



GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO  
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE  
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE  
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL

**Boletim Informativo de Vigilância da Qualidade do Ar nº 64/2009**

**GEVSAM / COVSAM / SUVSA / SES / MT**

**01 - Monitoramento da qualidade do ar, período de 20/08/2009 a 24/08/2009.**

Municípios	Data	Monóxido de Carbono (CO) (ppm)	Material Particulado (PM <sub>2,5</sub> ) (µg/m <sup>3</sup> )	Qualidade do ar
Água Boa	20/08/2009	0,058 – 0,350	44 – 75	Regular
	21/08/2009	0,009 – 0,010	14 – 17	Boa
	22/08/2009	0,003 – 0,005	10 – 15	Boa
	23/08/2009	0,018 – 0,027	11 – 19	Boa
	24/08/2009	0,020 – 0,035	15 – 17	Boa
Alta Floresta	20/08/2009	0,160 – 0,370	37 – 79	Regular
	21/08/2009	0,089 – 0,170	27 – 40	Boa
	22/08/2009	0,017 – 0,080	12 – 24	Boa
	23/08/2009	0,070 – 0,105	22 – 28	Boa
	24/08/2009	0,027 – 0,040	15 – 18	Boa
Barra do Garças	20/08/2009	0,035 – 0,048	16 – 18	Boa
	21/08/2009	0,022 – 0,048	15 – 20	Boa
	22/08/2009	0,001 – 0,010	11 – 15	Boa
	23/08/2009	0,018 – 0,026	14 – 15	Boa
	24/08/2009	0,022 – 0,043	13 – 17	Boa
Cáceres	20/08/2009	0,060 – 0,067	20 – 23	Boa
	21/08/2009	0,008 – 0,010	12 – 13	Boa
	22/08/2009	0,001 – 0,002	10 – 11	Boa
	23/08/2009	0,018 – 0,030	13 – 16	Boa
	24/08/2009	0,020 – 0,030	15 – 16	Boa
Campo Novo do Parecis	20/08/2009	0,200 – 0,380	44 – 85	Regular
	21/08/2009	0,016 – 0,018	12 – 13	Boa
	22/08/2009	0,001 – 0,003	10 – 13	Boa
	23/08/2009	0,005 – 0,010	11 – 13	Boa
	24/08/2009	0,025 – 0,038	15 – 17	Boa
Colíder	20/08/2009	0,062 – 0,068	22 – 23	Boa
	21/08/2009	0,220 – 0,880	49 – 159	Inadequada
	22/08/2009	0,018 – 0,067	13 – 23	Boa
	23/08/2009	0,060 – 0,188	20 – 43	Boa
	24/08/2009	0,028 – 0,055	15 – 20	Boa
Cuiabá	20/08/2009	0,140 – 0,170	36 – 42	Boa
	21/08/2009	0,016 – 0,017	12 – 13	Boa
	22/08/2009	0,001 – 0,002	10 – 11	Boa
	23/08/2009	0,005 – 0,021	12 – 15	Boa
	24/08/2009	0,025 – 0,030	15 – 16	Boa
Diamantino	20/08/2009	0,240 – 0,250	48 – 66	Regular
	21/08/2009	0,018 – 0,019	13 – 14	Boa
	22/08/2009	0,001 – 0,002	10 – 11	Boa
	23/08/2009	0,002 – 0,018	11 – 13	Boa
	24/08/2009	0,025 – 0,041	15 – 17	Boa



GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO  
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE  
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE  
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL

Juara	20/08/2009	0,135 – 0,180	30 – 40	Boa
	21/08/2009	0,050 – 0,080	18 – 26	Boa
	22/08/2009	0,004 – 0,035	11 – 16	Boa
	23/08/2009	0,110 – 0,240	27 – 50	Boa
	24/08/2009	0,150 – 0,300	50 – 61	Regular
Juína	20/08/2009	0,140 – 0,230	36 – 47	Boa
	21/08/2009	0,050 – 0,052	19 – 20	Boa
	22/08/2009	0,005 – 0,020	11 – 14	Boa
	23/08/2009	0,081 – 0,110	23 – 32	Boa
	24/08/2009	0,065 – 0,081	22 – 25	Boa
Pontes e Lacerda	20/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	21/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	22/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	23/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	24/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
Porto Alegre do Norte	20/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	21/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	22/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	23/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	24/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
Peixoto de Azevedo	20/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	21/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	22/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	23/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	24/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
Rondonópolis	20/08/2009	0,110 – 0,120	25 – 27	Boa
	21/08/2009	0,017 – 0,030	13 – 26	Boa
	22/08/2009	0,001 – 0,002	10 – 11	Boa
	23/08/2009	0,008 – 0,010	13 – 14	Boa
	24/08/2009	0,028 – 0,032	15 – 16	Boa
São Felix do Araguaia	20/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	21/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	22/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	23/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
	24/08/2009	prejudicada	prejudicada	-
Sinop	20/08/2009	0,090 – 1,120	20 – 180	Inadequada
	21/08/2009	0,040 – 0,051	16 – 20	Boa
	22/08/2009	0,005 – 0,010	12 – 13	Boa
	23/08/2009	0,150 – 0,520	33 – 94	Regular
	24/08/2009	0,060 – 0,260	20 - 53	Regular
Sorriso	20/08/2009	0,100 – 0,820	35 – 150	Inadequada
	21/08/2009	0,225 – 0,027	15 – 16	Boa
	22/08/2009	0,005 – 0,010	11 – 12	Boa
	23/08/2009	0,210 – 0,240	40 – 50	Boa
	24/08/2009	0,065 – 0,180	27 – 41	Boa
Tangará da Serra	20/08/2009	0,220 – 0,240	50 – 53	Regular
	21/08/2009	0,010 – 0,011	12 – 13	Boa
	22/08/2009	0,001 – 0,010	10 – 12	Boa
	23/08/2009	0,001 – 0,003	11 – 12	Boa
	24/08/2009	0,020 – 0,030	15 – 16	Boa



GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO  
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE  
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE  
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL

	Data	PM <sub>10</sub> (µg/m <sup>3</sup> )	PM <sub>2,5</sub> (µg/m <sup>3</sup> )	Classificação
Várzea Grande	20/08/2009	0,140 – 0,170	36 – 42	Boa
	21/08/2009	0,016 – 0,017	12 – 13	Boa
	22/08/2009	0,001 – 0,002	10 – 11	Boa
	23/08/2009	0,005 – 0,021	12 – 15	Boa
	24/08/2009	0,025 – 0,030	15 – 16	Boa
Vila Rica	20/08/2009	0,041 – 0,092	16 – 26	Boa
	21/08/2009	0,080 – 0,105	23 – 27	Boa
	22/08/2009	0,050 – 0,095	18 – 26	Boa
	23/08/2009	0,018 – 0,030	13 – 16	Boa
	24/08/2009	0,013 – 0,020	12 – 14	Boa

Fonte: CATT-BRAMS - CPTEC/INPE

- **Boa (00 a 50)** Praticamente não há riscos à saúde.
- **Regular ( 51 a 100)** Pessoas de grupos sensíveis (crianças, idosos e pessoas com doenças respiratórias e cardíacas), podem apresentar sintomas como tosse seca e cansaço. A população, em geral, não é afetada.
- **Inadequada (101 a 199)** Toda a população pode apresentar sintomas como tosse seca, cansaço, ardor nos olhos, nariz e garganta. Pessoas de grupos sensíveis (crianças, idosos e pessoas com doenças respiratórias e cardíacas), podem apresentar efeitos mais sérios na saúde.
- **Má (200 a 299)** Toda a população pode apresentar agravamento dos sintomas como tosse seca, cansaço, ardor nos olhos, nariz e garganta e ainda apresentar falta de ar e respiração ofegante. Efeitos ainda mais graves à saúde de grupos sensíveis (crianças, idosos e pessoas com doenças respiratórias e cardíacas).
- **Péssima (> 299)** Toda a população pode apresentar sérios riscos de manifestações de doenças respiratórias e cardiovasculares. Aumento de mortes prematuras em pessoas de grupos sensíveis.

**Dados coletados do modelo CATT-BRAMS, horário da imagem: 12:00 horas.Obs.:** Para efeito de divulgação utiliza-se o índice mais elevado, isto é, a qualidade do ar é determinada pelo pior caso.

**OBS.:** A classificação dos padrões de Qualidade do Ar apresentados acima segue índices adaptados pela CETESB/SP, com base nas faixas de concentração estabelecidas pela Resolução CONAMA nº 03/90.

## 02 – Padrões Internacionais – OMS.

Padrões de qualidade do ar e OI para material particulado: média diária em µg/m <sup>3</sup> .			
Nível da média diária	MP <sub>10</sub> (µg/m <sup>3</sup> )	MP <sub>2,5</sub> (µg/m <sup>3</sup> )	Fundamentação
Objetivo Intermediário – 1 (OI – 1) da OMS	150	75	Baseado em coeficientes de risco publicados em estudos multicêntricos e metanálise (incremento de cerca de 5% de mortalidade de curto prazo).
Objetivo Intermediário – 2 (OI – 2) da OMS	100	50	Baseado em coeficientes de risco publicados em estudos multicêntricos e metanálise (incremento de cerca de 2,5% de mortalidade de curto prazo).
Objetivo Intermediário – 3 (OI – 3) da OMS	75	37,5	Incremento de cerca de 1,2% de mortalidade de curto prazo.
Guia de qualidade do ar da OMS (GQA)	50	25	Baseado na relação entre os padrões diários e anual de material particulado.

Fonte: Guia de Qualidade do Ar – Atualização Mundial 2005



GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO  
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE  
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE  
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL

**03 - Padrões Nacionais Resolução CONAMA n° 03/90.**

Padrões nacionais de qualidade do ar estabelecidos pelo CONAMA - Conselho Nacional de Meio Ambiente, por meio da Resolução **CONAMA nº 03/90**.

Poluentes	Qualidade do ar				
	Boa	Regular	Inadequada	Má	Péssima
Material particulado (fumaça, poeira e minério)	50µg/m <sup>3</sup>	50 -150µg/m <sup>3</sup>	150 – 250µg/m <sup>3</sup>	250 – 420 µg/m <sup>3</sup>	Acima de 420µg/m <sup>3</sup>
Ozônio (O <sub>3</sub> )	80µg/m <sup>3</sup>	80 – 160 g/m <sup>3</sup>	160 – 200µg/m <sup>3</sup>	200 – 800 µg/m <sup>3</sup>	Acima de 800 µg/m <sup>3</sup>
Dióxido Enxofre (SO <sub>2</sub> )	80µg/m <sup>3</sup>	80 -365µg/m <sup>3</sup>	365 - 800µg/m <sup>3</sup>	800 - 1600 µg/m <sup>3</sup>	Acima de 1600 µg/m <sup>3</sup>
Monóxido de Carbono (CO)	4,5 ppm	4,9 - 9 ppm	9 - 15 ppm	12 - 30 ppm	Acima de 30 ppm
Dióxido de Nitrogênio (NO <sub>2</sub> )	100µg/m <sup>3</sup>	100 -320µg/m <sup>3</sup>	320 – 1130µg/m <sup>3</sup>	1130 – 2260 µg/m <sup>3</sup>	Acima de 2260 µg/m <sup>3</sup>

Obs.: (µg/m<sup>3</sup> – micro gramas por m<sup>3</sup> e ppm – parte por milhão).

**04 - Alertas em relação à qualidade do ar.**

De maneira geral os municípios monitorados encontram-se com o ar em **BOA QUALIDADE**. Praticamente não há riscos à saúde, exceto os municípios de Água Boa, Alta Floresta, Campo Novo dos Parecis, Diamantino, Juara e Tangará da Serra que apresentam o ar em **QUALIDADE REGULAR**, onde pessoas de grupos sensíveis (crianças, idosos e pessoas com doenças respiratórias e cardíacas) podem apresentar sintomas como tosse seca e cansaço. A população, em geral, não é afetada. Os municípios de Colíder, Sinop, e Sorriso encontra-se com o ar em **QUALIDADE INADEQUADA**, onde toda a população pode apresentar sintomas como tosse seca, cansaço, ardor nos olhos, nariz e garganta. Pessoas de grupos sensíveis (crianças, idosos e pessoas com doenças respiratórias e cardíacas) podem apresentar efeitos mais sérios na saúde.

**Medidas de proteção ambiental**

- Não fazer fogueiras nas proximidades de matas, florestas ou em áreas urbanas;
- Atenção redobrada ao trafegarem por regiões sujeita aos incêndios;
- Evitar jogar pontas de cigarros para fora dos veículos.

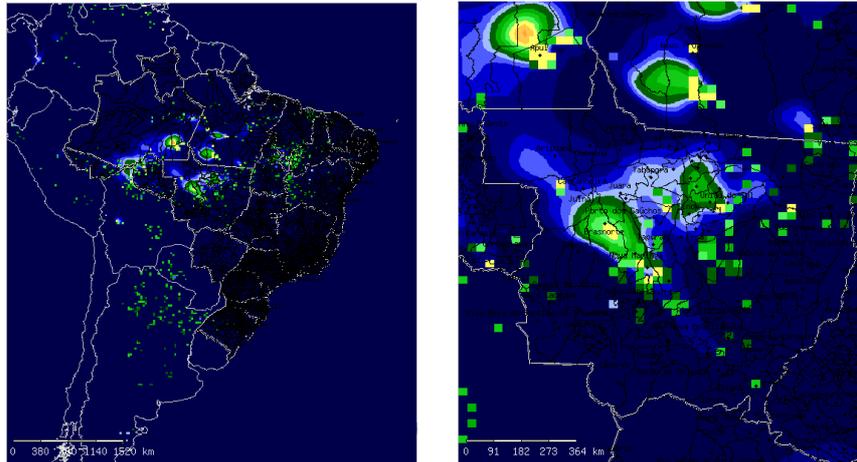


GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO  
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE  
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE  
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL

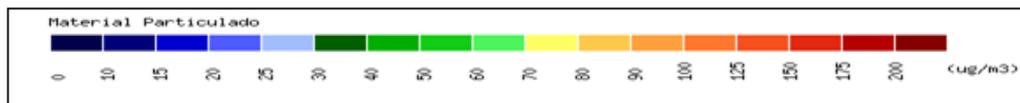
**Medidas de proteção pessoal**

- Evitar exercícios físicos e exposição ao ar livre entre 10 e 16 horas;
- Umidificar o ambiente através de vaporizadores, toalhas molhadas, recipientes com água, umidificação de jardins, etc.;
- Permanecer em locais protegidos do sol ou em áreas arborizadas;
- Evitar aglomerações em ambientes fechados.

**05 - Mapa do Brasil demonstrando as condições de Qualidade do Ar no Estado de Mato Grosso.**



Fonte: CATT- BRAMS - CPTEC/INPE  
Data: 25/08/2009. Material Particulado. Horário da imagem 12:00 h.



**06 - Previsão do tempo para os municípios prioritários do Estado de Mato Grosso, período de 26/08/2009 a 31/08/2009.**

Municípios	Data	Previsão	Temperatura (°C)		UV
			MIN	MAX	
Alta Floresta	26/08	Nublado e Pancadas de Chuva	20	33	8
	27/08	Nublado e Pancadas de Chuva	20	29	8
	28/08	Nublado e Pancadas de Chuva	21	29	8
	29/08	Nublado e Pancadas de Chuva	21	33	8
	30/08	Pancadas de Chuva	21	33	8
	31/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	21	33	8



GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO  
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE  
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE  
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL

<b>Barra do Garças</b>	26/08	Nublado	18	34	7
	27/08	Nublado e Pancadas de Chuva	16	36	6
	28/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	18	37	6
	29/08	Parcialmente Nublado	18	37	7
	30/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	18	37	7
	31/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	18	37	7
<b>Cáceres</b>	26/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	19	35	7
	27/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	19	36	6
	28/08	Predomínio de Sol	19	36	6
	29/08	Predomínio de Sol	19	38	6
	30/08	Predomínio de Sol	19	38	6
	31/08	Parcialmente Nublado	19	38	6
<b>Campo Novo do Parecis</b>	26/08	Nublado e Pancadas de Chuva	18	32	7
	27/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	30	7
	28/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	21	30	7
	29/08	Parcialmente Nublado	19	32	7
	30/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	19	32	7
	31/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	19	32	7
<b>Colíder</b>	26/08	Nublado e Pancadas de Chuva	20	35	8
	27/08	Nublado e Pancadas de Chuva	20	34	8
	28/08	Nublado e Pancadas de Chuva	20	34	8
	29/08	Nublado e Pancadas de Chuva	20	35	8
	30/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	35	8
	31/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	35	8
<b>Cuiabá</b>	26/08	Nublado	22	35	7
	27/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	35	7
	28/08	Predomínio de Sol	18	35	6
	29/08	Parcialmente Nublado	20	37	6
	30/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	37	6
	31/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	37	6
<b>Diamantino</b>	26/08	Nublado e Pancadas de Chuva	17	36	7
	27/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	18	37	7
	28/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	23	36	7
	29/08	Parcialmente Nublado	20	37	7
	30/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	37	7
	31/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	37	7
<b>Juara</b>	26/08	Nublado e Pancadas de Chuva	16	31	8
	27/08	Nublado e Pancadas de Chuva	16	33	8
	28/08	Pancadas de Chuva	16	33	8
	29/08	Nublado e Pancadas de Chuva	16	37	8
	30/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	16	37	8
	31/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	16	37	8
<b>Juína</b>	26/08	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	8
	27/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	21	32	8
	28/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	32	8
	29/08	Nublado e Pancadas de Chuva	20	34	8
	30/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	34	8
	31/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	34	8



GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO  
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE  
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE  
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL

<b>Rondonópolis</b>	26/08	Nublado	17	36	7
	27/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	19	36	6
	28/08	Predomínio de Sol	17	37	6
	29/08	Parcialmente Nublado	21	38	6
	30/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	21	38	6
	31/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	21	38	6
<b>Sinop</b>	26/08	Nublado e Pancadas de Chuva	18	31	8
	27/08	Nublado e Pancadas de Chuva	19	35	8
	28/08	Pancadas de Chuva	19	36	8
	29/08	Nublado e Pancadas de Chuva	19	37	8
	30/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	19	37	8
	31/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	19	37	8
<b>Sorriso</b>	26/08	Nublado e Pancadas de Chuva	15	32	7
	27/08	Nublado e Pancadas de Chuva	16	35	7
	28/08	Pancadas de Chuva	16	36	7
	29/08	Nublado e Pancadas de Chuva	16	37	7
	30/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	16	37	7
	31/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	16	37	7
<b>Tangará da Serra</b>	26/08	Nublado e Pancadas de Chuva	19	35	7
	27/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	19	37	7
	28/08	Predomínio de Sol	19	35	7
	29/08	Parcialmente Nublado	19	38	7
	30/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	19	38	7
	31/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	19	38	7
<b>Várzea Grande</b>	26/08	Nublado	22	32	7
	27/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	21	34	6
	28/08	Predomínio de Sol	20	35	6
	29/08	Parcialmente Nublado	22	36	6
	30/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	22	36	6
	31/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	22	36	6
<b>Vila Rica</b>	26/08	Nublado e Pancadas de Chuva	21	34	8
	27/08	Nublado e Pancadas de Chuva	20	34	8
	28/08	Nublado e Pancadas de Chuva	18	33	8
	29/08	Nublado e Pancadas de Chuva	20	34	8
	30/08	Pancadas de Chuva	20	34	8
	31/08	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	34	8

Fonte: CPTEC

## 07 - Tabela de Referência para o Índice UV.

Previsões para índice UV para céu claro (sem nuvens).

Índice UV 1	Índice UV 2	Índice UV 3	Índice UV 4	Índice UV 5	Índice UV 6	Índice UV 7	Índice UV 8	Índice UV 9	Índice UV 10	Índice UV 11	Índice UV 12	Índice UV 13	Índice UV 14
Baixo	Baixo	Moderado	Moderado	Moderado	Alto	Alto	Muito Alto	Muito Alto	Muito Alto	Extremo	Extremo	Extremo	Extremo
Nenhuma Precaução Necessária		Precauções Requeridas					Extra Proteção						
Você pode permanecer no sol o tempo que quiser!		Em horários próximos ao meio-dia procure locais sombreados Procure usar camisa e boné Use o protetor solar.					Evite o sol ao meio-dia Permaneça na sombra Use camisa, boné e protetor solar						

FONTE; CPTEC/INPE: Centro de Previsão de Tempo e Estudos Climáticos.



GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO  
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE  
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE  
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL

**08 - Alertas para incidência de raios ultravioleta (IUV).**

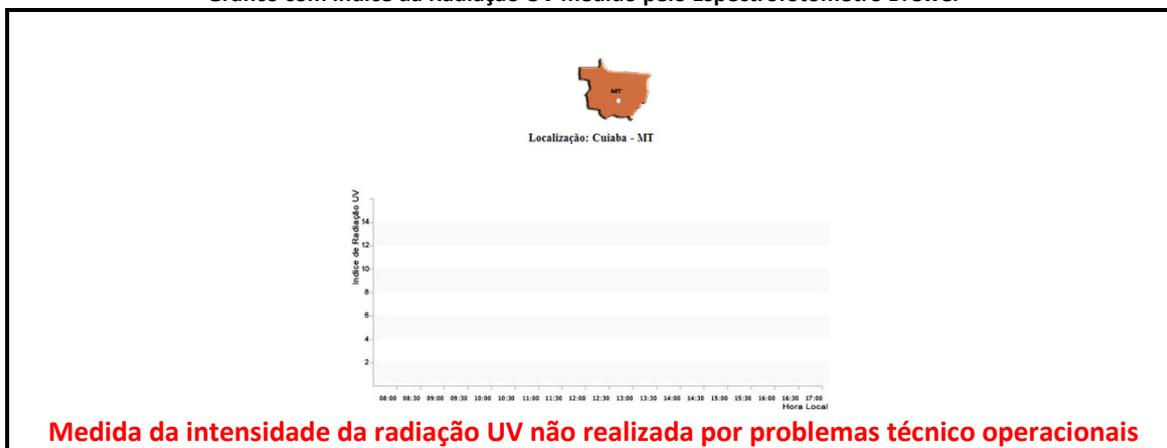
Para a prevenção não só do câncer de pele, como também das outras lesões provocadas pelos raios UV, é necessário evitar a exposição ao sol, pois o nível de incidência para os municípios em estudo encontra-se em **Índice Muito Alto (8)**. Considerando que os danos provocados pela exposição solar é cumulativo, é importante que cuidados especiais sejam tomados todos os dias.

**Medidas de proteção pessoal**

- Usar acessórios de proteção como chapéu, boné ou guarda sol;
- Usar protetor solar sempre que sair ao sol.

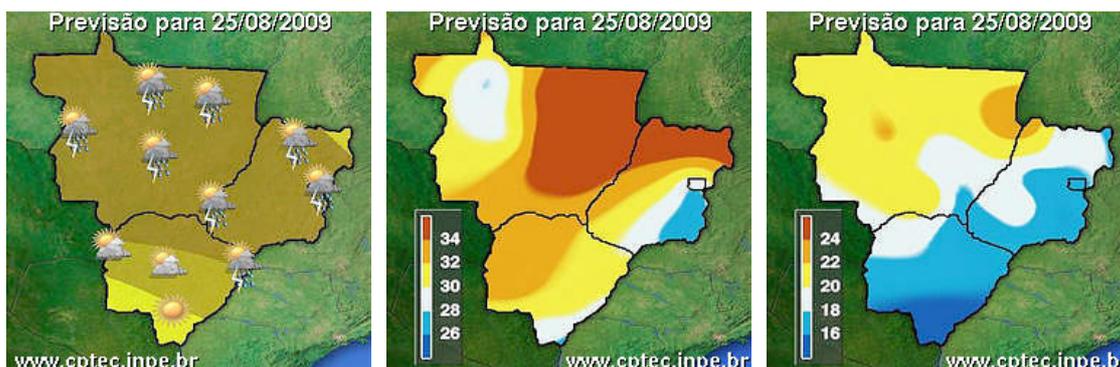
**09 - Medida da intensidade da radiação UV para Cuiabá em tempo real.**

Gráfico com índice da Radiação UV medido pelo Espectrofotômetro Brewer



Fonte: INPE: Instituto de Pesquisas Espaciais / Cuiabá / MT

**10 - Tendências climáticas para Mato Grosso, período de 25/08/2009 a 26/08/2009.**





GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO  
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE  
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE  
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL

**25/08/2009:** No nordeste de MT: sol com nebulosidade variável e uma pequena possibilidade de pancadas de chuva. Nas demais áreas da Região: nublado com pancadas de chuva a qualquer hora do dia. As temperaturas máximas estarão em declínio no noroeste de MT.

**26/08/2009:** No sudoeste de MT: predomínio de sol. No norte de MT: sol com variação de nuvens e pancadas isoladas de chuva. No leste de MT: nublado com pancadas de chuva a qualquer hora do dia. Nas demais áreas da Região: sol com nebulosidade variável e uma pequena possibilidade de pancadas de chuva.

**Tendência:** No sul de MT: predomínio de sol. No norte e nordeste de MT: nublado com pancadas de chuva a qualquer hora. Na faixa central de MT: sol com variação de nuvens e pancadas isoladas de chuva. Nas demais áreas de MT: sol com nebulosidade variável e uma pequena possibilidade de pancadas de chuva. As temperaturas estarão estáveis na Região. No dia 28/08/2009 haverá pancadas de chuva no centro-norte de MT.

**13 - Dúvidas e/ou sugestões:**

Entrar em contato com a Equipe de Vigilância em Saúde Ambiental relacionada a Qualidade do AR, pelos telefones: 3613 – 5365 / 5366 / 5372 ou e-mail:

[covsam@ses.mt.gov.br](mailto:covsam@ses.mt.gov.br) e [gevsam@ses.mt.gov.br](mailto:gevsam@ses.mt.gov.br)

**[Boletim do período disponível em: http://www.saude.mt.gov.br](http://www.saude.mt.gov.br)**

**Coordenadoria de Vigilância em Saúde Ambiental  
Superintendência de Vigilância em Saúde  
Programa VIGIAR / SES / MT**

A **Influenza A (H1N1)** é uma doença respiratória aguda e a transmissão ocorre de pessoa a pessoa, principalmente por meio de tosse, espirro ou contato com secreções respiratórias de pessoas infectadas.

A adoção de medidas simples podem ajudar na prevenção dessa gripe:



GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO  
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE  
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE  
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL



- ✚ **Lavar as mãos frequentemente com água e sabão especialmente depois de tossir ou espirrar.**



- ✚ **Ao tossir ou espirrar, cobrir o nariz e a boca com um lenço descartável.**



- ✚ **Não compartilhar alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal.**



- ✚ **Pessoas com qualquer gripe devem evitar ambientes fechados e com aglomeração de pessoas.**



GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO  
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE  
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE  
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL



✚ Não usar medicamentos sem orientação médica. A automedicação pode ser prejudicial à saúde.



✚ Procure o seu médico ou a Unidade de Saúde mais próxima em caso de gripe para diagnóstico e tratamento adequados.

No Estado de Mato Grosso os profissionais de saúde têm a disposição para esclarecer dúvidas o fone 0800 647 1201 - Centro de Informações Estratégicas em Vigilância em Saúde - Cievs e o site <http://www.saude.mt.gov.br>.

Ou ainda:

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

**DISQUE SAÚDE 0800 61 1997**

Para informações adicionais sobre medidas preventivas estabelecidas pelas autoridades de saúde das áreas afetadas, acesse:

Organização Mundial da Saúde (em inglês)  
<http://www.who.int/csr/disease/swineflu/en/index.html>

Organização Pan-americana de Saúde (em espanhol)  
<http://new.paho.org/hq/index.php?lang=es>



Ministério da Saúde

