

ENTREVISTA

“Saímos de um estado deficitário para um com recorde de investimento”, diz Fábio Garcia

REVISTA

UNICA

14 ANOS

Agosto 2023 - Edição 170 ANO 14 R\$ 10,90



unicanews.com.br

PANDEMIA DAS DROGAS:

Por que combate ao tráfico traz sensação de “enxugar gelo”?

DECOR

FERNANDO PEREZ

De vilão a aliado:

Tapetes e carpetes evoluem e trazem benefícios à saúde

COMPORTAMENTO

Combate à violência doméstica é luta diária; vítimas necessitam de rede de apoio



O FIM DA
VIOLÊNCIA
NAS ESCOLAS
COMEÇA
COM O

circulo
DE
PAZ 



O Tribunal de Justiça de Mato Grosso, por meio do Núcleo Gestor da Justiça Restaurativa (NUGJUR), está estimulando a política pública de pacificação social por meio dos Círculos de Construção de Paz nas escolas. O programa oferece diálogo qualificado onde todos podem falar e ser ouvidos, permitindo, assim, a prevenção de conflitos e o fortalecimento dos laços entre alunos, professores e familiares.

A sua escola também pode fazer parte deste movimento circular pela paz.

É hora do ciclo de violência dar lugar ao Círculo de Paz.

 (65) **99222-9757** SOMENTE MENSAGENS

Iniciativa:



PODER JUDICIÁRIO
ESTADO DE MATO GROSSO

Apoio:



ALMT
Assembleia Legislativa



PANDEMIA DAS DROGAS

Há menos de três anos vimos o poder que uma pandemia tem de “revirar” o mundo. Muito foi feito, recursos públicos investidos, a pesquisa e a tecnologia deram um salto diante de um inimigo em comum: a covid-19. No entanto, existe uma pandemia muito mais grave, que se arrasta há décadas e não vemos uma mobilização relevante para combatê-la. É a pandemia das drogas.

Vemos famílias inteiras se despedaçando dia após dia, quando um de seus membros se perde no vício e nunca mais volta.

Nesta edição da Revista Única, vamos derrubar os tabus e falar sobre a realidade desse problema, que precisa de atitudes imediatas do poder público, das escolas e, sobretudo, no seio familiar.

Na editoria Comportamento, outro assunto que ocupa as páginas de notícias diariamente e também tem o triste poder de destruir famílias. A violência doméstica, além de tirar a vida das mulheres, também gera uma cadeia de consequências. Em 2022, mais de 90 crianças ficaram órfãs do feminicídio em Mato Grosso. Um número que só tende a aumentar, se a lei não for mudada e uma verdadeira rede de apoio for criada.

Passando para assuntos mais leves, trazemos nesta edição o boom econômico que Mato Grosso experimenta nos últimos anos.

Nossa Entrevista é com o atual chefe da Casa Civil do Estado, deputado federal licenciado Fábio Garcia. Ele nos traz um panorama sobre os enormes investimentos em todas as áreas e o que podemos esperar para os próximos anos.

Já em Economia, destacamos Mato Grosso como o maior criador de empregos do país, comprovando um desenvolvimento nunca antes visto.

Isso e muito mais você acompanha pelas nossas páginas, passando ainda por Política, Agro, Cultura, Saúde e muito mais.

Aproveite mais esta edição feita com todo o carinho e credibilidade de sempre! Obrigada!

Grande abraço,
Lucy Macedo
Diretora Geral

www.unicanews.com.br



ESTE MÊS NA ÚNICA

26
CAPA

Luta contra as drogas precisa sair apenas do campo da Segurança Pública



06

ENTREVISTA

Secretário-chefe da Casa Civil, Fábio Garcia fala das ações de Governo e eleições



22

ECONOMIA

Mato Grosso apresenta maior taxa de criação de empregos de todo o país



14

POLÍTICA SOCIAL

Ser Família Mulher é ferramenta e referência no combate à violência doméstica



44

CULTURA

Professor cuiabano de Língua Portuguesa publica livro de haicais

Odair de Moraes, o "Ôda", lançou o livro "Poesia não acaba nunca"



Capa julho 2023

REVISTA
ÚNICA

Diretora-presidente
Lucy Macedo
lucymacedo@unicanews.com.br

Marketing
Roger Perisson
arte@unicanews.com.br

Editora e repórter
Aline Almeida
redacao@unicanews.com.br

Conselho Editorial
Lucy Macedo, Aline Almeida

Colaboração
Lucy Macedo, Aline Almeida,
Euziany Teodoro, Secom Prefeitura,
Secom ALMT e GCOM-MT

Revisão
Euziany Teodoro

Administração e Logística
Kamila Tomazi
kamila@unicanews.com.br

Fotos:
GCOM-MT, Secom ALMT,
Sicom-Prefeitura Cuiabá
Sérgio Soares, Arthur Passos
Roger Perisson

Comercial
(65) 3025 6500
(65) 98405 6400
lucymacedo@unicanews.com.br
comercial@unicanews.com.br

A revista ÚNICA é mensal, com circulação em Cuiabá e nas principais cidades de Mato Grosso.

A RESPONSABILIDADE PELO CONTEÚDO DOS ANÚNCIOS, BEM COMO SUAS PRODUÇÕES E COMPROMISSOS INERENTES, SÃO DAS AGÊNCIAS E DOS ANUNCIANTES.

HERA
COMUNICAÇÃO LTDA

ANER
AGÊNCIA DE NOTÍCIAS E RELACIONAMENTO PÚBLICO

IVZ
AGÊNCIA DE MARKETING

Av. Historiador Rubens de Mendonça, 1.731,
Centro Empresarial Paiaguás, sala 108, CEP: 78050000,
Cuiabá - MT

www.unicanews.com.br



unicanews



unicanews

06 ENTREVISTA

20 AGRONEGÓCIO

36 ARQUITETURA E DECORAÇÃO

10 VOLTA AO MUNDO

22 ECONOMIA

44 CULTURA

14 POLÍTICA SOCIAL

32 SAÚDE

46 ARTIGO

@declatcuiaba

ÉCLAT

Decor em Locação

*Suas confraternizações
com estilo e elegância.*

**Personalize suas
festas de Fim de Ano,
alugue peças exclusivas**

Av. Jose Rodrigues do Prado, 300 - Santa Rosa (65) 2136-1094

“Mato Grosso é o Estado que melhor administra o dinheiro da sociedade”, afirma Fábio Garcia

Ocupando o cargo de secretário-chefe da Casa Civil, Fábio Garcia ressaltou as conquistas de Mato Grosso; uma delas é investir 20% da receita corrente líquida

Fábio Garcia (União) atualmente ocupa o cargo de secretário-chefe da Casa Civil. Nas eleições de 2022, foi o deputado federal eleito mais votado em Mato Grosso, com 98.704 votos. Fábio nasceu em Brasília, é pai de duas filhas e casado com Marcella Marchett. Ele já ocupou uma cadeira na Câmara dos Deputados entre 2015 e 2019.

Formado em engenharia civil pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas - SP (PUC), Garcia também é pós-graduado em finanças e administração de empresas pela Harvard University, Cambridge, Massachusetts, nos Estados Unidos.

Também foi diretor da Fiemt, presidente do Sindicato de Energia do Estado de Mato Grosso e secretário de Governo da Prefeitura de Cuiabá.

 ALINE ALMEIDA

Única – Secretário, vamos iniciar falando desse um mês e meio na Casa Civil. Como tem sido o desafio?

Fábio Garcia – Primeiro agradecer ao governador pelo convite. O cargo de secretário-chefe da Casa Civil é de extrema confiança. Já exerci um cargo parecido, que é de secretário de Governo, a “Casa Civil” da Prefeitura de Cuiabá. Sempre digo: a Casa Civil tem uma atuação para dentro e fora do Governo. É a secretaria que faz a relação entre o Poder Executivo do Estado com todos os Poderes e a sociedade. É a secretaria responsável por guardar boa relação com Legislativo, com Poder Judiciário, com Tribunal de Contas, Ministério Público, e buscamos manter relação respeitosa e diálogo permanente, entendendo a separação entre

os Poderes, mas que possamos trabalhar com objetivo único: trazer melhoria para os que moram em Mato Grosso e para os aqui querem investir. A secretaria também tem uma função interna de coordenação das ações do Governo, em especial entre todas as secretarias. Neste contexto, a orientação do governador Mauro Mendes é garantir a eficiência máxima nas ações do Governo. Quando ele fala em eficiência máxima, é entregar mais resultados à sociedade, utilizando o menor volume de recursos possíveis.

Única – O que é mais fácil: ser secretário da Casa Civil ou deputado federal?

Fábio Garcia – São desafios distintos. O desafio de legislar, de fiscalizar, que é o papel de um

parlamentar, de um deputado, é também um grande desafio, principalmente quando se fala em mandato de deputado federal. Você está numa Câmara Federal com 513 deputados, onde Mato Grosso tem uma bancada pouco representativa, de apenas oito. Portanto, fazer valer a vontade do povo mato-grossense numa minoria dessa é um desafio bastante grande. Poder atuar num país tão polarizado também é um desafio para o legislativo. São desafios diferentes. O que se tem que fazer na vida é entregar o seu melhor e entregar mais resultado.

Única – O senhor falou sobre relacionamento entre Poderes. Como está sendo esse contato de secretário com a Assembleia Legislativa?



conseguiu consertar o Estado de Mato Grosso. Saímos de um governo deficitário. No final da gestão que antecedeu o Mauro, o Governo do Estado não tinha dinheiro para abastecer os carros da força policial, que paravam sem abastecimento. Hoje o Governo é o que mais investe no Brasil. Estamos investindo 20% da receita corrente líquida, que é recorde nacional. Também recebemos pela segunda vez consecutiva o título brasileiro de melhor gestão fiscal do Brasil. É o Estado que melhor administra o dinheiro da sociedade, que devolve mais investimento com o imposto que se paga. Essa é a marca do Governo. E junto com a marca da boa administração, da boa gestão, vem marca de realização. O Governo bate recorde de investimento em infraestrutura, são 2,5 mil quilômetros de rodovias novas pavimentadas. É o maior investimento em saúde pública. Neste momento, o Governo do Estado investe em seis grandes hospitais, quatro regionais e dois grandes na Baixada Cuiabana, que vão fazer a gente melhorar muito o atendimento à saúde secundária e de média e alta complexidade. É o maior investimento em educação, tecnologia. Também destacar o trabalho que a primeira-dama Virginia Mendes coordena no social em Mato Grosso. O Governo tem um dos mais completos pacotes de programas que englobam a população em vulnerabilidade, desde o auxílio a renda, com o Ser Família e o programa de segurança alimentar com entrega de cesta básica e também capacitação. E também o Ser Família mulher que aborda a problemática do combate à violência contra mulher. É um dos mais completos programas de enfrentamento à violência do Brasil.

Única – Fábio, gostaria que comentasse um pouco sobre a

Fábio Garcia – Na vida, o diálogo é muito importante para entender outra parte e tentar construir soluções. Portanto, a gente tem aberto a secretaria para dialogar o tempo inteiro com a Assembleia Legislativa e os deputados estaduais. Dessa forma, construir soluções positivas, não para o Governo, mas no fim, queremos alinhar os objetivos. Nosso objetivo é muito claro, entregar a cada mato-grossense um Estado melhor para se viver. Neste contexto, alinhar com a Assembleia, que também deve ter o mesmo objetivo, construir um Estado melhor para todos.

Única – Fábio, houve algumas críticas de deputados sobre o senhor na Casa Civil, de que não estaria atendendo a eles. Fale sobre essas críticas.

Fábio Garcia – Na verdade, desde que assumi a secretaria, ela está de portas abertas. Sempre digo: deputado não marca agenda, deputado chega na secretaria e é atendido. Porque uma das nossas funções é estreitar esse diálogo com a Assembleia Legislativa. O deputado Dr. João me ligou uma vez, entre as milhares de ligações que a gente recebe por dia, não vi a ligação. Mas no momento que vi, retornei a ligação. Agora a secretaria está aberta para Dr. João e todos os deputados. Tanto que quando os deputados viram a fala dele, acharam estranho. Isso agora é assunto pacificado.

Única – Secretário, vamos falar um pouco sobre a gestão Mauro Mendes. Quais avanços o senhor classifica como mais estruturantes?

Fábio Garcia – O governo Mauro

decisão do ICMBio em lançar uma nova licitação para o Parque Nacional de Chapada dos Guimarães.

Fábio Garcia – A gente já teve várias reuniões sobre o Parque Nacional de Chapada dos Guimarães. Primeiro, criticamos muito a privatização da nossa Chapada. Num contrato que exigia tão somente o investimento de R\$ 18 milhões, insuficiente para garantir infraestrutura para os nossos potenciais turísticos em Chapada dos Guimarães. Mas, muito pior, era um contrato que permitia que a empresa privada pudesse cobrar de cada pessoa que fosse visitar até R\$ 100 de entrada. A Chapada dos Guimarães é um atrativo nacional, mas tem que ser acessível para nós em Mato Grosso. É o principal atrativo turístico para todos nós da Baixada Cuiabana. Portanto, fomos oferecer ao Governo Federal outra solução, que é investir com recursos do Governo do Estado R\$ 200 milhões, dotando de infraestrutura adequada e garantindo entrada gratuita para todos. Uma proposta que prevê investimento e garante entrada gratuita atende muito mais o interesse público.

Única – Fábio, fale um pouco sobre nossos representantes em nível federal.

Fábio Garcia – É difícil avaliar a bancada como um todo. Cada

um tem seu nicho e sua forma de atuar na Câmara Federal. O que a gente espera é que a bancada possa – respeitando a forma que cada um tem para atuar e sua posição ideológica –, no seu conjunto, defender o Estado de Mato Grosso e trazer resultados e investimentos. Neste contexto, temos tido apoio da bancada para buscar grandes investimentos em Mato Grosso.

Única – Por falar em desafio, um dos que o senhor tem acompanhado de perto é o da intervenção na Saúde de Cuiabá. Fale sobre esse assunto e os resultados já alcançados.

Fábio Garcia – A situação caótica em que chegou a saúde pública de Cuiabá é um reflexo da incompetência e corrupção presentes na gestão Emanuel Pinheiro. Isso levou a saúde de Cuiabá a chegar numa situação tão difícil, que o Ministério Público solicitou à Justiça que decretasse a intervenção. Faltava medicamentos obrigatórios, médicos, a saúde foi sucateada, as estruturas sucateadas e também loteadas por cabos eleitorais. O que derivou inclusive em uma operação policial, entre 17 operações policiais que já aconteceram na Prefeitura de Cuiabá, algo que nunca aconteceu na história dessa cidade. Hoje temos uma situação completamente diferente, tem médicos em todas as unidades, remédio e estoque de remédio. A intervenção inaugurou uma

UPA com grande qualidade, está reformando 30 unidades básicas de saúde, avançando nas cirurgias. Tudo fruto de uma gestão séria e responsável com o dinheiro do cidadão.

Única – Secretário, fale um pouco sobre o BRT.

Fábio Garcia – O que todos nós queremos é ter um transporte eficiente na nossa cidade e deixar de ter essa cicatriz que corta as duas maiores cidades do Estado, Várzea Grande e Cuiabá. Em Várzea Grande as obras estão andando, o que a gente espera é que elas possam caminhar da mesma forma em Cuiabá. Que o cidadão não seja prejudicado. A Justiça já definiu que o modal é o BRT. O que temos que lutar é que as duas cidades sejam contempladas com o transporte eficiente, que é o BRT, através de ônibus articulado e moderno.

Única – Na disputa pela Prefeitura de Cuiabá, o senhor aparece como um dos possíveis candidatos do União Brasil na corrida eleitoral, com as bençãos inclusive do governador Mauro Mendes. Fábio Garcia pode, de fato, ser o candidato do União?

Fábio Garcia – Dentro do meu partido e do grupo político que faço parte, realmente, um dos nomes cogitados é o meu. Mas eu sempre fui crítico de um país que sai de uma eleição e entra em outra eleição, inclusive, como deputado federal, quando tive a oportunidade de votar numa reforma política para o Brasil, votei numa reforma aonde os mandatos fossem coincidentes, eleição única de vereador a presidente da República e a cada cinco anos. Acredito que esse país tem que parar de pensar

“A ORIENTAÇÃO DO GOVERNADOR MAURO MENDES É GARANTIR A EFICIÊNCIA MÁXIMA NAS AÇÕES DO GOVERNO. QUANDO ELE FALA EM EFICIÊNCIA MÁXIMA, É ENTREGAR MAIS RESULTADOS À SOCIEDADE, UTILIZANDO O MENOR VOLUME DE RECURSOS POSSÍVEIS”, ENFATIZA FÁBIO GARCIA.

em eleição e trabalhar mais. Os políticos tem que ter mais tempo para trabalhar e menos para pensar em eleição. Eu penso que o ano para trabalharmos o processo eleitoral é o ano que vem, ano de eleição, como diz a legislação. Não dá pra sair de uma eleição e entrar em outra, todo mundo pensar em eleição e não trabalhar para cumprir os compromissos com a sociedade. Essa discussão, pelo menos para mim, vai intensificar ano que vem, para mim é no de trabalho. Agora, o partido tem seu presidente, que é o Mauro Mendes, ele é quem vai dizer quando dar início a essa questão eleitoral.

Única – Qual a opinião do senhor sobre uma possível debandada de integrantes do União Brasil?

Fábio Garcia – Eu sou defensor de um país democrático e livre. A política jamais deve ser uma política de imposição. Acho que política só serve quando é de convicção, conquista e liberdade. Respeito a liberdade e defendo que possamos dar liberdade para as pessoas movimentarem, se não estão confortáveis no partido, que possam migrar para outro. Não vou me furtar ao diálogo, ao esclarecimento, para enfrentar qualquer problema que seja, de partido, Governo ou mandato. Diálogo é uma boa solução.

Única – O governador Mauro Mendes já sinalizou apoio ao senhor nas eleições para o ano que vem. Como vê essa manifestação?

Fábio Garcia – O governador Mauro Mendes, pela gestão que fez na Prefeitura de Cuiabá e que faz no GovernodoMatoGrosso, ele é de fato um gestor reconhecido e importante liderança política. Conhecendo bem o governador, ele apoia por convicção, ele tem

um perfil técnico, com certeza ele pensa para a melhor solução e alternativa para Cuiabá. Então, eu fico muito agradecido de poder contar com a manifestação de apoio e compromisso que ele disse em relação a minha pessoa. Agora, volto a dizer, o momento para discutir essa questão de processo eleitoral vai ser no próximo ano. Temos um desafio gigantesco em Cuiabá, o próximo gestor, seja quem for, vai pegar uma cidade absolutamente sucateada, endividada e portanto, a gente de um choque de gestão muito forte na cidade de Cuiabá para recuperar a cidade e devolver aos cuiabanos uma cidade que ofereça serviços de qualidade. Também devolver o protagonismo de Cuiabá dentro de Mato Grosso, Cuiabá é a capital do Estado que é uma das principais forças econômicas do país. Essa cidade tem que ser capaz de representar tudo isso, ser a cidade protagonista do crescimento econômico do Estado, representar a força. É isso que quero como cuiabano e neto do primeiro prefeito eleito em Cuiabá, Garcia Neto.

Única – Como o senhor avalia as pesquisas que estão sendo divulgadas? É um termômetro ou podem ser desconsideradas?

Fábio Garcia – Sempre digo que pesquisa quantitativa a um ano e pouco da eleição é pouco representativa. Se pesquisa fosse decisiva, Blairo Maggi não seria governador. Quando ele iniciou a campanha, tinha menos de 2%. Tarcísio não seria governador de São Paulo, Bolsonaro não seria presidente, Zema não seria governador de Minas e tantos e tantos outros governadores, prefeitos e presidentes não aconteceriam, assim como a renovação. Hoje, quem lidera as pesquisas a tanto

tempo antes da eleição, são os nomes conhecidos, que estão há mais tempo na política. Mas o que decide a eleição é o voto, a democracia, o dia da eleição. Não tenho preocupação nenhuma com pesquisa neste momento, esteja eu bem ou mal. Para mim é indiferente neste um ano e meio antes da eleição.

Única – Qual será o maior desafio para quem for eleito?

Fábio Garcia – Consertar Cuiabá. Consertar a prefeitura que será entregue, sem dúvida, endividada, sucateada e precisando de uma mudança gigantesca na gestão. ▲



“TEMOS UM DESAFIO GIGANTESCO EM CUIABÁ. O PRÓXIMO GESTOR, SEJA QUEM FOR, VAI PEGAR UMA CIDADE ABSOLUTAMENTE SUCATEADA, ENDIVIDADA. PORTANTO, A GENTE PRECISA DE UM CHOQUE DE GESTÃO MUITO FORTE PARA RECUPERAR A CIDADE E DEVOLVER AOS CUIABANOS UMA CAPITAL QUE OFEREÇA SERVIÇOS DE QUALIDADE”, DIZ FÁBIO GARCIA.

Volta ao Mundo



EMPREGO DO FUTURO: SAIBA QUAL A PROFISSÃO MAIS PROMISSORA PARA OS PRÓXIMOS 5 ANOS

O desenvolvimento de tecnologias cada vez mais avançadas e o aumento do acesso digital estão mudando o mercado de trabalho. Muitas funções que vemos hoje podem desaparecer, enquanto novas habilidades serão necessárias. É o que aponta um relatório recente do Fórum Econômico Mundial sobre o futuro dos empregos. O cenário mostra que a necessidade de mão de obra já não é mais a mesma desde a pandemia de Covid-19, refletindo as mudanças geopolíticas e econômicas sofridas nos últimos anos. De acordo com o estudo, cerca de 23% das ocupações devem mudar nos próximos cinco anos. Neste cenário, 69 milhões de vagas podem ser criadas, enquanto 83 milhões correm o risco de extinção.

Na lista de “empregos do futuro”, especialista em inteligência artificial (IA) e aprendizado de máquina (machine learning) ocupa o primeiro lugar. Essa será a profissão com o crescimento mais rápido entre 2023 e 2027. (CNN)



“GASLIGHTING”: O QUE REALMENTE SIGNIFICA A PALAVRA DA MODA

Gaslighting é tão comumente discutido que a editora Merriam-Webster considerou a expressão a palavra do ano em 2022, após experimentar um aumento de 1.740% nas pesquisas pelo termo. Mas especialistas dizem que há muitos equívocos sobre o que é gaslighting e o que não é.

Algumas pessoas utilizam termos psicológicos, como gaslighting, como armas quando outras simplesmente fazem algo de que não gostam, o que é errado, disse Monica Vermani, psicóloga clínica do Canadá e autora de “A Deeper Wellness: Conquering Stress, Mood, Anxiety and Traumas”.

Gaslighting é, na verdade, “uma forma altamente calculista de manipulação – que envolve a desestabilização – de um indivíduo por outro durante um período prolongado de tempo”, disse Vermani. “Mais comumente, o gaslighting – também conhecido como controle coercitivo – é realizado por alguém em uma posição de confiança que está em contato próximo com o alvo”, acrescentou ela. “É um meio complexo e geralmente deliberado de controlar intencionalmente um indivíduo, que é realizado por um longo período de tempo”. (CNN)





VACINA ANTICRACK BRASILEIRA É FINALISTA DE PRÊMIO E BUSCA FINANCIAMENTO PARA TESTES

Pesquisadores da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) avançaram com duas vacinas para a etapa final do Prêmio Euro Inovação na Saúde. O concurso é internacional, onde 12 projetos disputam 500 mil euros de premiação.

Uma delas é a Calixcoca, uma vacina terapêutica contra a dependência química, que foi desenvolvida com a coordenação do professor Frederico Duarte Garcia, do Departamento de Saúde Mental da Faculdade de Medicina. A vacina anticrack já passou pela fase de testes pré-clínicos e agora a equipe busca financiamento para avançar à etapa de testes em humanos.

A outra vacina finalista, também desenvolvida pela UFMG, é a SpiN-TEC, imunizante contra a covid-19. A vacina tem como objetivo estimular a imunidade celular, propiciando uma proteção mais duradoura contra partes do vírus que não variam muito. A Calixcoca foi uma das selecionadas na categoria “inovação tecnológica aplicada à saúde”. Já a SpiN-TEC foi uma das vencedoras na categoria “inovação em terapias”. As iniciativas da UFMG já garantiram um prêmio de 50 mil euros. (CNN)



CÉREBRO FEMININO É AFETADO EM PAÍSES COM DESIGUALDADE DE GÊNERO

A desigualdade de gênero provoca muitos impactos, especialmente nas mulheres, e de muitas formas: social, econômica e também física e psicologicamente. Agora, uma pesquisa internacional realizada em parceria com a Universidade Federal de São Paulo e a Universidade de São Paulo, comprova que as mulheres que vivem em países com pouca representatividade feminina têm o cérebro afetado.

O estudo analisou 7.876 exames de ressonância magnética em pessoas entre 18 e 40 anos, de 79 países. Quando as imagens são comparadas, houve diferença em algumas regiões responsáveis, por exemplo, pelo processamento da memória, pela análise de emoções e regulação de sentimentos, medo e ansiedade.

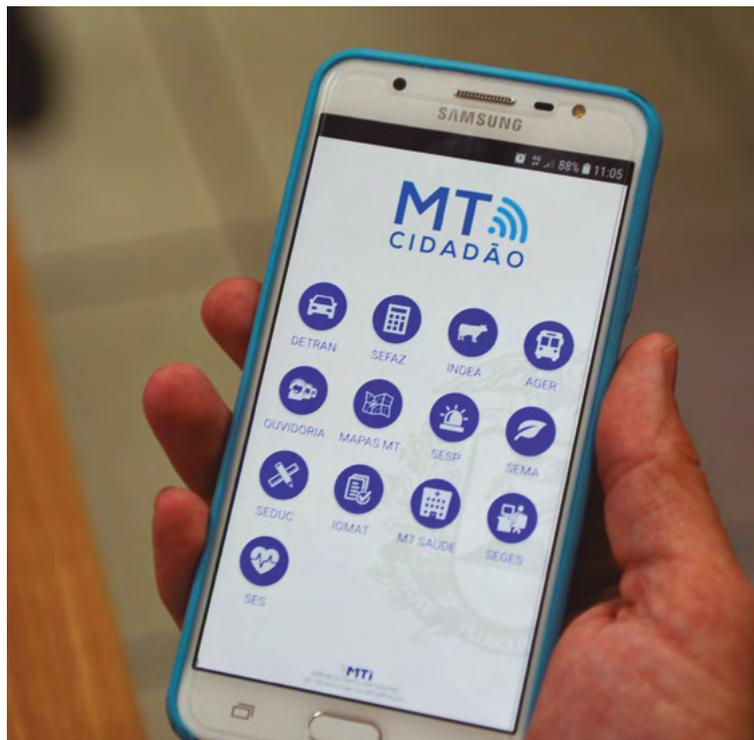
Com esses dados, foi possível constatar as diferenças na estrutura do cérebro de mulheres em condições de vida menos favoráveis. Somente estudos futuros poderão mostrar como isso afeta concretamente a vida delas. É o que explica o psiquiatra Pedro Rosa, que participou da pesquisa. Para ele, ainda não se pode comprovar uma relação de causa e efeito. (Agência Brasil)



CÂMARA INSTITUI FESTIVAL DE CURURU E SIRIRI NO CALENDÁRIO DE CUIABÁ

A Câmara Municipal de Cuiabá aprovou a proposta do presidente Chico 2000 (PL), para instituir o Festival de Cururu e Siriri de Cuiabá como política pública de valorização e projeção da nossa mais tradicional manifestação cultural. O Festival constará no calendário oficial do município. A matéria foi aprovada por 21 votos favoráveis, em regime de urgência.

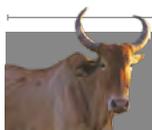
A ideia é que o evento seja realizado anualmente, preferencialmente na última semana do mês de agosto em alusão ao dia 22 que se comemora o dia nacional e mundial do folclore. A realização do evento será de responsabilidade da Secretaria Municipal de Cultura, Esporte e Lazer, a quem caberá alocar recursos e construir instrumentos que garantam sua efetivação.



MT CIDADÃO É ELEITO UM DOS 10 MELHORES APLICATIVOS DE GOVERNO ESTADUAL

O aplicativo MT Cidadão, desenvolvido pelo Governo de Mato Grosso, por meio da Empresa Mato-grossense de Tecnologia da Informação (MTI), ganhou destaque no cenário digital ao ser eleito um dos 10 melhores aplicativos de Governo Estadual no renomado Prêmio iBest 2023.

Com o objetivo de proporcionar praticidade e acessibilidade aos cidadãos no acesso às informações e serviços públicos oferecidos pelo Estado, o MT Cidadão se destaca como uma ferramenta de transformação digital. Por meio do aplicativo os usuários têm a possibilidade de emitir documentos, agendar atendimentos, consultar informações sobre veículos, entre outros, tudo em um só lugar.



\$\$ - INDICADORES ECONÔMICOS - \$\$



COTAÇÕES DE BOI (PREÇO À VISTA)		PREÇOS DA SOJA		PREÇOS DO MILHO	
Cidade	R\$/@ Boi a Vista	Mercado Interno	R\$/sc /Venda	Mercado interno	R\$/sc/venda
Alta Floresta	179,00	Alto Araguaia	127,10	Campo Novo do Parecis	34,55
Alto Boa Vista	180,00	Campos de Júlio	117,65	Campo Verde	36,75
Barão de Melgaço	185,40	Canarana	113,65	Diamantino	33,55
Cáceres	185,40	Nova Mutum	120,55	Ipiranga do Norte	32,80
Denise	185,40	Nova Ubiratã	117,75	Lucas do Rio Verde	35,70
General Carneiro	184,40	Primavera do Leste	128,05	Querência	31,75
Juara	179,64	Sorriso	119,35	Rondonópolis	38,40
Poconé	185,40	Tangará da Serra	117,00	Sapezal	34,20

PROJETO DE MAX COMBATE VULNERABILIDADE E AMPARA “FAMÍLIAS INVISÍVEIS”

A proposta do deputado Max Russi (PSB), que fortalece o amparo a famílias em situação de vulnerabilidade por meio de programas sociais, tramita na Assembleia Legislativa. A intenção é que seja criado um guia informativo, contendo orientações sobre todas as redes de atendimento a pessoas carentes.

O parlamentar explica que o Projeto de Lei nº 912/2023 que segue tramitando na Assembleia Legislativa, busca implementar a disponibilidade dessas informações de forma permanente, em meios digitais, com toda publicidade nas redes sociais do Governo do Estado, nos sites eletrônicos pertinentes administrados e mantidos pela administração pública, direta e indireta, sendo possível ainda a sua impressão e distribuição gratuita.



PROJETOS DE LEI GARANTEM PROMOÇÃO MÍNIMA DE MILITARES MULHERES EM MT

A deputada Estadual Janaina Riva (MDB) apresentou dois projetos de leis que visam garantir a promoção equitativa de mulheres no Corpo de Bombeiros e na Polícia Militar de Mato Grosso. Pelo texto dos projetos, fica assegurado o direito de, no mínimo, 20% das vagas de ascensão hierárquica militar, mediante promoções por antiguidade ou merecimento, na Polícia Militar e no Corpo de Bombeiros, serem destinadas às mulheres, respeitando o mesmo percentual de ingresso nos quadros de Oficiais e Praças previsto na Lei Complementar nº 529/2014.

Consta ainda do texto dos projetos que as vagas de promoção conforme descrito, deverão ser disponibilizadas gradualmente até o ano de 2026, com o intuito de garantir a eficácia do processo de transição e considerando as necessidades operacionais e estruturais das instituições militares.

PROJETO VAI ATENDER MAIS DE 3 MIL ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL EM CUIABÁ

A Prefeitura de Cuiabá realiza o Projeto Enxergar é Humanizar 2023. A meta é atender 100% dos estudantes do 1º ao 9º Ano de 85 escolas de Ensino Fundamental da rede pública Municipal, indicados pelos professores a passar pelo exame de optometria. Serão entregues aproximadamente, 3.500 (três mil e quinhentas) armações, com lentes antirreflexos.

Iniciado em 2018 pela administração Emanuel Pinheiro, o Projeto Enxergar é Humanizar, idealizado pela primeira-dama Márcia Pinheiro, se tornou um projeto permanente da Secretaria Municipal de Educação. O Projeto compõe as ações da Política da Escola Cuiabana, onde a preservação e a qualidade de vida dos estudantes são fatores essenciais para garantir uma educação inclusiva e democrática.



GOVERNO DE MATO GROSSO ZERA SOLICITAÇÕES POR CIRURGIA BARIÁTRICA PELO SUS

O Governo de Mato Grosso zerou a fila de solicitações por cirurgia bariátrica no Hospital Metropolitano, em Várzea Grande, com a realização de mais de mil cirurgias no último ano, na unidade gerida pela Secretaria de Estado de Saúde (SES-MT).

Durante os primeiros seis meses de 2023, o Hospital Metropolitano estabeleceu a meta de realizar 100 cirurgias bariátricas por mês. A meta chegou a ser superada no mês de março. Entre julho de 2022 e julho de 2023, também foram realizadas 4.902 consultas com cirurgião bariátrico, 911 ultrassonografias, 1.272 espirometrias, 1.095 endoscopias e 289 colonoscopias pelo Hospital Metropolitano.

Programa Ser Família Mulher traz oportunidade de vítimas de violência reconstruírem a vida

Lançado pelo Governo de Mato Grosso, o programa oferta auxílio moradia para mulheres agredidas e ainda cursos de capacitação

 ALINE ALMEIDA



Pôr fim ao ciclo de violência doméstica não é fácil. Principalmente para mulheres que dependem financeiramente dos companheiros. Esse tem sido um dos motivos para que muitas vítimas continuem convivendo sob o mesmo teto dos agressores.

Uma iniciativa foi lançada pelo Governo de Mato Grosso na tentativa de mudar essa realidade. Idealizado pela primeira-dama Virginia Mendes, o Programa SER Família Mulher vai beneficiar mulheres vítimas de violência com medida protetiva prevista na Lei Federal nº 11.340/2006, no Estado. O programa autoriza o cartão para pagamento do auxílio moradia no valor de R\$ 600.

O benefício será gerenciado pela Secretaria de Estado de Assistência Social e Cidadania (Setasc) e também conta com o apoio da Desenvolve MT e com a rede integrada de proteção a mulher composta pela Segurança Pública; Justiça; Assistência Social e Saúde.

Emocionada, a primeira-dama do Estado falou da conquista e de todos os esforços para concluir o processo. “Hoje ver o SER Família Mulher saindo do papel é uma honra. Estou muito emocionada, porque esse projeto diz tudo, Superação, Esperança e Respeito esse é o significado do SER. É tudo o que nós desejamos dos homens, maridos, namorados, irmãos, parentes, que nos respeitem, que nos admirem, que nos elogiem, que saibam que a gente pode andar ao lado e não atrás. Essa conquista é uma união de todos nós, porque ninguém faz nada sozinho”, declarou.

Ela ainda fez um apelo para que as mulheres não se calem à margem

da violência. “Ninguém segura uma mulher segura, então mulheres falem e denunciem, não fiquem à margem da violência, vocês não estão sozinhas. Vamos nos unir porque unidas somos muito mais fortes”, ratificou.

A vice-presidente do Tribunal de Justiça de Mato Grosso, desembargadora Maria Erotides elogiou a iniciativa do Governo e da primeira-dama e destacou o novo momento reservado às mulheres. “Quero dizer que a história é outra, nós agora temos instrumentos. A mulher pode ter o seu dinheiro, pode ser capacitada e ela pode chegar onde quiser. Virginia é uma grande mulher porque ela pensou em outras mulheres. O presente que ela nos dá nos 17 anos da Lei Maria da Penha, exatamente com o programa SER Família Mulher podemos contar uma nova história”.

O governador Mauro Mendes afirmou que o programa SER Família Mulher é mais uma alternativa eficiente para combater a violência doméstica em Mato Grosso. “Desejamos que a violência não aconteça. Mas acontecendo, precisamos ter a capacidade de agir de acordo com a lei, e acolher essa mulher, para ela não ficar submissa nessa situação dentro da relação. Esse cartão vai possibilitar uma ajuda para aluguel social, para ela ter um nível de amparo até conseguir reconstruir sua vida”, explicou o governador.

O auxílio vai abranger mulheres em situação de vulnerabilidade financeira e que estiverem sob medida protetiva. Elas também receberão acompanhamento familiar por 12 meses. Conforme o governador, além dessas medidas e

das campanhas de conscientização, o Governo de Mato Grosso dará atenção especial para qualificar as mulheres vítimas de violência doméstica.

“Vamos fazer tudo aquilo que está ao nosso alcance. O programa SER Família Capacita terá um foco especial para essas mulheres, de forma a ajudá-las a terem uma qualificação e independência financeira, passo importante para quebrar o vínculo com o agressor”, pontuou.

A secretária da Setasc, Grasi Bugalho, frisa que o Programa SER Família Mulher, é uma forma de proporcionar esperança e o respeito que todas as mulheres têm o direito em todos os lugares. “O programa existe pelo olhar de carinho da primeira-dama Virginia Mendes, que não mediu esforços para que se concretizasse. Esse cartão é uma estratégia de combate à violência doméstica, porque ele traz um programa de proteção integral à mulher em situação de violência”, afirmou a secretária.



“QUERO DIZER QUE A HISTÓRIA É OUTRA, NÓS AGORA TEMOS INSTRUMENTOS. A MULHER PODE TER O SEU DINHEIRO, PODE SER CAPACITADA E ELA PODE CHEGAR A ONDE QUISER”, AFIRMA A DESEMBARGADORA MARIA EROTIDES.



“DESEJAMOS QUE A VIOLÊNCIA NÃO ACONTEÇA. MAS ACONTECENDO, PRECISAMOS TER A CAPACIDADE DE AGIR DE ACORDO COM A LEI, E ACOLHER ESSA MULHER, PARA ELA NÃO FICAR SUBMISSA NESSA SITUAÇÃO DENTRO DA RELAÇÃO”, DISSE MAURO MENDES.

O programa

O programa SER Família Mulher surgiu com a perspectiva de proporcionar condições de sobrevivência imediata à mulher vítima de violência doméstica, afastando o agressor e promovendo o espaço da beneficiária com o acesso a oportunidades e recomeço de vida digna na sociedade.

Inicialmente, o Programa SER Família Mulher tem capacidade para atender até 400 mulheres, em seis municípios de Mato Grosso: Cuiabá, Várzea Grande, Santo Antônio de Leverger, Nossa Senhora do Livramento, Barão de Melgaço e Acorizal. Posteriormente, será estendido para todos os municípios do estado.

Para ser beneficiada, é preciso que tenha boletim de ocorrência registrado em uma delegacia, medida protetiva contra o agressor, e ter renda de até 1/3 do salário mínimo. As mulheres aptas a receberem o Cartão do benefício serão encaminhadas para a equipe da Setasc por meio das Delegacias

da Polícia Judiciária Civil.

O prazo para permanência no Programa SER Família Mulher é de 12 meses. Para mais informações os telefones são (65) 3613-5707, 3613-5722 e 3613-5798

O valor de R\$ 600 poderá ser utilizado em qualquer estabelecimento de vendas de produtos alimentícios e também para pagamento do aluguel. Não será aceito em postos de combustíveis e conveniências, nem na compra de bebidas alcoólicas e cigarros.

As mulheres atendidas pelo Programa SER Família Mulher também deverão se capacitar por meio dos cursos gratuitos oferecidos por meio do SER Família Capacita. Elas também serão acompanhadas pela equipe da Setasc.

Mais benefícios

Mulheres vítimas de violência doméstica beneficiadas com o programa SER Família Mulher terão a oportunidade de mudar de vida longe de seus agressores. Por meio da agência de fomento

“HOJE VER O SER FAMÍLIA MULHER SAINDO DO PAPEL É UMA HONRA. ESTOU MUITO EMOCIONADA, PORQUE ESSE PROJETO DIZ TUDO: SUPERAÇÃO, ESPERANÇA E RESPEITO. ESSE É O SIGNIFICADO DO SER”, RESSALTA VIRGINIA MENDES.

Desenvolve MT, o Governo de Mato Grosso oferece linhas de crédito para mulheres empreendedoras.

Conforme dados da Junta Comercial do Estado (Jucemat), Mato Grosso está se transformando no Estado de mulheres empreendedoras. São cerca de 215 mil empresas sob o comando de mulheres. Já na Desenvolve MT, de todas as operações realizadas entre 2021 e 2023, 54% dos créditos foram destinadas às mulheres.

O programa social Mulher Empreendedora é a linha de crédito mais procurada por elas na agência, seguida de crédito para capital de giro e investimentos. De janeiro a julho deste ano já foram liberados R\$ 7,6 milhões em crédito para mulheres. No ano passado, R\$ 11,8 milhões foram destinados para projetos do público feminino.

A linha de crédito Mulher Empreendedora pode ser utilizada para compra de insumos, móveis e utensílios nacionais novos, aquisição de softwares, sistema de gestão empresarial, material de construção, matéria-prima e mercadoria de revenda.

O crédito está disponível no valor de até R\$ 15 mil, com juros de 0,37% a.m. e carência de até 06 meses para começar a pagar. O prazo para quitar o financiamento é de até 42 meses.

Caso a empreendedora seja Pessoa Física, ela poderá formalizar a criação da empresa, por meio do portal do empreendedor no site do Governo Federal, antes de solicitar o crédito. ▴

QUEM BUSCA UMA NOVA VIDA

**AGARRA UMA
SEGUNDA CHANCE
COMO SE
FOSSE A ÚLTIMA.**

Oferecer emprego para quem já cumpriu sua pena é dar oportunidade de recomeçar. Por isso, o Tribunal de Justiça de Mato Grosso, com apoio da Assembleia Legislativa, lançou o Selo Daqui pra Frente, que destaca empresas cidadãs que empregam egressos do sistema penitenciário, contribuindo com a cultura da paz na sociedade.



**NÃO DÊ AS COSTAS.
DÊ OPORTUNIDADE.**



Iniciativa:



**PODER JUDICIÁRIO
DO ESTADO DE MATO GROSSO**

Apoio:



ALMT
Assembleia Legislativa

Perto de você para a mudança acontecer.

Obras de acessibilidade: Câmara de Cuiabá investe R\$ 215 mil em elevador

O equipamento vai possibilitar o acesso de pessoas com deficiência e mobilidade reduzida às galerias do Plenário.



Para facilitar o acesso, foi lançada a obra do elevador na Câmara de Cuiabá. Ao custo de R\$ 215 mil, as obras terão duração de 180 dias. A assinatura do lançamento dos trabalhos de instalação de um elevador ocorreu no dia 25 de agosto. O equipamento vai possibilitar o acesso de pessoas com deficiência e mobilidade reduzida às galerias do Plenário.

O diretor de Esportes da Associação Mato-grossense de Deficientes (AMDE), Gabriel Aguiar, celebrou as obras de acessibilidade que facilitarão o acesso das pessoas com deficiência, mobilidade reduzida e idosos, ao Legislativo Municipal. Esta tem sido uma das principais bandeiras do presidente da Casa, vereador Chico 2000 (PL). Gabriel destacou a importância da iniciativa. Desta forma, terão a oportunidade de acompanhar as sessões ordinárias e outras discussões.

“É muito importante, porque a gente se sente incluso de verdade. Como a gente assistia na sala de imprensa, não conseguíamos acompanhar, não conseguia estar com a população que estava, por diversas vezes, manifestando sobre uma matéria importante para as pessoas com deficiência. Nós ficávamos todos separados, como uma segregação. Então agora, conseguindo essa acessibilidade, vamos lutar muito mais pelos nossos direitos”, disse ele.

Há quase 34 anos trabalhando na Câmara, o servidor José Carlos, que é cadeirante e integrante da Comissão Permanente de Acessibilidade e Inclusão, destacou a importância da atuação de Chico – visando assegurar o acesso amplo e democrático ao Parlamento. “Eu quero ressaltar que a nossa Câmara é pioneira na criação da Comissão de Acessibilidade. O elevador representa a acessibilidade

ao Plenário, onde as pessoas com mobilidade tinham muita dificuldade de conseguir até ele. Graças a Deus se tornará realidade. Quero agradecer a Mesa Diretora e o presidente Chico, que está atuando em favor do nosso direito, que é acompanhar uma sessão”, argumentou.

O presidente Chico 2000 celebrou o lançamento das obras e lembrou que a iniciativa começou com o ex-presidente da Mesa, hoje deputado estadual, Juca do Guaraná (MDB), responsável por deixar o equipamento comprado. Durante o processo, por duas vezes, não houve adesão de empresas para executar a obra.

“É uma obra muito importante, obra iniciada na gestão do Juca do Guaraná, com a aquisição do elevador. Nós estamos dando continuidade por ser extremamente necessária para a população. Precisamos dar condições para essas pessoas, que têm problemas de mobilidade, pessoas com deficiência e idosos, precisam ter o direito de participar de tudo que ocorre na Casa, principalmente das sessões. É uma ação positiva”, destacou Chico.

Chico já havia confirmado que as obras de acessibilidade seriam



prioridade neste segundo semestre de 2023. Serão colocados pisos táteis para deficientes visuais e rebaixamento das calçadas, facilitando a locomoção de cadeirantes. “Vamos corrigir as calçadas, retirando poste de meio de calçada, retirando o gradil de cima de calçada, reorganizando o estacionamento.”

Juca do Guaraná, hoje deputado, pontuou que a postura de Chico, em dar andamento ao projeto, demonstra que não há vaidades, quando o objetivo é beneficiar a população que tem o direito de acompanhar todos os trabalhos legislativos. “Quero parabenizar o presidente Chico por dar sequência nessa iniciativa. Aqui, a Câmara de Cuiabá marca um ponto positivo com essas pessoas. Aqui é a casa do povo cuiabano e temos que receber todos bem”, comemorou o emedebista. ▲





Estudo visa aumentar área irrigada em MT e garantir desempenho da produção agrícola

Irrigação é alternativa para a produção agrícola diante da redução de chuvas nos últimos anos



ALINE ALMEIDA / COM ACESSORIA

Um termo de fomento para a realização de estudos sobre a inteligência territorial e hídrica da agricultura irrigada no Estado foi assinado entre a Instituto Mato-Grossense do Feijão, Pulseis, Grãos Especiais e Irrigação (Imafir-MT) e o Governo de Mato Grosso. O estudo irá identificar o potencial das águas subterrâneas e águas superficiais (rios, lagos) em Mato Grosso, visando aumentar a área da agricultura irrigada para garantir a produção de grãos. O levantamento será feito Imafir, em parceria com a Universidade Federal de Viçosa e a Universidade do Nebraska.

A necessidade baseia-se na redução gradativa das chuvas desde o ano 2000. Diante dessa escassez,

a agricultura irrigada aparece como alternativa para aumentar a produção no estado. Mato Grosso conta hoje com 180 mil hectares de área com produção irrigada e um potencial de ampliação que pode chegar a quatro milhões de hectares. O estado dispõe de três unidades hidrográficas principais: a região Hidrográfica do Paraguai, abrangendo 19,6% da superfície estadual; a região Hidrográfica Amazônica, com 65,7% do território; e a região Tocantins Araguaia, com 14,7% da superfície.

O objetivo do estudo é analisar o potencial de expansão das áreas irrigadas em Mato Grosso, sobretudo na região centro sul e do Alto Teles Pires. O estudo começará

pela região de Primavera do Leste, na bacia do Rio das Mortes, e em Sorriso, na Bacia do Alto Teles Pires. A previsão de duração é dois anos.

O governador Mauro Mendes afirmou que as mudanças climáticas já começaram a impactar a forma de produzir e que é preciso adotar medidas para que o Estado continue sendo líder na produção de grãos.

“Queremos que esse estudo seja executado o mais rápido possível. Temos uma clara perspectiva de mudança no regime de chuvas, e a ciência confirma essa situação. Estamos em um cenário no qual precisamos conhecer nossas potencialidades na irrigação, avançar e nos manter na liderança da produção de grãos.”

Mauro ponderou que o Governo do Estado vai repassar recursos para que seja possível aprofundar e estudar os aquíferos. “Conhecemos muito pouco das nossas águas subterrâneas e não conseguiremos avançar nem atrair investimentos se não tivermos estas informações técnicas. O investidor precisa ter a segurança que ele vai poder utilizar a irrigação de forma sustentável em nosso estado”, relatou.

O presidente do Imafir, Otávio Palmeira, afirmou que a ação do Estado demonstra a preocupação com toda a cadeia da produção de alimentos.

“Mauro Mendes é um governador de visão que todo gestor público devia ter. Eu tenho certeza que com essa participação do governo do Mato Grosso nos apoiando, vamos aumentar a área da agricultura irrigada no Estado, que hoje é de 180 mil hectares. Isso também demonstra a preocupação da produção de alimentos para o Brasil e para o mundo. O nosso país alimenta aproximadamente de 20% a 25% da população mundial e com a irrigação, nós poderemos ofertar muito mais alimentos”, disse.

O secretário de Estado de Desenvolvimento Econômico, César Miranda, destacou que os estudos vão ajudar Mato Grosso a desenvolver uma legislação ambiental de irrigação para o estado, de forma sustentável e com responsabilidade.

“Ao atingir todas as metas colocadas como possível no estudo para daqui 30 anos, a gente terá dobrado a nossa produção e garantido a segurança ambiental do mundo. Esse é o governo que constrói políticas econômicas junto com a iniciativa privada”, declarou.

“Nós estamos no caminho certo e os desafios são muitos, mas muito menores do que há décadas, quando as dificuldades eram maiores. Vamos construir uma irrigação sustentável em Mato Grosso, para aumentar nossa produção e cumprir nossas metas de preservação. E esse

sucesso ocorre porque o Governo constrói alternativas com a iniciativa privada”, registrou.

Chuvas mais escassas

As altas temperaturas durante todo o ano e a estação chuvosa têm garantido duas culturais anuais – 1ª e a 2ª safra – em Mato Grosso. Contudo, a mudança no regime de chuvas cada vez pode prejudicar a segunda safra, que inicia geralmente em março, após a colheita da soja, principal cultura do estado.

Conforme o professor da Universidade Federal de Viçosa (UFV) e consultor do Imafir, Everardo Montovani, o regime de chuvas tem reduzido desde o ano 2000. O volume de 200mm reduziu para 180mm.

“Menos do que 180mm indica a perda total ou quase total da segunda safra e as projeções futuras são de um volume ainda menor. Se isso permanecer, vamos voltar a ter safra única”, alertou o pesquisador.

Para aumentar o ritmo de produção de 100 milhões de toneladas de grãos como está a previsão para o fechamento da safra 2022/2023, conforme o 11º Levantamento da Companhia Nacional de Abastecimento (Conab) divulgado no dia 10 de agosto, Mato Grosso pode utilizar de 2 milhões a 12 milhões de hectares de áreas irrigadas.

“A expansão da irrigação sujeita à disponibilidade hídrica. Dois milhões de hectares são necessários para contrapor o cenário chuvoso de redução da produtividade da 2ª safra. Já os 12 milhões de hectares irrigados permitem o cultivo duplo independentemente da duração da futura estação chuvosa”, pontuou.

Além de garantir a 2ª safra, a agricultura por irrigação poderá garantir uma 3ª safra, que pode ser de feijões e pulses (ervilhas, grão de bico, lentilha e etc), com plantio durante o período da seca e colheita antes do início do ciclo da soja.

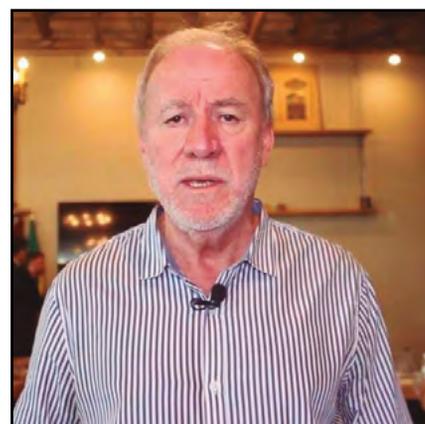
O pesquisador Marcos Costa complementou que a irrigação é



“EU TENHO CERTEZA QUE COM ESSA PARTICIPAÇÃO DO GOVERNO DO MATO GROSSO NOS APOIANDO, VAMOS AUMENTAR A ÁREA DA AGRICULTURA IRRIGADA NO ESTADO, QUE HOJE É DE 180 MIL HECTARES. ISSO TAMBÉM DEMONSTRA A PREOCUPAÇÃO DA PRODUÇÃO DE ALIMENTOS PARA O BRASIL PARA O MUNDO”, DISSE OTÁVIO PALMEIRA.

a melhor alternativa para produzir mais com menos área, e também para driblar as consequências das mudanças climáticas no regime de chuvas – fundamental para a produção.

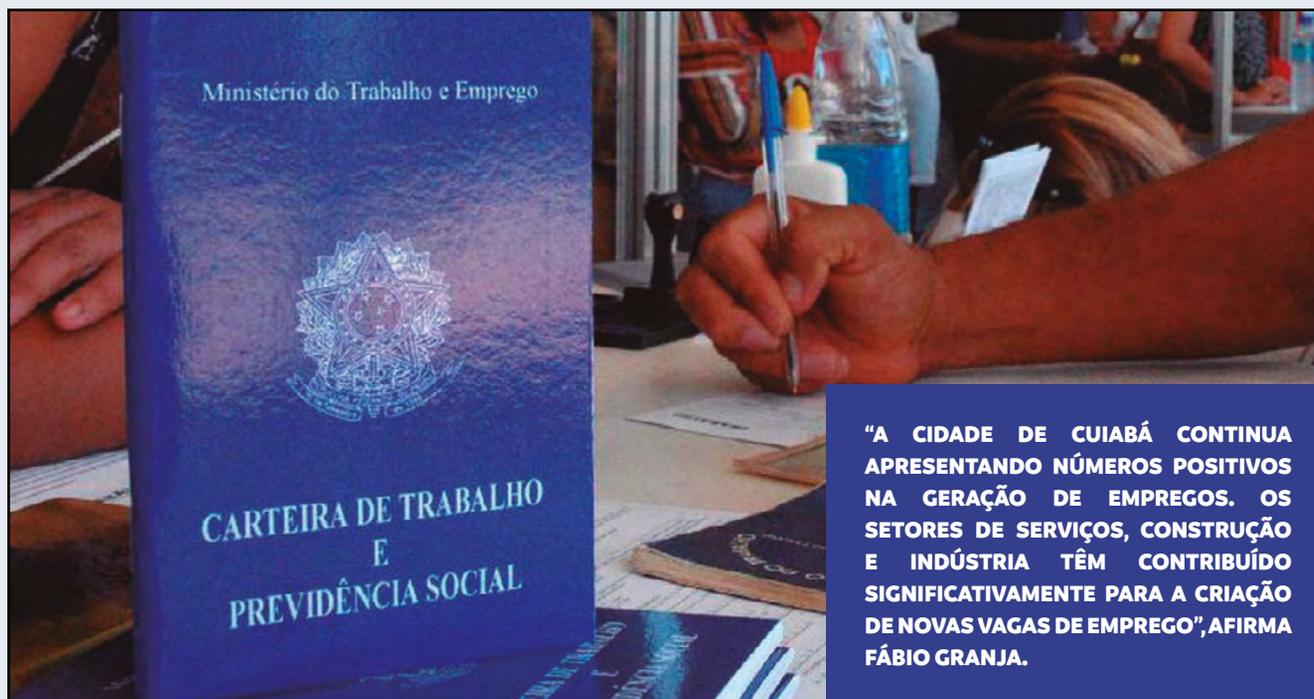
“As chuvas estão começando mais tarde e a estação chuvosa tem encurtado. A probabilidade indica que, se a estação chuvosa for menor que 180 dias, há possibilidade de perda total ou quase total da safra”, alertou. ▲



“AS CHUVAS ESTÃO COMEÇANDO MAIS TARDE E A ESTAÇÃO CHUVOSA TEM ENCURTADO. A PROBABILIDADE INDICA QUE, SE A ESTAÇÃO CHUVOSA FOR MENOR QUE 180 DIAS, HÁ POSSIBILIDADE DE PERDA TOTAL OU QUASE TOTAL DA SAFRA”, ALERTOU EVERARDO MONTOVANI.

MT registra menor taxa de desemprego dos últimos 10 anos

No primeiro semestre deste ano, o Estado contabilizou 40 mil novos empregos formais



“A CIDADE DE CUIABÁ CONTINUA APRESENTANDO NÚMEROS POSITIVOS NA GERAÇÃO DE EMPREGOS. OS SETORES DE SERVIÇOS, CONSTRUÇÃO E INDÚSTRIA TÊM CONTRIBUÍDO SIGNIFICATIVAMENTE PARA A CRIAÇÃO DE NOVAS VAGAS DE EMPREGO”, AFIRMA FÁBIO GRANJA.

ALINE ALMEIDA COM ASSESSORIA

Com a maior taxa de crescimento do país, Mato Grosso gerou 40.119 novos empregos no primeiro semestre de 2023, resultando numa variação positiva de 4,81% em relação ao mesmo período de 2022. Os dados foram compilados pelo Observatório de Desenvolvimento da Secretaria de Estado de Desenvolvimento Econômico (Sedec).

O setor de serviços liderou as contratações com 16.225 vagas, seguido pela agropecuária (8.347), construção civil (6.275), indústria (5.792) e comércio (3.480).

Dentro do setor da construção civil, destaca-se a construção de rodovias e ferrovias, que gerou 55,52% de

empregos a mais no 1º semestre de 2023 em relação a 2022. O estoque de empregos neste setor era de 4.906 nos primeiros seis meses do ano passado saltou para 7.630 neste ano.

Em seguida, há o crescimento das obras de urbanização – ruas, praças e calçadas (53,39%); obras de arte especiais – pontes e viadutos (29,71%); obras de terraplanagem (25,28%) e construção de edifícios (11,52%).

A mão de obra contratada com carteira assinada tem perfil jovem. Cerca de 42% dos empregos foram para pessoas de 18 a 24 anos, 67% dos trabalhadores empregados possuem o ensino médio completo,

33% são trabalhadores da produção de bens e serviços industriais.

A estudante Caroline Araújo, 18 anos, está nesta lista de pessoas empregadas. No mês de junho ela conseguiu o primeiro emprego e comemora a carteira assinada. Caroline está atuando como recepcionista em um estabelecimento de saúde durante o dia e, à noite, cursa o ensino superior. “Eu estava desde o início do ano em busca de uma vaga que se adequasse ao meu perfil. Não foi fácil, tive que fazer capacitações para trazer um diferencial ao meu currículo, pois eu sempre voltava com um ‘não’ das entrevistas”, conta.

“Hoje estar empregada, para mim

representa muito, pois eu conseguirei custear algumas despesas com a faculdade. O conselho que eu dou para as pessoas que estão querendo ingressar no mercado de trabalho é que não desistam, sempre tem uma vaga que melhor se encaixa com a gente. Mas o principal, que sempre procurem buscar cursos e formas de se destacar, porque o mercado de trabalho de fato não está fácil.”

Outros dados – Em Cuiabá, o Núcleo de Inteligência de Mercado da Câmara de Dirigentes Lojistas (CDL Cuiabá) constatou que foram registradas 10.137 admissões e 9.423 desligamentos, resultando em um saldo positivo de 714 vagas preenchidas. Dos novos contratados, 54% são jovens de 18 a 24 anos, e 97% são homens, sendo que os setores com saldo positivo na capital foram: Serviços (375); indústria (140); construção (119); agropecuária (64) e comércio (16).

Na capital mato-grossense, no acumulado do ano foram 63.219 admissões, 58.164 desligamentos e um saldo positivo de 5.055, tendo como destaque os setores de serviços com saldo positivo de 2.964, construção (1.297), indústria (371), comércio (334) e agropecuária (89).

Dentro do saldo acumulado de janeiro a junho, 53% dos novos contratados são jovens de 18 a 24

anos, sendo 68% homens. Segundo o superintendente da CDL Cuiabá e responsável pelo Núcleo, Fábio Granja, comparando os dados atuais de Mato Grosso com o mesmo período do ano passado, podemos dizer que o nível de contratação está levemente menor neste ano. “Nos primeiros 6 meses de 2022, o saldo ficou em 51.794, o que representa uma redução de 23% em 2023”, afirmou ele, reforçando que “apesar da leve queda no ritmo de contratações em relação ao ano anterior, a cidade de Cuiabá continua apresentando números positivos na geração de empregos. Os setores de serviços, construção e indústria têm contribuído significativamente para a criação de novas vagas de emprego na cidade.”

MT registra a menor taxa de desemprego dos últimos 10 anos

Mato Grosso registrou, no segundo trimestre de 2023, a menor taxa de desemprego dos últimos 10 anos, com apenas 3% de desocupação. A informação consta no último relatório da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (Pnad), do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE).

De acordo com o informativo, Mato Grosso avançou de 4,5% de desempregos no 1º trimestre de 2023 para 3% no segundo trimestre. No ranking geral, o estado obteve

o 2º melhor desempenho do país, ficando atrás apenas de Rondônia, com 2,4%.

Além disso, Mato Grosso foi o estado que percentualmente mais cresceu em geração de empregos nos primeiros seis meses do ano, com alta de 4,81%

“Essa notícia é motivo de muita alegria. Nesse primeiro semestre foram mais de 40 mil novos empregos gerados. Boa parte disso na construção civil, por meio das obras que o Governo do Estado tem tocado em todas as regiões”, relatou o governador Mauro Mendes. O governador ainda destacou que as medidas adotadas pela atual gestão fizeram Mato Grosso se tornar atrativo para novos investimentos e, conseqüentemente, para a geração de empregos.

Entre elas se destacam a redução de mais de 140 impostos e taxas, isonomia e rapidez na concessão de benefícios fiscais, redução de burocracia, mais celeridade na análise de licenças ambientais e cadastros ambientais rurais, e o fato de Mato Grosso ter retomado a credibilidade perante fornecedores e investidores, com uma gestão fiscal que é destaque no país.

“Estão de parabéns todos os empreendedores, servidores, e todos aqueles que têm ajudado a construir essa belíssima história do nosso estado”, finalizou. ▲

CONFIRA ALGUMAS DICAS NA HORA DE BUSCAR EMPREGO

- 1) Nunca pare de aprender, conhecimento é a palavra-chave para se destacar.**
- 2) O mercado de trabalho está em constante transformação, portanto, mantenha o networking ativo.**
- 3) Avalie a conexão com a da empresa, se valores não correspondem aos seus, há grandes chances de você não se realizar profissionalmente.**
- 4) Mostre para a empresa o quanto você pode agregar aos serviços prestados por ela.**
- 5) Analise suas principais competências e em que você é bom.**
- 6) Direcione sua busca, use as redes sociais e, mais uma vez, networking é fundamental.**
- 7) Prepare-se para as entrevistas: treine, busque informações. Não haja no improviso.**
- 8) Não desanime e tenha paciência. Contratar exige tempo das empresas e, portanto, nem sempre é rápido.**

É trabalho sem parar.

A prefeitura da humanização está mexendo



A maior obra estruturante saiu do papel.



Conclusão da duplicação da Av. dos Trabalhadores, uma obra destravada nessa gestão;



Avanço da maior obra estruturante da história de Cuiabá, a Av. Contorno Leste. A primeira etapa já foi concluída.

Demos aula de responsabilidade com a Educação.



Construção de novos CEICs, verdadeiras creches em tempo integral;



Reforma e construção de novas escolas;



Criação do uniforme e kit escolar, um modelo que serviu de exemplo para todo o Estado;



Valorização dos servidores com capacitação, RGA integral com ganho real, sem perda de salário.

De quem ama Cuiabá.

o doce em todas as áreas e em toda Cuiabá.



Saúde humanizada acolhendo a todos.



Construímos o Hospital Municipal de Cuiabá, que atende pacientes de toda a região;



Implantamos o programa SOS AVC;



Criamos o Programa AMOR;



Entregamos a UPA Verdão;



Construímos o Centro de Especialidades Odontológicas.

Mais segurança e conforto, também fora de casa.



Depois das chuvas, a operação tapa-buracos avança em toda a cidade;



Mais 42 novos ônibus nas ruas. Já são 192 entregues;



Mais de 70% da frota de ônibus climatizada, um recorde nacional.



CUIABÁ
PREFEITURA

Pandemia do vício: Drogas e traficantes estão conquistando cada vez mais espaço

Uma luta diária de famílias que veem seus entes sendo “atraídos” para um caminho muitas vezes sem volta; de outro lado, a Segurança Pública “enjugando gelo”



 ALINE ALMEIDA

Por avião, rotas clandestinas, camufladas em veículos e até por “mulas humanas”. São diversas as formas que as drogas entram em Mato Grosso, estado que se tornou porta de entrada de entorpecentes que são distribuídos para todo o país. Uma das características que contribuem para o Estado se tornar essa “porta

de entrada” é que possui mais de 750 quilômetros de fronteira seca e mais 230 quilômetros de área alagada com a Bolívia, abrangendo 28 municípios. A região é toda recortada por estradas vicinais conhecidas como “cabriteiras”, famosas por serem utilizadas por traficantes e contrabandistas. Diariamente, em nossos noticiários,

deparamos com notícias de drogas apreendidas e traficantes detidos. Seguramente, pelo menos metade do trabalho diário de um policial militar é relacionado ao combate do tráfico de drogas. As prisões continuam, as apreensões também e uma pergunta segue sem resposta na mente do cidadão: porque o tráfico continua? A política de repressão às drogas

está voltada ao pequeno traficante, muitas vezes confundido com o usuário comum. Por isso, os profissionais do sistema de Justiça criminal e da Segurança Pública acreditam que estão “enxugando gelo” em relação ao tráfico de drogas. Esta é uma das conclusões da pesquisa “Prisão provisória e lei de drogas no Brasil - Identificando obstáculos e oportunidades para maior eficácia”, divulgada pelo Núcleo de Estudos da Violência (NEV) da Universidade de São Paulo (USP).

M.C.S., 63 anos, já perdeu há 12 anos o filho mais velho para as drogas. Ela também trava a mesma luta com o filho mais novo, de 35 anos, que há quase duas décadas conheceu os vícios. A mãe conta que já tentou internações e acompanhamentos pelo Centro de Atenção Psicossocial. “É uma luta que dá a sensação de você estar sozinha contra um exército. Não existe nada mais dolorido para uma mãe. O mais triste é ver as pessoas culpando as famílias, sem de fato entenderem o que se passa. Não desejo nem para um inimigo”, afirma.

Tráfico é “atrativo”

Dados da Secretaria de Estado de Segurança Pública de Mato Grosso (Sesp) apontam que, de janeiro a dezembro do ano passado, mais de 31,8 toneladas de drogas foram apreendidas no Estado. Neste ano, somente no primeiro semestre, o número chega a 14,6 toneladas.

Comandante do Gefron, Manoel Bugalho Neto explica que basicamente a cocaína é produzida em três países da América do Sul: Colômbia, Peru e Bolívia. O tráfico, tanto para o Brasil como para Europa, passa por Mato Grosso, que faz fronteira com a Bolívia. A extensão da fronteira seca no Estado facilita esse trânsito terrestre, mas também

há atividades de tráfico em Rondônia e Mato Grosso do Sul. “Toda essa extensão de fronteira com a Bolívia é explorada pelo tráfico, afim de levar as drogas para os grandes centros consumidores.”

Bugalho destaca que o Gefron é uma polícia especializada, vinculada à Secretaria de Estado de Segurança Pública e que faz o policiamento da fronteira. Só Mato Grosso tem 28 municípios que fazem fronteira com a Bolívia. “Estamos estruturados com quatro postos, uma base de inteligência, canil e também equipes volantes que fazem esse patrulhamento em toda a região.”

Além do combate ao tráfico, o Gefron realiza trabalhos para que veículos, fruto de roubo ou furto no Brasil, não sejam levados para a Bolívia. Esses veículos, na maioria, são produtos de base de troca para adquirir as drogas que entram no país. “O tráfico tenta, de toda a forma, dissimular a droga. Usam basicamente modalidade aérea e a pé.”

Um dos casos que chamou a atenção, segundo Bugalho, foi de um ônibus escolar de Cáceres que buscava estudantes na região de fronteira e voltava trazendo drogas. Caminhões boiadeiros, de carga, veículos desmontados e mulas humanas também são formas corriqueiras.

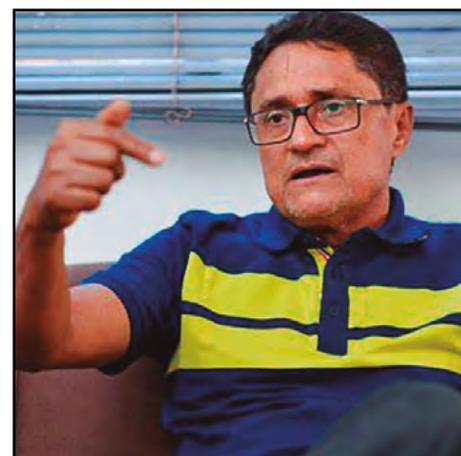
“Neste ano já passamos de 10 toneladas de apreensões e independente do quanto isso impacta no tráfico, o importante é que tiramos essa grande quantidade de circulação. É um impacto nas organizações criminosas, mas também tem um impacto na sociedade.”

Os investimentos do Estado para equipamentos e recursos são importantes para o sucesso no aumento de apreensões. Também o efetivo de Mato Grosso, que é referência no país.

Bugalho frisa que o tráfico impacta diretamente nas famílias, saúde

e segurança pública. “A droga chega de forma sorrateira na vida da pessoa, de forma recreativa e pode evoluir para dependência. O que for feito como forma de prevenção para que menos pessoas entrem na dependência química, é sempre bem-vindo. Precisamos do envolvimento de todos.”

“Também precisamos de endurecimento das leis, que essas pessoas envolvidas paguem um preço alto, para que não seja ‘interessante’ o tráfico de drogas. É uma atividade altamente rentável quando o indivíduo participa disso. Um quilo de cocaína sai da fronteira custando em torno de R\$ 25 mil e chega a São Paulo a R\$ 75 mil. Quando chega na Europa, esse valor multiplica por três, geralmente. É uma atividade em que a logística traz um ganho muito grande para os envolvidos. Precisamos continuar combatendo com atividades que gerem prejuízo ao crime”, complementa.



“QUEBRAR O BRAÇO FINANCEIRO DOS GRUPOS QUE TRAZEM ESSAS DROGAS. ENQUANTO ESTIVERMOS PRENDENDO APENAS OS PEQUENOS TRAFICANTES, ESTAREMOS ENXUGANDO GELO, NÃO TRABALHAREMOS A ORIGEM DO PROBLEMA. É PRECISO COMBATER O TRÁFICO, NÃO SOMENTE O USUÁRIO”, AFIRMA NALDSON RAMOS.

É preciso combater o tráfico

Sociólogo Naldson Ramos destaca que o problema das drogas está presente em todas as camadas sociais. No entanto, quando se fala no assunto, logo se remete às periferias. “A pobreza vive em bairros periféricos, quase sempre desassistidos pelo poder no que diz respeito à saúde, transporte, energia, água, saneamento, asfalto. É lá que as pessoas de baixo poder aquisitivo são jogadas, empurradas pela especulação imobiliária. Por outro lado, essas pessoas estigmatizadas pela classe social, também sofrem uma estigmatização relacionada aos ilícitos, aos crimes que ocorrem na sociedade. Preto, pobre, pardo, sempre é objeto de fiscalização, olhar preconceituoso, tidas como pessoas suspeitas. Realmente há uma estigmatização em relação à periferia, drogas é uma delas. O maconheiro, o traficante está associado à periferia”, diz.

No entanto, segundo o professor da Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT), temos que entender a droga em conceito amplo. Álcool



“PRECISAMOS DE ENDURECIMENTO DAS LEIS, QUE ESSAS PESSOAS ENVOLVIDAS PAGUEM UM PREÇO ALTO, PARA QUE NÃO SEJA ‘INTERESSANTE’ O TRÁFICO DE DROGAS. É UMA ATIVIDADE ALTAMENTE RENTÁVEL QUANDO O INDIVÍDUO PARTICIPA DISSO”, DIZ O COMANDANTE DO GEFRON, MANOEL BUGALHO.

é uma droga e quem mais consome bebidas alcóolicas são pessoas com poder aquisitivo maior, amplamente consumido em boates, festas. Naldson ressalta que sempre se relaciona drogas ilícitas à pobreza, à maconha, ao crack. “Não é uma regra, principalmente cocaína, anfetamina e outras drogas sintéticas são amplamente consumidas pela classe média, em festas.”

Naldson afirma que o tráfico é o principal componente de circulação das drogas ilícitas. O combate se faz com a fiscalização da fronteira, identificação, por meio da inteligência, dos grupos que estão infiltrados dentro da sociedade para trazer essas drogas. “São pessoas que com certeza não são os pobres. São pessoas de maior poder aquisitivo e conseguem comprar a droga no exterior e na fronteira.”

O combate, segundo o sociólogo, é com as polícias integradas e trabalho de inteligência. “Quebrar o braço financeiro dos grupos que trazem essas drogas. Enquanto estivermos prendendo apenas os pequenos traficantes, estaremos enxugando gelo, não trabalharemos na origem do problema. É preciso combater o tráfico, não somente o usuário.”

A política de combate às drogas tem que envolver pelo menos três setores, conforme Ramos. Primeiro, tratar as drogas com os usuários mais como uma política de saúde pública, levando informações e tratamento para as pessoas que querem. Segundo lugar, deve ser um problema da educação. A temática das drogas deve ser tratada de forma transversal e disciplinar dentro dos conteúdos do ensino fundamental ao ensino superior. Em terceiro lugar o professor cita a família, igrejas, clubes de serviços e Ongs que devem abordar o assunto sem tabu, sem ser na ótica de guerra às drogas, de que é somente problema da polícia. “São três dimensões que devem ser articuladas pelos governos estaduais e municipais e com a sociedade em geral. Não dá para tratar a questão das drogas

apenas pela ótica penal.”

Soluções precisam ser pensadas

Juiz Moacir Rogério Tortato, coordenador da Comissão Especial sobre Drogas Ilícitas do Tribunal de Justiça de Mato Grosso, diz que não há dúvidas da expansão do problema droga. “Lembro-me de que, quando jovem, raramente tínhamos ciência de pessoas com problemas com drogas. Parecia um problema distante e talvez por isso não tenha recebido, no passado, maior atenção. Hoje a questão bate às nossas portas e talvez a maioria das famílias tenha contato com essa realidade dentro de seus lares. E quando aquele que era um mero usuário recreativo perde o controle e passa para o vício, ao uso abusivo, todos que o cercam acabam por ser duramente atingidos.”

Sensível à temática, Mato Grosso foi um dos primeiros estados a instalar uma Comissão no Judiciário para tratar sobre as drogas. A Comissão Especial Sobre Drogas Ilícitas, capitaneada inicialmente pelo Desembargador Marcos Machado, que já foi dirigida também pelo Desembargador Mário Kono, tem se dedicado a questões internas e externas do judiciário. Já há, inclusive, um Projeto de Lei Federal em andamento que nasceu na Comissão e encontrou respaldo no Senador Jayme Campos, com a criação da figura do “Narcocídio”, que visa uma maior proteção à vida nos crimes de morte em função do tráfico.

A atuação do Judiciário no combate ao tráfico tem outras ramificações. O magistrado explica que, em geral, quando há condenação por tráfico em que algum bem foi utilizado para a prática do crime, ou é fruto do ilícito, o juiz decreta o perdimento desse bem, que deve ser leiloado e cujo dinheiro é revertido ao patrimônio público, com destinação ao enfrentamento às drogas. A Lei de Drogas prevê, em seu art. 63, que tais valores serão revertidos à

União, que pode utilizá-los em todo o território nacional. Infelizmente, alguns estados sofrem muito mais com o tráfico e este é o caso de Mato Grosso, justamente por sua posição geográfica de fronteira, o que o faz sofrer não só com o tráfico interno, mas também por ser rota do grande tráfico, que visa os grandes centros e o exterior. “Sabe-se, por exemplo, que veículos roubados em Mato Grosso são levados a países vizinhos para serem trocados por drogas e, por este motivo, proprietários de alguns modelos de veículos mais visados, sequer estão conseguindo segurá-los.”

“A forte atuação da criminalidade também demanda forte atuação dispendiosa do estado. Inegável, pois, que Mato Grosso é um dos estados mais afetados pelo tráfico e um dos que mais faz apreensões e pouco recebe em contrapartida da União. Então alguns juizes da Comissão passaram a adotar o entendimento, com base na Lei de Lavagem de Dinheiro, por seu art. 7, já que o dinheiro do tráfico também sofre lavagem a fim de ser “legalizado”, de que o tráfico aqui investigado, usando de todos os recursos do estado, terá seus bens revertidos a um Fundo Estadual, para fazer frente ao crime dentro do estado e não mais em lugares longínquos. O fundo é administrado pela Secretaria de Segurança.”

Tortato enfatiza que há a evidente necessidade de melhoria constante dos sistemas de investigação. “A cada prisão ou operação, o crime entende como foi investigado e se aprimora, muda suas técnicas. Então, uma providência essencial é jamais estagnar. E técnicas modernas de investigação são importantes para promover a elucidação de crimes e punir os culpados, mas principalmente para alcançar aqueles de elevado escalão que dificilmente são afetados por investigações comuns, bem como para atingir os respectivos patrimônios. O tráfico persiste e prospera, porque compensa

financeiramente. É necessário que deixe de compensar. Somente assim haverá dissuasão de sua prática.”

Para Moacir, é preciso romper a ideia que o problema droga se restringe apenas à Segurança Pública. “É, sim, um problema de segurança, mas é igualmente, ou até com mais ênfase, um problema de Saúde Pública. Enfrentamos uma verdadeira pandemia do vício. Hoje se sabe que pessoas absolutamente normais, mas que possuem algum grau de propensão, podem ter um ‘gatilho’ acionado pela droga e se tornarem esquizofrênicas, um problema seríssimo e até onde se sabe, irreversível. É igualmente um problema que afeta fortemente as famílias, causando grande sofrimento, mas não só isso, afetando-as também economicamente. Imagine quantas pessoas com recaídas ou parentes em seu socorro acabam por deixar o emprego. Imagine igualmente quantos comércios são afetados ou fechados, quando uma ‘cracolândia’ se muda para a região. É um problema amplo, com um potencial danoso imenso.”

O magistrado lamenta uma frase que se cristalizou: “Seja pai do seu filho antes que um traficante o adote”. O tráfico de fato está ocupando espaços onde a família, a igreja e o Estado não ocupam. “O exemplo está aí, inclusive noticiado pela mídia. Outro dia vimos estarrecidos a notícia de que a direção de uma escola, impotente diante do péssimo comportamento de alguns alunos, chamou traficantes do bairro para impor disciplina. Isso é absolutamente chocante. O tráfico hoje dita muitas regras nas periferias, como proibição de roubos, furtos, de brigas de torcidas. É claro que não o faz visando o bem comum, mas a própria preservação, já que a prática de outros crimes atrai a atenção das autoridades, o que é ‘ruim para os negócios’. E com relação às nossas crianças, a situação é ainda mais dramática, já que uma geração está sendo fortemente afetada, talvez

perdida. Mas essa é a verdade, não há espaços que permanecem vazios por muito tempo. Alguém vai ocupá-los, se não nós, eles.”

O magistrado complementa que a droga não é um problema estático que demanda uma atuação simples. “A verdade é que é um problema mundial e muitos caminhos foram experimentados e nenhum deles se revelou satisfatoriamente eficaz. Então, o avanço deve ser constante, se não para resolver, ao menos para minimizar os efeitos deletérios causados. Talvez haja uma solução que sequer foi pensada ou talvez não haja. Talvez a solução esteja no sistema de segurança, que deva ser aprimorado. Talvez esteja na medicina ou na engenharia genética. Talvez surja no futuro um ‘teste do pezinho’ em bebês, que revele quais terão maior propensão ou serão mais susceptíveis aos efeitos mais danosos das drogas, para que sejam mais protegidos. Enfim, somente a continuidade dos trabalhos, de pesquisas em múltiplas áreas e com cooperação é que, acredito, teremos maiores chances de mitigar este problema.” ▲



“O TRÁFICO, HOJE, DITA MUITAS REGRAS NAS PERIFERIAS, COMO PROIBIÇÃO DE ROUBOS, FURTOS, DE BRIGAS DE TORCIDAS. ESSA É A VERDADE: NÃO HÁ ESPAÇOS QUE PERMANECEM VAZIOS POR MUITO TEMPO. ALGUÉM VAI OCUPÁ-LOS, SE NÃO NÓS, ELES”, FRISA O JUIZ MOACIR TORTATO.

“Agosto Lilás”: O medo de ser mulher aumenta diariamente

Mês dedicado à luta contra violência doméstica mostra o quanto ainda temos que avançar para proteger as mulheres



 **ALINE ALMEIDA**

Dezenove mulheres foram vítimas de feminicídio em Mato Grosso de janeiro até o início de agosto deste ano. A 19ª vítima, a advogada Cristiane Catrillon, foi assassinada por um homem que havia acabado de conhecer após um encontro. A mulher foi asfixiada e abusada sexualmente pelo ex-policia militar Almir Monteiro dos Reis, depois abandonada dentro do próprio carro no Parque das Águas, no dia 13 de agosto. Muito mais

que estatísticas, precisamos falar das vidas. Também refletir o que é preciso fazer para não ser morta pelo simples fato de ser mulher. E sem dúvidas, o medo de ser mulher não é um sentimento raro.

Ex-titular da Delegacia de Defesa da Mulher de Cuiabá, Jozirlethe Criveletto explica que o ciclo de violência, quando se está nele, tende a aumentar o grau, a crueldade. É um ciclo em espiral, que se repete, sempre de forma pior, por isso pode chegar sempre

“MATO GROSSO OCUPA, NA ATUALIDADE, SEGUNDO O ANUÁRIO DE SEGURANÇA PÚBLICA, O TERCEIRO LUGAR NO PAÍS NO QUE DIZ RESPEITO AOS FEMINICÍDIOS. É LAMENTÁVEL VER QUE MENINAS E MULHERES CRESCEM ENVOLTAS A TANTAS VIOLÊNCIAS, SENDO DIFÍCIL PENSAR EM UM MUNDO MELHOR, SE NÃO PENSARMOS EM MUDANÇAS”, DIZ ROSANA LEITE.

ao feminicídio.

A delegada destaca que, uma das formas de entender se um

relacionamento é abusivo ou não, é identificar o sentimento de posse. “O ciúme, que chamamos como ‘normal’, é aquele em que não se chega a submeter a pessoa a seu gosto, a seu padrão, àquilo que você exige. Isso ainda entendemos que seja um ‘ciúme normal’. Mas a partir do momento que passa a ser um ciúme excessivo, que quer controlar, é um sentimento de posse, um alerta para o ciclo da violência. Nesses relacionamentos, já no início, se há algum indício, que sirva de alerta para essas mulheres, que muitas vezes embarcam nesse tipo de relação.”

“Infelizmente, o sentimento de posse e a cultura patriarcal possibilitam a criação de estereótipos. Ainda criamos nossos meninos para serem heróis, serem superiores, enquanto a mulher tem o estereótipo de dona de casa. Embora tenha o empoderamento, o conhecimento dos direitos, a nossa criação ainda é patriarcal”, pondera.

Jozirlethe enfatiza que a primeira coisa que a mulher precisa saber é que ela é uma vítima, entender que está sofrendo uma violência. A segunda coisa é entender que a culpa não é dela e a própria sociedade também precisa entender isso. “As pessoas que não estão vivendo um relacionamento abusivo e/ou por falta de conhecimento sobre as consequências, começam a fazer julgamentos. Tivemos vários casos, que mesmo após o feminicídio, a mulher teve o comportamento deturpado. Toda mulher que passa por um ciclo de violência passa pela síndrome do desamparo aprendido, fazendo com que a vítima não tenha força para denunciar.”

Para a delegada, uma das ferramentas cruciais é a educação para trazer essa mudança de atitude, mudar o conceito e pré-conceito em relação a ser mulher. Outra ferramenta importante é trabalhar a prevenção.

Jozirlethe pondera que Cuiabá, hoje, possui uma rede de proteção à mulher. Mas em relação ao Estado, poucos municípios trabalham em rede. Para além da formação, precisa da articulação dos atores da rede para atender e proteger a vítima de forma articulada. “A rede pode evitar um feminicídio na medida em que todos os atores atendam a mulher e tenham cada qual sua responsabilidade.”

Feminicídio deixou 36 crianças e adolescentes órfãos em Mato Grosso

O Diagnóstico “Mortes Violentas de Mulheres e Meninas em Mato Grosso”, da Polícia Civil, revela que 36 crianças e adolescentes ficaram órfãos do feminicídio somente este ano. Somando com os órfãos dos homicídios que envolveram vítimas mulheres, o número salta para 73. Também chama atenção o número de mulheres mortas na frente dos filhos: seis casos.

Coordenadora do Núcleo de Defesa da Mulher da Defensoria Pública, a defensora Rosana Leite ressalta que, infelizmente, a violência contra as mulheres tem feito vítimas diretas e indiretas todos os dias. “No caso dos feminicídios, é possível perceber que tem feito órfãos e órfãs no Brasil inteiro. Mato Grosso ocupa, na atualidade, segundo o anuário de segurança pública, o terceiro lugar no país, no que diz respeito aos feminicídios. É lamentável ver que meninas e mulheres crescem envoltas a tantas violências, sendo difícil pensar em um mundo melhor, se não pensarmos em mudanças.”

Rosana enfatiza que, na maioria, os crimes poderiam ser evitados. “A informação mais grave de todas é que os órfãos e órfãs têm o feminicídio de suas mães anunciado, sendo crimes que poderiam ser evitados. Como os delitos que envolvem a

violência contra as mulheres, o enfrentamento deve ser de responsabilidade do Poder Público. Aqueles e aquelas que perderam as suas mães para tão cruel delito precisam de indenização e pagamento de pensão, até que alcancem a maioridade ou consigam prover o próprio sustento. Nada irá minorar a dor da perda, mas a ajuda financeira será apenas um alento para seguir a vida”, complementa a defensora.

Outros dados

Das 43 mulheres mortas nos primeiros meses deste ano, entre feminicídios e homicídios, 79% estavam em plena idade produtiva e tinham entre 18 e 49 anos. Em relação às vítimas de feminicídios, 89% delas foram mortas por companheiros, namorados ou ex-parceiros. Do total dos crimes, 72% aconteceram no ambiente doméstico, ou seja, nas residências das vítimas. O principal meio empregado foi arma de fogo, em 68% das mortes, seguido de outras armas brancas (faca, canivete, facão).

O estudo da Polícia Civil aponta ainda que, em 36% dos assassinatos, as vítimas tinham envolvimento com organização criminosa e outros 20% foram motivados por rixa, vingança ou motivos fúteis.

Entre as 18 vítimas de feminicídio do primeiro semestre, quatro delas tinham medida protetiva e 9 haviam registrado boletins de ocorrência, relatando situações anteriores de violência cometidas pelos autores dos crimes.

Quarenta e dois autores dos homicídios foram identificados e indiciados, o que corresponde a 58% dos inquéritos policiais já esclarecidos, concluídos e enviados ao Poder Judiciário. Entre os autores identificados, 20 deles têm ligação com facções criminosas, dois foram mortos e um cometeu suicídio. ▀

Baixa umidade do ar traz riscos à saúde; veja como se cuidar

O clima seco aumenta a incidência de problemas respiratórios; população tem que ficar atenta a medidas preventivas

 **ALINE ALMEIDA**

Com a chegada do período de estiagem, a preocupação com a hidratação adequada se torna uma prioridade para a população de Mato Grosso. A escassez de chuvas e as altas temperaturas podem levar a um aumento do risco de desidratação e seus efeitos prejudiciais à saúde. Tosse seca, garganta irritada e sangramento no nariz são alguns dos sintomas oriundos de problemas respiratórios decorrentes da baixa umidade do ar. A falta de umidade no ar causa ressecamento das vias aéreas e também da pele, da boca e dos olhos.

Uma das cidades em Mato Grosso que mais sente o impacto desse período de estiagem é a capital, Cuiabá. A umidade do ar oscila entre 30% e 20%, sendo que o ideal para a saúde humana é entre 60% e 80%, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS). “Cuiabá é uma cidade tipicamente quente e temos períodos em que a temperatura castiga um pouco mais, como nesses meses do ano, sem chuva. A alternativa para amenizar continua sendo os cuidados diários, entre eles, evitar a prática de atividades físicas ao ar livre e a exposição ao sol entre as 10h e 16h, especialmente entre as 12h e 15h, considerando ser o período do dia com calor mais intenso”, destacou o diretor da Defesa Civil, Ozeias Souza de Oliveira.

Segundo a nutricionista Rafaela Curcino Moreira, do Fort Atacadista

Mato Grosso, manter a hidratação durante esse período quente e seco é fundamental para o bom funcionamento do organismo e evitar problemas mais graves. “Durante a estiagem, nosso corpo tende a perder mais líquidos através do suor e da respiração, aumentando a necessidade de reposição hídrica. A desidratação pode levar a sintomas como cansaço, tontura, dor de cabeça e até mesmo problemas mais sérios”, afirma a nutricionista.

A especialista enfatiza que a água é a melhor opção para a hidratação, mas também destaca a importância de consumir alimentos ricos em água. “Frutas como melancia, melão, laranja e abacaxi são ótimas escolhas, pois têm alto teor de água, além de fornecerem vitaminas e minerais essenciais para o bom funcionamento do corpo”, explica Rafaela.

Para as pessoas que não conseguem ficar sem praticar uma atividade, a dica é a natação. Essa prática, além de atenuar o calor, é permitida e pode ser prazerosa mesmo em horários de sol forte, desde que a estrutura seja adequada. Outra orientação que contribui para amenizar o clima quente e seco é ingerir bastante líquido. Nesse quesito entram água, sucos naturais, frutas que contêm mais líquido como melancia, melão, maçã, laranja, uva, tangerina, manga, caju, chás, entre outros.

Os cuidados abrangem também a alimentação, especialmente para manter o corpo mais hidratado, comendo alimentos mais leves, como saladas e legumes. Lembrando que, quanto mais água contiver nos legumes, melhor o resultado. Entre eles destacam-se o tomate, chuchu e abobrinha. E é recomendado evitar produtos industrializados e enlatados.

Para melhorar o processo de umidificação do ar nos espaços fechados, a alternativa é espalhar vasilhas ou baldes com água nos ambientes e toalhas molhadas nas janelas. Se tiver um umidificador de ambiente, facilita ainda mais.

Em casos mais graves de desconforto ou dificuldade na respiração, a orientação é buscar auxílio médico imediatamente.

Orientações essenciais:

- Evitar a prática de atividades físicas (exceto natação) ao ar livre e exposição ao sol entre as 10 e 16 horas, especialmente entre as 12 e 15 horas, período de maior calor do dia, quando a umidade do ar fica mais baixa;
- Aumentar a ingestão de líquidos, que podem ser água, sucos, frutas aquosas (melancia, melão, laranja), chá, entre outros;
- Colocar vasilhas ou baldes com água nos ambientes, ou mesmo toalhas molhadas nas janelas. Se disponível, usar umidificador de ambiente, para melhorar o nível de umidade do ar;
- Na alimentação, procurar usar alimentos mais leves, com muitas folhas (saladas) e legumes (quanto mais aquoso melhor, tomate, chuchu, abobrinha) evitando produtos industrializados e enlatados, aumentar a oferta de sucos naturais, água de coco e frutas com alto teor de água (melancia, maçã, laranja, melão, uva, tangerina, manga, caju);
- Notando sinais de desconforto ou sinais de dificuldade na respiração, o auxílio médico deve ser procurado de imediato;
- Não queimar o lixo ou as folhas secas;
- Hidratar olhos e narinas com soro fisiológico



Venha nadar com quem entende!



ACADEMIA MEDLEY

Você e seu filho merecem o melhor



Mire a câmera de seu celular aqui

Já ficou sabendo mais, hoje?



Cada click no **Única News** é uma possibilidade de saber mais e mais. Pois os fatos ocorrem de maneira muito rápida e a seleção do que é mais importante para você, é a nossa principal tarefa. Qualidade, profundidade e imparcialidade são nossas réguas. Ajude-nos a te informar melhor, compartilhe o **ÚnicaNews**.

Informações fresquinhas todos os dias

Polícia
Política
Economia
Agronegócio
Comportamento



s de Covid-19 devem dobrar próximos 15 dias, segundo secretário



Câmeras de segurança flagram momento em que PM é baleado por colega



Trio é preso com mais de 100 comprimidos de ecstasy em Cuiabá



Imagens mostram momento em que policial reage a assalto e atinge criminoso



De vilão a aliado: Tapetes e carpetes evoluem e trazem benefícios à saúde

Tapetes e carpetes evoluíram, assim como outros elementos arquitetônicos, como persianas e papéis de parede, que hoje criam ambientes cada vez melhores





 **DA REDAÇÃO**

Tapetes e carpetes estão redefinindo seu papel no mundo de interiores. Fernando Perez destaca que está à frente dessa evolução na Casa Rug, transformando o que antes eram considerados vilões, em aliados, especialmente para pessoas que sofrem com alergias.



O grande mito de que esses revestimentos eram incompatíveis com uma vida saudável está sendo desfeito com muita tecnologia, adaptando-se às necessidades de todas as famílias.

Fernando Perez compartilha sua expertise: a matéria-prima tradicional deu lugar ao revolucionário Econyl, uma fibra 100% sintética de última geração, que não retém poeira e não permite que ácaros se proliferem.

Os tapetes e carpetes foram transformados em verdadeiros guardiões, capturando ácaros, pelos de animais, poeira e muito mais. Um filtro para ambiente e um simples aspirador de pó remove todos esses alérgenos, promovendo ambientes mais saudáveis e confortáveis. Ainda abraça a sustentabilidade como parte essencial dessa evolução, por ser uma fibra feita de materiais reciclados, garantindo também um ambiente responsável.

Não há mais necessidade de temer as superfícies macias sob os pés. Tapetes e carpetes evoluíram, assim como outros elementos arquitetônicos, como persianas e papéis de parede, que hoje criam ambientes cada vez melhores, uma dádiva para o bem-estar.

Fernando Perez enfatiza a missão da Casa Rug de evoluir continuamente, proporcionando segurança e saúde a todas as famílias. Cada peça da Casa Rug carrega consigo selos de certificação que atestam sua qualidade.

Portanto, o que antes era um mito negativo, agora é uma verdade positiva: tapetes e carpetes são aliados poderosos, que oferecem não apenas beleza e conforto, mas também um ambiente seguro e saudável para todos. Uma nova era de tapetes e carpetes chegou e a Casa Rug está liderando o caminho. ▀





Encanto, sofisticação e detalhes marcam nova loja Roberta Granzotto Decor

Inaugurado no dia 27 de julho, o novo espaço, mais amplo, traz um mix de detalhes na decoração e com uma proposta completa que faz da loja referência

Um espaço repleto de beleza, inspiração e sofisticação. A loja que já era referência em decoração de interiores, agora está de casa nova, localizada no coração de Cuiabá: Avenida Isaac Póvoas, número 1.348. Com um espaço mais de quatro vezes maior e inspirada no ambiente de uma casa, a loja traz funcionalidade e imprime a personalidade de acordo com a individualidade de cada projeto e cliente. Com uma proposta completa, Roberta Granzotto Decor oferece um serviço que vai além da escolha de adornos e acessórios. As peças selecionadas com extremo cuidado e atenção às tendências do mercado garantem uma decoração atual e sofisticada. A loja preza por oferecer um atendimento personalizado, visando encontrar a decoração perfeita para cada cliente. Garantindo harmonia e requinte dentro de cada projeto, em parceria com os melhores arquitetos do estado de Mato Grosso.

Roberta, que em maio completou três anos de loja, conta que há um ano vem





Carolina Fagundes, Roberta Granzotto, Camila e Rodolfo



Leticia, Ricardo, Roberta Granzotto e Daniel

construindo esse novo espaço para expor melhor os produtos, atender os clientes e arquitetos e oferecer uma experiência única. Segundo Roberta, a nova loja é de fácil localização, com estacionamento e segurança garantida. “No primeiro ano de loja já percebemos que precisávamos de um novo espaço. Procuramos a questão da localização, um espaço grande e bonito. Neste novo ambiente estamos expondo produtos para as pessoas olharem, escolherem e terem uma ideia de como esse produto ficaria na casa dela. A própria exposição na loja é como se fosse a casa do cliente”, complementa Roberta Granzotto.

Conheça mais sobre a loja

Roberta é formada em Administração e há 5 anos também se formou em Design de Interiores. Há três, fez da paixão



Andressa Borsato e Roberta Granzotto



Sophia Riva, Roberta Granzotto e Janaina Riva



Leli Esteves e Roberta Granzoto



Karol Boaventura e Roberta Granzoto



Ivan e Roberta Granzoto



Letícia Duarte, Roberta Granzoto e Luciana Duarte



Nathalia Beraldo e Roberta Granzoto



Fernando Perez e Roberta Granzoto



Mara Dalcanale e Roberta Granzoto

uma realidade. Da criação da Alecrim Decor, que hoje leva o nome Roberta Granzotto Decor, a empresária não imaginava a proporção que o sonho ganharia. O que começou como um hobby fez a loja se tornar referência na decoração de ambientes, com produtos em projetos por todo o Estado e ainda em outras unidades da federação.

**Mais informações:
(65) 99245-6904.**

“Você mais Saudável”: Healthy Chef de MT é destaque nacional com livro recém-lançado

Dani Faria Lima prova que alimentação saudável não é o mesmo que restrição alimentar, que uma comida nutritiva pode ser muito saborosa



Cada vez mais a alimentação saudável tem ganhado espaço, seja nos lares ou em debates sobre o tema. No entanto, logo que o assunto é abordado, tem-se em mente que a alimentação saudável e nutritiva não é saborosa. É o quem vem desmitificar a healthy chef de Mato Grosso, Dani Faria Lima. Paulista residente em Cuiabá, a autora estreia no mercado editorial com o livro “Você mais Saudável” entre os mais vendidos no ranking da Veja, da PublishNews e em plataformas como a Amazon.

Dani mostra que é possível, sim, “revolucionar a saúde e a boa forma sem abrir mão do prazer de comer bem”. Você não precisa ser uma chef formada em gastronomia para saber cozinhar bem, nem uma nutricionista para escolher o que colocar no seu prato!

No livro, Dani provoca o público a ser protagonista de suas próprias transformações ao embarcar em uma jornada de bem-estar e sabor. Tudo isso através dos ensinamentos de Dani, que há 5 anos compartilha com o Brasil e outros países de língua portuguesa suas receitas e dicas de lifestyle. “Através do livro, vou inspirá-la a abandonar hábitos alimentares prejudiciais e a fazer escolhas mais conscientes, promovendo uma verdadeira transformação em sua vida”, afirma a chef.

Em meio a uma epidemia de obesidade e doenças crônicas, é fato que cada vez mais pessoas no mundo buscam saber como manter o corpo e a mente com saúde e equilíbrio, eliminando os malefícios dos ultraprocessados. É neste contexto que Dani impacta sua audiência de 1,6 milhão de pessoas no Instagram e alunos de suas mentorias (que já somam mais de 30 mil), com um conteúdo fácil e atrativo, desfazendo o mito de que comer saudável é inacessível. Não é à toa que a chef se destacou a ponto de ser reconhecida por famosos da TV.

Você Mais Saudável, da Editora Gente, chega às livrarias e plataformas digitais para provar que comer saudável não é sinônimo de abrir

mão do prazer à mesa. E promete ser mais do que um livro de receitas. Dani o define como “um guia para uma vida mais plena e equilibrada, onde a alimentação saudável se torna uma aliada para cuidar do corpo e da mente”.

O livro surgiu de pedidos de diversas seguidoras de Dani por uma publicação física sua. Está disponível nas prateleiras das melhores livrarias e via internet, e já é um verdadeiro sucesso.

Com depoimentos e cases de algumas das mais de 20 mil pessoas impactadas por seu método, Dani Faria Lima prova que alimentação saudável não é o mesmo que restrição alimentar, que uma comida nutritiva pode ser muito saborosa e que cozinhar é uma habilidade como muitas outras, que pode ser aprendida, desenvolvida e aprimorada por qualquer pessoa.

Em Você mais saudável, a autora e chef saudável, explica a realidade sobre a alimentação saudável e descomplica o preparo de uma refeição nutritiva, trazendo receitas deliciosas para você e sua família prepararem.

Com a ajuda de Dani, você aprenderá a:

- Alimentar-se de maneira saudável sem gastar muito dinheiro;
- Emagrecer sem fazer dietas malucas;
- Cozinhar receitas nutritivas, saborosas e práticas;
- Escolher os alimentos certos;
- Diferenciar a fome da vontade de comer e identificar quando está satisfeita;
- Organizar a sua rotina para acolher novos hábitos saudáveis.

“Se o seu objetivo com a alimentação saudável está relacionado à saúde, ou se o que mais deseja é conseguir subir uma escada sem se fadigar e ter mais disposição para as suas tarefas do dia a dia, tudo que ensino neste livro é capaz de ajudar a transformar a sua realidade para sempre. Como bônus, você ainda vai ganhar uma coleção de receitas verdadeiramente saudáveis e deliciosas que despertarão em você o prazer em comer bem.”



Reféns do TikTok

Qual o impacto essa plataforma traz a saúde mental de crianças e jovens se usada em excesso.

A ascensão das mídias sociais transformou a maneira como as crianças e jovens interagem com o mundo, e o TikTok emergiu como uma das plataformas mais populares entre jovens usuários.

Embora o aplicativo tenha proporcionado uma plataforma criativa para entretenimento, também suscitou preocupações significativas sobre o impacto na saúde mental das crianças e jovens que usam em excesso.

O TikTok cria uma base de dados a partir do usuário na infância, onde em vez de brincar as crianças apenas assistem outros usuários a fazer dancinhas, abrir presentes e consomem conteúdo por horas.

Apesar de ser uma plataforma criativa, seu formato rápido e atraente contribui mais para distorções de contexto, autoestima e excesso de consumo.

Estudos globais e especialistas em todo mundo alertam para os desafios significativos na saúde mental das crianças e jovens quando usado o tempo todo. E quais são elas?

Comparação Social:

O TikTok frequentemente exibe vidas aparentemente perfeitas e padrões inatingíveis, levando a comparações sociais negativas. Crianças podem se sentir inadequadas ao comparar sua vida real com os destaques perfeitos compartilhados por outros usuários.

Na real, estamos falando de crianças sendo induzida ao consumismo desde cedo e proporcionando um cenário que nem mesmo a inteligência artificial vai dar conta, pois estamos construindo futuros cidadãos que não conseguirão nem fazer uma pergunta sem ver o que alguém postou antes nas redes.

Pressão para Performar:

A busca pela validação online pode gerar ansiedade e pressão para criar conteúdo popular e atrair seguidores. Isso causa estresse emocional e impacta na autoestima das crianças e jovens,

facilitando o ambiente para crimes virtuais e predadores.

Tempo Excessivo Online:

O design viciante do TikTok pode levar as crianças a gastarem horas intermináveis rolando e assistindo vídeos. Isso pode afetar negativamente seu tempo de estudo, sono e interações sociais no mundo real.

Cyberbullying:

A interação anônima e a rápida propagação de conteúdo podem facilitar o cyberbullying. Crianças podem enfrentar comentários negativos, insultos ou assédio online, afetando sua saúde emocional.

E qual é o caminho para evitarmos mais reféns de TikTok?

A conscientização e a moderação são fundamentais para garantir que o TikTok seja usado de maneira saudável e positiva por maiores de 13 anos como diz a plataforma.

Definir Limites de Tempo e idade:

Estabeleça um limite diário ou semanal para o tempo gasto no TikTok. Isso ajudará a garantir que as crianças não estejam exagerando na utilização da plataforma e tenham tempo para outras atividades importantes.

Promover o Equilíbrio: Incentive uma variedade de atividades offline, como esportes, leitura em livro de papel e arte. Isso ajuda a equilibrar o tempo gasto online e offline.

Fomentar Conversas Abertas:

Mantenha um diálogo aberto com as crianças sobre seu uso do TikTok. Pergunte o que estão assistindo sem julgamentos. Encoraje-as a compartilhar suas experiências e sentimentos em relação à plataforma, para que possam receber apoio quando necessário.

Ensinar Pensamento Crítico:

Ajude as crianças a desenvolver habilidades de pensamento crítico para avaliar o conteúdo que consomem no TikTok. Discuta a autenticidade e as

expectativas realistas em relação ao que é compartilhado. Em caso de conteúdo impróprio, bloquear e denunciar a plataforma.

Promover a Autoestima: Reforce a importância da autoestima e do amor-próprio independentemente das métricas de popularidade online. Ajude as crianças a entender que a verdadeira valia não está ligada ao número de seguidores ou curtidas.

Desconectar antes de Dormir: Estabeleça uma regra de desconectar do TikTok e de outras mídias sociais pelo menos uma hora antes de dormir. Isso ajuda a melhorar a qualidade do sono e a reduzir o impacto no ritmo circadiano. Os pais atentos recomendam-se uso de controle parental para bloquear acesso nesse período.

Modelar Comportamentos Saudáveis:

Como pai, mãe ou responsável, seja um modelo de comportamento saudável em relação ao uso de mídias sociais. Demonstre como equilibrar a vida online e offline de maneira positiva.

O TikTok tem um impacto significativo na saúde mental das crianças e tem contribuído muito para problemas como comparação social, pressão para performar e dependência online.

No entanto, a orientação sobre quem usar, quando usar e como usar é de responsabilidade dos pais, mães e responsáveis das crianças. Vamos educar as novas gerações para usar a tecnologia sem adoecer? 



Maria Augusta Ribeiro é especialista em comportamento digital e Netnografia no Belicosa.com.br

O Bateras Beat Cuiabá

É OUTRO PATAMAR!

A Maior e Melhor
ESTRUTURA

A Melhor Equipe de
PROFESSORES

Os Maiores Eventos
PARA ALUNOS

Metodologia EXCLUSIVA

A MAIOR Rede de Escolas de
MÚSICA DA AMÉRICA LATINA

ESCOLA DE
MÚSICA

www.baterasbeatcuiaba.com.br

   /baterasbeatcuiaba



UNIDADE
01 Quilombo/Centro
Filinto Müller, 829
(65) 9 9994.6505

UNIDADE
02 Jd. das Américas
Rua La Paz, 546
(65) 9 9350.1091



Bom mesmo é morar em um abraço

Um lar é onde o coração descansa e se sente em paz. É pensando nisso que a São Benedito constrói mais que lugares, mas verdadeiros refúgios de momentos e afetos. São 40 anos de dedicação, cuidando de cada detalhe para ficar na memória.

 [saobeneditocuiaba](#)

 [gruposaubenedito](#)

 [saobeneditocba](#)

 [@saobeneditocuiaba](#)

 [saobenedito.com.br](#)


SÃO BENEDITO


40 ANOS