



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 54/2011**  
**COVAM / SVS / SES**

**01 - Monitoramento da qualidade do ar, período de 05/07/2011 a 06/07/2011.**

| Municípios            | Data       | Monóxido de Carbono (CO) (ppm) | Material Particulado (PM <sub>2,5</sub> ) (µg/m <sup>3</sup> ) | Qualidade do ar |
|-----------------------|------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------|
| Água Boa              | 05/07/2011 | 0,006 – 0,007                  | 2 – 3                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,013 – 0,016                  | 4 – 5                                                          | BOA             |
| Alta Floresta         | 05/07/2011 | 0,021 – 0,058                  | 4 – 5                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,047 – 0,430                  | 9 – 70                                                         | REGULAR         |
| Barra do Garças       | 05/07/2011 | 0,002 – 0,007                  | 2 – 3                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,004 – 0,005                  | 5 – 6                                                          | BOA             |
| Cáceres               | 05/07/2011 | 0,001 – 0,003                  | 1 – 2                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,004 – 0,005                  | 1 – 2                                                          | BOA             |
| Campo Novo do Parecis | 05/07/2011 | 0,003 – 0,006                  | 1 – 2                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,004 – 0,008                  | 1 – 2                                                          | BOA             |
| Colíder               | 05/07/2011 | 0,017 – 0,043                  | 4 – 8                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,045 – 0,201                  | 7 – 33                                                         | BOA             |
| Cuiabá                | 05/07/2011 | 0,002 – 0,004                  | 1 – 2                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,007 – 0,010                  | 2 – 3                                                          | BOA             |
| Diamantino            | 05/07/2011 | 0,002 – 0,003                  | 1 – 2                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,005 – 0,009                  | 2 – 3                                                          | BOA             |
| Juara                 | 05/07/2011 | 0,003 – 0,024                  | 1 – 4                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,009 – 0,040                  | 2 – 8                                                          | BOA             |
| Juína                 | 05/07/2011 | 0,004 – 0,006                  | 1 – 2                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,001 – 0,012                  | 1 – 3                                                          | BOA             |
| Mirassol D'Oeste      | 05/07/2011 | 0,002 – 0,003                  | 1 – 2                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,003 – 0,004                  | 1 – 2                                                          | BOA             |
| Peixoto de Azevedo    | 05/07/2011 | 0,032 – 0,041                  | 6 – 8                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,033 – 0,047                  | 6 – 8                                                          | BOA             |
| Pontes e Lacerda      | 05/07/2011 | 0,002 – 0,003                  | 1 – 2                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,004 – 0,005                  | 1 – 2                                                          | BOA             |
| Porto Alegre do Norte | 05/07/2011 | 0,016 – 0,019                  | 3 – 4                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,017 – 0,025                  | 3 – 4                                                          | BOA             |
| Rondonópolis          | 05/07/2011 | 0,002 – 0,003                  | 1 – 2                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,008 – 0,010                  | 2 – 3                                                          | BOA             |
| São Felix do Araguaia | 05/07/2011 | 0,007 – 0,023                  | 2 – 5                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,022 – 0,068                  | 4 – 11                                                         | BOA             |
| Sinop                 | 05/07/2011 | 0,018 – 0,024                  | 4 – 5                                                          | BOA             |
|                       | 06/07/2011 | 0,013 – 0,059                  | 4 – 11                                                         | BOA             |



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

|                  |            |               |       |     |
|------------------|------------|---------------|-------|-----|
| Sorriso          | 05/07/2011 | 0,009 – 0,014 | 2 – 4 | BOA |
|                  | 06/07/2011 | 0,005 – 0,009 | 2 – 3 | BOA |
| Tangará da Serra | 05/07/2011 | 0,002 – 0,003 | 1 – 2 | BOA |
|                  | 06/07/2011 | 0,004 – 0,009 | 1 – 2 | BOA |
| Várzea Grande    | 05/07/2011 | 0,002 – 0,004 | 1 – 2 | BOA |
|                  | 06/07/2011 | 0,007 – 0,010 | 2 – 3 | BOA |
| Vila Rica        | 05/07/2011 | 0,012 – 0,014 | 2 – 3 | BOA |
|                  | 06/07/2011 | 0,013 – 0,018 | 2 – 3 | BOA |

Fonte: CATT – BRAMS. CPTEC/INPE.z'

- **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 <sub>10</sub><br>( $\mu\text{g}/\text{m}^3$ ) | MP <sub>2,5</sub><br>( $\mu\text{g}/\text{m}^3$ ) | Fundamentação                                                                                                                                   |
| Objetivo Intermediário – 1<br>(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<br>(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<br>(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 03/90**.

| Poluentes                                       | Qualidade do ar |               |                 |                   |                     |
|-------------------------------------------------|-----------------|---------------|-----------------|-------------------|---------------------|
|                                                 | Boa             | Regular       | Inadequada      | Má                | 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 <sub>3</sub> )                        | 80µg/m³         | 80 – 160 g/m³ | 160 – 200µg/m³  | 200 – 800 µg/m³   | Acima de 800 µg/m³  |
| Dióxido Enxofre (SO <sub>2</sub> )              | 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 <sub>2</sub> )        | 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. O município de Alta Floresta apresentou, em ao menos um dos dias monitorados, o ar em **QUALIDADE REGULAR**, 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.

#### 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.

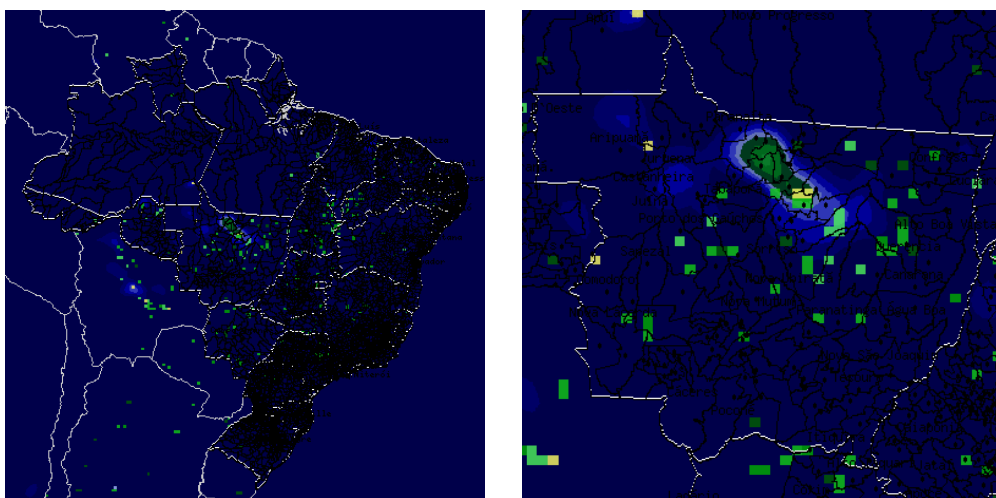
#### Medidas de proteção pessoal

- 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.

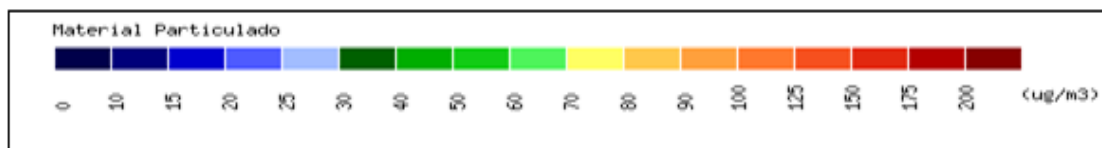


GOVERNO DO ESTADO DE MATO GROSSO  
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE  
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE  
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE AMBIENTAL

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



Fonte: CATT- BRAMS - CPTEC/INPE  
Data: 07/07/2011. Material Particulado. Horário da imagem 12:00 h.



**06 - Previsão do tempo para os municípios prioritários do Estado de Mato Grosso.  
Período de 08/07/2011 a 13/07/2011**

| Municípios      | Data  | Previsão             | Temperatura (°C) |     | UV |
|-----------------|-------|----------------------|------------------|-----|----|
|                 |       |                      | MIN              | MAX |    |
| Água Boa        | 08/07 | Predomínio de sol    | 15               | 33  | 7  |
|                 | 09/07 | Predomínio de sol    | 16               | 33  | 7  |
|                 | 10/07 | Predomínio de sol    | 17               | 33  | 7  |
|                 | 11/07 | Predomínio de sol    | 17               | 32  | 7  |
|                 | 12/07 | Predomínio de sol    | 15               | 32  | 7  |
|                 | 13/07 | Predomínio de sol    | 12               | 31  | 7  |
| Alta Floresta   | 08/07 | Predomínio de sol    | 19               | 33  | 8  |
|                 | 09/07 | Predomínio de sol    | 21               | 31  | 8  |
|                 | 10/07 | Predomínio de sol    | 19               | 31  | 8  |
|                 | 11/07 | Predomínio de sol    | 20               | 32  | 8  |
|                 | 12/07 | Parcialmente Nublado | 19               | 31  | 8  |
|                 | 13/07 | Parcialmente Nublado | 17               | 31  | 8  |
| Barra do Garças | 08/07 | Predomínio de sol    | 15               | 33  | 7  |
|                 | 09/07 | Predomínio de sol    | 13               | 33  | 7  |
|                 | 10/07 | Predomínio de sol    | 14               | 34  | 7  |
|                 | 11/07 | Predomínio de sol    | 18               | 32  | 7  |
|                 | 12/07 | Predomínio de sol    | 15               | 33  | 7  |
|                 | 13/07 | Predomínio de sol    | 12               | 32  | 7  |



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

|                       |       |                      |    |    |   |
|-----------------------|-------|----------------------|----|----|---|
| Cáceres               | 08/07 | Predomínio de sol    | 15 | 28 | 7 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 15 | 32 | 7 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 18 | 34 | 6 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 21 | 35 | 7 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 21 | 34 | 7 |
|                       | 13/07 | Predomínio de sol    | 18 | 33 | 7 |
| Campo Novo do Parecis | 08/07 | Predomínio de sol    | 13 | 29 | 7 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 15 | 30 | 7 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 16 | 31 | 7 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 18 | 31 | 7 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 19 | 30 | 7 |
|                       | 13/07 | Predomínio de sol    | 17 | 29 | 7 |
| Colíder               | 08/07 | Predomínio de sol    | 18 | 34 | 8 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 19 | 34 | 8 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 20 | 33 | 8 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 19 | 34 | 8 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 19 | 33 | 8 |
|                       | 13/07 | Parcialmente Nublado | 16 | 32 | 8 |
| Cuiabá                | 08/07 | Predomínio de sol    | 14 | 30 | 7 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 17 | 34 | 7 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 20 | 35 | 7 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 23 | 35 | 7 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 24 | 34 | 7 |
|                       | 13/07 | Predomínio de sol    | 20 | 33 | 7 |
| Diamantino            | 08/07 | Predomínio de sol    | 17 | 32 | 7 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 15 | 35 | 7 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 18 | 35 | 7 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 20 | 35 | 7 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 19 | 34 | 7 |
|                       | 13/07 | Predomínio de sol    | 16 | 33 | 7 |
| Juara                 | 08/07 | Predomínio de sol    | 17 | 35 | 8 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 19 | 36 | 8 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 19 | 35 | 8 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 21 | 36 | 8 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 21 | 35 | 8 |
|                       | 13/07 | Parcialmente Nublado | 19 | 34 | 8 |
| Juína                 | 08/07 | Predomínio de sol    | 17 | 32 | 8 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 18 | 32 | 8 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 20 | 32 | 8 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 21 | 33 | 8 |
|                       | 12/07 | Parcialmente Nublado | 21 | 32 | 8 |
|                       | 13/07 | Parcialmente Nublado | 19 | 31 | 8 |
| Mirassol D'Oeste      | 08/07 | Predomínio de sol    | 13 | 27 | 7 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 14 | 32 | 7 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 17 | 33 | 7 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 21 | 34 | 7 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 21 | 32 | 7 |
|                       | 13/07 | Predomínio de sol    | 18 | 32 | 7 |
| Peixoto de Azevedo    | 08/07 | Predomínio de sol    | 19 | 35 | 8 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 18 | 34 | 8 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 17 | 33 | 8 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 17 | 34 | 8 |
|                       | 12/07 | Parcialmente Nublado | 17 | 33 | 8 |
|                       | 13/07 | Parcialmente Nublado | 16 | 32 | 8 |



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

|                       |       |                      |    |    |   |
|-----------------------|-------|----------------------|----|----|---|
| Pontes e Lacerda      | 08/07 | Predomínio de sol    | 12 | 27 | 7 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 14 | 32 | 7 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 17 | 33 | 7 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 19 | 34 | 7 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 19 | 32 | 7 |
|                       | 13/07 | Predomínio de sol    | 18 | 33 | 7 |
| Porto Alegre do Norte | 08/07 | Predomínio de sol    | 17 | 37 | 8 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 19 | 37 | 8 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 19 | 34 | 8 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 19 | 34 | 8 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 18 | 33 | 8 |
|                       | 13/07 | Predomínio de sol    | 19 | 34 | 8 |
| Rondonópolis          | 08/07 | Predomínio de sol    | 16 | 31 | 6 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 16 | 32 | 7 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 17 | 33 | 6 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 20 | 33 | 6 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 20 | 30 | 6 |
|                       | 13/07 | Predomínio de sol    | 17 | 32 | 6 |
| São Félix do Araguaia | 08/07 | Predomínio de sol    | 17 | 39 | 8 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 18 | 38 | 8 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 19 | 34 | 8 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 18 | 35 | 8 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 18 | 35 | 8 |
|                       | 13/07 | Predomínio de sol    | 18 | 36 | 8 |
| Sinop                 | 08/07 | Predomínio de sol    | 18 | 35 | 8 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 18 | 35 | 8 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 21 | 34 | 8 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 20 | 35 | 8 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 20 | 34 | 8 |
|                       | 13/07 | Parcialmente Nublado | 17 | 33 | 8 |
| Sorriso               | 08/07 | Predomínio de sol    | 16 | 34 | 8 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 17 | 35 | 8 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 18 | 35 | 8 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 20 | 35 | 8 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 20 | 34 | 8 |
|                       | 13/07 | Predomínio de sol    | 18 | 33 | 8 |
| Tangará da Serra      | 08/07 | Predomínio de sol    | 14 | 31 | 7 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 14 | 34 | 7 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 17 | 35 | 7 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 20 | 35 | 7 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 20 | 34 | 7 |
|                       | 13/07 | Predomínio de sol    | 15 | 33 | 7 |
| Várzea Grande         | 08/07 | Predomínio de sol    | 15 | 29 | 7 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 16 | 34 | 7 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 17 | 34 | 7 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 21 | 35 | 7 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 21 | 34 | 7 |
|                       | 13/07 | Predomínio de sol    | 17 | 33 | 7 |
| Vila Rica             | 08/07 | Predomínio de sol    | 23 | 36 | 8 |
|                       | 09/07 | Predomínio de sol    | 23 | 36 | 8 |
|                       | 10/07 | Predomínio de sol    | 20 | 33 | 8 |
|                       | 11/07 | Predomínio de sol    | 21 | 34 | 8 |
|                       | 12/07 | Predomínio de sol    | 20 | 33 | 8 |
|                       | 13/07 | Parcialmente Nublado | 20 | 34 | 8 |

Fonte: CPTEC.





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

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<br>Precaução<br>Necessária                    |             | Precauções<br>Requeridas                                                                                          |             |             |             |             | Extra<br>Proteção                                                                   |             |              |              |              |              |              |
| Você pode<br>permanecer no sol o<br>tempo que quiser! |             | Em horários próximos ao meio-dia procure locais<br>sombreados Procure usar camisa e boné<br>Use o protetor solar. |             |             |             |             | Evite o sol ao meio-dia<br>Permaneça na sombra<br>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 (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 - Tendências climáticas para Mato Grosso. Período de 07/07/2011 a 09/07/2011.





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

**07/07 a 09/07/2011:** Em MT: sol entre poucas nuvens. A umidade relativa do ar estará baixa à tarde. Temperatura amena.

**Tendência:** Em MT: predomínio de sol. A umidade relativa do ar estará baixa à tarde. Temperatura amena.

**10 - Dúvidas e/ou sugestões:**

Entrar em contato com a Equipe de Vigilância em Saúde Ambiental relacionada a Qualidade do AR, pelos telefones: (065) 3613 – 5365 / 5366 / 5372 ou e-mail:

[covam@ses.mt.gov.br](mailto:covam@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