBULATORIAL E HOSPITALAR	
Leila M. Boabaid Levi	Usuário de Saúde
Tânia Cristina C.Jorra	Usuário de Saúde

46



Sistema  
Único  
de Saúde

Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342

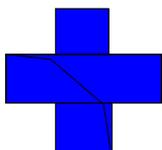


**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

José Carlos Bazan	Usuário de Saúde
Cristiane Almeida Leite da Silva	Trabalhadores em Saúde
Diógenes Marcondes	Governo/ Prestadores de Serviços
<b>II-COMISSÃO ESPECIAL PERMANENTE DE POLÍTICA DE MEDICAMENTOS E ASSISTÊNCIA FARMACÊUTICA</b>	
Sidney Pedroso de Almeida	Usuário de Saúde
Devanil Roza Fernandes	Usuário de Saúde
Giancarla Fontes de Almeida Santos	Usuário de Saúde
	Trabalhadores em Saúde
	Governo/Prestadores de Serviços
<b>III-COMISSÃO ESPECIAL PERMANENTE DE COMUNICAÇÃO SOCIAL</b>	
José Carlos Bazan	Usuário de Saúde
Edevande Pinto de França	Usuário de Saúde
	Usuário de Saúde
José Alves Martins	Trabalhadores em Saúde
	Governo/Prestadores de Serviços
<b>IV-COMISSÃO ESPECIAL PERMANENTE DE RECURSOS HUMANOS E SAÚDE DO TRABALHADOR</b>	
Devanil Roza Fernandes	Usuário de Saúde
Tânia Cristina C. Jorra	Usuário de Saúde
Reginaldo Gonçalves Campos	Usuário de Saúde
Ester Conceição Reis	Trabalhadores em Saúde
	Governo e Prestadores de Serviços
<b>V-COMISSÃO ESPECIAL PERMANENTE DE MONITORAMENTO E COOPERAÇÃO TÉCNICA AO CONTROLE SOCIAL</b>	
Guilherme da Silva Queiroz	Usuário de Saúde
Maria Elizabete da Silva	Usuário de Saúde
Pedro Reis de Oliveira	Usuário de Saúde
Edson Lima Ferreira	Trabalhadores em Saúde
Carlos Corrêa Ribeiro Neto	Governo/Prestadores de Serviços
<b>VI-COMISSÃO ESPECIAL PERMANENTE DE PLANEJAMENTO, ORÇAMENTO E FINANÇAS</b>	
Edevande Pinto de França	Usuário de Saúde
José Carlos Bazan	Usuário de Saúde
Maria Luiza Zanirato	Usuário de Saúde
Ester Conceição Reis	Trabalhadores em Saúde
Glória Maria da Silva Melo	Governo/Prestadores de Serviços
<b>VII-COMISSÃO ESPECIAL PERMANENTE ELEITORIAL E ÉTICA</b>	
Guilherme da Silva Queiróz	Usuário de Saúde
Pedro Reis de Oliveira	Usuário de Saúde
Maria Elizabete da Silva	Usuário de Saúde
Kathellyn da Cruz Meira	Trabalhadores em Saúde
Carlos Corrêa Ribeiro Neto	Governo/Prestadores de Serviços
<b>VIII-COMISSÃO ESPECIAL PERMANENTE DE SAÚDE INDÍGENA</b>	

47



Sistema  
Único  
de Saúde

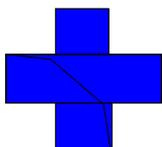
Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342



**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
 Participação e Controle Social

Cristiane Ribeiro de Moraes	Usuário de Saúde
Leila M. Boabaid Levi	Usuário de Saúde
	Usuário de Saúde
Kathellyn da Cruz Meira	Trabalhadores em Saúde
Ana Cláudia Pereira Terças Trettel	Governo/Prestadores de Serviços
<b>IX-COMISSÃO ESPECIAL PERMANENTE DE AÇÕES PROGRAMÁTICAS E ATENÇÃO INTEGRAL À SAÚDE</b>	
Giancarla Fontes de Almeida Santos	Usuário de Saúde
Marta Maciel Metello Bumlai	Usuário de Saúde
	Usuário de Saúde
	Trabalhadores em Saúde
Mázena Salah El-Din Farah	Governo/Prestadores de Serviços
<b>X -MESA DIRETORA</b>	
Leila M. Boabaid Levi	Usuário de Saúde
Maria Elizabete da Silva	Usuário de Saúde
Pedro Reis de Oliveira	Usuário de Saúde
Ester Conceição Reis	Trabalhadores em Saúde
Carlos Corrêa Ribeiro Neto	Governo e Prestadores de Serviços
<b>XI - COMISSÃO ESPECIAL TEMPORÁRIA DE EDUCAÇÃO PERMANENTE EM SAÚDE E CAPACITAÇÃO DE CONSELHEIROS</b>	
Maria Luíza B. Zanirato	Usuário de Saúde
Guilherme Queiroz	Usuário de Saúde
Marta Maciel Metello Bumlai	Usuário de Saúde
Kathellyn da Cruz Meira	Trabalhadores em Saúde
Ana Cláudia Pereira Terças Trettel	Governo e Prestadores de Serviços
<b>XII - COMISSÃO INTERSETORIAL DE SAÚDE DA MULHER</b>	
Cristiane Ribeiro de Moraes	Usuário de Saúde
Giancarla Fontes de Almeida Santos	Usuário de Saúde
Leila Maria Boabaid Levi	Usuário de Saúde
Ester Conceição Reis	Trabalhadores em Saúde
Mázena Salah El-Din Farah	Governo e Prestadores de Serviços
<b>I-COMISSÕES ESPECIAIS TEMPORÁRIAS/CES</b>	
<b>XIII-COMISSÃO ESPECIAL TEMPORÁRIA DE NORMATIZAÇÃO E REESTRUTURAÇÃO DO CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE/MT</b>	
Leila M. Boabaid Levi	Usuário de Saúde
Pedro Reis de Oliveira	Usuário de Saúde
Guilherme Queiróz	Usuário de Saúde
Ester Conceição Reis	Trabalhadores em Saúde
Carlos Corrêa Ribeiro Neto	Governo e Prestadores de Serviços
<b>COMISSÕES EXTERNAS</b>	
<b>CIST</b>	
<b>01 – Titular:</b> Edson Lima	<b>01 – Ester Conceição Reis</b>
<b>02 – Titular:</b> Maria Elisabete da Silva	<b>02 - Suplente:</b> Maria Luiza B Zanirato





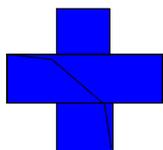
**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

<b>03</b> – Titular: Pedro R. Oliveira <b>03</b> - Suplente: <b>José Carlos Bazan</b>
<b>COMITÊ DE ÉTICA E PESQUISA DA ESCOLA DE SAÚDE PÚBLICA (usuário)</b>
<b>01</b> - Titular: Pedro R. Oliveira
<b>01 - Suplente: Devanil Roza Fernandes</b>
<b>NÚCLEO PERMANENTE DE MEDIAÇÃO DE CONFLITOS - NUPMEC II-</b>
<b>01</b> - Carlos Corrêa Ribeiro Neto
<b>02</b> – Suplente: José Carlos Bazan
<b>COMISSÃO PERMANENTE DE INTEGRAÇÃO ENSINO E SERVIÇO DO ESTADO DE MATO GROSSO – CIES MT ((1 assento sendo 1 titular e 1 suplente do segmento de usuário</b>
<b>01</b> – Titular : Fabiane Vivian De Moraes Martins
<b>01</b> – Suplente: José Carlos Bazan
<b>COMITÊ GESTOR DO FUNDO DE ERRADICAÇÃO DA POBREZA - SETASC</b>
<b>01</b> - Titular: Pedro R. Oliveira
<b>01</b> – Suplente: José Carlos Bazan
<b>GRUPO CONDUTOR DA REDE DE ATENÇÃO ÀS URGÊNCIAS DE MT</b>
<b>01</b> - Usuário de Saúde Titular: Leila M. Boabaid Levi
<b>01 - Usuário de Saúde Suplente: José Carlos Bazan</b>
<b>Centro de Operações de Emergências em saúde Pública por arboviroses e Vírus Respiratórios (COE-aRBOvr) : (1 assento sendo 1 titular e 1 suplente).</b>
<b>01</b> titular: José Carlos Bazan suplente: Marta Maciel Metello Bumlai
<b>GRUPO CONDUTOR ESTADUAL DA REDE DE CUIDADOS À PESSOA COM DEFICIÊNCIA (RCPcD) – (1 assento sendo 1 titular e 1 suplente).</b>
<b>01 – TITULAR:</b> Maria Elizabete da Silva
<b>01 – SUPLENTE:</b> Pedro R. Oliveira
<b>GRUPO CONDUTOR ESTADUAL DE SAÚDE NO SISTEMA PRISIONAL MT</b>
<b>01</b> Segmento de usuário: Leila M. Boabaid Levi
<b>01 Segmento de usuário: Tânia Cristina Crivelin Jorra</b>
<b>GRUPO CONDUTOR DA REDE DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL – RAPS</b>
<b>01</b> – Titular: Pedro R.Oliveira
<b>01</b> – Suplente: Sidney Pedroso de Almeida

201  
202 Nomes para compor as comissões com vaga em aberto: *José Alves Oliveira seg. de trabalhador –*  
203 *Comissão de Saúde Indígena; Oneide Romera seg. de usuários - Comissão Especial Permanente De*  
204 *Ações Programáticas E Atenção Integral À Saúde; Ednaldo Anthony Seg. De trabalhador - Comissão*  
205 *Especial Permanente De Política De Medicamentos E Assistência Farmacêutica. Presidente ad hoc*  
206 **Guilherme Queiróz** – Submete à votação. **Proposta aprovada por unanimidade. INFORMES: Cons. Ana**  
207 **Claudia rep. UNEMAT seg. de Governo** – Sobre oficina do participa do participa+, informa que já foram  
208 realizadas quatro oficinas, sendo nos municípios de Cuiabá, Juína, Pontes e Lacerda e Barra do Garça.  
209 Informa que o Estado de Mato Grosso foi contemplado com uma oficina adicional que será realizado no  
210 município de Confresa, que alcançará a região do extremo norte e conta com o apoio para a mobilização  
211 de chamamento, o evento será a etapa virtual em de e a etapa presencial em de dezembro. Maria Luiza –  
212 Informa sobre a reunião da CISTT no dia 09 de outubro, no hotel fazenda. Diz que, as reuniões da CISTT  
213 estão trabalhando os temas de maior impacto na saúde do trabalhador e da trabalhadora e que na reunião  
214 do dia 09 de outubro o tema a ser tratado será sobre o agrotóxico o seu impacto na saúde do trabalhador.  
215 Diz que em 24 e 25 estará em Brasília na reunião da RENAST, juntamente com o conselheiro Edson onde  
216 trará das doenças laborais. Informa sobre as rodas de conversas do programa participa mais, convida os  
217 conselheiros para participar, porque são temas importantíssimos que ajuda muito os conselheiros de

49



Sistema  
Único  
de Saúde

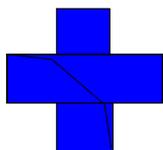
Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342



**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

218 saúde. Lúcia Almeida – Informa que o Conselho Nacional de Saúde, deliberou sobre a convocação decima  
219 oitava conferência Nacional de saúde a ser realizada em dois mil e vinte e sete. Informa que a etapa  
220 municipal ocorrerá em dois mil e vinte e seis e o Conselhos Estadual de Saúde deverão acompanhar.  
221 **Não havendo nada mais a ser deliberado o presidente ad hoc Guilherme Queiróz encerra a reunião que**  
222 **foi assessora pela Secretária Executiva Lúcia Almeida e Assessora Jurídica Ingrid Paesi. Fizeram parte da**  
223 **composição da mesa deliberativa os conselheiros assinados na lista de presença anexado abaixo:**

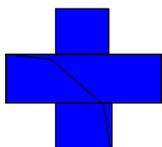




**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

Reunião Ordinária do CES-MT do mês de OUTUBRO/2025 - 01 de outubro de 2025.		
Local: Hotel Fazenda Mato Grosso Sala: QURICACA		
Nº	Entidade	Assinatura
1	<b>Presidente do Conselho Estadual de Saúde:</b> Gilberto Gomes de Figueiredo	<i>Alineia - J. H. F. C. D.</i>
2	Representantes <b>Poder Executivo:</b> (Segmento: Governo) <b>TITULAR</b> - Carlos Corrêa Ribeiro Neto <b>SUPLENTE</b> - Valéria Luana Silva Machado	<i>Valéria Luana S. Machado</i>
3	Representantes <b>Secretaria de Estado de Saúde de MT:</b> (Segmento: Governo) <b>TITULAR</b> - Diógenes Marcondes <b>SUPLENTE</b> - Izabella Sant'Anna Siqueira	<i>[Handwritten signature]</i>
4	Representantes <b>Secretaria de Estado de Saúde de MT:</b> (Segmento: Governo) <b>TITULAR</b> - Glória Maria da Silva Melo <b>SUPLENTE</b> - Ivone Rosset Rodrigues	FALTA CES-MT
5	Representantes <b>IPEMAT:</b>	VACÂNCIA
6	Representantes da <b>SEMA:</b> (Segmento: Governo) <b>TITULAR</b> - <b>SUPLENTE</b> -	VACÂNCIA
7	Representantes do <b>COSEMS:</b> (Segmento: Governo) <b>TITULAR</b> - Cleide Maria Anzil <b>SUPLENTE</b> - Silvia Fernandes da Cunha Cardoso	FALTA CES-MT
8	Representantes da <b>UNEMAT:</b> (Segmento: Governo) <b>TITULAR</b> - Ana Cláudia Pereira Terças Trettel <b>SUPLENTE</b> - Helena Ferraz Buhler	<i>[Handwritten signature]</i>
9	Representantes das <b>Entid. Filantrópicas:</b> (Segmento: Prest. Serviço) <b>TITULAR</b> - Daniella da Costa Amaral <b>SUPLENTE</b> - Mázena Salah El-Din Farah	<i>[Handwritten signature]</i>
10	Representantes do <b>SINDESSMAT:</b> (Segmento: Prest. Serviços) <b>TITULAR</b> - Patrícia Chaves West <b>SUPLENTE</b> - Rayssa Silva Martins	Ausência Justificada
11	Representantes da <b>INAMPS:</b>	VACÂNCIA
12	Representantes do <b>SISMA:</b> (Segmento: Trabalhador) <b>TITULAR</b> - Edson Lima Ferreira <b>SUPLENTE</b> - Ester da Conceição Silva Reis	<i>[Handwritten signature]</i> <i>[Handwritten signature]</i>

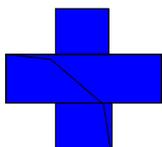




**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

13	Representantes dos Conselhos:(Segmento: Trabalhador) <b>CREFITO 9ª Região: TITULAR</b> - José Alves Martins <b>CRMV-MT: SUPLENTE</b> - Aruaque Lotufo Ferraz de Oliveira	
14	Representantes dos Conselhos:(Segmento: Trabalhador) <b>CRF-MT: TITULAR</b> - Ednaldo Anthony Jesus e Silva <b>CREF-MT: SUPLENTE</b> - Fabiane Vivian de Moraes Martins	
15	Representantes dos Conselhos:(Segmento: Trabalhador) <b>CRESS-MT- TITULAR</b> - Kathellyn da Cruz Meira <b>CRO-MT- SUPLENTE</b> - Cristhiane Almeida Leite da Silva	
16	Representantes dos Conselhos:(Segmento: Trabalhador) <b>COREN: TITULAR</b> - João Pedro Neto de Souza <b>CRP-MT 18ª - SUPLENTE</b> - Leonardo José Araújo de Campos	Ausência Justificada
17	Representantes da FETAGRI:(Segmento: Usuário) <b>TITULAR</b> - Reginaldo Gonçalves Campos <b>SUPLENTE</b> - Melissa Gabrieli da Silva Vieira	
18	Representantes da FEMAB:(Segmento: Usuário) <b>TITULAR</b> - Francisco das Chagas da Silva Rodrigues <b>SUPLENTE</b> - Oneide Martins Ribeiro Romera	
19	Representantes da Associação dos Deficientes:(Segmento: Usuário) <b>TITULAR</b> - Maria Elizabete da Silva <b>SUPLENTE</b> - Giancarla Fontes de Almeida Santos	
20	Representantes do Sindicato Estadual dos Aposentados, Pensionistas e Idosos-SINDAIP (Segmento: Usuário): <b>TITULAR:</b> Marta Maciel Metello Mansur Bumlai <b>SUPLENTE:</b> Isandir Oliveira de Rezende	
21	Representantes Associação dos Portadores de Patologias: (Segmento: Usuário)	VACÂNCIA
22	Representantes dos Aposentados do Estado de MT: (Segmento: Usuário) <b>TITULAR</b> - Guilherme da Silva Queiroz <b>SUPLENTE</b> - José Carlos Bazan	

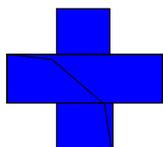




**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

23	Representantes de <b>Defesa dos Dir. Criança e Adolescente:</b> (Segmento: Usuário) <b>TITULAR</b> - Cristiane Ribeiro de Moraes <b>SUPLENTE</b> -	<i>Joias</i>
24	Representantes do <b>Conselho Indigenista Missionário:</b> (Segmento: Usuário) <b>TITULAR</b> - José Alves de Oliveira <b>SUPLENTE</b> - Francisco Prim	<i>José Alves</i>
25	Representantes do <b>Mov. Ambientalista e Ecológico:</b> (Segmento: Usuário) <b>TITULAR (Formad)</b> - Marcia Leopoldina Montanari Correa	FALTA CESM
26	Representantes do <b>SINDIMINÉRIO:</b> (Segmento: Usuário)	VACÂNCIA
27	Representantes do <b>NEOM:</b> (Segmento: Usuário) <b>TITULAR</b> - Leila Maria Boabaid Levi <b>SUPLENTE</b> - Dely Boabaid de Carvalho Couto	<i>Imunidade</i>
28	Representantes do <b>Sindicato dos Farmacêuticos de Mato Grosso -SINFAR-MT</b> (Segmento: Usuário) <b>TITULAR</b> - Devanil Roza Fernandes <b>SUPLENTE</b> - Wille Márcio Nascimento Calazans	<i>[Signature]</i>
29	Representantes dos <b>Profissionais da Educação – SINTEP:</b> (Segmento: Usuário) <b>TITULAR</b> -Tânia Cristina Crivelin Jorra <b>SUPLENTE</b> - M <sup>a</sup> Luiza Bartmeyer Zanirato	<i>[Signature]</i> <i>maria luiza B. Zanirato</i>
30	Representantes das <b>Centrais Sindicais:</b> (Segmento: Usuário) <b>TITULAR</b> - Dejamir Souza Soares <b>SUPLENTE</b> - Sidney Pedroso de Almeida	FALTA CESM
31	Representantes do <b>Movimento de Raça:</b> (Segmento: Usuário) <b>TITULAR</b> - Edevande Pinto de França <b>SUPLENTE</b> - Pedro Reis de Oliveira	<i>Ausência Justificada</i>





CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE



Governo do Estado de Mato Grosso  
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

CI Nº 156098/2025/GBSES/SES

Cuiabá/MT, 24 de setembro de 2025

Ao (À) SECRETARIA GERAL DO CONSELHO ESTADUAL DE SAUDE

**Assunto:** Justificativa de Ausência

**LÚCIA MARIA DE ALMEIDA**

Secretária Geral do Conselho Estadual de Saúde

Prezada Secretária,

Cumprimentando-a cordialmente, venho, por meio deste, justificar minha ausência na Reunião Ordinária do Conselho Estadual de Saúde, agendada para o dia **1 de outubro de 2025**.

Na referida data, estarei em cumprimento de agenda previamente definida no interior do Estado, participando da Reunião Ordinária da **CIB Itinerante**, a realizar-se em Campo Verde no dia **2 de outubro**, ocasião em que acompanharei de forma mais próxima as demandas da regional de saúde e reforçarei o diálogo com os gestores locais.

Reitero meu reconhecimento ao relevante trabalho desenvolvido por este Conselho na construção e no aprimoramento das políticas públicas de saúde em Mato Grosso. Ainda que ausente, reafirmo meu compromisso institucional com os temas que serão debatidos e coloco-me à disposição para tratá-los posteriormente, conforme necessidade.

Atenciosamente,

GILBERTO GOMES DE FIGUEIREDO  
SEC DE ESTADO  
GABINETE DO SECRETARIO DE ESTADO DE SAUDE



Classif. documental | 996

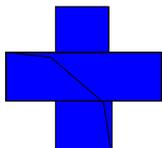


Assinado com senha por GILBERTO GOMES DE FIGUEIREDO - 24/09/2025 às 09:43:19.  
Documento Nº: 30740152-5140 - consulta à autenticidade em  
<https://www.sigadoc.mt.gov.br/sigaex/public/app/autenticar?m=30740152-5140>

SIGA

227  
228

54



Sistema  
Único  
de Saúde

Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342



CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE



**CONSELHO REGIONAL DE ENFERMAGEM DE MATO GROSSO**  
Criado pela Lei Nº 5.905 de 12/07/1973  
Instalado pela Portaria Cofen N.º 001/1975

**OFÍCIO Nº. 225/2025/GAB PRESIDÊNCIA COREN- MT**

Cuiabá (MT), 01 de outubro de 2025.

A Secretaria Geral do Conselho Estadual de Saúde

Assunto: Impossibilidade de Participação em Reunião

Prezado(a),

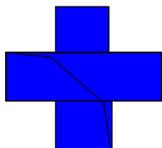
Venho, por meio deste, justificar a ausência do Conselheiro João Pedro Neto de Sousa na reunião do Conselho Estadual de Saúde, previamente agendada para o dia 01 de outubro de 2025, por questões de viagem institucional, que impossibilitaram a participação na ocasião.

Conto com a compreensão de todos e reitero o compromisso do Conselheiro João Pedro Neto de Sousa com as atividades do Conselho Estadual de Saúde, permanecendo à disposição para colaborar com as deliberações e encaminhamentos que se fizerem necessários.

**Bruna Karoline de Almeida Santiago**  
COREN-MT Nº 442453-ENF  
Conselheira Presidente

**Endereço:**  
Rua dos Lírios, nº 363 Bairro Jardim Cuiabá  
CEP 78.043-122 Cuiabá - MT

**Saiba mais sobre o Conselho:**  
[www.coren-mt.gov.br](http://www.coren-mt.gov.br) / @corenmt





# GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO

## SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE

### CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE

CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

01/10/2025, 09:31

E-mail de MTI - Empresa Mato-grossense de Tecnologia da Informação - JUSTIFICATIVA



Conselho Estadual de Saude <sgces@ses.mt.gov.br>

#### JUSTIFICATIVA

1 mensagem

**CENEGMT Centro Nacional de Cidadania Negra MT** <ceneg.mt@gmail.com>  
Para: sgces@ses.mt.gov.br

1 de outubro de 2025 às 09:29

Sra. Secretária Executiva

O CENEG informa que o Conselheiro Pedro Reis de Oliveira não poderá participar da reunião ordinária, de hoje 01.10.2025 pois está em consulta médica (cardiologista).

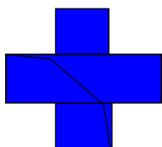
Atte,

Pedro Reis de Oliveira  
Presidente do CENEG

<https://mail.google.com/mail/u/0/?ik=c9f354fa97&view=pt&search=all&permthid=thread-f:1844786388933836615%7Cmsg-f:18447863889338366...> 1/1

230

56



Sistema  
Único  
de Saúde

Centro Político Administrativo - Fones: 613.5341/613.5342  
CEP 78070-970 - Cuiabá - MT - Fax: (065) 613.5342

**GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE**  
**CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE**



CONSELHO ESTADUAL DE SAÚDE-MT  
Participação e Controle Social

Lista de Presenças da Reunião Ordinária  
do CES-MT, em 01 de outubro de 2025.  
Hotel Jagua - Mato Grosso  
Sala: Puruoca

- 1 - Jerelina de Moraes
- 2 - AUGUSTOS GASPAREUX
- 3 - GIANCARLO de LARA FERREI
- 4 - Sílvia Coriza Ferraz
- 5 - ~~Melissa~~ ~~Leandro~~
- 6 - Cassio Leonardo Oliveira da Silva
- 7 - MARCO GALCERAN
- 8 - Leucio M. Almeida
- 9 - Ingrid Marques Peese
- 10 - ~~J. Patell - Rock~~
- 11 - Roseneil Rosa Pinis
- 12 - Pedro Henrique Amorim GALCERAN
- 13 - Mavénier Benedito Arruda e Silva
- 14 - Edna Marlene de Cunto Cavalla Cipriano Geraldes
- 15 - João Teles Simões A

