

MATO GROSSO

DO NORTE



DESDE 1.996

ALTA FLORESTA-MT E REGIÃO NORTE | QUARTA-FEIRA | 23 DE SETEMBRO DE 2026

EDIÇÃO Nº 3.479

Foto: Assessoria

Vila Olímpica ganha novo asfalto e se aproxima da conclusão em Peixoto

Pavimentação recebe reforço para garantir maior resistência; Secretaria

de Obras também mantém frentes de trabalho em estradas e bairros. **PÁGINA 11**



Hospital Alto Tapajós já concentra maioria dos atendimentos; veja o que permanece na antiga unidade

Foto: MT Norte



Transferência dos serviços foi concluída, mas Obstetrícia e Ginecologia continuam, temporariamente, no Hospital Regional Albert Sabin. **PÁGINA 9**

MT fecha 2025 com R\$ 165,6 bilhões na produção agrícola

Estado registra crescimento de 37,1% no valor da produção e responde por 17,9% do resultado nacional. **PÁGINA 12**

Carlinda promove ação de limpeza e conscientização às margens do Rio Teles Pires

Mutirão que teve a frente à Prefeitura de Carlinda, buscou deixar o espaço mais limpo e conscientizar frequentadores sobre a responsabilidade de preservar o patrimônio natural. **PÁGINA 10**



Exercícios para fortalecer os joelhos

Esses exercícios ajudam a aumentar a força dos músculos que sustentam e estabilizam essa articulação, como quadríceps, glúteos e músculos posteriores da coxa. **PÁGINA 8**



Foto: Reprodução



DÓLAR COMERCIAL
COMPRA: R\$ 5,102
VENDA: R\$ 5,103

DÓLAR TURISMO
COMPRA: R\$ 5,122
VENDA: R\$ 5,302

EURO
COMPRA: R\$ 5,842
VENDA: R\$ 5,842

OURO G 24k: R\$ 656,03
POUPANÇA: 0,5% A.M
SELIC: 13,75%

TEMPO HOJE | MÁX: 35° | MÍN: 23°
Umidade relativa do ar
Máxima: 45% Mínima: 85%
PROB. CHUVA: 0%

MAIS!

■ ALIENÍGENA E DETERGENTE

O deputado federal e candidato ao Senado José Medeiros (PL) afirmou, em áudio vazado nesta terça-feira, 22, que seu eleitor é aquele que “ora para alienígena e bebe detergente”. A declaração teria sido enviada ao prefeito de Diamantino, Francisco Mendes “Chico” (União), irmão do ministro do Supremo Tribunal Federal (STF) durante uma conversa sobre o cenário político para as eleições de 2026. As referências fazem alusão a episódios que viralizaram nas redes sociais envolvendo apoiadores de Jair Bolsonaro. Em outro trecho da conversa, Medeiros afirmou evitar críticas ao STF, mas disse que aceitaria atacar publicamente o ministro Alexandre de Moraes.

■ AGENDA EM AF

Foto: Reprodução



A candidata ao Governo de Mato Grosso, Dra. Natasha Silhessarenko (PSD), participa nesta quarta-feira, 23, de um encontro de campanha em Alta Floresta. A agenda está marcada para as 19h, no Gold Eventos, localizado na Avenida Perimetral Rogério Silva. O encontro contará com a participação do candidato a deputado estadual Valdir Barranco (PT) senador Carlos Fávaro (PSD) e Pedro Taques, ambos candidatos ao Senado. Durante a programação, Natasha deverá se reunir com apoiadores e lideranças locais para apresentar propostas.

■ FETHAB II

O governador e candidato à reeleição, Otaviano Pivetta (Republicanos), afirmou nesta terça-feira (22) que não pretende recriar o Fethab II após o fim da contribuição adicional. Durante encontro com o setor de bioenergia, em Cuiabá, ele defendeu a manutenção dos investimentos em infraestrutura, habitação e industrialização.



CÉZAR MÁRIO DALLA RIVA

“Eu acho...” — dissecando



Morador de Alta Floresta e bacharel em Direito

Conforme o dicionário mostra, dissecar é analisar com minúcia. É comum ouvir a expressão “eu acho” como resposta a uma dúvida levantada por alguém ou como uma afirmação particular sobre qualquer assunto em discussão.

Como início, o uso do pronome “eu” afirma, com absoluta clareza e segurança, que a resposta dada é extremamente pessoal, única, daquilo que o interpelado sustenta.

Por outro lado, a expressão “acho” é extremamente vaga, porque, na realidade, não dá consistência firme, não servindo, juridicamente, pelo menos, para qualquer procedimento decisório.

“Eu acho”, em outras palavras, confirma que o entrevistado não tem conhecimento do assunto para dar uma resposta com total certeza, dadas as implicações que

poderiam decorrer.

O *journal Mato Grosso do Norte* publicou uma frase do presidente Lula, dizendo: “Eu acho que não é justo uma pessoa entrar com 35 anos e ficar até 75. É muito tempo, então acho que pode ter um mandato”.

DE MINHA PARTE, CONFORME JÁ ESCREVI, O “EU ACHO” ESTÁ CANCELADO DO MEU VOCABULÁRIO

Deixou claro ser favorável à aprovação de mandato para o STF. O “achismo” publicado contraria a competência exclusiva do STF, que tem regras próprias para seu funcionamento, independentemente de politização, com fixação de prazos para o exercício das funções de magistrados.

Reportando-me ao publicado, por uma questão de bom senso e igualdade, o

mesmo limite de idade de 75 anos deveria valer também para o Executivo, levando em conta os problemas decorrentes do envelhecimento que, ano após ano, gradativa e silenciosamente, vão atingindo todo ser humano, com raríssimas exceções.

De minha parte, conforme já escrevi, o “eu acho” está cancelado do meu vocabulário e, quando interpelado, respondendo com educação, pedindo que seja perdoado por não responder, por não ter conhecimento do assunto para dar uma resposta adequada.

Prefiro ficar calado em vez de “chutar”, e um dos motivos de minha abstenção é a possibilidade de que as palavras de minha resposta possam, inadequadamente, servir para alguém usá-las em algo que necessita de certeza, podendo causar prejuízos.

Foto: Reprodução



FRASE

“

Faltou falar a marca

O deputado estadual Gilberto Cattani ironizando, nesta terça-feira, 22, ao repercutir o áudio no qual José Medeiros (PL) afirma que seu eleitor é aquele que “ora para alienígena e bebe detergente

EXPEDIENTE MATO GROSSO DO NORTE

Diretor e editor responsável:
José Vieira do Nascimento
Administração:
Ivete Weber do Nascimento

Administração, redação e Centro Tecnológico Gráfico:
Rua Ivandolina Rosa Nazário (H-6), 97 - Setor Industrial, Cep: 78580-000 - Alta Floresta Mato Grosso

Publicidades e assinaturas
(66) 3521-6406

Representantes
Guarantã do Norte
Apiacás, Carlinda, Colíder, Cuiabá, Matupá, Paranaíta, Peixoto de Azevedo, Nova Bandeirantes, Nova Canaã do Norte, Nova Monte Verde, Nova Santa Helena e Terra Nova do Norte

Caderno B
Agência de Notícias - Carta Z

Periodicidade
Segunda, quarta e sexta-feira

E-mail: mtnorte@terra.com.br
jornalmtnorte@hotmail.com

Registrado no livro B/1 às folhas 002 sob o nº 008, Cartório de 2º Ofício

ASSOCIADO À:



Wellington diz que prefeitos do PL têm liberdade para apoiar Pivetta

REPORTAGEM
MATO GROSSO DO NORTE

O senador Wellington Fagundes (PL), candidato ao Governo de Mato Grosso, afirmou nesta terça-feira, 22, que os prefeitos do partido que declararam apoio ao governador Otaviano Pivetta (Republicanos) não devem ser vistos como traidores. Para o candidato, os gestores têm autonomia para tomar decisões de acordo com suas convicções.

A manifestação ocorre após prefeitos do PL, entre eles Flávia Moretti, de Várzea Grande, e Cláudio Ferreira, de Rondonópolis, aparecerem ao lado de Pivetta em uma peça de campanha. A propaganda chegou a ser suspensa



Wellington Fagundes, candidato do PL ao governo

pelo Tribunal Regional Eleitoral de Mato Grosso (TRE-MT).

Mesmo diante da divisão dentro do partido, Wellington evitou adotar um tom de confronto com os prefeitos. Questionado sobre a possibilidade de punições,

afirmou que a decisão cabe à direção do PL em Mato Grosso.

A disputa pelo comando do Estado provocou um cenário de divergência dentro da legenda. Wellington é o candidato do PL ao Governo, enquanto parte

dos prefeitos filiados à sigla optou por apoiar Pivetta, que busca a reeleição.

EM MEIO À DIVISÃO NO PL, SENADOR DIZ RESPEITAR DECISÃO DE PREFEITOS E NÃO DEFENDE EXPULSÃO DOS DISSIDENTES

Wellington também aproveitou a declaração para destacar sua trajetória no partido. “Eu sou leal, sou fiel. Quarenta anos filiado ao partido, todos os meus mandatos foram pelo meu partido”, afirmou.

Ao ser questionado especificamente se os prefeitos que apoiam Pivetta deveriam ser expulsos, Wellington não endossou a medida e voltou a atribuir a decisão à direção partidária.

Governo sanciona Lei que altera estrutura executiva da OAB

ASSESSORIA

O presidente da República em exercício, Geraldo Alckmin, sancionou a Lei Nº 15.511, que amplia a composição da Diretoria do Conselho Federal da Ordem dos Advogados do Brasil, modifica a nomenclatura do secretário-geral adjunto e faculta aos Conselhos Seccionais a criação de diretorias regimentais temporárias.

Conforme a norma sancionada, publicada no Diário Oficial da União (DOU) desta terça-feira, 22, o núcleo executivo da OAB Nacional passa a ter sete cargos, contando agora com corregedor-geral, diretor tesoureiro, diretor administrativo e diretor executivo, mantendo os cargos de presidente, vice-presidente e secretário-geral. As funções de direção da OAB são exercidas de forma voluntária, sem remuneração.

A Lei também autoriza os Conselhos Seccionais, na forma do Regulamento Geral, a criarem diretorias regimentais temporárias de caráter temático, para atender a demandas específicas. As mudanças atualizam a Lei nº 8.906, de 4 de julho de 1994, que dispõe sobre o Estatuto da Advocacia e da Ordem dos Advogados do Brasil (OAB).



Câmara de Colíder

Selo Diamante

Qualidade em Transparência pelo TCE-MT



O nível Diamante é reservado apenas às instituições que apresentam portais altamente organizados

acesse:

www.camaracolider.mt.gov.br

Vereador solicita construção de pista de caminhada no entorno do cemitério Jardim da Saudade

Foto: Assessoria

INFORMAÇÕES
ASSESSORIA

O vereador Bernardo Patrício (MDB) teve aprovada, durante a sessão ordinária da Câmara Municipal de Alta Floresta realizada na sexta-feira, 18, a Indicação, que solicita ao Poder Executivo a construção de uma pista de caminhada no entorno do Cemitério Municipal Jardim da Saudade.

A proposta é direcionada à Secretaria de Cidade, com cópia à Secretaria de Infraestrutura e Serviços Urbanos, e prevê o aproveitamento da área pública existente no entorno do cemitério para a implantação de um espaço destinado à prática de atividades físicas, lazer e convivência comunitária.

Segundo a justificativa

apresentada na indicação, a iniciativa busca atender principalmente os moradores do Jardim Araras e de bairros próximos, como Jardim Renascer e Buritis, que necessitam de espaços públicos adequados para a prática de exercícios e atividades ao ar livre.

ALÉM DA PISTA DE CAMINHADA, A PROPOSTA PREVÊ MELHORIAS NO ENTORNO, COMO ILUMINAÇÃO ADEQUADA E SINALIZAÇÃO

Bernardo destaca que a implantação da pista poderá contribuir para a promoção da saúde e da qualidade de vida da população, incentivando a prática regular de atividades físicas e ajudando no



Vereador Bernardo Patrício apresentou a Indicação ao Executivo Municipal

combate ao sedentarismo.

Além da pista de caminhada, a proposta prevê melhorias no entorno, como iluminação adequada e sinalização. Para Bernardo Patrício, a iniciativa

representa uma oportunidade de transformar uma área pública disponível em um espaço acessível

de lazer e atividade física. A proposta também teve a participação do vereador Adelson Rezende (União).

Projeto de asfaltamento da Pista do Cabeça é solicitado ao Executivo

Foto: Assessoria

INFORMAÇÕES
ASSESSORIA

A Câmara Municipal de Alta Floresta aprovou, durante a sessão ordinária realizada na sexta-feira, 18, a Indicação de autoria do vereador Naldo da Pista, que busca dar os primeiros passos para viabilizar o asfaltamento da comunidade de Pista do Cabeça.

Por meio da indicação, o vereador solicita que o Poder Executivo faça uma solicitação à Associação Mato-grossense dos Municípios (AMM) para a elaboração do projeto de pavimentação da comunidade.

Para Naldo, a elaboração do projeto é uma etapa fundamental para que o município possa avançar na busca por recursos destinados à execução da obra. Com o projeto técnico em mãos, a Prefeitura poderá buscar alternativas de financiamento e



Vereador Naldo da Pista

parcerias para viabilizar a pavimentação.

“A elaboração e o recebimento deste projeto são fundamentais para viabilizar a captação de recursos e posterior execução da obra”, destaca Naldo na proposição.

A expectativa é que, a partir da elaboração do projeto, o município possa avançar na busca pelos recursos necessários para transformar a proposta de pavimentação em obra.

ATENÇÃO MORADOR!**JARDIM PRIMAVERA****LOTEAMENTO FOI LEGALIZADO!****FAÇA SUA ESCRITURA****AUTORIZAÇÃO DA ESCRITURA ESTÁ LIBERADA**
Regularize seu terreno com segurança.**DESCONTOS E PARCELAMENTO**
Condições especiais para quitação de débitos.**ESCRITURA EM ATÉ 20X**
Pagamento no cartão de crédito.**ITBI EM ATÉ 12X**
Mais facilidade para regularizar.**REGULARIZE SEU TERRENO E
VALORIZE SEU PATRIMÔNIO!** **(66) 9 8438-2311 (66) 9 9916-2682**

Taxa do cartão por conta do cliente.

**Avenida Ariosto da Riva, 3841 – Anexo à Oficina do Joãozinho**

ALZHEIMER pode começar de forma silenciosa; veja quando procurar ajuda

Nem todo esquecimento é sinal da doença, mas familiares devem ficar atentos às alterações persistentes na memória e na rotina; além de mudanças de comportamento de idosos

Foto: Reprodução

O número de pessoas com Alzheimer e outras formas de demência deve crescer nas próximas décadas. 21 de setembro foi o Dia Mundial do Alzheimer. A data chama atenção para a importância de reconhecer os primeiros sinais, buscar avaliação médica e adotar medidas que podem ajudar a proteger a saúde do cérebro.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), mais de 57 milhões de pessoas viviam com algum tipo de demência no mundo em 2021. A cada ano, são registrados quase 10 milhões de novos casos. O Alzheimer é responsável por cerca de 60% a 70% dos casos.

No Brasil, aproximadamente 2,7 milhões de pessoas com 60 anos ou mais vivem com demência, segundo dados do Ministério da Saúde. A estimativa é que esse número possa chegar a 5,6 milhões até 2050.

Um dos principais desafios é identificar a doença no início. Nem todo esquecimento significa Alzheimer, mas mudanças que começam a atrapalhar atividades do dia a dia precisam ser investigadas.



A prevenção também faz parte desse cenário. Atividade física, controle da pressão arterial e do diabetes, alimentação equilibrada, não fumar e manter uma vida social ativa

estão entre os fatores associados à redução do risco de demência. E são medidas que podem contribuir para a saúde cerebral.

Esquecer compromissos com frequência, repe-

tir perguntas, ter dificuldade para realizar tarefas conhecidas, perder-se em lugares familiares ou apresentar mudanças de comportamento são alguns sinais que merecem atenção.

A prevenção também ganhou espaço. A OMS aponta que fatores como sedentarismo, tabagismo, pressão alta, diabetes, isolamento social e exposição à poluição do ar podem contribuir para o risco de demência.

Ainda não existe uma forma de prevenir todos os casos de Alzheimer. A idade e fatores genéticos também influenciam o risco. Por isso, o acompanhamento médico continua sendo importante, principalmente diante de mudanças persistentes na memória ou no comportamento.

A doença também afeta familiares e cuidadores. Com a perda progressiva da autonomia, muitas pessoas precisam de ajuda para atividades que antes realizavam sozinhas, aumentando a necessidade de uma rede de apoio.

No Dia Mundial do Alzheimer, o principal alerta é não ignorar mudanças persistentes. Quanto antes uma alteração cognitiva é investigada, maiores são as possibilidades de identificar sua causa e definir os cuidados mais adequados para cada pessoa.

APROVEITE

50%

OFF

ATÉ 26/09

Em toda a linha de utilidades

HOME CENTER
Utilidades

Pratos, xícaras, taças, jarras e muito mais!

Arrase no Chá do Bem com a Home

@ home_center.utilidades

☎ 66 99222-3452

AV. ARIOSTO DA RIVA, 2503

Gengiva sangrando pode ser o primeiro aviso de uma DOENÇA SILENCIOSA

Embora seja frequentemente tratado como algo comum, o sangramento gengival pode indicar uma doença que evolui silenciosamente e pode levar à perda dos dentes

Sangrar durante a escovação ou ao passar o fio dental não deve ser considerado algo normal. O sintoma pode ser o primeiro sinal de uma inflamação gengival que, quando ignorada, pode evoluir silenciosamente para doenças periodontais e comprometer a sustentação dos dentes.

Apesar do alerta, muitas pessoas convivem com o sangramento por meses sem procurar um dentista, principalmente porque, nas fases iniciais, o problema geralmente não causa dor.

“O maior problema é que o sangramento costuma aparecer muito antes da dor. Como o paciente normalmente não sente desconforto nas fases iniciais, acaba acreditando que é algo normal e adia a consulta. Quando procura atendimento, muitas vezes a doença

já evoluiu”, afirma Dr. Lucas Fontanari, doutor em Periodontia pela UNESP.

Na maioria dos casos, o sangramento está relacionado à gengivite, uma inflamação provocada pelo acúmulo de placa bacteriana sobre os dentes e a gengiva. Quando identificada e tratada corretamente, a gengivite pode ser revertida. Porém, em pessoas suscetíveis, a inflamação pode avançar para a periodontite, doença que afeta os tecidos e o osso responsáveis pela sustentação dos dentes.

Segundo estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS) e dados do estudo Global Burden of Disease, cerca de 1 bilhão de pessoas no mundo sofrem com doenças periodontais. No Brasil, dados do projeto SB Brasil mostram que os problemas gengivais

continuam sendo um importante desafio de saúde bucal.

Além da higiene inadequada, fatores como tabagismo, diabetes descompensada, alterações hormonais, estresse e predisposição genética podem aumentar o risco de desenvolvimento ou agravamento das doenças periodontais.

Sangramento frequente não é o único sinal de alerta. Gengiva inchada ou avermelhada, retração gengival, mau hálito persistente e dentes que começam a apresentar mobilidade também merecem avaliação profissional.

A ciência também vem demonstrando uma relação cada vez mais importante entre saúde bucal e saúde geral. As doenças periodontais estão associadas a condições como diabetes, doenças cardiovasculares e respiratórias.



Foto: Reprodução

A relação com o diabetes está entre as mais bem estabelecidas: pessoas com diabetes descompensada têm maior risco de desenvolver e agravar a periodontite, enquanto a própria doença periodontal pode dificultar o controle da glicemia.

SUA SAÚDE MERECE O MELHOR CUIDADO.

Telefone: 66 3521-1150

Av. Ludovico da Riva Neto Nº2154 - Centro - Alta Floresta - MT

A SAÚDE VAI ATÉ VOCÊ!
ENTREGAMOS NO CONFORTO DA SUA CASA

BROGARIA AMÉRICA
Dentista

HORÓSCOPO

Áries (21/03 à 21/04) - Uma conversa com amigos, parceiros de projeto ou pessoas que compartilham dos mesmos objetivos pode destravar algo que parecia sem saída. Exponha sua ideia, mas deixe espaço para que ela seja transformada pelo diálogo.

Touro (20/04 à 20/05) - Pode ser um bom momento para falar sobre trabalho, responsabilidades ou uma decisão que envolva sua direção profissional. Uma conversa aparentemente simples pode ajudar.

Gêmeos (21/05 à 21/06) - Uma troca de ideias pode ampliar bastante sua visão sobre o futuro. Esteja disponível para aprender com quem pensa diferente de você.

Câncer (22/06 à 22/07) - Assuntos delicados podem ser tratados com mais leveza do que você imagina. Se existe algo envolvendo confiança, intimidade ou dinheiro que precisa ser conversado, procure explicar o que sente sem transformar a conversa em uma cobrança.

Leão (23/07 à 22/08) - O outro pode funcionar como um espelho importante hoje. Em vez de tentar convencer alguém de que você está certo(a), experimente perguntar o que essa pessoa realmente está tentando dizer.

Virgem (23/08 à 22/09) - Pequenos ajustes na rotina podem nascer de uma boa conversa. Talvez você descubra uma maneira mais inteligente de dividir tarefas, organizar compromissos ou melhorar uma dinâmica que estava desgastante.

Libra (23/09 à 22/10) - As palavras ganham força hoje. É um daqueles dias em que uma conversa pode mudar o clima de uma relação, esclarecer um mal-entendido ou aproximar pessoas.

Escorpião (23/10 à 21/11) - Algumas coisas talvez façam mais sentido quando você deixa de guardá-las apenas para si. Uma conversa reservada pode revelar informações importantes ou trazer uma compreensão diferente sobre algo que vinha sendo processado internamente.

Sagitário (22/11 à 21/12) - Trocas com pessoas próximas podem trazer ideias novas para sua vida. Não descarte uma sugestão só porque ela parece diferente do seu plano original.

Capricórnio (22/12 à 19/01) - Uma conversa profissional pode abrir espaço para ajustes importantes. Se existe algo que você gostaria de propor, negociar ou reorganizar, vale colocar a ideia sobre a mesa.

Aquário (20/01 à 18/02) - O céu favorece especialmente sua capacidade de pensar diferente. Uma conversa pode despertar uma ideia, confirmar uma percepção ou fazer você enxergar uma possibilidade que ainda não tinha considerado.

Peixes (19/02 à 20/03) - Talvez você precise de um pouco de recolhimento para ouvir o que está pensando de verdade. Uma conversa íntima, uma escrita ou simplesmente um momento longe dos estímulos pode ajudar a organizar sentimentos que estavam misturados.

PALAVRAS CRUZADAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Direito do filho menor de pais separados	Deduzir, em inglês, hora litúrgica	Resultado de mudança drástica de renda	(?) Imperial, local histórico do Rio	Intenção de quem faz a provocação	Disciplina do curso de Arquitetura
▶	▼			▼	
Pedido de quem não pode pagar completamente uma dívida		Título nobre espanhol	O que o desafiado não acerta		Viagem que faz supor um regresso
Arábia (?), país onde se situa Meca		Ponto, em inglês	▼		Sinal presente em certas silabas tônicas
Documento escolar	Estado dos EUA	▼			▼
▼	Oculto; escondido			Carro, em inglês	Tumores (Patol.)
Fruta-de-conde (bras.)	▼	Vitamina sintetizada na exposição ao sol	2.000, em algarismos romanos	▼	Ted Turner: fundou o canal CNN
▶			▼		▼
Atividade que reforça o vínculo da mãe com o bebê		Cantor de "Fora da Lei" e "Colômbia"			
Mato Grosso (sigla)		(?) Santos, jogador da Seleção de 1962 (fut.)	Grande divisão do tempo geológico		Nome atribuído a Deus, na Bíblia
▶		▼	▼		▼
"(?) for Speed", jogo eletrônico	Planta que previne queda de cabelo	Aposta, em inglês			Sigla de Lupus eritematoso sistêmico
▶	▶				▼
Recife circular	(?) Palma, jornalista	Silaba de "casca"			Vogais de "mole"
Companhia (abrev.)	▶	Raiva, em inglês	Thomas (?), escritor de "Doutor Fausto"		
Praga histórica de Pequim, na China		Material metálico usado em painéis			"(?) Last", sucesso de Etta James
▶					▶

BANCO. 2/at. 3/bet — car — don — dot. 4/need — rage. 6/deduce.

PONTO & VÍRGULA

TAMBATINGA

PEIXE FRESCO DIRETO PARA A SUA MESA

- RICO EM PROTEÍNAS
- FONTE DE ÔMEGA-3
- FONTE DE VITAMINAS

SAUDÁVEL E SABOROSO

VENTRECHA

BANDA

MP PEIXARIA

ATENDIMENTO NA FEIRA LIVRE

(66) 9 9600 5502

KAMILA BOSQUETTI e IGOR SILVA celebraram a união em uma elegante cerimônia de casamento. Entre olhares apaixonados, sorrisos e a presença de pessoas queridas, o casal brindou ao amor e ao início de uma nova e inesquecível história a dois.



ANNA PAULA e MACIEL CUNHA em viagem especial na Cidade Maravilhosa, desfrutando o charme, as belezas e os encantos do Rio de Janeiro. Um registro de dias memoráveis, cercados de bons momentos e belas experiências.

Descubra o poder da estética avançada

Bioestimulador de Colágeno
Peeling e Botox
Limpeza de pele
Fotodepilação
Tratamento de estrias

Bio Dermo
DRA. IARA PEROTTO

Agende já uma visita
(66) 99714-6177
R. D-2, 222 - ST. D, ALTA FLORESTA - MT



Um novo capítulo para a **FARMÁCIA REAL**! A reinauguração, realizada no sábado, 19 de setembro, reuniu a equipe em um registro especial, traduzindo o carinho, a atenção e o compromisso dedicados diariamente aos clientes.

HIDRATAÇÃO e Escova

O combo ideal para cabelos saudáveis

TOKE FINAL
CABELO - MAKEUP - NOIVAS & SPA

MARQUE SEU HORÁRIO (66) 99267-7887
Av. Amazonas, 1.286 Cidade Alta



ROSE SILVA celebrou a reinauguração da Ortência presentes ao lado de familiares e amigos, recebendo manifestações de carinho, prestígio e as melhores energias para essa nova fase.

Podologia

Como ela pode melhorar a sua vida:

- Ajuda no alívio de dores nos pés
- Melhora da estética dos pés
- Prevenção de micoses nas unhas
- Mais conforto no caminhar

Franciele Medeiros
Podologia Clínica

Agende agora!
(66) 99646-0845

Av. Ludovico da Riva Neto, nº 1420, anexo a Imobiliária Alta Floresta

Exercícios para fortalecer os joelhos

Esses exercícios ajudam a aumentar a força dos músculos que sustentam e estabilizam essa articulação, como quadríceps, glúteos e músculos posteriores da coxa

Foto: Gerada por IA



Os principais exercícios para fortalecer o joelho incluem extensão do joelho com elástico, sentar e levantar da cadeira, adução e abdução de quadril, elevação pélvica e extensão do quadril, por exemplo. Esses exercícios ajudam a aumentar a força dos músculos, melhorando o equilíbrio e a capacidade de realizar movimentos do dia a dia.

A extensão do joelho com elástico trabalha principalmente o quadríceps, um dos principais músculos responsáveis por estender a perna e ajudar a dar suporte e estabilidade ao joelho.

O fortalecimento desse músculo pode facilitar movimentos do dia a dia, como

caminhar, subir escadas e levantar de uma cadeira.

COMO FAZER: sentar em uma cadeira com as costas retas e os pés apoiados no chão. Prender uma das extremidades do elástico em um ponto fixo atrás do corpo e a outra no tornozelo.

Com o joelho dobrado, estender lentamente a perna contra a resistência do elástico, sem fazer movimentos bruscos, até que o joelho fique completamente estendido. Depois, retornar de forma controlada à posição inicial.

Pode-se realizar de 12 a 15 repetições para cada perna, durante 3 séries, ou de acordo com a orientação do educador físico, conforme a condição física e os objeti-

vos de cada pessoa.

SENTAR E LEVANTAR DA CADEIRA - O exercício de sentar e levantar da cadeira fortalece principalmente o quadríceps e os glúteos, músculos importantes para sustentar e estabilizar o joelho.

Além disso, por reproduzir um movimento realizado frequentemente no dia a dia, ajuda a melhorar a força das pernas e a facilitar atividades como levantar da cama, sair de uma cadeira e subir escadas.

COMO FAZER: sentar em uma cadeira, com os pés apoiados no chão e afastados aproximadamente na largura dos quadris. Inclinar levemente o tronco para a frente e levantar, empurrando o chão com os pés e usando

a força das pernas, sem deixar os joelhos se deslocarem para dentro.

Depois, dobrar os joelhos e levar o quadril para trás para retornar à posição sentada, de forma lenta e controlada. Pode-se realizar 15 repetições durante 3 a 4 séries, ou conforme a orientação do educador físico.

A ABDUÇÃO DO QUADRIL em pé trabalha principalmente os músculos glúteos, especialmente os que ficam na lateral do quadril, ajudando a manter a perna alinhada durante os movimentos e contribuem para o controle do joelho.

COMO FAZER: ficar de pé, mantendo o corpo ereto e apoiando as mãos em uma cadeira ou parede. Colocar um elástico ao redor dos tornozelos e levar uma perna para o lado, mantendo o joelho estendido e sem girar o quadril ou inclinar o tronco.

Em seguida, voltar devagar à posição inicial e repetir o movimento por 10 vezes com cada perna, durante 3 séries, ou conforme a orientação.

O FORTALECIMENTO DA PANTURRILHA ajuda a melhorar a força e a estabilidade da perna, contribuindo para movimentos como caminhar, correr e subir escadas.

COMO FAZER: ficar em pé, com os pés paralelos e afastados aproximadamente na largura dos quadris. Apoiar

as mãos em uma parede ou cadeira para manter o equilíbrio.

Elevar os calcanhares lentamente, transferindo o peso para a parte da frente dos pés e ficando na ponta dos pés. Em seguida, baixar os calcanhares de maneira controlada até encostar novamente no chão.

Para aumentar a resistência, pode-se segurar um peso livre em cada mão, realizando 15 repetições durante 3 séries.

A ELEVÇÃO PÉLVICA também trabalha os glúteos e os músculos posteriores da coxa, que ajudam a controlar os movimentos do quadril e da perna. O fortalecimento desses músculos pode contribuir para melhorar a estabilidade e o controle do joelho durante atividades que exigem apoio e movimentação das pernas.

COMO FAZER: deitar de costas, com os joelhos dobrados, os pés apoiados no chão e afastados aproximadamente na largura dos quadris. Manter os braços ao lado do corpo e contrair o abdômen e os glúteos.

Pressionar os pés contra o chão e elevar o quadril lentamente, até que o tronco fique alinhado com as coxas, sem arquear excessivamente a lombar. Manter a posição por alguns segundos e descer de forma controlada, durante 12 a 15 repetições.

SORRISOS QUE FICAM.

AS MELHORES AVENTURAS COMEÇAM COM UM PASSEIO.

O PASSEIO DOS PEQUENOS GANHOU UM NOVO ESTILO.

MADRID ELETRONIC

TRICICLO ELÉTRICO

TRICICLO ELÉTRICO

TRICICLO ELÉTRICO

TRICICLO ELÉTRICO

TRICICLO ELÉTRICO

TRICICLO ELÉTRICO

TRICICLO ELÉTRICO

TRICICLO ELÉTRICO

Av. Ludovico da Riva Neto, 2088 - centro - Alta Floresta MT | ☎ 66 3214-0444 | 📞 66 98408-4322 | 🌐 madrid_eletronic

Hospital Alto Tapajós já concentra maioria dos atendimentos; veja o que permanece na antiga unidade

JOSE VIEIRA
MATO GROSSO DO NORTE

O novo Hospital Estadual do Alto Tapajós, em Alta Floresta, já está, praticamente, em pleno funcionamento. O que era um sonho aguardado com grande expectativa por parte da população é uma realidade.

TRANSFERÊNCIA DOS SERVIÇOS FOI CONCLUÍDA, MAS OBSTETRÍCIA E GINECOLOGIA CONTINUAM, TEMPORARIAMENTE, NO HOSPITAL REGIONAL ALBERT SABIN

Na semana passada, a Secretaria Estadual de Saúde (SES) informou que a transferência da estrutura antiga para a nova unidade foi concluída. A mudança integra o processo de transição dos serviços de saúde da região para o Hospital Estadual do Alto Tapajós, inaugurado em março deste ano.

Todavia, a informação gerou algumas dúvidas por parte da população, com muitas pessoas buscando informações se, a partir de agora, o antigo hospital (Hospital Regional Albert Sabin) será fechado e se todo o atendimento já está sendo feito no novo hospital.

Diante dessas dúvidas,



Foto: MT Norte

Novo Hospital Estadual Alto Tapajós está em pleno funcionamento em Alta Floresta

Mato Grosso do Norte entrou em contato com a SES, que informou como está sendo realizado esse processo.

Conforme a SES, concluiu-se a transferência de 66 pacientes que estavam internados no antigo Hospital Regional Albert Sabin. São pacientes da UTI, Clínica Médica e demais enfermarias que estavam na antiga unidade e que foram conduzidos ao novo

hospital.

A Secretaria Estadual de Saúde, através de sua assessoria de imprensa, informou que já estão em funcionamento no novo Hospital Estadual do Alto Tapajós, as seguintes áreas: UTI adulto; Clínica Médica; Cirurgia Geral; Pediatria; Pronto-Socorro; Ortopedia e Traumatologia; Banco de Sangue (coleta e transfusão) e Ambulatório de todas as especialidades

atendidas na unidade.

O que ainda permanece na antiga estrutura são os setores de Obstetrícia e Ginecologia (para gestantes). Nas ocorrências de acidentes de trânsito, os Bombeiros já estão levando as vítimas para o novo hospital desde o dia 18 de setembro.

Portanto, conforme a SES, já foi concluída a transferência para o novo Hospital Estadual do Alto

Tapajós, todos os serviços que serão ofertados na unidade. Os serviços mantidos no antigo hospital permanecem com o Estado até que haja a transição da gestão para a Prefeitura de Alta Floresta.

A unidade conta com 162 leitos. São 20 leitos de UTI para adultos, 10 leitos de UTI pediátrica, 111 leitos de internação, 24 leitos de observação, além de seis salas cirúrgicas e 10 consultórios médicos para atendimentos ambulatoriais.

“Mais do que mudar os pacientes de uma unidade para outra, estamos consolidando uma nova estrutura de saúde para a região do Alto Tapajós, com mais tecnologia e melhores condições de atendimento. É um momento importante para a população e para todos os profissionais que fazem parte dessa história”, destacou o secretário de Estado de Saúde, Juliano Melo.

QUER SE MANTER INFORMADO?

LEIA O QR CODE E ACOMPANHE O SITE DO MT NORTE!



JORNAL MATO GROSSO DO NORTE

FAZ BEM VIVER sorrindo

DeLMORO®
Todo Dia Seu

Carlinda promove ação de limpeza e conscientização às margens do Rio Teles Pires

REPORTAGEM
MATO GROSSO DO NORTE

Uma ação de conscientização e preservação ambiental mobilizou equipes às margens do Rio Teles Pires, em Carlinda, no último sábado, 19. A atividade foi realizada na região da praia da antiga Balsa do Alcindo e teve como objetivo retirar resíduos e reforçar a importância da conservação do rio e de suas áreas de lazer.

A iniciativa foi promovida pela Prefeitura de Carlinda, por meio da Secretaria de Meio Ambiente e Turismo, em parceria com o Scred e a Secretaria de Saúde. A atividade integra o projeto “Mãos que Cuidam das Nossas Águas”, aprovado pelo Comitê de Bacia Hidrográfica

do Baixo Teles Pires.

A mobilização também ocorreu em referência ao Dia Mundial de Limpeza de Rios e Praias, celebrado no terceiro sábado de setembro. Durante os trabalhos, diversos resíduos que haviam sido descartados de forma irregular foram recolhidos das margens do Teles Pires.

Além da limpeza, a ação teve como foco chamar a atenção da população para a responsabilidade coletiva na preservação dos recursos naturais. O descarte incorreto de lixo pode comprometer o ambiente, afetar a qualidade da água e prejudicar a fauna e a flora presentes na região.

O Rio Teles Pires é utilizado por moradores e visitantes para atividades de

lazer, especialmente em áreas de praia durante períodos de menor nível das águas. Por isso, a manutenção desses espaços depende também da colaboração de quem frequenta o local.

MUTIRÃO QUE TEVE A FRENTE À PREFEITURA DE CARLINDA, BUSCOU DEIXAR O ESPAÇO MAIS LIMPO E CONSCIENTIZAR FREQUENTADORES SOBRE A RESPONSABILIDADE DE PRESERVAR O PATRIMÔNIO NATURAL

Cuidar do Meio Ambiente também tem sido uma das bandeiras da gestão municipal de Carlinda, através do



Foto: Reprodução

Foram recolhidos lixos jogados na margem do rio

prefeito Pastor Fernando Ribeiro. Conforme ele, a orientação deixada pela campanha é simples: aproveitar a natureza sem deixar resíduos para trás. A recomendação é que cada visitante recolha e leve consigo o próprio lixo, contribuindo para manter as margens do rio limpas e preservadas.

“A ação reforça ainda a proposta do projeto ‘Mãos que Cuidam das Nossas Águas’ de estimular atitudes

de cuidado com os recursos hídricos e fortalecer a consciência ambiental na comunidade”, disse o prefeito.

Para os organizadores, preservar o Rio Teles Pires vai além da realização de ações pontuais de limpeza. O trabalho também busca incentivar mudanças de comportamento e garantir que as próximas gerações possam continuar desfrutando das belezas naturais da região.

Equipes avaliam estrutura do antigo Regional para implantação do Hospital Municipal

INFORMAÇÕES
ASSESSORIA

Uma visita técnica realizada nesta segunda-feira avançou as tratativas para implantação do novo Hospital Municipal de Alta Floresta. Representantes da Prefeitura, da Secretaria de Estado de Saúde de Mato Grosso (SES-MT) e profissionais das áreas de engenharia, saúde, obras e gestão hospitalar estiveram no prédio do antigo Hospital Regional para avaliar a estrutura e definir os próximos passos do projeto.

Durante a vistoria, as equipes percorreram as instalações



Foto: Assessoria

Equipe técnica visitou a estrutura do antigo hospital

e analisaram as condições atuais do imóvel, identificando as adequações necessárias para que o espaço possa receber os serviços previstos para a nova unidade. Também foram discutidos aspectos relacionados à organização dos ambientes, equipamentos,

fluxos de atendimento e estrutura necessária para o funcionamento do hospital.

A agenda contou com a participação de Evania Maria Roman, diretora do Escritório Regional de Saúde de Alta Floresta; Mara Patrícia F. da Penha, da Secretaria Adjunta de Ges-

tão Hospitalar; Lalisca de Almeida Gomes Passos, do Gabinete de Atenção e Vigilância; Francyni Pissurno Lima, do Gabinete de Obras; além de representantes da empresa Facilita – Gestão Pública do Brasil.

Outro ponto considerado durante a visita foi o cronograma de execução das adequações. A intenção é definir as prioridades e organizar as etapas de intervenção de acordo com as necessidades estruturais e com o planejamento dos serviços que serão oferecidos à população.

As equipes também avançaram na discussão sobre

o perfil assistencial do futuro Hospital Municipal. Entre os serviços em análise está a oferta de atendimento de referência regional em obstetrícia, contemplando gestantes de risco habitual e de alto risco. A proposta busca fortalecer a assistência materno-infantil e ampliar a capacidade de atendimento de Alta Floresta e dos municípios da região.

A utilização do prédio do antigo Hospital Regional representa uma alternativa para a implantação da nova unidade, mas exige uma avaliação técnica detalhada para adequar a estrutura às necessidades do hospital.

Compre sua passagem da Itamarati pelo **Whatsapp**, de qualquer lugar, a qualquer hora e **SEM TAXAS**.

24HRS
(17) 99615-1506

Garanta mais vantagem com a compra antecipada!

Itamarati

Vila Olímpica ganha novo asfalto e se aproxima da conclusão em Peixoto

REPORTAGEM

MATO GROSSO DO NORTE

A Vila Olímpica de Peixoto de Azevedo está na reta final das obras. Durante visita ao local na segunda-feira, 21, o secretário municipal de Obras e Transporte, Valdecir Noronha, o Tililim, destacou a qualidade do serviço de pavimentação e afirmou que o espaço está sendo preparado para voltar a receber grandes eventos.

Segundo o secretário, antes da aplicação do asfalto foram executados serviços de drenagem, tubulação e preparação da base. A pavimentação também recebeu camadas adicionais de material para aumentar a resistência e a durabilidade.

“Não adianta fazer um asfalto grosso se não tiver uma boa base. Nós fizemos uma base de qualidade e agora estamos colocando

mais duas camadas de material”, explicou Tililim.

A obra faz parte da proposta da administração do prefeito Paulistinha de recuperar a Vila Olímpica como espaço para eventos e atividades no município.

PAVIMENTAÇÃO RECEBE REFORÇO PARA GARANTIR MAIOR RESISTÊNCIA; SECRETARIA DE OBRAS TAMBÉM MANTÉM FRENTE DE TRABALHO EM ESTRADAS E BAIROS

Além da obra, a Secretaria de Obras mantém frentes de trabalho em diferentes regiões. Nas estradas rurais, o município ampliou o patrolamento e, segundo Tililim, a previsão é alcançar 100% das vias programadas neste ano.

No bairro Liberdade,



Prefeito Paulistinha fez mais uma visita na obra da Vila

máquinas trabalham na preparação de 25 ruas, com previsão de implantação de tubulação para drenagem de águas pluviais. A medida busca melhorar o escoamento da água e preservar a pavimentação.

Outra ação prevista é a aplicação de lama asfáltica em ruas já pavimentadas. O serviço será utilizado para recuperar o desgaste do pavimento e ampliar a vida útil das vias. O planejamento inclui ainda pintura, implantação de quebra-molas e instalação de placas.

JORNAL
MATO GROSSO
DO NORTE

Anuncie no jornal **Mato Grosso do Norte** com toda facilidade por e-mail

jornalmtnorte@hotmail.com

Frente fria começa a mudar o tempo em Mato Grosso; Norte deve ter chuva nesta quarta

REPORTAGEM

A passagem de uma frente fria já provoca mudança no tempo em Mato Grosso. A previsão é de que a frente, que iniciou ontem na região Sul do Estado, avance para a região Norte nesta quarta-feira, 23, aumentando a possibilidade de chuva forte, descargas atmosféricas e rajadas de vento.

De acordo com a pre-

visão, os ventos podem variar entre 30 e 70 km/h. A instabilidade deve ser acompanhada por uma leve queda nas temperaturas.

A mudança exige atenção durante os períodos de chuva mais intensa, já que as rajadas podem provocar queda de árvores e galhos, além de lançar objetos sobre a rede elétrica e causar danos à estrutura.

VOCÊ TEM DÉBITOS COM O MUNICÍPIO?

A Câmara de Peixoto de Azevedo aprovou o projeto do **REFIS 2026**, que prevê condições especiais para **você ficar em dia!**

80%
DE DESCONTO
em juros e multas

à vista, até **30 de outubro**.

50%
DE DESCONTO
em juros e multas
com entrada e três parcelas.

Solicite o parcelamento até 30 de setembro.



PEIXOTO DE AZEVEDO

CÂMARA MUNICIPAL

Legislando com seriedade.

A COOPERATIVA DE MINERADORES DO CENTRO OESTE – COMICEO, inscrita no CNPJ: 39.913.569/0001-83, torna público que requereu junto a SEMA – Secretaria Estadual do Meio Ambiente, o pedido de Licença Prévia (LP), Licença de Instalação (LI) e a Licença de Operação (LO) na Fazenda Filhos de Campos, situado na zona rural do município de Alta Floresta/MT, para extração e beneficiamento de minério de ouro, em uma área de 42,73 ha. Não foi determinado EIA/RIMA.

Mato Grosso fecha 2025 com R\$ 165,6 bilhões na produção agrícola

Foto: Abapa

REPORTAGEM
MATO GROSSO DO NORTE

O município de Sapezal, em Mato Grosso, alcançou em 2025 o maior valor de produção agrícola do Estado, com R\$ 8,6 bilhões, alta de 46,6% em relação ao ano anterior. Os dados são da Pesquisa da Produção Agrícola Municipal (PAM), divulgada pelo IBGE.

ESTADO REGISTRA CRESCIMENTO DE 37,1% NO VALOR DA PRODUÇÃO E RESPONDE POR 17,9% DO RESULTADO NACIONAL

O resultado foi impulsionado principalmente pelas culturas de algodão, soja e milho. Sapezal registrou aproximadamente R\$ 5,1 bilhões em valor de

produção de algodão herbáceo, liderando nacionalmente nesse indicador. A soja movimentou R\$ 2,8 bilhões, crescimento de 51,4%, enquanto o milho alcançou R\$ 656,9 milhões, alta de 58,1%.

No cenário estadual, Mato Grosso manteve a liderança nacional em valor da produção agrícola, com R\$ 165,6 bilhões, aumento de 37,1% e participação de 17,9% do total brasileiro. A soja respondeu por R\$ 90,3 bilhões no Estado. A produção estadual de algodão herbáceo também atingiu novo recorde, com 7,16 milhões de toneladas.

O desempenho de Mato Grosso contribuiu para que o Centro-Oeste assumisse a liderança entre as Grandes Regiões, com R\$ 288 bilhões em valor de produção, crescimento de 31,8%.



Algodão foi um dos destaques na produção de MT

A região também se destacou na produção de grãos e, entre os novos produtos incluídos na pesquisa, liderou a produção de gergelim.

Entre os municípios, cinco dos dez maiores valores de produção agrícola do país estão em Mato Grosso. Sapezal ficou em primeiro lugar; Campo

Novo do Parecis, em quarto; Diamantino, em sexto; e Nova Mutum, em nono. Sorriso, que havia liderado em 2024, aparece agora na terceira posição.

A mudança está relacionada à criação de Boa Esperança do Norte, formada com áreas anteriormente pertencentes a Sorriso e

Nova Ubiratã, o que redistribuiu parte da produção agrícola. Sorriso teve redução de 9,3% na área plantada, enquanto Nova Ubiratã perdeu 42,9%.

Segundo o IBGE, a recuperação da produção em 2025 também ocorreu após os impactos climáticos provocados pelo El Niño em 2024, quando a estiagem e as altas temperaturas afetaram importantes áreas produtoras do Centro-Oeste. Mesmo com a recuperação, a safra nacional de cereais, leguminosas e oleaginosas atingiu recorde na série histórica.

A PAM também passou por mudanças metodológicas em 2025, com a inclusão de novos produtos, como abóbora, pimentão, milho verde, morango, gergelim, canola e cenoura, entre outros.

Arrecadação federal ultrapassa R\$ 2 trilhões em oito meses

FABIOLA SINIMBÚ
AGÊNCIA BRASIL

O governo federal acumula arrecadação de R\$ 2,019 trilhões, de janeiro a agosto de 2026, segundo dados divulgados nesta terça-feira (22) pela Recei-

ta Federal. Além da inflação medida pelo IPCA, para o período, o valor representa crescimento de 7,12% na comparação com os mesmos oito meses de 2025.

Em agosto, a arrecadação federal alcançou R\$ 235,5 bilhões. O valor representa alta

acima de inflação de 8,25% em relação a agosto do último ano. Desse total, R\$227,8 bilhões arrecadados são administrados pela Receita Federal, excluídos os fatores não recorrentes e de alterações na legislação.

Neste mês, o Imposto de



Foto: Rafa Neddermeyer/Agência Brasil

Exportação sobre óleo bruto também teve destaque entre os fatores que alavancaram os resultados, com arrecadação

de R\$1,9 bilhão em agosto, o que resultou no acumulado de R\$9,9 bilhões de janeiro a agosto de 2026.

INVISTA EM VOCÊ

COMECE A CONTAGEM PROGRESSIVA PARA UMA VIDA SAUDÁVEL.

MATRÍCULA GRÁTIS

VENHA FAZER PARTE DESSA EQUIPE.

BIONORTE
ACADEMIA