



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 23/2011

COVAM / SVS / SES

01 - Monitoramento da qualidade do ar, período de 17/03/2011 a 21/03/2011.

Municípios	Data	Monóxido de Carbono (CO) (ppm)	Material Particulado (PM _{2,5}) (µg/m ³)	Qualidade do ar
Água Boa	17/03/2011	0,004 – 0,005	4 – 5	BOA
	18/03/2011	0,003 – 0,004	0,9 – 1	BOA
	19/03/2011	0,007 – 0,014	0,8 – 0,9	BOA
	20/03/2011	0,004 – 0,008	1 – 2	BOA
	21/03/2011	0,002 – 0,004	1 – 2	BOA
Alta Floresta	17/03/2011	0,006 – 0,007	1 – 2	BOA
	18/03/2011	0,005 – 0,006	1 – 2	BOA
	19/03/2011	0,005 – 0,048	1 – 8	BOA
	20/03/2011	0,005 – 0,008	1 – 2	BOA
	21/03/2011	0,003 – 0,005	1 – 2	BOA
Barra do Garças	17/03/2011	0,003 – 0,004	1 – 2	BOA
	18/03/2011	0,003 – 0,004	1 – 2	BOA
	19/03/2011	0,005 – 0,006	1 – 2	BOA
	20/03/2011	0,005 – 0,008	1 – 2	BOA
	21/03/2011	0,013 – 0,015	2 – 3	BOA
Cáceres	17/03/2011	0,004 – 0,008	1 – 4	BOA
	18/03/2011	0,011 – 0,012	2 – 3	BOA
	19/03/2011	0,006 – 0,008	1 – 2	BOA
	20/03/2011	0,007 – 0,008	1 – 2	BOA
	21/03/2011	0,001 – 0,003	1 – 2	BOA
Campo Novo do Parecis	17/03/2011	0,007 – 0,012	1 – 2	BOA
	18/03/2011	0,010 – 0,027	2 – 5	BOA
	19/03/2011	0,058 – 0,059	8 – 10	BOA
	20/03/2011	0,006 – 0,007	1 – 2	BOA
	21/03/2011	0,005 – 0,007	1 – 2	BOA
Colíder	17/03/2011	0,006 – 0,007	1 – 2	BOA
	18/03/2011	0,005 – 0,006	1 – 2	BOA
	19/03/2011	0,009 – 0,100	2 – 16	BOA
	20/03/2011	0,006 – 0,022	1 – 4	BOA
	21/03/2011	0,002 – 0,004	1 – 2	BOA
Cuiabá	17/03/2011	0,003 – 0,012	1 – 3	BOA
	18/03/2011	0,012 – 0,015	2 – 3	BOA
	19/03/2011	0,010 – 0,011	2 – 3	BOA
	20/03/2011	0,005 – 0,008	1 – 2	BOA
	21/03/2011	0,004 – 0,005	1 – 2	BOA
Diamantino	17/03/2011	0,017 – 0,051	4 – 7	BOA
	18/03/2011	0,008 – 0,010	1 – 2	BOA
	19/03/2011	0,014 – 0,039	2 – 7	BOA
	20/03/2011	0,008 – 0,010	1 – 2	BOA
	21/03/2011	0,005 – 0,019	1 – 4	BOA



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

Juara	17/03/2011	0,006 – 0,007	1 – 2	BOA
	18/03/2011	0,006 – 0,007	1 – 2	BOA
	19/03/2011	0,008 – 0,052	4 – 9	BOA
	20/03/2011	0,019 – 0,023	3 – 4	BOA
	21/03/2011	0,006 – 0,059	2 – 9	BOA
Juína	17/03/2011	0,005 – 0,006	1 – 2	BOA
	18/03/2011	0,006 – 0,007	1 – 2	BOA
	19/03/2011	0,006 – 0,044	4 – 8	BOA
	20/03/2011	0,025 – 0,030	4 – 5	BOA
	21/03/2011	0,025 – 0,038	5 – 6	BOA
Mirassol D'Oeste	17/03/2011	0,005 – 0,020	1 – 4	BOA
	18/03/2011	0,008 – 0,011	2 – 3	BOA
	19/03/2011	0,008 – 0,010	2 – 3	BOA
	20/03/2011	0,008 – 0,009	2 – 3	BOA
	21/03/2011	0,003 – 0,004	1 – 2	BOA
Peixoto do Azevedo	17/03/2011	0,005 – 0,006	1 – 2	BOA
	18/03/2011	0,004 – 0,005	1 – 2	BOA
	19/03/2011	0,003 – 0,019	1 – 3	BOA
	20/03/2011	0,003 – 0,007	1 – 2	BOA
	21/03/2011	0,002 – 0,005	1 – 2	BOA
Pontes e Lacerda	17/03/2011	0,006 – 0,007	1 – 2	BOA
	18/03/2011	0,010 – 0,013	2 – 3	BOA
	19/03/2011	0,009 – 0,011	2 – 3	BOA
	20/03/2011	0,008 – 0,010	2 – 3	BOA
	21/03/2011	0,003 – 0,005	1 – 2	BOA
Porto Alegre do Norte	17/03/2011	0,003 – 0,004	0,9 – 1	BOA
	18/03/2011	0,003 – 0,004	1 – 2	BOA
	19/03/2011	0,003 – 0,006	1 – 2	BOA
	20/03/2011	0,002 – 0,003	1 – 2	BOA
	21/03/2011	0,003 – 0,004	1 – 2	BOA
Rondonópolis	17/03/2011	0,004 – 0,006	1 – 2	BOA
	18/03/2011	0,007 – 0,015	1 – 2	BOA
	19/03/2011	0,013 – 0,018	2 – 3	BOA
	20/03/2011	0,005 – 0,006	1 – 2	BOA
	21/03/2011	0,002 – 0,010	2 – 3	BOA
São Felix do Araguaia	17/03/2011	0,003 – 0,004	1 – 2	BOA
	18/03/2011	0,003 – 0,004	1 – 2	BOA
	19/03/2011	0,003 – 0,004	1 – 2	BOA
	20/03/2011	0,002 – 0,004	1 – 2	BOA
	21/03/2011	0,002 – 0,004	1 – 2	BOA
Sinop	17/03/2011	0,008 – 0,003	1 – 2	BOA
	18/03/2011	0,005 – 0,006	1 – 2	BOA
	19/03/2011	0,030 – 0,340	10 – 53	BOA
	20/03/2011	0,024 – 0,030	4 – 5	BOA
	21/03/2011	0,004 – 0,065	2 – 10	BOA
Sorriso	17/03/2011	0,010 – 0,119	2 – 13	BOA
	18/03/2011	0,006 – 0,007	1 – 2	BOA
	19/03/2011	0,070 – 0,540	10 – 80	BOA
	20/03/2011	0,031 – 0,036	5 – 6	BOA
	21/03/2011	0,030 – 0,125	5 – 20	BOA
Tangará da Serra	17/03/2011	0,003 – 0,022	2 – 4	BOA
	18/03/2011	0,009 – 0,014	2 – 3	BOA
	19/03/2011	0,012 – 0,014	2 – 3	BOA
	20/03/2011	0,005 – 0,006	1 – 2	BOA
	21/03/2011	0,005 – 0,007	1 – 2	BOA



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

Várzea Grande	17/03/2011	0,003 – 0,022	1 – 2	BOA
	18/03/2011	0,012 – 0,014	2 – 3	BOA
	19/03/2011	0,010 – 0,011	2 – 3	BOA
	20/03/2011	0,005 – 0,008	1 – 2	BOA
	21/03/2011	0,004 – 0,005	1 – 2	BOA
Vila Rica	17/03/2011	0,003 – 0,004	0,9 - 1	BOA
	18/03/2011	0,003 – 0,004	1 – 2	BOA
	19/03/2011	0,002 – 0,003	1 – 2	BOA
	20/03/2011	0,002 – 0,004	1 – 2	BOA
	21/03/2011	0,002 – 0,004	1 – 2	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 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.

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.

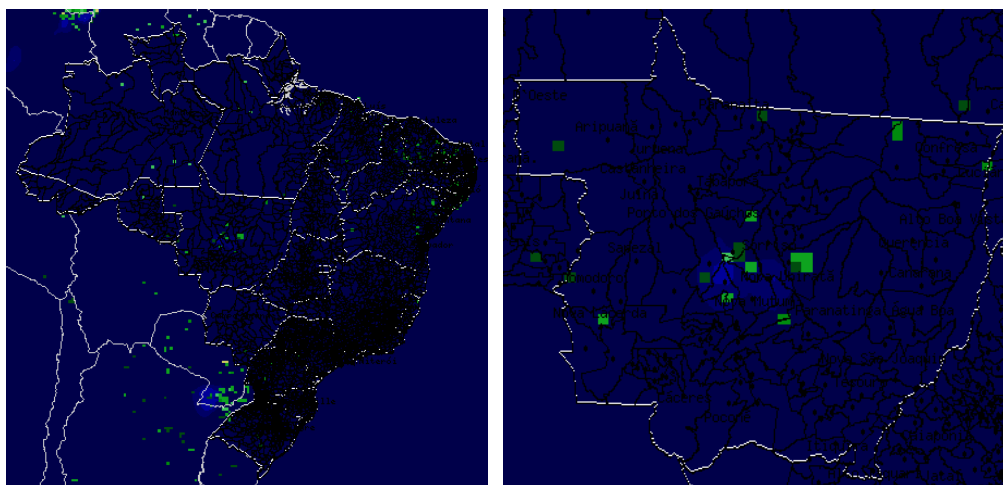


GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL

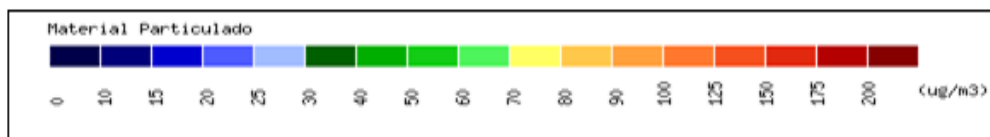
Medidas de proteção pessoal

- 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:22/03/2011. Material Particulado. Horário da imagem 12:00 h.



**06 - Previsão do tempo para os municípios prioritários do Estado de Mato Grosso.
Período de 23/03/2011 a 28/03/2011.**

Municípios	Data	Previsão	Temperatura (°C)		UV
			MIN	MAX	
Água Boa	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	30	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	21	30	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	21	32	12
	26/03	Pancadas de Chuva	21	31	12
	27/03	Pancadas de Chuva	22	30	12
	28/03	Pancadas de Chuva	22	30	12



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

Alta Floresta	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	13
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	13
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	31	13
	26/03	Pancadas de Chuva	23	30	12
	27/03	Pancadas de Chuva	22	31	12
	28/03	Pancadas de Chuva	22	30	12
Barra do Garças	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	30	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	36	12
	26/03	Pancadas de Chuva	23	30	12
	27/03	Pancadas de Chuva	23	32	12
	28/03	Pancadas de Chuva	23	31	12
Cáceres	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	24	32	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	34	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	24	32	12
	26/03	Pancadas de Chuva	24	31	12
	27/03	Pancadas de Chuva	24	33	12
	28/03	Pancadas de Chuva	23	33	12
Campo Novo do Parecis	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	21	30	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	21	30	12
	26/03	Pancadas de Chuva	21	29	12
	27/03	Pancadas de Chuva	22	31	12
	28/03	Pancadas de Chuva	22	30	12
Colíder	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	31	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	13
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	12
	26/03	Pancadas de Chuva	23	31	12
	27/03	Pancadas de Chuva	21	31	12
	28/03	Pancadas de Chuva	22	31	12
Cuiabá	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	24	31	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	31	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	24	33	12
	26/03	Pancadas de Chuva	24	32	12
	27/03	Pancadas de Chuva	24	32	12
	28/03	Pancadas de Chuva	23	30	12
Diamantino	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	32	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	33	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	21	32	12
	26/03	Pancadas de Chuva	23	32	12
	27/03	Pancadas de Chuva	22	33	12
	28/03	Pancadas de Chuva	22	33	12
Juara	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	34	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	35	13
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	35	12
	26/03	Pancadas de Chuva	22	34	12
	27/03	Pancadas de Chuva	24	35	12
	28/03	Pancadas de Chuva	22	34	12



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

Juína	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	29	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	30	13
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	30	12
	26/03	Pancadas de Chuva	22	29	12
	27/03	Pancadas de Chuva	24	30	12
	28/03	Pancadas de Chuva	22	30	12
Mirassol D'Oeste	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	31	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	33	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	31	12
	26/03	Pancadas de Chuva	23	30	12
	27/03	Pancadas de Chuva	24	32	12
	28/03	Pancadas de Chuva	22	32	12
Peixoto de Azevedo	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	30	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	13
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	13
	26/03	Pancadas de Chuva	22	30	12
	27/03	Pancadas de Chuva	22	31	12
	28/03	Pancadas de Chuva	22	30	12
Pontes e Lacerda	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	32	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	12
	26/03	Pancadas de Chuva	22	30	12
	27/03	Pancadas de Chuva	23	32	12
	28/03	Pancadas de Chuva	23	31	12
Porto Alegre do Norte	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	33	12
	24/03	Pancadas de Chuva	22	33	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	33	12
	26/03	Pancadas de Chuva	22	33	12
	27/03	Pancadas de Chuva	22	33	12
	28/03	Pancadas de Chuva	22	33	12
Rondonópolis	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	32	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	33	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	32	12
	26/03	Pancadas de Chuva	22	31	12
	27/03	Pancadas de Chuva	22	33	12
	28/03	Pancadas de Chuva	22	32	12
São Félix do Araguaia	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	32	12
	24/03	Pancadas de Chuva	23	35	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	34	12
	26/03	Pancadas de Chuva	21	33	12
	27/03	Pancadas de Chuva	22	32	12
	28/03	Pancadas de Chuva	21	33	12
Sinop	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	34	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	35	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	34	12
	26/03	Pancadas de Chuva	23	34	12
	27/03	Pancadas de Chuva	22	35	12
	28/03	Pancadas de Chuva	23	34	12
Sorriso	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	34	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	35	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	21	34	12
	26/03	Pancadas de Chuva	24	33	12
	27/03	Pancadas de Chuva	22	35	12
	28/03	Pancadas de Chuva	21	34	12



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	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	21	33	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	12
	26/03	Pancadas de Chuva	22	30	12
	27/03	Pancadas de Chuva	22	33	12
	28/03	Pancadas de Chuva	21	32	12
Várzea Grande	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	24	30	12
	24/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	30	12
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	24	31	12
	26/03	Pancadas de Chuva	24	31	12
	27/03	Pancadas de Chuva	24	31	12
	28/03	Pancadas de Chuva	23	31	12
Vila Rica	23/03	Nublado e Pancadas de Chuva	23	30	13
	24/03	Pancadas de Chuva	22	34	13
	25/03	Nublado e Pancadas de Chuva	24	32	12
	26/03	Pancadas de Chuva	22	30	12
	27/03	Pancadas de Chuva	23	30	12
	28/03	Pancadas de Chuva	23	30	12

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.

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 (13)**. Considerando que os danos provocados pela exposição solar é cumulativo, é importante que cuidados especiais sejam tomados todos os dias.

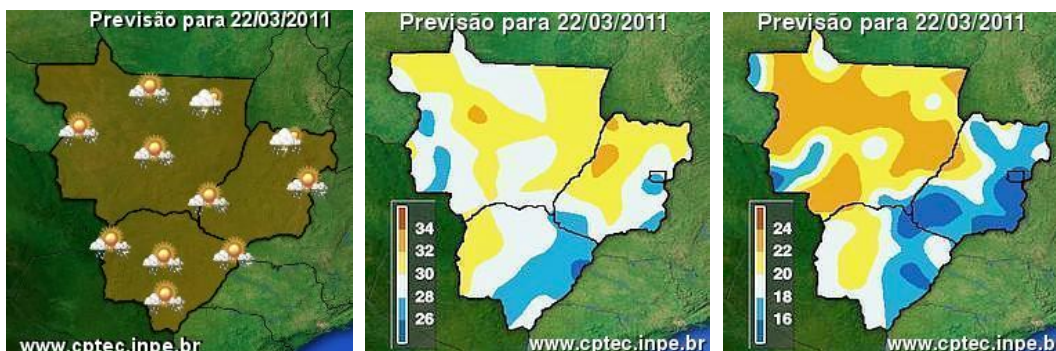
Medidas de proteção pessoal

- 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 22/03/2011 a 24/03/2011.



22/03/2011: No sudoeste de MT: nebulosidade variável e pancadas de chuva no período da tarde. No sul de MT: nebulosidade variável. Nas demais áreas: muitas nuvens e pancadas de chuva a qualquer hora, que pode ser forte em algumas localidades. Temperatura estável.

23/03/2011: Em todas as áreas da região: nebulosidade variável e pancadas de chuva. Temperaturas estáveis.

24/03/2011: No sudoeste de MT: nebulosidade variável e possibilidade de pancadas de chuva. Nas demais áreas: muitas nuvens e pancadas de chuva. Temperaturas estáveis.

Tendência: Em todas as áreas da região: muitas nuvens e pancadas de chuva. Temperaturas estáveis.

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 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