



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 103/2011

COVAM / SVS / SES

01 - Monitoramento da qualidade do ar, período de 22/12/2011 a 26/12/2011.

Municípios	Data	Monóxido de Carbono (CO) (ppm)	Material Particulado (PM _{2,5}) (µg/m ³)	Qualidade do ar
Água Boa	22/12/2011	0,135 – 0,140	12 – 13	BOA
	23/12/2011	0,129 – 0,132	12 – 13	BOA
	24/12/2011	0,120 – 0,131	12 – 13	BOA
	25/12/2011	0,123 – 0,128	12 – 13	BOA
	26/12/2011	0,126 – 0,127	12 – 13	BOA
Alta Floresta	22/12/2011	0,157 – 0,160	14 – 15	BOA
	23/12/2011	0,145 – 0,151	12 – 13	BOA
	24/12/2011	0,148 – 0,150	12 – 13	BOA
	25/12/2011	0,136 – 0,140	12 – 13	BOA
	26/12/2011	0,131 – 0,138	12 – 13	BOA
Barra do Garças	22/12/2011	0,145 – 0,150	12 – 13	BOA
	23/12/2011	0,133 – 0,141	12 – 13	BOA
	24/12/2011	0,128 – 0,138	12 – 13	BOA
	25/12/2011	0,125 – 0,130	12 – 13	BOA
	26/12/2011	0,122 – 0,126	12 – 13	BOA
Cáceres	22/12/2011	0,180 – 0,185	13 – 14	BOA
	23/12/2011	0,160 – 0,163	13 – 14	BOA
	24/12/2011	0,160 – 0,163	13 – 14	BOA
	25/12/2011	0,155 – 0,158	13 – 14	BOA
	26/12/2011	0,117 – 0,118	14 – 15	BOA
Campo Novo do Parecis	22/12/2011	0,168 – 0,180	13 – 14	BOA
	23/12/2011	0,184 – 0,185	13 – 14	BOA
	24/12/2011	0,170 – 0,180	13 – 14	BOA
	25/12/2011	0,147 – 0,148	12 – 13	BOA
	26/12/2011	0,131 – 0,139	13 – 14	BOA
Colíder	22/12/2011	0,140 – 0,150	12 – 13	BOA
	23/12/2011	0,143 – 0,156	12 – 13	BOA
	24/12/2011	0,135 – 0,139	12 – 13	BOA
	25/12/2011	0,130 – 0,135	11 – 12	BOA
	26/12/2011	0,130 – 0,133	12 – 13	BOA



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

Cuiabá	22/12/2011	0,182 – 0,185	14 – 15	BOA
	23/12/2011	0,160 – 0,162	13 – 14	BOA
	24/12/2011	0,138 – 0,142	12 – 13	BOA
	25/12/2011	0,140 – 0,142	13 – 14	BOA
	26/12/2011	0,174 – 0,180	15 – 16	BOA
Diamantino	22/12/2011	0,180 – 0,184	14 – 15	BOA
	23/12/2011	0,165 – 0,166	13 – 14	BOA
	24/12/2011	0,135 – 0,138	12 – 13	BOA
	25/12/2011	0,138 – 0,139	12 – 13	BOA
	26/12/2011	0,143 – 0,144	12 – 13	BOA
Juara	22/12/2011	0,156 – 0,176	13 – 14	BOA
	23/12/2011	0,165 – 0,180	13 – 14	BOA
	24/12/2011	0,153 – 0,160	12 – 13	BOA
	25/12/2011	0,145 – 0,150	12 – 13	BOA
	26/12/2011	0,150 – 0,158	13 – 14	BOA
Juína	22/12/2011	0,160 – 0,163	13 – 14	BOA
	23/12/2011	0,188 – 0,190	14 – 15	BOA
	24/12/2011	0,168 – 0,184	13 – 15	BOA
	25/12/2011	0,168 – 0,170	13 – 14	BOA
	26/12/2011	0,179 – 0,181	14 – 15	BOA
Mirassol D'Oeste	22/12/2011	0,180 – 0,183	13 – 14	BOA
	23/12/2011	0,167 – 0,170	14 – 15	BOA
	24/12/2011	0,165 – 0,168	13 – 14	BOA
	25/12/2011	0,150 – 0,152	13 – 14	BOA
	26/12/2011	0,115 – 0,120	14 – 15	BOA
Peixoto do Azevedo	22/12/2011	0,138 – 0,143	12 – 13	BOA
	23/12/2011	0,142 – 0,143	12 – 13	BOA
	24/12/2011	0,135 – 0,139	12 – 13	BOA
	25/12/2011	0,130 – 0,135	11 – 12	BOA
	26/12/2011	0,128 – 0,130	11 – 12	BOA
Pontes e Lacerda	22/12/2011	0,180 – 0,185	13 – 14	BOA
	23/12/2011	0,178 – 0,179	13 – 14	BOA
	24/12/2011	0,137 – 0,141	13 – 14	BOA
	25/12/2011	0,166 – 0,169	12 – 13	BOA
	26/12/2011	0,126 – 0,128	14 – 15	BOA
Porto Alegre do Norte	22/12/2011	0,138 – 0,140	12 – 13	BOA
	23/12/2011	0,128 – 0,130	12 – 13	BOA
	24/12/2011	0,119 – 0,121	11 – 12	BOA
	25/12/2011	0,124 – 0,127	12 – 13	BOA
	26/12/2011	0,130 – 0,134	12 – 13	BOA
Rondonópolis	22/12/2011	0,154 – 0,156	14 – 15	BOA
	23/12/2011	0,133 – 0,140	12 – 13	BOA
	24/12/2011	0,128 – 0,131	12 – 13	BOA
	25/12/2011	0,122 – 0,123	12 – 13	BOA
	26/12/2011	0,129 – 0,138	12 – 14	BOA
São Felix do Araguaia	22/12/2011	0,135 – 0,139	12 – 13	BOA
	23/12/2011	0,136 – 0,138	12 – 13	BOA
	24/12/2011	0,120 – 0,125	12 – 13	BOA
	25/12/2011	0,129 – 0,135	12 – 13	BOA
	26/12/2011	0,136 – 0,137	12 – 13	BOA



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

Sinop	22/12/2011	0,153 – 0,160	12 – 13	BOA
	23/12/2011	0,141 – 0,156	12 – 14	BOA
	24/12/2011	0,128 – 0,131	12 – 13	BOA
	25/12/2011	0,133 – 0,136	11 – 12	BOA
	26/12/2011	0,135 – 0,139	12 – 13	BOA
Sorriso	22/12/2011	0,145 – 0,161	12 – 13	BOA
	23/12/2011	0,142 – 0,143	12 – 13	BOA
	24/12/2011	0,129 – 0,132	12 – 13	BOA
	25/12/2011	0,136 – 0,138	11 – 12	BOA
	26/12/2011	0,135 – 0,136	12 – 13	BOA
Tangará da Serra	22/12/2011	0,172 – 0,178	13 – 14	BOA
	23/12/2011	0,178 – 0,179	14 – 15	BOA
	24/12/2011	0,168 – 0,171	13 – 14	BOA
	25/12/2011	0,142 – 0,150	12 – 13	BOA
	26/12/2011	0,147 – 0,148	13 – 14	BOA
Várzea Grande	22/12/2011	0,182 – 0,185	14 – 15	BOA
	23/12/2011	0,160 – 0,162	13 – 14	BOA
	24/12/2011	0,138 – 0,142	12 – 13	BOA
	25/12/2011	0,140 – 0,142	13 – 14	BOA
	26/12/2011	0,174 – 0,180	15 – 16	BOA
Vila Rica	22/12/2011	0,138 – 0,141	12 – 13	BOA
	23/12/2011	0,130 – 0,133	12 – 13	BOA
	24/12/2011	0,120 – 0,125	11 – 12	BOA
	25/12/2011	0,129 – 0,130	12 – 13	BOA
	26/12/2011	0,123 – 0,129	11 – 12	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.



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

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.

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	Má	Péssima
Material particulado (fumaça, poeira e minério)	50 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	50 - 150 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	150 - 250 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	250 - 420 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	Acima de 420 $\mu\text{g}/\text{m}^3$
Ozônio (O ₃)	80 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	80 - 160 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	160 - 200 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	200 - 800 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	Acima de 800 $\mu\text{g}/\text{m}^3$
Dióxido Enxofre (SO ₂)	80 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	80 - 365 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	365 - 800 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	800 - 1600 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	Acima de 1600 $\mu\text{g}/\text{m}^3$
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)	100 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	100 - 320 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	320 - 1130 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	1130 - 2260 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	Acima de 2260 $\mu\text{g}/\text{m}^3$

Obs.: ($\mu\text{g}/\text{m}^3$ – micro gramas por m^3 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.

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.

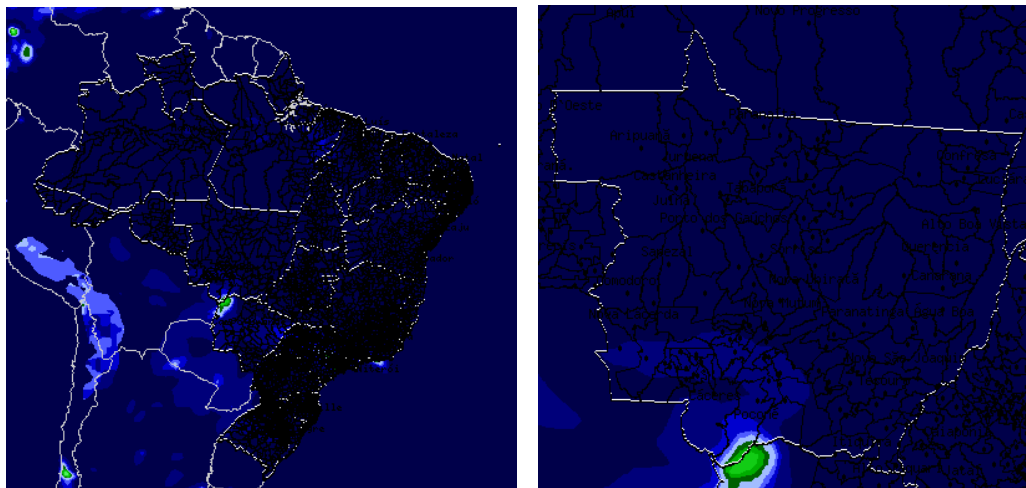


GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL

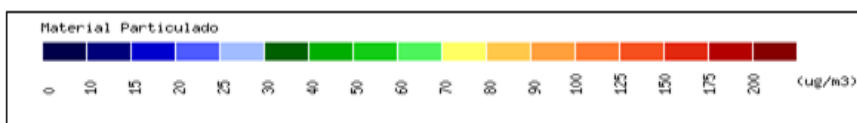
Medidas de proteção pessoal

- 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:27/12/2011. Material Particulado. Horário da imagem 12:00 h.



**06 - Previsão do tempo para os municípios prioritários do Estado de Mato Grosso.
Período de 28/12/2011 a 02/01/2012.**

Municípios	Data	Previsão	Temperatura (°C)		UV
			MIN	MAX	
Água Boa	28/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	30	13
	29/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	30	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	30	14
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	30	14
	01/01	Pancadas de Chuva	21	30	14
	02/01	Pancadas de Chuva	21	30	14



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

Alta Floresta	28/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	34	13
	29/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	33	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	32	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	34	14
	01/01	Pancadas de Chuva	23	34	14
	02/01	Pancadas de Chuva	23	32	14
Barra do Garças	28/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	30	13
	29/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	30	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	32	14
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	32	14
	01/01	Pancadas de Chuva	22	33	14
	02/01	Pancadas de Chuva	22	35	14
Cáceres	28/12	Pancadas de Chuva	24	34	13
	29/12	Pancadas de Chuva	24	34	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	33	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	33	14
	01/01	Parcialmente Nublado	23	34	14
	02/01	Pancadas de Chuva	22	35	14
Campo Novo do Parecis	28/12	Nublado e Pancadas de Chuva	20	31	13
	29/12	Nublado e Pancadas de Chuva	20	31	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	20	30	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	20	29	14
	01/01	Pancadas de Chuva	21	30	14
	02/01	Pancadas de Chuva	20	29	14
Colíder	28/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	29	13
	29/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	30	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	30	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	30	14
	01/01	Pancadas de Chuva	22	32	14
	02/01	Pancadas de Chuva	23	30	14
Cuiabá	28/12	Pancadas de Chuva	22	32	13
	29/12	Pancadas de Chuva	22	35	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	24	35	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	31	14
	01/01	Parcialmente Nublado	22	32	14
	02/01	Parcialmente Nublado	22	34	14
Diamantino	28/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	13
	29/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	34	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	32	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	14
	01/01	Pancadas de Chuva	22	31	14
	02/01	Parcialmente Nublado	22	31	14
Juara	28/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	13
	29/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	32	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	32	14
	01/01	Pancadas de Chuva	22	32	14
	02/01	Pancadas de Chuva	23	31	14



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

Juína	28/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	28	13
	29/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	28	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	28	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	28	14
	01/01	Pancadas de Chuva	23	29	14
	02/01	Pancadas de Chuva	22	29	14
Mirassol D'Oeste	28/12	Pancadas de Chuva	23	34	13
	29/12	Pancadas de Chuva	23	33	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	33	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	33	14
	01/01	Parcialmente Nublado	22	32	14
	02/01	Pancadas de Chuva	21	35	14
Peixoto de Azevedo	28/12	Nublado e Pancadas de Chuva	20	34	13
	29/12	Nublado e Pancadas de Chuva	20	32	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	32	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	20	33	13
	01/01	Pancadas de Chuva	22	33	13
	02/01	Pancadas de Chuva	22	31	13
Pontes e Lacerda	28/12	Pancadas de Chuva	23	33	13
	29/12	Pancadas de Chuva	24	33	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	31	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	31	14
	01/01	Pancadas de Chuva	22	29	14
	02/01	Pancadas de Chuva	22	33	14
Porto Alegre do Norte	28/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	34	13
	29/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	34	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	34	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	34	14
	01/01	Pancadas de Chuva	22	34	14
	02/01	Pancadas de Chuva	23	33	14
Rondonópolis	28/12	Pancadas de Chuva	21	32	13
	29/12	Pancadas de Chuva	24	31	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	33	13
	31/12	Pancadas de Chuva	22	32	14
	01/01	Parcialmente Nublado	20	32	14
	02/01	Parcialmente Nublado	21	32	14
São Félix do Araguaia	28/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	34	13
	29/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	34	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	34	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	33	14
	01/01	Pancadas de Chuva	22	34	14
	02/01	Pancadas de Chuva	22	33	14
Sinop	28/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	13
	29/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	14
	01/01	Pancadas de Chuva	22	32	14
	02/01	Pancadas de Chuva	22	31	14
Sorriso	28/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	13
	29/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	14
	01/01	Pancadas de Chuva	22	31	14
	02/01	Pancadas de Chuva	22	31	14



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

Tangará da Serra	28/12	Pancadas de Chuva	21	32	13
	29/12	Pancadas de Chuva	21	33	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	32	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	14
	01/01	Pancadas de Chuva	21	30	14
	02/01	Pancadas de Chuva	20	31	14
Várzea Grande	28/12	Pancadas de Chuva	23	30	13
	29/12	Pancadas de Chuva	24	33	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	24	33	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	32	14
	01/01	Parcialmente Nublado	23	32	14
	02/01	Parcialmente Nublado	24	32	14
Vila Rica	28/12	Pancadas de Chuva	23	33	13
	29/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	32	13
	30/12	Nublado e Pancadas de Chuva	23	33	13
	31/12	Nublado e Pancadas de Chuva	24	32	14
	01/01	Pancadas de Chuva	23	31	14
	02/01	Pancadas de Chuva	24	32	14

Fonte: CPTEC/INPE.

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.

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 a maioria dos municípios em estudo encontra-se em **Índice EXTREMO (14)**. 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 - Tendências climáticas para Mato Grosso. Período de 27/12/2011 a 29/12/2011.



27/12/2011: Em MT: possibilidade de pancadas de chuva à tarde. Nas demais áreas da região: nebulosidade variável e pancadas de chuva isoladas. Temperatura estável.

28/12/2011: Em MT: pancadas de chuva à tarde. Nas demais áreas da região: nebulosidade variável e pancadas de chuva isoladas. Temperatura estável.

29/12/2011: Em MT: possibilidade de pancadas de chuva. Nas demais áreas da região: nebulosidade variável e pancadas de chuva isolada. Temperatura estável.

Tendência: Em MT: sol com nebulosidade variável e pancadas de chuva. Nas demais áreas: sol entre poucas nuvens. Temperaturas amenas.

10 - 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: covam@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