



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 72/2009

GEVSAM / COVSAM / SUVSA / SES / MT

01 - Monitoramento da qualidade do ar, período de 17/09/2009 a 21/09/2009.

Municípios	Data	Monóxido de Carbono (CO) (ppm)	Material Particulado (PM _{2.5}) (µg/m ³)	Qualidade do ar
Água Boa	17/09/2009	0,052 – 0,065	17 – 25	Boa
	18/09/2009	0,015 – 0,033	13 – 16	Boa
	19/09/2009	0,048 – 0,096	18 – 27	Boa
	20/09/2009	0,012 – 0,035	12 – 17	Boa
	21/09/2009	0,021 – 0,036	15 – 17	Boa
Alta Floresta	17/09/2009	0,110 – 0,150	27 – 38	Boa
	18/09/2009	0,042 – 0,075	17 – 24	Boa
	19/09/2009	0,065 – 0,085	20 – 26	Boa
	20/09/2009	0,110 – 0,135	28 – 33	Boa
	21/09/2009	0,080 – 0,095	24 – 27	Boa
Barra do Garças	17/09/2009	0,025 – 0,071	15 – 26	Boa
	18/09/2009	0,007 – 0,016	12 – 14	Boa
	19/09/2009	0,036 – 0,052	16 – 18	Boa
	20/09/2009	0,013 – 0,030	13 – 16	Boa
	21/09/2009	0,038 – 0,061	16 – 21	Boa
Cáceres	17/09/2009	0,001 – 0,008	10 – 12	Boa
	18/09/2009	0,005 – 0,007	11 – 12	Boa
	19/09/2009	0,021 – 0,033	14 – 16	Boa
	20/09/2009	0,270 – 0,310	53 – 61	Regular
	21/09/2009	0,150 – 0,170	37 – 38	Boa
Campo Novo do Parecis	17/09/2009	0,003 – 0,005	11 – 12	Boa
	18/09/2009	0,010 – 0,020	12 – 15	Boa
	19/09/2009	0,120 – 0,450	25 – 85	Regular
	20/09/2009	0,200 – 0,310	35 – 62	Regular
	21/09/2009	0,150 – 0,300	32 – 62	Regular
Colíder	17/09/2009	0,100 – 0,200	26 – 45	Boa
	18/09/2009	0,040 – 0,070	17 – 23	Boa
	19/09/2009	0,120 – 0,220	30 – 47	Boa
	20/09/2009	0,100 – 0,220	25 – 32	Boa
	21/09/2009	0,100 – 0,550	20 – 100	Regular
Cuiabá	17/09/2009	0,001 – 0,005	10 – 11	Boa
	18/09/2009	0,008 – 0,010	12 – 13	Boa
	19/09/2009	0,030 – 0,072	16 – 19	Boa
	20/09/2009	0,100 – 0,180	30 – 40	Boa
	21/09/2009	0,200 – 0,340	44 – 60	Regular
Diamantino	17/09/2009	0,001 – 0,005	10 – 11	Boa
	18/09/2009	0,010 – 0,015	12 – 13	Boa
	19/09/2009	0,080 – 0,120	23 – 30	Boa
	20/09/2009	0,130 – 0,300	31 – 61	Regular
	21/09/2009	0,400 – 0,450	70 – 80	Regular



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

Juara	17/09/2009	0,020 – 0,040	13 – 17	Boa
	18/09/2009	0,025 – 0,340	14 – 64	Regular
	19/09/2009	0,070 – 0,470	22 – 92	Regular
	20/09/2009	0,100 – 0,300	28 – 68	Regular
	21/09/2009	0,140 – 0,230	25 – 52	Regular
Juína	17/09/2009	0,010 0,015	13 – 14	Boa
	18/09/2009	0,005 – 0,056	12 – 21	Boa
	19/09/2009	0,070 – 0,660	20 – 120	Inadequada
	20/09/2009	0,090 – 0,140	25 – 35	Boa
	21/09/2009	0,100 – 0,110	28 – 30	Boa
Peixoto do Azevedo	17/09/2009	0,120 – 0,200	30 – 45	Boa
	18/09/2009	0,045 – 0,060	28 – 23	Boa
	19/09/2009	0,110 – 0,150	27 – 33	Boa
	20/09/2009	0,090 – 0,140	25 – 35	Boa
	21/09/2009	0,100 – 0,180	22 – 37	Boa
Pontes e Lacerda	17/09/2009	0,008 – 0,022	10 – 13	Boa
	18/09/2009	0,005 – 0,012	11 – 12	Boa
	19/09/2009	0,100 – 0,180	25 – 36	Boa
	20/09/2009	0,180 – 0,290	40 – 60	Regular
	21/09/2009	0,095 – 0,110	25 – 27	Boa
Porto Alegre do Norte	17/09/2009	0,040 – 0,050	18 – 20	Boa
	18/09/2009	0,055 – 0,062	20 – 23	Boa
	19/09/2009	0,060 – 0,130	20 – 32	Boa
	20/09/2009	0,050 – 0,060	17 – 20	Boa
	21/09/2009	0,030 – 0,080	15 – 25	Boa
Rondonópolis	17/09/2009	0,002 – 0,003	10 – 11	Boa
	18/09/2009	0,010 – 0,014	12 – 13	Boa
	19/09/2009	0,025 – 0,070	15 – 20	Boa
	20/09/2009	0,042 – 0,0050	17 – 18	Boa
	21/09/2009	0,040 – 0,0100	15 – 25	Boa
São Felix do Araguaia	17/09/2009	0,032 – 0,033	16 – 17	Boa
	18/09/2009	0,050 – 0,070	20 – 22	Boa
	19/09/2009	0,052 – 0,058	18 – 20	Boa
	20/09/2009	0,025 – 0,035	14 – 16	Boa
	21/09/2009	0,027 – 0,031	15 - 16	Boa
Sinop	17/09/2009			
	18/09/2009			
	19/09/2009			
	20/09/2009			
	21/09/2009			
Sorriso	17/09/2009			
	18/09/2009			
	19/09/2009			
	20/09/2009			
	21/09/2009			
Tangará da Serra	17/09/2009			
	18/09/2009			
	19/09/2009			
	20/09/2009			
	21/09/2009			



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

Várzea Grande	17/09/2009			
	18/09/2009			
	19/09/2009			
	20/09/2009			
	21/09/2009			
Vila Rica	17/09/2009			
	18/09/2009			
	19/09/2009			
	20/09/2009			
	21/09/2009			

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 $\mu\text{g}/\text{m}^3$.			
Nível da média diária	MP ₁₀ ($\mu\text{g}/\text{m}^3$)	MP _{2,5} ($\mu\text{g}/\text{m}^3$)	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 nº 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	Ma	Péssima
Material particulado (fumaça, poeira e minério)	50µg/m³	50 - 150µg/m³	150 - 250µg/m³	250 - 420 µg/m³	Acima de 420µg/m³
Ozônio (O ₃)	80µg/m³	80 - 160 g/m³	160 - 200µg/m³	200 - 800 µg/m³	Acima de 800 µg/m³
Dióxido Enxofre (SO ₂)	80µg/m³	80 - 365µg/m³	365 - 800µg/m³	800 - 1600 µg/m³	Acima de 1600 µg/m³
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 ₂)	100µg/m³	100 - 320µg/m³	320 - 1130µg/m³	1130 - 2260 µg/m³	Acima de 2260 µg/m³

Obs.: (µg/m³ – micro gramas por m³ 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. Os municípios de Cáceres, Cuiabá, Campo Novo do Parecis, Colíder, Cuiabá, Diamantino, Juara e Pontes e Lacerda apresentaram 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. O município de Juína 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. Diversos municípios apresentaram suas leituras prejudicadas.

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.

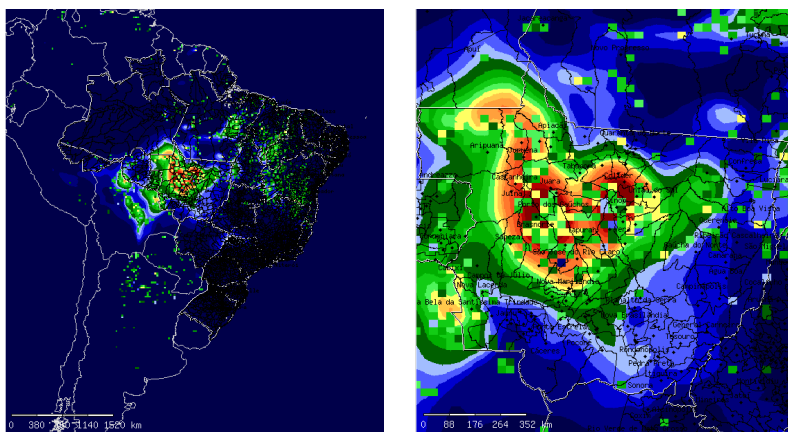


GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL

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: 22/09/2009. Material Particulado. Horário da imagem 12:00 h.



**06 - Previsão do tempo para os municípios prioritários do Estado de Mato Grosso.
Período de 23/09/2009 a 28/09/2009.**

Municípios	Data	Previsão	Temperatura (°C)		UV
			MIN	MAX	
Água Boa	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	20	34	11
	24/09	Nublado e Pancadas de Chuva	18	32	11
	25/09	Pancadas de Chuva	18	35	11
	26/09	Pancadas de Chuva	19	36	11
	27/09	Pancadas de Chuva	20	36	11
	28/09	Pancadas de Chuva	20	36	11



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

Alta Floresta	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	12
	24/09	Nublado e Pancadas de Chuva	20	30	12
	25/09	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	33	12
	26/09	Pancadas de Chuva	21	34	12
	27/09	Pancadas de Chuva	21	32	12
	28/09	Pancadas de Chuva	21	34	12
Barra do Garças	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	22	34	11
	24/09	Nublado e Pancadas de Chuva	22	35	11
	25/09	Predomínio de Sol	19	36	11
	26/09	Pancadas de Chuva	22	38	11
	27/09	Pancadas de Chuva	23	35	11
	28/09	Pancadas de Chuva	22	37	11
Cáceres	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	17	31	11
	24/09	Parcialmente Nublado	15	28	11
	25/09	Predomínio de Sol	16	32	11
	26/09	Predomínio de Sol	17	32	11
	27/09	Pancadas de Chuva	21	34	11
	28/09	Pancadas de Chuva	22	31	11
Campo Novo do Parecis	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	20	29	11
	24/09	Parcialmente Nublado	16	28	12
	25/09	Possibilidade de Pancadas de Chuva	17	30	12
	26/09	Pancadas de Chuva	19	34	11
	27/09	Pancadas de Chuva	20	34	11
	28/09	Pancadas de Chuva	20	34	11
Colíder	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	12
	24/09	Nublado e Pancadas de Chuva	19	30	12
	25/09	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	33	12
	26/09	Pancadas de Chuva	21	32	12
	27/09	Pancadas de Chuva	21	34	12
	28/09	Pancadas de Chuva	21	32	12
Cuiabá	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	20	29	11
	24/09	Parcialmente Nublado	17	26	11
	25/09	Predomínio de Sol	18	29	11
	26/09	Pancadas de Chuva	19	36	11
	27/09	Pancadas de Chuva	26	38	11
	28/09	Pancadas de Chuva	23	33	11
Diamantino	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	21	32	11
	24/09	Parcialmente Nublado	18	29	12
	25/09	Predomínio de Sol	17	31	12
	26/09	Pancadas de Chuva	18	37	11
	27/09	Pancadas de Chuva	22	37	11
	28/09	Pancadas de Chuva	25	37	11
Juara	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	20	32	12
	24/09	Nublado e Pancadas de Chuva	18	32	12
	25/09	Possibilidade de Pancadas de Chuva	19	34	12
	26/09	Pancadas de Chuva	20	33	12
	27/09	Pancadas de Chuva	20	35	12
	28/09	Pancadas de Chuva	20	33	12



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

Juína	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	19	31	12
	24/09	Nublado e Pancadas de Chuva	20	30	12
	25/09	Possibilidade de Pancadas de Chuva	21	33	12
	26/09	Pancadas de Chuva	19	31	12
	27/09	Pancadas de Chuva	22	33	12
	28/09	Pancadas de Chuva	22	32	12
Peixoto de Azevedo	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	12
	24/09	Nublado e Pancadas de Chuva	19	31	12
	25/09	Possibilidade de Pancadas de Chuva	19	33	12
	26/09	Pancadas de Chuva	20	32	12
	27/09	Pancadas de Chuva	20	33	12
	28/09	Pancadas de Chuva	20	32	12
Pontes e Lacerda	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	15	29	11
	24/09	Parcialmente Nublado	13	22	12
	25/09	Predomínio de Sol	13	28	11
	26/09	Predomínio de Sol	17	35	11
	27/09	Pancadas de Chuva	20	34	11
	28/09	Pancadas de Chuva	21	32	11
Porto Alegre do Norte	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	23	37	12
	24/09	Nublado e Pancadas de Chuva	21	35	12
	25/09	Possibilidade de Pancadas de Chuva	22	36	12
	26/09	Pancadas de Chuva	23	38	12
	27/09	Pancadas de Chuva	23	38	12
	28/09	Predomínio de Sol	22	38	12
Rondonópolis	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	22	32	11
	24/09	Parcialmente Nublado	17	27	11
	25/09	Predomínio de Sol	17	31	11
	26/09	Pancadas de Chuva	19	36	11
	27/09	Pancadas de Chuva	24	37	11
	28/09	Pancadas de Chuva	24	33	11
São Félix do Araguaia	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	23	37	12
	24/09	Nublado e Pancadas de Chuva	21	35	12
	25/09	Possibilidade de Pancadas de Chuva	22	36	12
	26/09	Pancadas de Chuva	23	38	12
	27/09	Pancadas de Chuva	23	38	12
	28/09	Predomínio de Sol	22	38	12
Sinop	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	12
	24/09	Nublado e Pancadas de Chuva	19	31	12
	25/09	Possibilidade de Pancadas de Chuva	20	33	12
	26/09	Pancadas de Chuva	21	37	12
	27/09	Pancadas de Chuva	21	36	12
	28/09	Pancadas de Chuva	21	37	12
Sorriso	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	21	33	12
	24/09	Nublado e Pancadas de Chuva	19	33	12
	25/09	Possibilidade de Pancadas de Chuva	19	34	12
	26/09	Pancadas de Chuva	21	37	12
	27/09	Pancadas de Chuva	22	36	12
	28/09	Pancadas de Chuva	21	37	12
Tangará da Serra	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	18	32	11
	24/09	Parcialmente Nublado	18	26	11
	25/09	Predomínio de Sol	16	29	11
	26/09	Pancadas de Chuva	17	36	11
	27/09	Pancadas de Chuva	20	36	11
	28/09	Pancadas de Chuva	25	34	11



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

Várzea Grande	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	11
	24/09	Parcialmente Nublado	17	24	11
	25/09	Predomínio de Sol	20	29	11
	26/09	Pancadas de Chuva	22	34	11
	27/09	Pancadas de Chuva	24	35	11
	28/09	Pancadas de Chuva	23	32	11
Vila Rica	23/09	Nublado e Pancadas de Chuva	23	35	12
	24/09	Nublado e Pancadas de Chuva	22	35	12
	25/09	Pancadas de Chuva	22	35	12
	26/09	Pancadas de Chuva	22	35	12
	27/09	Pancadas de Chuva	22	36	12
	28/09	Predomínio de Sol	22	35	12

Fonte: CPTEC.

07 - Tabela de Referência para o Índice UV.

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

ÍNDICE UV 1 Baixo	ÍNDICE UV 2 Baixo	ÍNDICE UV 3 Moderado	ÍNDICE UV 4 Moderado	ÍNDICE UV 5 Moderado	ÍNDICE UV 6 Alto	ÍNDICE UV 7 Alto	ÍNDICE UV 8 Muito Alto	ÍNDICE UV 9 Muito Alto	ÍNDICE UV 10 Muito Alto	ÍNDICE UV 11 Extremo	ÍNDICE UV 12 Extremo	ÍNDICE UV 13 Extremo	ÍNDICE UV 14 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.

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 Extremo (12)**. 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.



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

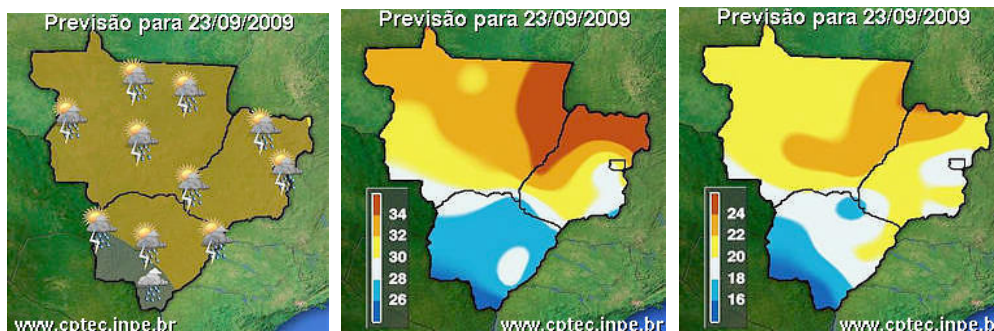
09 - Medida da intensidade da radiação UV para Cuiabá em tempo real.

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 22/09/2009 a 24/09/2009.



22/09/2009: Em toda a Região: sol entre muitas nuvens e pancadas isoladas de chuva forte. As temperaturas estarão amenas na faixa centro-sul da Região.

23/09/2009: Em toda a Região: sol entre muitas nuvens e pancadas isoladas de chuva forte. As temperaturas estarão amenas na faixa centro-sul da Região.

24/09/2009: No sudoeste de MT: sol entre poucas nuvens.

Tendência: No norte de MT: sol com nebulosidade variável com pancadas de chuva. No centro de MT: sol com nebulosidade variável com possibilidade de pancadas de chuva. As temperaturas estarão amenas na faixa centro-sul da Região. Possibilidade de pancadas de chuva em boa parte da Região.



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

11 - 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 e gevsam@ses.mt.gov.br

Boletim do período disponível em: <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:



✚ **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.**



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



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



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



- ✚ 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:



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

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

