



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 35/2011

COVAM / SVS / SES

01 - Monitoramento da qualidade do ar, período de 28/04/2011 a 02/05/2011.

Municípios	Data	Monóxido de Carbono (CO) (ppm)	Material Particulado (PM _{2,5}) (µg/m ³)	Qualidade do ar
Água Boa	28/04/2011	0,001 – 0,007	1 – 2	BOA
	29/04/2011	0,001 – 0,002	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,001 – 0,002	0,5 – 0,7	BOA
	01/05/2011	0,004 – 0,006	1 – 2	BOA
	02/05/2011	0,002 – 0,004	1 – 2	BOA
Alta Floresta	28/04/2011	0,002 – 0,004	1 – 2	BOA
	29/04/2011	0,001 – 0,004	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,003 – 0,017	1 – 4	BOA
	01/05/2011	0,008 – 0,037	2 – 7	BOA
	02/05/2011	0,012 – 0,017	2 – 3	BOA
Barra do Garças	28/04/2011	0,001 – 0,004	1 – 2	BOA
	29/04/2011	0,001 – 0,003	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,001 – 0,002	0,6 – 0,9	BOA
	01/05/2011	0,001 – 0,005	1 – 2	BOA
	02/05/2011	0,002 – 0,005	1 – 2	BOA
Cáceres	28/04/2011	0,002 – 0,012	2 – 4	BOA
	29/04/2011	0,004 – 0,005	2 – 4	BOA
	30/04/2011	0,004 – 0,011	1 – 2	BOA
	01/05/2011	0,005 – 0,006	1 – 2	BOA
	02/05/2011	0,001 – 0,003	0,4 – 0,8	BOA
Campo Novo do Parecis	28/04/2011	0,004 – 0,007	2 – 3	BOA
	29/04/2011	0,040 – 0,210	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,014 – 0,024	2 – 4	BOA
	01/05/2011	0,005 – 0,012	1 – 2	BOA
	02/05/2011	0,001 – 0,002	1 – 2	BOA
Colíder	28/04/2011	0,004 – 0,008	1 – 2	BOA
	29/04/2011	0,001 – 0,015	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,005 – 0,041	1 – 7	BOA
	01/05/2011	0,010 – 0,088	2 – 14	BOA
	02/05/2011	0,008 – 0,018	2 – 3	BOA
Cuiabá	28/04/2011	0,003 – 0,004	1 – 2	BOA
	29/04/2011	0,004 – 0,005	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,002 – 0,007	1 – 2	BOA
	01/05/2011	0,002 – 0,003	1 – 2	BOA
	02/05/2011	0,001 – 0,002	1 – 2	BOA
Diamantino	28/04/2011	0,003 – 0,005	1 – 2	BOA
	29/04/2011	0,002 – 0,007	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,001 – 0,016	1 – 2	BOA
	01/05/2011	0,002 – 0,003	1 – 2	BOA
	02/05/2011	0,001 – 0,002	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

Juara	28/04/2011	0,007 – 0,010	2 – 3	BOA
	29/04/2011	0,001 – 0,060	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,020 – 0,050	3 – 8	BOA
	01/05/2011	0,098 – 0,158	15 – 26	BOA
	02/05/2011	0,010 – 0,011	2 – 3	BOA
Juína	28/04/2011	0,009 – 0,020	2 – 5	BOA
	29/04/2011	0,002 – 0,016	2 – 5	BOA
	30/04/2011	0,007 – 0,037	1 – 6	BOA
	01/05/2011	0,097 – 0,158	8 – 11	BOA
	02/05/2011	0,004 – 0,006	1 – 2	BOA
Mirassol D'Oeste	28/04/2011	0,002 – 0,009	2 – 3	BOA
	29/04/2011	0,020 – 0,030	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,008 – 0,015	2 – 3	BOA
	01/05/2011	0,006 – 0,007	1 – 2	BOA
	02/05/2011	0,001 – 0,003	0,6 – 0,7	BOA
Peixoto do Azevedo	28/04/2011	0,003 – 0,006	1 – 2	BOA
	29/04/2011	0,001 – 0,003	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,004 – 0,023	1 – 5	BOA
	01/05/2011	0,006 – 0,034	1 – 6	BOA
	02/05/2011	0,012 – 0,029	2 – 3	BOA
Pontes e Lacerda	28/04/2011	0,004 – 0,005	1 – 2	BOA
	29/04/2011	0,011 – 0,061	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,004 – 0,021	1 – 4	BOA
	01/05/2011	0,006 – 0,007	1 – 2	BOA
	02/05/2011	0,001 – 0,002	1 – 2	BOA
Porto Alegre do Norte	28/04/2011	0,005 – 0,014	1 – 2	BOA
	29/04/2011	0,005 – 0,011	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,002 – 0,010	1 – 2	BOA
	01/05/2011	0,014 – 0,022	2 – 3	BOA
	02/05/2011	0,005 – 0,006	1 – 2	BOA
Rondonópolis	28/04/2011	0,002 – 0,003	1 – 2	BOA
	29/04/2011	0,001 – 0,002	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,001 – 0,002	0,5 – 0,7	BOA
	01/05/2011	0,001 – 0,002	1 – 2	BOA
	02/05/2011	0,002 – 0,003	1 – 2	BOA
São Felix do Araguaia	28/04/2011	0,004 – 0,031	1 – 4	BOA
	29/04/2011	0,002 – 0,025	1 – 4	BOA
	30/04/2011	0,001 – 0,019	1 – 3	BOA
	01/05/2011	0,002 – 0,038	1 – 6	BOA
	02/05/2011	0,002 – 0,005	1 – 2	BOA
Sinop	28/04/2011	0,004 – 0,019	1 – 3	BOA
	29/04/2011	0,009 – 0,058	1 – 3	BOA
	30/04/2011	0,009 – 0,018	2 – 3	BOA
	01/05/2011	0,030 – 0,251	5 – 42	BOA
	02/05/2011	0,005 – 0,007	1 – 2	BOA
Sorriso	28/04/2011	0,004 – 0,017	1 – 3	BOA
	29/04/2011	0,014 – 0,016	1 – 3	BOA
	30/04/2011	0,015 – 0,030	2 – 3	BOA
	01/05/2011	0,025 – 0,189	5 – 33	BOA
	02/05/2011	0,004 – 0,005	1 – 2	BOA
Tangará da Serra	28/04/2011	0,003 – 0,006	1 – 3	BOA
	29/04/2011	0,010 – 0,080	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,023 – 0,030	5 – 6	BOA
	01/05/2011	0,003 – 0,007	1 – 2	BOA
	02/05/2011	0,001 – 0,002	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	28/04/2011	0,003 – 0,004	1 – 2	BOA
	29/04/2011	0,004 – 0,005	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,002 – 0,007	1 – 2	BOA
	01/05/2011	0,002 – 0,003	1 – 2	BOA
	02/05/2011	0,001 – 0,002	1 – 2	BOA
Vila Rica	28/04/2011	0,002 – 0,003	1 – 2	BOA
	29/04/2011	0,003 – 0,004	1 – 2	BOA
	30/04/2011	0,001 – 0,002	0,6 – 0,8	BOA
	01/05/2011	0,008 – 0,012	1 – 2	BOA
	02/05/2011	0,005 – 0,008	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 n° 03/90.

Padrões nacionais de qualidade do ar estabelecidos pelo CONAMA - Conselho Nacional de Meio Ambiente, por meio da Resolução **CONAMA n° 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.

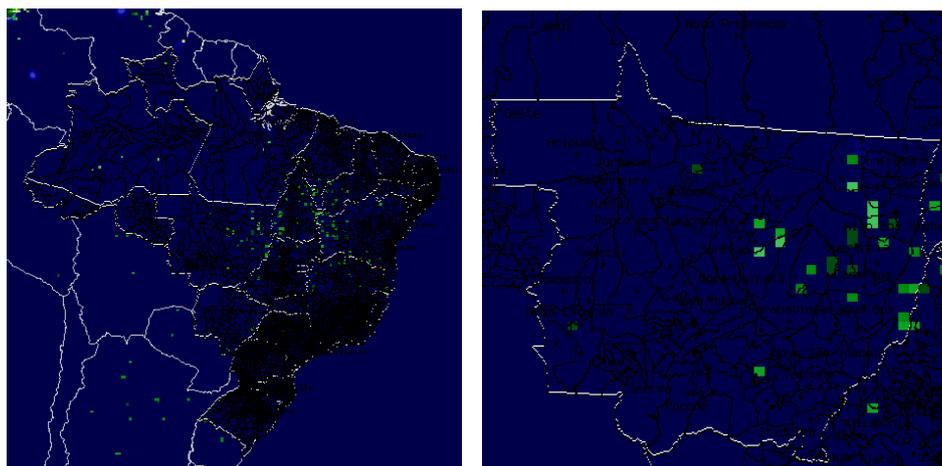


GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL

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:03/05/2011. Material Particulado. Horário da imagem 12:00 h.



06 - Previsão do tempo para os municípios prioritários do Estado de Mato Grosso. Período de 04/05/2011 a 09/05/2011.

Municípios	Data	Previsão	Temperatura (°C)		UV
			MIN	MAX	
Água Boa	04/05	Varição de Nebulosidade	17	32	9
	05/05	Possib. de Pancada de Chuva à Tarde	18	33	9
	06/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	19	33	9
	07/05	Parcialmente Nublado	19	34	10
	08/05	Predomínio de Sol	20	33	10
	09/05	Predomínio de Sol	19	33	10



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

Alta Floresta	04/05	Pancadas de Chuva	20	30	10
	05/05	Nublado e Pancadas de Chuva	22	31	10
	06/05	Nublado e Pancadas de Chuva	21	31	10
	07/05	Pancadas de Chuva	21	31	11
	08/05	Predomínio de Sol	23	31	11
	09/05	Predomínio de Sol	23	30	11
Barra do Garças	04/05	Parcialmente Nublado	19	30	9
	05/05	Possib. de Pancada de Chuva à Tarde	21	32	9
	06/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	24	32	9
	07/05	Parcialmente Nublado	25	32	9
	08/05	Predomínio de Sol	23	33	9
	09/05	Predomínio de Sol	20	32	9
Cáceres	04/05	Parcialmente Nublado	13	30	8
	05/05	Parcialmente Nublado	17	32	9
	06/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	19	33	9
	07/05	Variação de Nebulosidade	21	33	9
	08/05	Predomínio de Sol	20	34	9
	09/05	Predomínio de Sol	21	33	9
Campo Novo do Parecis	04/05	Parcialmente Nublado	15	28	9
	05/05	Parcialmente Nublado	18	31	9
	06/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	20	30	9
	07/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	19	32	10
	08/05	Parcialmente Nublado	20	33	10
	09/05	Parcialmente Nublado	20	32	10
Colíder	04/05	Variação de Nebulosidade	19	33	10
	05/05	Possib. de Pancada de Chuva à Tarde	20	32	10
	06/05	Nublado e Pancadas de Chuva	21	30	10
	07/05	Pancada de Chuva	21	34	10
	08/05	Predomínio de Sol	21	35	10
	09/05	Predomínio de Sol	21	35	10
Cuiabá	04/05	Parcialmente Nublado	14	28	9
	05/05	Parcialmente Nublado	18	32	9
	06/05	Variação de Nebulosidade	21	30	9
	07/05	Parcialmente Nublado	21	32	9
	08/05	Predomínio de Sol	21	34	9
	09/05	Predomínio de Sol	23	30	9
Diamantino	04/05	Parcialmente Nublado	15	30	9
	05/05	Possib. de Pancada de Chuva à Tarde	17	33	9
	06/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	21	32	9
	07/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	21	34	9
	08/05	Predomínio de Sol	21	35	9
	09/05	Predomínio de Sol	23	33	9
Juara	04/05	Variação de Nebulosidade	19	35	10
	05/05	Possib. de Pancada de Chuva à Tarde	21	37	10
	06/05	Nublado e Pancadas de Chuva	22	34	10
	07/05	Pancada de Chuva	21	36	10
	08/05	Predomínio de Sol	22	37	10
	09/05	Predomínio de Sol	22	37	10



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

Juína	04/05	Varição de Nebulosidade	18	31	10
	05/05	Possib. de Pancada de Chuva à Tarde	20	32	10
	06/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	21	31	10
	07/05	Pancada de Chuva	21	32	10
	08/05	Predomínio de Sol	22	34	10
	09/05	Predomínio de Sol	21	33	10
Mirassol D'Oeste	04/05	Parcialmente Nublado	13	29	9
	05/05	Parcialmente Nublado	17	32	9
	06/05	Varição de Nebulosidade	20	32	9
	07/05	Parcialmente Nublado	20	32	9
	08/05	Predomínio de Sol	20	33	9
	09/05	Predomínio de Sol	21	32	9
Peixoto de Azevedo	04/05	Pancada de Chuva	19	30	10
	05/05	Nublado e Pancada de Chuva	20	31	10
	06/05	Nublado e Pancada de Chuva	21	31	10
	07/05	Pancada de Chuva	20	32	10
	08/05	Predomínio de Sol	21	31	10
	09/05	Predomínio de Sol	20	31	10
Pontes e Lacerda	04/05	Parcialmente Nublado	13	30	9
	05/05	Parcialmente Nublado	17	32	9
	06/05	Varição de Nebulosidade	19	32	9
	07/05	Parcialmente Nublado	19	32	9
	08/05	Predomínio de Sol	20	33	9
	09/05	Predomínio de Sol	20	32	9
Porto Alegre do Norte	04/05	Pancada de Chuva	20	35	10
	05/05	Pancada de Chuva	21	33	10
	06/05	Nublado e Pancada de Chuva	21	34	10
	07/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	21	37	10
	08/05	Predomínio de Sol	22	37	10
	09/05	Predomínio de Sol	21	37	10
Rondonópolis	04/05	Parcialmente Nublado	14	29	8
	05/05	Possib. de Pancada de Chuva à Tarde	16	31	9
	06/05	Varição de Nebulosidade	18	31	9
	07/05	Parcialmente Nublado	17	31	9
	08/05	Predomínio de Sol	19	32	9
	09/05	Predomínio de Sol	18	31	9
São Félix do Araguaia	04/05	Pancada de Chuva	20	36	10
	05/05	Pancada de Chuva	20	34	10
	06/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	21	35	10
	07/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	21	36	10
	08/05	Predomínio de Sol	21	37	10
	09/05	Predomínio de Sol	21	36	10
Sinop	04/05	Varição de Nebulosidade	19	33	10
	05/05	Possib. de Pancada de Chuva à Tarde	20	34	10
	06/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	21	35	10
	07/05	Pancada de Chuva	21	34	10
	08/05	Predomínio de Sol	22	35	10
	09/05	Predomínio de Sol	21	34	10
Sorriso	04/05	Varição de Nebulosidade	18	35	9
	05/05	Possib. de Pancada de Chuva à Tarde	19	35	10
	06/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	21	33	10
	07/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	20	36	10
	08/05	Predomínio de Sol	21	37	10
	09/05	Predomínio de Sol	21	37	10



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	04/05	Parcialmente Nublado	11	28	9
	05/05	Parcialmente Nublado	14	31	9
	06/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	17	31	9
	07/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	19	31	9
	08/05	Predomínio de Sol	18	33	9
	09/05	Predomínio de Sol	22	32	9
Várzea Grande	04/05	Parcialmente Nublado	14	29	9
	05/05	Parcialmente Nublado	17	31	9
	06/05	Variação de Nebulosidade	20	32	9
	07/05	Parcialmente Nublado	20	31	9
	08/05	Predomínio de Sol	20	32	9
	09/05	Predomínio de Sol	23	32	9
Vila Rica	04/05	Pancada de Chuva	22	31	10
	05/05	Nublado e Pancada de Chuva	22	29	10
	06/05	Nublado e Pancada de Chuva	22	30	10
	07/05	Possibilidade de Pancada de Chuva	22	32	11
	08/05	Predomínio de Sol	23	33	11
	09/05	Predomínio de Sol	22	33	11

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

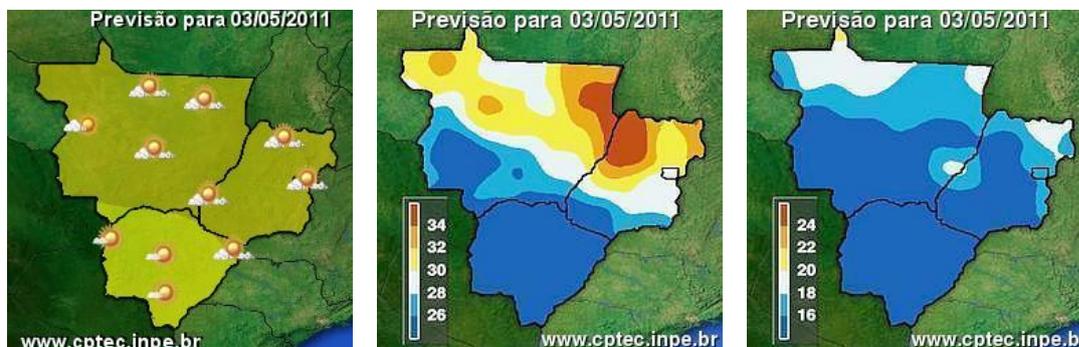
Medidas de proteção pessoal

- 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 03/05/2011 a 05/05/2011.



03/05/2011: Em MT: sol entre nuvens e com possibilidade de pancadas de chuva à tarde. Nas demais áreas da Região: sol e pouca nebulosidade.

04/05/2011: Em MT: sol, nebulosidade variável e possibilidade de pancadas de chuva isolada. Nas demais áreas da Região: sol e poucas nuvens. Temperatura estável.

05/05/2011: Em MT: sol entre poucas nuvens e com possibilidade de pancadas de chuva. Temperatura estável.

Tendência: Em MT: sol e nebulosidade variável com possibilidade de pancadas de chuva. Temperatura estável.

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

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