

PARCERIA PARA PREVENIR CONTRA DENGUE, ZIKA E CHIKUNGUNYA

Página -3



ACIDENTE EM MS: MORRE 2º MOTORISTA DE ÔNIBUS

Página -7



VISITANDO PROPRIEDADES EM SINOP E SORRISO

Página -4

DIÁRIO DO ESTADO

TERÇA-FEIRA

O JORNAL DIÁRIO DO ESTADO DO MATO GROSSO



Máx 33 | Mín 17



WEBSITE

06 de Fevereiro de 2024 | Ano V - Edição 1225 - R\$ 3,00 | Informações: 66 3535-1000 | www.diariodoestadomt.com.br | Fundado em 2019

ELEIÇÕES 2024



Juarez Costa vai apoiar Dorner em busca da reeleição em Sinop

Nos últimos dias, uma reunião entre o atual prefeito Roberto Dorner (Republicanos) e o deputado federal Juarez Costa (MDB), praticamente selou o apoio do parlamentar à reeleição de Dorner em 6 de outubro deste ano. Ambos foram adversários no último pleito. Depois de um 'namoro' que durou praticamente um ano, entre algumas idas e vindas, o acordo acabou por ser firmado na última quinta.

Página -3

Soja (saca 60Kg) Venda

| | |
|---------------------|------------|
| Sinop..... | R\$ 95,70 |
| Sorriso..... | R\$ 96,30 |
| Lucas R. Verde..... | R\$ 96,80 |
| Nova Mutum..... | R\$ 97,30 |
| Rondonópolis..... | R\$ 103,20 |

Fonte: IMEA

Milho (saca 60Kg) Venda

| | |
|---------------------|-----------|
| Sinop..... | R\$ 38,00 |
| Sorriso..... | R\$ 38,60 |
| Lucas R. Verde..... | R\$ 39,60 |
| Nova Mutum..... | R\$ 39,80 |
| Rondonópolis..... | R\$ 47,50 |

Fonte: IMEA

Arroz (saca 60Kg) Venda

| | |
|--|------------|
| Sinop | |
| Arroz Sequeiro Cultivar Primavera..... | R\$ 170,00 |
| Sorriso | |
| Arroz Sequeiro Cultivar Primavera..... | R\$ 170,00 |

Fonte: AGROLINK

Algodão

| | |
|---------------------|------------|
| Cuiabá..... | R\$ 123,06 |
| Sorriso..... | R\$ 120,84 |
| Lucas R. Verde..... | R\$ 121,14 |
| Nova Mutum..... | R\$ 121,58 |
| Rondonópolis..... | R\$ 123,78 |

Fonte: IMEA

Boi Gordo (Compra comercial)

| | |
|-------------------|------------|
| Sinop..... | R\$ 207,17 |
| Nova Mutum..... | R\$ 209,80 |
| Rondonópolis..... | R\$ 210,07 |

Fonte: IMEA

Índice de preços

| | |
|-------------------|------------|
| Cesta Básica..... | R\$ 753,56 |
|-------------------|------------|

Fonte: IMEA

Cotações

| | |
|--|---------------------------------------|
| | Dólar - 0,29 % R\$ 4,983 |
| | Bovespa + 0,44 % 127.736,39 pts |
| | Euro - 0,18 % R\$ 5,354 |

| | |
|------------------------|--------------------------------|
| Selic (11,25% a.a.) | Salário mínimo R\$ 1.412,00 |
|------------------------|--------------------------------|



Concessão transformou trecho entre Sinop e Miritituba

A melhor maneira de avaliar a concessão de uma rodovia é ver o antes e depois. Por isso, o Diário do Estado MT resolveu checar de perto o trecho da rodovia federal entre Sinop e Miritituba, através de concessão da Via Brasil BR-163.

Página - 7

ALEGRIA NAS PERNAS Atlético anuncia o retorno de Bernard



O Atlético-MG confirmou o retorno do atacante Bernard ao clube mineiro. O jogador só chegará em julho, na janela do meio do ano, e assina até o fim de 2027.

Página - 6

HÉRNIA DE DISCO



LÍDER POR AFASTAMENTO DO TRABALHO

A hérnia de disco foi a principal razão para o afastamento de trabalhadores do mercado de trabalho em 2023. De acordo com dados divulgados pelo Ministério da Previdência Social, cerca de 51,4 mil brasileiros foram afastados durante o ano devido a essa condição médica.

Página - 8

encomendas centro-norte

(65) 3623-2939 (65) 9 9699-3505
www.elogcomendas.com.br

ENVIOS EXPRESSOS

+150 LOCALIDADES

Norte • Centro Oeste • Sudeste

AGILIDADE
SEGURANÇA
RAPIDEZ

Juarez Costa vai apoiar Dorner em busca da reeleição em Sinop

ELEIÇÕES 2024. Rivais nas duas últimas eleições municipais, ambos agora estarão no mesmo palanque de reeleição de Dorner

FOTO: DIVULGAÇÃO

DA REPORTAGEM

Nos últimos dias, uma reunião entre o atual prefeito de Sinop, Roberto Dorner (Republicanos), e o deputado federal Juarez Costa (MDB), praticamente selou o apoio do parlamentar à reeleição do republicano em 6 de outubro deste ano.

Ambos foram adversários no último pleito com Dorner tendo uma votação bem expressiva, 32.114 votos contra 18.097 votos do ex-prefeito que buscava retornar ao cargo em 2021.

Depois de um 'namoro' que durou praticamente um ano, entre algumas idas e vindas, o acordo acabou por ser firmado na última quinta-feira (1º).

Poucos imaginavam que Dorner e Juarez pudessem estar juntos, no mesmo palanque, principalmente depois de uma campanha em 2020 tão intensa e cheia de acusações de ambos os lados que acabou indo parar com processos na Justiça.

Em 2022, Juarez acabou se tornando réu na Justiça Eleitoral por crimes de calúnia e difamação contra Dorner. Na ocasião, foi apontado pela Polícia Federal como o responsável pela divulgação de vídeos apócrifos que acusavam Dorner de pedofilia durante as eleições de 2020. A decisão foi do juiz eleitoral Cleber Luis Zeferino de Paula, que recebeu a denúncia do Ministério Público Eleitoral.

"Havendo nos autos lastro probatório mínimo e idôneo a

denotar a existência do fumus boni juris, recebo a denúncia, na forma em que posta em juízo, dando os acusados Juarez Alves da Costa e Ladimir Dal Bosco como incurso no artigo 324, §1º c.c 326 do Código Eleitoral, vez que preenchidos os requisitos do artigo 357, §2º, do Código Eleitoral", diz trecho da decisão.

De acordo com a PF, os indícios de autoria dos vídeos que acusavam Dorner de pedofilia seriam de responsabilidade de Juarez Costa e Ladimir 'Billy' Dal Bosco, seu candidato a vice na época. "Que apesar de terem negado participação na divulgação dos vídeos, imputando a responsabilidade a equipe de marketing, o fato foi contestado pela empresa TR Produções de Som e Imagens Ltda, que afirmou ter sido o 'candidato quem fez os contatos e pediu a nossa contratação' e, ainda, 'os responsáveis pelo conteúdo dos programas e inserções são sempre os candidatos, ou alguém designado por ele', diz trecho do relatório policial.

A investigação começou ainda em 2020 após a apresentação da notícia-crime por Roberto Dorner, que alegou ter sua honra 'atacada' por Juarez Costa e Dal Bosco em razão dos vídeos, no horário eleitoral gratuito, 'com fatos inverídicos, existindo, portanto, a prática dos crimes de divulgação, calúnia, difamação e injúria, com fins eleitorais'.

Os vídeos traziam relatos de duas jovens que alegavam ter sofrido abusos do então candida-



to a prefeito. Em um dos vídeos uma mulher revela que Dorner engravidou uma menina de 13 anos que possuía deficiência mental.

Dorner sempre negou as

acusações.

Durante o período de gestão de Dorner como prefeito e de Juarez como deputado, um desconforto surgiu pelo fato de o prefeito não dar publicidade às

Poucos imaginavam que Dorner e Juarez pudessem estar juntos

emendas do parlamentar em obras sinopenses, como foi o caso do asfalto da Estrada Nancy.

Porém, a aproximação ficou evidente quando Dorner fez o lançamento da obra do Hospi-

tal Municipal de Sinop, e contou com a presença do presidente do MDB local, José Pedro Serafani, o Pedrinho, velho conhecido da política sinopense, que fez elogios ao gestor.

PESCA EM MT

Lei do Transporte Zero deve voltar à ALMT para alteração

DA REPORTAGEM

Está em vigor, desde o dia 1º de janeiro de 2024, a Lei 12.197/2023, que alterou a Lei 9.096/2009 e proibiu o transporte, o armazenamento e a comercialização do pescado oriundo da pesca em rios de Mato Grosso pelo período de cinco anos.

Na última semana, porém, o Superior Tribunal Federal (STF) realizou uma audiência de conciliação com o Poder Executivo e solicitou que o texto fosse adequado para permitir que os pescadores artesanais profissionais exerçam a profissão. A nova proposta deverá tramitar na Assembleia Legislativa de Mato Grosso (ALMT) para que possa entrar em vigor.

A audiência de tentativa de conciliação realizada entre o STF e o Governo do Estado, no dia 26 de janeiro, buscou resolver um impasse provocado pela Ação Direta de Inconstitucionalidade (ADI) nº 7.471/MT, proposta pelo partido Movimento Democrático Brasileiro (MDB).

A ação pede a suspensão da Lei 12.197/2023 com base na violação de princípios e dispositivos constitucionais, como o da digni-



FOTO: ASSESSORIA

dade da pessoa humana (art. 1º, III), democracia participativa (parágrafo único do art. 1º), liberdade do exercício profissional (art. 5º XIII), bem como atenta contra o pleno exercício dos direitos culturais (art.

Após pedido de suspensão, o STF sugeriu adequação no texto

215 e 216).

Outro ponto argumentado pela ADI refere-se à competência legislativa, uma vez que Medida Provisória nº 2.200-2/2001 estabeleceu que apenas a União pode le-

gislar sobre pesca.

Além desta ADI, outras duas foram propostas pelo Partido Social Democrático (PSD) e pela Confederação Nacional dos Pescadores e Aquicultores.

SUBSTITUTO ESCOLHIDO

Administração e rede Comper Unem esforços para prevenir Contra dengue, zika e chikungunya

DA REPORTAGEM

Mesmo estando com números abaixo de outras cidades do mesmo porte no Brasil e o Ministério da Saúde priorizando outros estados neste momento de alto volume de contaminação e casos principalmente de dengue, a Secretaria de Saúde de Várzea Grande se uniu à Rede de Supermercados Comper que tem diversas unidades na cidade e em todas as regiões, na campanha "Agente Anti Mosquito".

A ação tem como principal objetivo prevenir e combater a proliferação do Aedes aegypti, mosquito transmissor de doenças como dengue, zika e chikungunya. A campanha, em parceria com a Rede Comper iniciou, na última sexta (2) no Comper próximo ao Aeroporto Marechal Rondon, e se estenderá a todas as lojas da Rede no município.

A Prefeitura disponibiliza técnicos do Controle de Endemias Vetoriais da Secretaria de Saúde, que vão realizar vistorias técnicas nas lojas em busca de focos e também com a sensibilização de toda a sociedade na eliminação dos criadouros.

"Essa é uma parceria que começou em Várzea Grande, com o apoio do município, com a dinâmica dos técnicos em Epidemiologia da Saúde municipal orientando como devemos eliminar esses pontos de criadouros e com previsão de retorno 15 dias depois para saber se o foco foi eliminado. É uma importante ação de prevenção, pensando sempre no bem-estar e saúde tanto dos consumidores, como dos funcionários e da comunidade local onde as lojas estão presentes", explica a gerente Regional de Operações do Comper, Izilda Maria Silva.

FOTO: DIVULGAÇÃO

SINOP

Dorner garante mais Ônibus escolares

ASSESSORIA DE IMPRENSA

O prefeito Roberto Dorner garantiu, com o vice-governador do Estado, Otaviano Pivetta, mais oito veículos para reforçar a frota de ônibus escolares de Sinop. "Eu quero agradecer o apoio e o suporte que o vice-governador deu para nós. Porque o nosso transporte está limitado, então, com esses novos ônibus vamos conseguir suprir grande parte da nossa necessidade", destacou o prefeito. A confirmação ocorreu na última semana, em uma reunião entre o gestor municipal, Pivetta e a deputada Estadual Janaina

Riva, em Cuiabá. No encontro, prefeito também agradeceu a parceria da deputada neste processo. "Agradeço ao vice-governador, à deputada Janaina por esse trabalho maravilhoso, por estar sempre presente com todos os prefeitos, ajudando e fazendo o melhor para o nosso Estado", acrescentou.

Reforçar a estrutura educacional é uma preocupação constante da Prefeitura de Sinop que, nos últimos três anos, ampliou a frota de veículos consideravelmente. Em 2022, o prefeito fez a aquisição e entrega de 10 ônibus escolares. Na ocasião, os investimentos chegaram a R\$ 3,4 mi-



FOTO: DIVULGAÇÃO

Oito novos veículos foram conquistados com o Otaviano Pivetta

lhões. Em dezembro do mesmo ano, após um encontro entre o prefeito e o governador Mauro

Mendes, Sinop recebeu do Estado seis veículos. Com isto, a frota própria atual é de 49 unidades.



Mesmo estando com números abaixo de outras cidades do mesmo porte no Brasil

| AGRICULTURA | | | PECUÁRIA | | | CONJUNTURA ECONÔMICA | | | Dólar Comercial | | Dólar PTAX | | Dólar Turismo | | Euro Comercial | | Euro x Dólar | |
|----------------------------|-----------|--------------|----------------------------|-----------------|--------------|----------------------------|-------------|---------------|---------------------------------------|----------------|---|--|---|--|----------------|--|---------------|--|
| Cotação do dia: 02/02/2024 | | | Cotação do dia: 02/02/2024 | | | Cotação do dia: 08/01/2024 | | | 4,9813 +0,26% | | 5,0053 +1,18% | | 5,1962 +0,43% | | 5,3528 -0,18% | | 1,0727 -0,72% | |
| SOJA | Sorriso | R\$/sc 96,30 | BOI | Nova Olímpia | R\$/@ 210,40 | Cesta Básica | Cuiabá | R\$ 753,56 | Mega-Sena Concurso 2684 (03/02/24) | | Quina Concurso 6358 (03/02/24) | | Bolsa de Valores BVSP Bovespa IND | | | | | |
| MILHO | Querência | R\$/sc 37,70 | VACA | Gaúcha do Norte | R\$/@ 187,73 | VBP MT | Mato Grosso | R\$ bi 161,65 | 17 26 45 46 48 53 | 04 11 46 48 52 | Pontos 127.715,36 Volume 10,20 bi Máxima (Dia) 127.834,29 Mínima (Dia) 126.443,28 Variação -0,42% | | | | | | | |
| ALGODÃO | Sapezal | R\$/@ 120,97 | LEITE | Oeste | R\$/l 1,79 | Emp. Agro | Mato Grosso | 368.556 | Acumulada: R\$ 32.000.000,00 | | Acumulada: R\$ 1.500.000,00 | | Última atualização: 05/02/2024 às 17h00 | | | | | |
| FONTE:IMEA | | | FONTE:IMEA | | | FONTE:IMEA | | | | | | | | | | | | |

Indea começa a receber atestados de vacinação de brucelose pela internet

MATO GROSSO. Nas campanhas anuais de imunização, Indea recebe em média 170 mil atestados

FOTO: DIVULGAÇÃO

DA REPORTAGEM

Os atestados de vacinação contra brucelose já podem ser enviados de forma online para o Instituto de Defesa Agropecuária de Mato Grosso (Indea-MT). A medida começou a valer em janeiro deste ano e modifica o envio do documento de forma presencial nas unidades que o órgão possui em 139 municípios do estado.

Segundo a presidente do Indea-MT, Emanuele de Almeida, a mudança simplifica a comunicação entre produtor rural e o governo, além de desobrigar o criador a se deslocar da propriedade para informar sobre a vacinação.

“Em Mato Grosso, o período de vacinação contra a brucelose ocorre em duas etapas: uma no primeiro semestre e outra no segundo e devem, obrigatoriamente, ser imunizadas todas as bezerras entre 3 a 8 meses.

O atestado de vacinação é emitido pelo médico veterinário, que, com a informatização do informe, comunica ao Indea os animais vacinados”, afirmou.

Nas campanhas anuais de imunização contra a brucelose, o Indea recebe em



média 170 mil atestados, que comprovam a vacinação de 4 milhões de bezerras.

Líder no ranking de estados com o maior número de cabeças de gado em todo o

país, Mato Grosso tem um rebanho bovino de mais de 34,4 milhões de animais.

Campanha comprova vacinação de 4 milhões de bezerras

O quantitativo foi levantado durante a campanha de atualização de estoque de

rebanho, realizada entre 1º de maio e 15 de junho de 2023, pelo Indea-MT.

FIM DA PIRACEMA

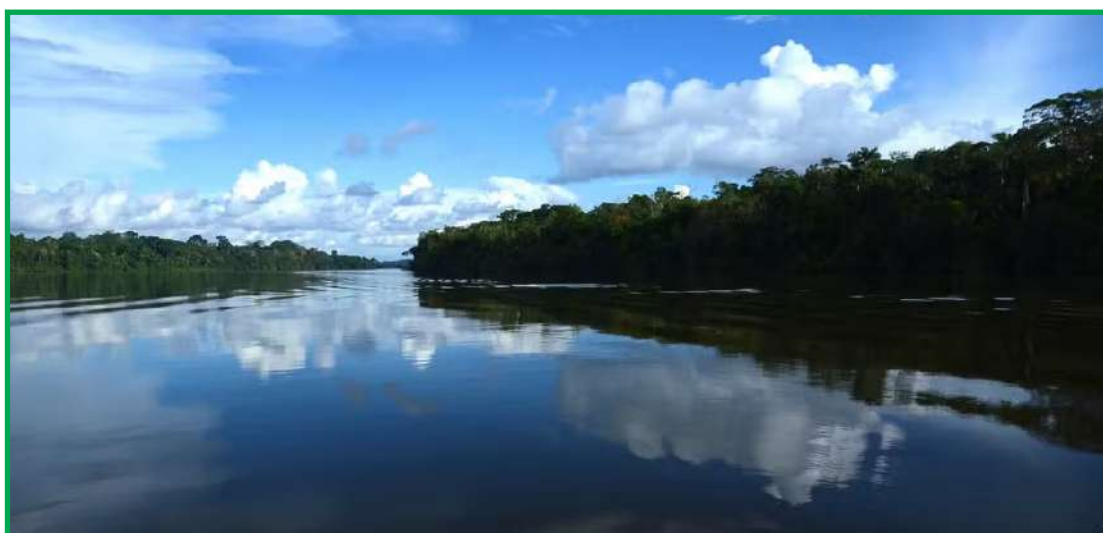
Pesca continua proibida em rios que fazem divisa com outros estados

FOTO: RUDIMAR CIPRIANI

DA REPORTAGEM

A Secretaria Estadual de Meio Ambiente (Sema-MT) anunciou que o período de Piracema terminou na quinta (1º), no entanto, a pesca segue sendo proibida nos 17 rios que fazem divisa com outros estados. A proibição segue somente no território dos estados vizinhos, onde ainda vigora o período de proibição. No lado de Mato Grosso, os pescadores devem seguir as regras da lei do Transporte Zero.

Rios que fazem divisa com MT: Amazonas - Rio Juruena; Pará - Rio Teles Pires e São Manuel; Tocantins - Rio Araguaia; Goiás - Rio Araguaia; Mato Grosso do Sul - Rio Paraguai, Rio São Lourenço, Rio Piquiri ou Itiquira, Rio Correntes, Rio do Peixe e Ribeirão Furna; Rondônia - Rio Capitão Cardoso, Rio Tenente Marques, Rio Iquê e Rio Cabi-xi; Bolívia - Rio Cuaporé, Rio Verde e Corixo Grande.



De acordo com a Sema, a proibição da pesca nos estados citados acima segue o período estabelecido pela União, que se inicia em novembro e termina em fevereiro.

O Governo Estadual apresentou uma proposta ao Supremo Tribunal Federal (STF) uma proposta para libe-

rar a pesca de mais de 100 espécies de peixes e proibir 14, nos rios de Mato Grosso.

Os partidos MDB e PSD entraram com uma ação de inconstitucionalidade contra a Lei Transporte Zero, que proíbe, na prática, a pesca profissional nos rios de Mato Grosso, que entrou em vigor

TG se aventura pelo Rio Juruena neste ano.

O Estado quer manter o transporte, armazenamento e a comercialização das espécies Cachara, Caparari, Dourado, Jaú, Matrinchá, Pintado/Surubin, Piraíba, Piraputanga, Pirara, Pirarucu, Trairão e Tucunaré pelo período de 5 anos.

NESTA SEMANA

Rally da Safra visita propriedades rurais em Sorriso e Sinop

ASSESSORIA DE IMPRENSA

O Rally da Safra, expedição que há 20 anos acompanha o plantio de soja e milho nas regiões mais importantes do país, estará em Sorriso (6) e Sinop (8). Nesta segunda (4), o destino foi Lucas do Rio Verde (5).

O principal objetivo do Rally é fazer levantamento técnico privado das lavouras de soja e milho entre os meses de janeiro e junho – durante a fase de desenvolvimento e de colheita das culturas.

“Nesse sentido, é muito importante acompanhar in loco o momento do cultivo na região oeste do Mato Grosso”, explica o diretor de marketing da Biotrop, Rogério Rangel. A Biotrop participa pela primeira vez do Rally da Safra, iniciativa da Agroconsult.

“Além das visitas para coleta de dados, o Rally também abre uma excelente oportunidade para contato direto da Biotrop com os agricultores. Nosso propósito é contribuir cada vez mais para o aumento da produtividade

de com o uso dos produtos biológicos – que têm se mostrado eficazes em situações adversas, como de estresse hídrico, que está impactando bastante o atual plantio”, aponta Rangel.

DURANTE AS VISITAS

Os técnicos do Rally fazem levantamentos qualitativos e quantitativos com colheita de amostras, as quais passarão por metodologia de contagem, pesagem e medição de umidade dos grãos, além de testes de identificação de transgenia e medição de cobertura de solo.

“Estamos muito animados com a participação nessa ação que vai ao campo entender a realidade dos agricultores brasileiros, avaliando suas expectativas e identificando tendências para 2024. Safra após safra, comprovamos que o uso de bioinsumos auxilia para a qualidade do plantio, com retorno efetivo para os agricultores”, acrescenta o diretor de marketing da Biotrop.

FOTO: GIOVANE ROCHA

ANO PASSADO

Pequenas empresas respondem por 8 em cada 10 empregos criados

FOTO: DIVULGAÇÃO

DA REPORTAGEM Agência Brasil

Pesquisa feita pelo Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas (Sebrae) - a partir de dados do Cadastro Geral de Empregados e Desempregados (Caged) - apontou que as micro e pequenas empresas (MPE) responderam por oito em cada dez empregos criados na economia em 2023.

Os dados mostram que, do saldo de 1,48 milhão de novos empregos acumulado no ano passado, os pequenos negócios responderam por 1,18 milhão de novas vagas, o que corresponde a 80,1%. Já as médias e grandes empresas (MGE) representaram

209,99 mil vagas, o equivalente a 14,2% do total.

Este é o terceiro ano seguido que as micro e pequenas empresas foram responsáveis pela maior parcela na geração de novos postos de trabalho no país. Em 2023, o destaque ficou para o setor de serviços que liderou a criação de empregos. No acumulado do ano, esse segmento gerou 631 mil novas vagas. Já entre as médias e grandes empresas, o saldo foi de 181,87 mil novos empregos.

“Outros setores como comércio (263,25 mil vagas) e construção (180,52 mil) se destacaram entre as micro e pequenas empresas, sendo que nenhum dos setores ficou com saldo negativo



Pesquisa foi realizada pelo Sebrae

entre janeiro e dezembro. Já entre as médias e grandes empresas, os outros destaques foram

para a indústria da transformação (23,5 mil vagas) e o comércio (13,23 mil)”, informou o Sebrae.



Entre os destinos nos próximos dias estão Sorriso e Sinop

COOPERATIVA DE TRABALHO DOS EDUCADORES DE SINOP COOPES
CNPJ. nº 37.484.557/0001-55 - NIRE: 51.400.002.398

ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA
EDITAL DE CONVOCAÇÃO

Ficam os Senhores Cooperados, membros componentes da COOPERATIVA DE TRABALHO DOS EDUCADORES DE SINOP - COOPES, devidamente convocados a comparecerem a sede social da Cooperativa, situada à Rua das Macieiras, 966 - Jardim Maringá, CEP: 78556-260 na cidade de Sinop-MT, no dia 09 de Março de 2024, para participarem da Assembleia Geral Ordinária.

HORÁRIO:
5h em primeira convocação, com a presença mínima de 2/3 dos cooperados;
7h em segunda convocação, com a presença de no mínimo a metade mais um dos cooperados;
8h com a presença de no mínimo quatro cooperados.

ORDEM DO DIA:
I - Prestação de contas dos órgãos de Administração acompanhada do Parecer do Conselho Fiscal compreendendo:
A - Relatório de Gestão;
B - Balanço;
C - Demonstrativo das sobras apuradas ou perdas decorrentes da insuficiência das contribuições para a cobertura das despesas da Cooperativa;
D - Parecer do Conselho Fiscal;
II - Destinação das sobras apuradas ou rateio das perdas decorrentes da insuficiência das contribuições para a cobertura das despesas da Cooperativa, devendo-se, no primeiro caso, as parcelas para os fundos obrigatórios;
III - Aprovação do plano de atividades para o exercício de 2024;
IV - Eleição dos Componentes do Conselho Fiscal;
V - Quaisquer outros assuntos de interesses sociais, excluídos os enumerados no Art. 36.

Nesta data, o número total de Associados da COOPERATIVA DE TRABALHO DOS EDUCADORES DE SINOP - COOPES é de 13 (treze) associados em condições de exercer o direito de votar.

Sinop-MT, 05 de Fevereiro de 2024

Solange S. Walker
SOLANGE SCATAMBULI WALKER
Presidente do Conselho de Administração

Marli Terezinha Gobbi Sanches
MARLI TEREZINHA GOBBI SANCHES
Secretária

CAD COMÉRCIO DE LIVROS LTDA
CNPJ. nº 10.603.029/0001-11

ASSEMBLÉIA GERAL ORDINÁRIA
EDITAL DE CONVOCAÇÃO

Ficam os Senhores Associados, membros componentes da empresa Cad Comércio de Livros Ltda, devidamente convocados a comparecerem à sede social da empresa, situada à Rua das Macieiras, 1028 - Jardim Maringá, CEP: 78556-260 na cidade de Sinop-MT, no dia 09 de Março de 2024, a partir das 9h e 30min em Assembleia Geral Ordinária, para discutirem em Ordem do dia, sobre o assunto estabelecido na seguinte pauta:

A - Balanço Patrimonial, Balanço de resultado econômico e Demonstrações Financeiras do exercício social de 2023;
B - Eleição e posse dos membros do Conselho Fiscal;
C - Outros Assuntos.

Sinop-MT, 05 de Fevereiro de 2024

Solange S. Walker
SOLANGE SCATAMBULI WALKER
Administradora

Loreni Ludwig Souza
LORENI LUDWIG SOUZA
Administradora

O ESTADO DE MATO GROSSO TEM UM NOVO JORNAL

DIÁRIO DO ESTADO
Fone: (66) 3535-1000
www.diariodostadomt.com.br

PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA UBIATÁ
EXTRATOS DE CONTRATOS
(Fundamento Legal Geral Lei 8.666/93 e alterações)

CONTRATO Nº 001/2024 - DATA: 09/01/2024 - OBJETO: AQUISIÇÃO DE UMA RETROSCAVADEIRA NOVA (ZERO HORA) - CONTRATADO: BAMAQ S.A BANDEIRANTES MÁQUINAS E EQUIPAMENTOS - CNPJ: 18.209.965/0001-06 - VALOR DO CONTRATO: R\$ 410.000,00 - VIGÊNCIA: 31/12/2024 - ORIGEM: PREGÃO ELETRÔNICO Nº 011/2023.

PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA UBIATÁ
DISPENSA DE LICITAÇÃO Nº 001/2024

O Município de Nova Ubiatá - MT, torna público que realizará até o dia 08/02/2024, às 13:00 horas, as informações complementares necessárias aos interessados devem ser enviadas juntamente com os documentos solicitados no edital por meio de correio eletrônico (e-mail) para gestaocontratos@novaubirata.mt.gov.br a licitação destinada para contratação de uma empresa especializada na prestação de curso de capacitação destinado a professores e profissionais da área da educação no município de Nova Ubiatá-MT. Os interessados poderão consultar o Edital, na Sala de Licitações, no horário de expediente da Prefeitura ou obtê-lo no site www.novaubirata.mt.gov.br. Nova Ubiatá-MT, 05 de fevereiro de 2024. FRANCINE OLIVEIRA - Secretária Municipal de Administração.

Prefeitura Municipal de Nova Xavantina/MT

A Prefeitura Municipal de Nova Xavantina/MT, CNPJ nº 15.024.045/0001-73, torna público que requereu junto ao Consórcio Intermunicipal de Desenvolvimento Econômico, Social e Ambiental do Médio Araguaia - CODEMA, a Licença Prévia (LP), e Licença de Instalação (LI), para obra de Substituição de 04 Pontes de Madeiras por Bueiros, localizados nos Ponto 01 - Córrego Marimbondo, Rodovia NX-105/ Ponto 02 - Córrego Mineradora, Rodovia NX-100/ Ponto 03 - Córrego Caveirinha, Rodovia NX-401 e Ponto 04 - Córrego Vale da Serra, Rodovia NX-306, ambas em zona rural no Município de Nova Xavantina-MT.

VAGA DE EMPREGO

RECEPÇÃO E RELACIONAMENTO AO CLIENTE

HORÁRIO: DAS 10H:00-14H:00 E DAS 18H:00-22H:00

Enviar currículo no e-mail: **evolution.sinop@gmail.com**

ACADEMIA EVOLUTION

AV. DOS PINHEIROS, 2412 - JARDIM DAS OLIVEIRAS, SINOP | MT

GUSTAVO DA SILVEIRA, CPF: 966.351.261-04 torna público que requereu à SEMA - Secretaria de Estado de Meio Ambiente, a Licença Florestal - LF para as atividades de Manejo Florestal Sustentável da Propriedade denominada FAZENDA AGRÓPE-CUÁRIA G3, sob o número do CAR MT13429/2019, localizada no município de Juína/MT. Não determinado EIA/RIMA. (ECO D' MATA ENGENHARIA (66) 99639-2253).

MADREIRA FLORESTA LTDA, CNPJ. 11.825.967/0001-29. Torna público que requereu junto a SEMA - Secretaria de Estado de Meio Ambiente a Renovação da Licença de Operação-LO de uma Serraria com Desdobro de madeira em bruto e beneficiamento de madeiras, localizada no município de Marcelândia/MT. Não determinado EIA/RIMA.

MT ENTULHOS LTDA - CNPJ 32.677.802/0001-27, torna público que requereu junto a Secretaria Municipal de Agricultura, Meio Ambiente, Ciência e Tecnologia-SAMATEC/Sorriso, a Licença Prévia (LP), Licença de Instalação (LI) e Licença de Operação (LO) para atividade de Serviços de Coleta de resíduos não-perigosos (Transportadora de resíduos urbanos), localizado na Avenida dos Imigrantes - Sul, nº 1339, Cond. Rua Veja QD 01 LT 11 - Bairro Jardim Paraíso, município de Sorriso/MT. Coordenadas geográficas do Empreendimento: 55°45'4,49"W, 12°34'18,24"S. Não foi determinado o EIA-RIMA. (Projenorth Ambiental (66) 9 9973-9779).

A empresa FLORESTAL INDÚSTRIA E COMÉRCIO DE MADEIRAS LTDA, CNPJ nº 18.753.429/0001-15, torna público que requereu junto SEMA- Secretaria Estadual de Meio Ambiente, a Licença Ambiental Simplificada - LAS, para a atividade de Picador Fixo Florestal, localizada na Estrada Dalva, S/N, bairro de Chácara Sinop, no município de Sinop-MT. Não EIA-RIMA.

LIDIONEY NERY RIBEIRO, CPF 029.318.464-55, torna público que requereu junto a SAMA/NM - Secretaria Municipal de Agricultura e Meio Ambiente de Nova Mutum/MT, a Licença Ambiental Simplificada - LAS, para condomínio residencial, localizado na Rua Mauá, Quadra 14 - Lote 14, Jardim Montreal, no município de Nova Mutum/MT. Eng. Vitor César Scola da Silva (65) 99636-8988.

V. L. FRANTZ MADEIRAS LTDA., CNPJ 24.638.225/0001-55, pessoa jurídica de direito privado, estabelecida na Avenida Independência, s/nº, Lote 01, Bairro Chácara, Santa Carmem - MT, torna público que requereu da SEMA-MT (Secretaria Estadual de Meio Ambiente) a alteração de razão social nas Licenças Prévia e de Instalação, LP e LI para o desenvolvimento de atividades de Serraria com desdobramento de madeira em bruto antes emitidas em nome da antiga razão social M. BECKER MADEIRAS EPP. Não foi determinado estudos de Impacto Ambiental. SANTA CARMEM-MT, 02/02/2024.

RETIFICAÇÃO - EERK SERVICOS LTDA (nome fantasia: SUMEK), CNPJ: 52.447.623/0001-00, torna público que requereu junto a Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável do Município de Sinop-MT, a Licença Prévia - LP e Licença de Instalação - LI para fabricação de máquinas e equipamentos para a agricultura e pecuária, peças e acessórios, exceto para irrigação, localizada na Av. Cristhiane Archer Dal' Bosco, esq. com Rua Joao Pedro Moreira de Carvalho, quadra 03, lote 01, Eixo Norte Parque Empresarial, no município de Sinop/MT. Não EIA/RIMA. RC PUBLICAÇÕES 66 9 9964-4633

MULLER EMPREENDIMENTOS IMOBILIÁRIOS LTDA, CNPJ nº 32.151.220/0001-02, torna público que requereu junto à Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável de SINOP/MT, as Licenças Ambientais - Modalidade: Licença Prévia (LP); Licença de Instalação (LI) e Licença de Operação (LO), para atividade: Condomínio Multifamiliar ou conjuntos habitacionais (Condomínio Vertical Plurifamiliar com 64 unidades). Localizada na Rua Guanabara, S/N, Quadra 11, Lotes 13/14, Residencial Ipanema, município de SINOP-MT. RC PUBLICAÇÕES 66 9 9964-4633

Sorriso - MT, 31 de janeiro de 2023. A. TOMASSONI DE OLIVEIRA & CIA LTDA, CNPJ. 40.161.437/0001-21, solicita o comparecimento da Senhor, MARCOS ANTONIO DA SILVA, portadora da CTPS nº 7320162, série 6104 MT, ao estabelecimento desta Empresa, no prazo de 72 (Setenta e Duas Horas), para tratar de assuntos de seu interesse. 02.03 e 06/02/2024

PREFEITURA MUNICIPAL DE SORRISO
AVISO DE RESULTADO DE CONCORRÊNCIA PÚBLICA Nº 012/2023

A Prefeitura Municipal de Sorriso - MT, através da Comissão de Licitação, torna público o RESULTADO do procedimento licitatório de CONCORRÊNCIA PÚBLICA Nº 012/2023, tendo como objeto a "CONCESSÃO DE IMÓVEL PÚBLICO PARA EXPLORAÇÃO POR PESSOA JURÍDICA DE DIREITO PRIVADO PARA INSTALAÇÃO DE UNIDADE ESPECIALIZADA NA OPERACIONALIZAÇÃO E GERENCIAMENTO DE SERVIÇOS DE TERAPIA RENAL SUBSTITUTIVA - TRS". SAGROU-SE vencedor: INSTITUTO NEFROLÓGICO LTDA, CNPJ nº 73.814.550/0001-18, no valor mensal de R\$ 19.500,00 (dezenove mil e quinhentos reais).

Carolina Alves Leal Olbermann
Comissão Permanente de Licitação

Amazônia Seguros para Agronegócios

Opções de seguros para sua produção agrícola, equipamentos, propriedade e funcionários.

Solicite mais informações
Fone: (66) 3531-2152
Whats: (66) 99205-4072

Todo tipo de seguro a gente faz!

VENDAS/ALUGUEL

LOCAÇÃO / ALUGUEL
KITNET Contendo: Sala e cozinha conjugada, 01 quarto, 01 banheiro social, 01 área de serviço e garagem. Endereço: Rua Sonia Maria, nº 12 - Bairro Jardim das Azaleias na cidade de Sinop/MT. Valor: R\$ 500,00 (quinhentos reais) mensais. Contato: (66) 3531-7222 / (66) 99633-6623

KITNET Contendo: Sala e cozinha conjugada, 02 quartos, 01 banheiro social, 01 área de serviço, portão eletrônico e cerca elétrica. Endereço: Avenida Notre Dame, Quadra 13, Lote 11, Bairro Residencial Paris na cidade de Sinop/MT. Disponível apartamento 04. Valor: R\$ 750,00 (setecentos e cinquenta reais) mensais. Contato: (66) 3531-7222 / (66) 99633-6623

KITNET Contendo: Sala e cozinha conjugada, 02 quartos, 01 banheiro social, 01 área de serviço e garagem. Endereço: Rua dos Passaros, nº 223, Bairro Residencial Nossa Senhora Aparecida na cidade de Sinop/MT. Disponível apartamento 08. Valor: R\$ 750,00 (setecentos e cinquenta reais) mensais. Contato: (66) 3531-7222 / (66) 99633-6623

KITNET Contendo: Sala e cozinha, 02 quartos, 01 banheiro social, 01 área de serviço e garagem. Endereço: Rua dos Cedros, nº 1292, Bairro Jardim Botânico na cidade de Sinop/MT. Disponível apartamentos 03 e 05. Valor: R\$ 900,00 (novecentos e cinquenta reais) mensais. Contato: (66) 3531-7222 / (66) 99633-6623

COLONIZADORA SINOP S.A.
CNPJ/MF nº 03.488.210/0001-69 - NIRE: 51 3 0000094-6

ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA
EDITAL DE CONVOCAÇÃO

São convocados os acionistas da Colonizadora Sinop S/A ("Companhia") a se reunirem em Assembleia Geral Extraordinária ("Assembleia Geral") que ocorrerá no dia 21 de fevereiro de 2024, às 14:00 horas (horário de Brasília), em formato híbrido, facultando aos acionistas, que não puderem comparecer presencialmente na sede da Companhia - sediada em Sinop, Estado do Mato Grosso, na Av. das Embaúbas, nº 85, Setor Industrial, CEP 78.557-440 -, a participarem da Assembleia Geral por meio da Plataforma Teams (o link será enviado aos endereços eletrônicos dos acionistas com 48 horas de antecedência), para deliberarem sobre a seguinte ordem do dia: a) As condições para venda de participações societárias para terceiros; b) Análise da oferta de venda das participações societárias da Carvalho Roble para a Companhia; e c) Outros assuntos de interesse da Companhia. Sinop-MT, 05 de fevereiro de 2024.

LELIA MÁRIA DE ARAÚJO VIEIRA
Presidente do Conselho de Administração.

Ronaldo CHURRASQUEIRO

Fone: (66) **99911-1302**
Sinop-MT

Um guia completo de Sinop. Tudo o que você procura a um clique!

Explora a sua cidade

o que você está buscando?

Lista digital Guia Local
Agenda Cultural Lazer e Turismo

www.localizzei.com.br

Aponte a câmera do seu celular e fale conosco agora:

LOCALIZZEI
@localizzei_sinop

Atlético anuncia retorno de Bernard

ALEGRIA NAS PERNAS. Clube e jogador conversam há semanas sobre acerto e chegada do atacante no meio da temporada

FOTO: DIVULGAÇÃO

DA REPORTAGEM

O Atlético-MG confirmou o retorno do atacante Bernard ao clube mineiro. O jogador só chegará em julho, na janela do meio do ano, e assina até o fim de 2027.

O atacante pertence ao Panathinaikos, da Grécia, e tem contrato até o meio do ano, fazendo com que o Galo assine um pré-contrato com o atleta. O atleta, inclusive, marcou um gol no clássico contra o Olympiacos, no último domingo.

As conversas estavam avançadas. Uma fonte da cúpula atleticana revelou ao ge que "está bem encaminhado" com Bernard. Nesse domingo, após marcar um gol pelo time grego, Bernard confirmou o pré-acordo.

"Alô, Massa do Galo. Eu falei que iria voltar e agora está confirmado. Daqui a pouco, estou chegando para vestir o Manto. Mal vejo a hora de reencontrar a Massa e jogar na Arena MRV", disse Bernard em vídeo publicado pelo clube.

As conversas já estavam em andamento algumas semanas, e Felipão, treinador do Galo, Rubens Menin, um dos investidores, e o diretor de futebol, Rodrigo Caetano, elogiaram o jogador.

Ele retorna ao clube após 11 anos. Pelas redes sociais, o Galo escreveu: "A despedida nem sempre é um adeus. Pode ser um até logo, e mesmo que o logo demore, ele volta para perto de quem ama..."

Campeão da Libertadores de 2013 pelo Atlético-MG, Bernard foi negociado com o Shakhtar Donetsk, da Ucrânia. Ficou por cinco anos no futebol ucraniano, até se transferir ao Everton, da Inglaterra. Antes de ir à Grécia, ficou por um ano no Al Sharjah, dos Emirados Árabes Unidos.

"Tiveram vários clubes querendo conversar comigo. Clubes do Brasil e da Europa. Todos sabem o que foi decidido. Sem dúvida nenhuma, não vai faltar dedicação, mesmo com eu assinando com outra equipe. Quero sair daqui cam-



Jogador chegará em julho

peão e levantando todas as táças possíveis", disse o jogador em entrevista à Cosmote TV, da Grécia.

Na entrevista, com a ajuda de um tradutor, Bernard não citou o nome do Galo. Ele sinalizou que tentou negociar

com o clube grego, mas não houve avanço nas conversas.

"Todos sabem da minha situação hoje, já foi noticiado

na Grécia e no Brasil. Quando conversei com o Panathinaikos, faltavam seis meses. Tive conversa e tive uma espe-

ra por resposta por mais ou menos um mês pelo que eles decidiram e esperam. Não tive uma resposta definitiva".



eLOG
encomendas centro-norte

+150 Norte • Centro Oeste • Sudeste
LOCALIDADES

**AGILIDADE
SEGURANÇA
RAPIDEZ**



(65) 3623-2939

(65) 9 9699-3505

www.elogencomendas.com.br

Concessão transformou trecho da BR-163 entre Sinop e Miritituba

VIA BRASIL BR-163. Trechos intransitáveis se tornaram viáveis para caminhoneiros e veículos baixos

FOTO: ASSESSORIA

ASSESSORIA DE IMPRENSA

A melhor maneira de avaliar a concessão de uma rodovia é ver o antes e depois. Por isso, o Diário do Estado MT resolveu checar de perto o trecho da BR-163 entre Sinop e Miritituba.

A concessão está sob o comando da Via Brasil BR-163, do Grupo Conasa, especializada em infraestrutura. Com sede em Londrina/PR, a Conasa Infraestrutura está presente nas em nove estados das cinco regiões do Brasil, através de 25 empresas, gerando mais de 2,3 mil empregos diretos.

O desafio é gigantesco. Significa cuidar da gestão de 1.009 km atendendo 12 municípios, numa região com diversas peculiaridades, em que a fauna variada convive com carretas super pesadas. É o Brasil que cresce, mas que a maioria dos brasileiros do Sudeste e Sul desconhecem.

O trecho é um dos principais corredores para o escoamento da produção de grãos do Centro Oeste e Norte, ligação da produção do agronegócio aos terminais portuários do Arco Norte (Rio Tapajós).

O contrato, fiscalizado pela Agência Nacional de Transportes Terrestres (ANTT), teve início em em 4/5/22 e prevê R\$ 4 bilhões de investimentos. A previsão são de dez anos de operação. A previsão é da geração de 1.830 empregos (diretos) e 799 (indiretos). Impacto relevante para o trecho de 12 municípios, sendo 8 no Mato Grosso e quatro no Pará.

Atualmente o usuário conta com guinchos, inclusive para veículos pesados, ambulâncias, 0800, painéis com mensagens. Em média são cer-

ca de 140 atendimentos para usuários e veículos por dia. A cada mês são mais de 100 atendimentos clínicos, cerca de 900 remoções de animais, quase três mil atendimentos mecânicos, além do combate aos incêndios diários.

Nos próximos meses, o Estradas.com.br vai mostrar um pouco da realidade de cuidar de um trecho tão importante mas ao mesmo tempo tão particular. Onde a estrada e o meio ambiente precisam de uma convivência harmônica e os usuários um suporte que só encontram nos trechos mais desenvolvidos do país.

Afinal, ficar parado numa rodovia de São Paulo a noite, é muito diferente de enfrentar uma pane mecânica ou problema de saúde numa região em que a natureza comanda as ações. Para que os usuários tenham ideia, a concessionária precisa ficar atenta as condições de saúde dos funcionários.

Para isso realiza testes de malária nos colaboradores de todas as unidades. Uma iniciativa importante, pois todas as unidades da concessionária estão localizadas na região amazônica, que concentra 99% dos casos da doença no país.

Para melhor compreender os benefícios que os investimentos da concessionária Via Brasil BR-163 traz, nada melhor que ver o antes e depois. Essas transformações você pode confirmar com quem conhece o trecho de longa data mas também checar nos registros fotográficos. Veja por exemplo, como era a situação do trecho paraense entre Castelo dos Sonhos (distrito de Altamira) e Novo Progresso.



Concessão deu qualidade ao trecho entre Sinop e o Pará

MERCADO AQUECIDO

MT é o 2º do país que mais gerou oportunidades de emprego em 2023

FOTO: DIVULGAÇÃO



Resultado é atribuído à concessão de créditos e benefícios concedidos pelo Governo

DA REPORTAGEM

Em 2023, Mato Grosso obteve um saldo positivo de 40.726 novas de vagas de emprego, conforme dados do Cadastro Geral de Empregados e Desempregados (Caged) do Ministério do Trabalho, e foi a 2ª unidade da federação que mais gerou oportunidades de trabalho no país proporcional à população.

No acumulado de janeiro a dezembro, foram registradas 620.164 admissões e 579.438 desligamentos.

O Distrito Federal aparece

em primeiro. Já em números absolutos, São Paulo obteve o maior saldo 390.719, contudo, a população daquele estado é de 44,4 milhões de habitantes, numa proporção de 0,88% vaga por habitante. Já o Distrito Federal obteve saldo de 36.968 novas vagas e tem população de 2,8 milhões de habitantes, proporção de 1,31%.

Para o secretário de Desenvolvimento Econômico, César Miranda, Mato Grosso vive quase pleno emprego, fruto das medidas desenvolvidas pelo Governo do Estado.

"O Governo tem concedido créditos, por meio da agência de fomento Desenvolve MT, além disso, desburocratizou o acesso aos benefícios fiscais com seus programas de incentivos. Acreditamos que em 2024 o desempenho será ainda melhor quanto a geração de emprego e renda para a população", ressaltou.

O resultado foi positivo nos cinco grandes setores econômicos do Estado, totalizando um estoque de 874.870 empregos formais com saldo positivo em 40.726. O destaque do crescimento do emprego formal foi do

setor de serviços com 17.286 (6,14%) em relação ao ano anterior, seguido da indústria com 7.839 (5,97%), construção com 7.077 (5,58%), agropecuário com 6.158 (4,23%) e Comércio 2.366 (3,03%).

Segundo o coordenador do Centro de Dados Econômicos, Vinicius Hideki, a variação de empregos em determinados setores pode ser influenciada por diversos fatores, como mudanças na economia global, políticas governamentais, condições climáticas, flutuações nos preços de commodities e outros eventos específicos do setor.

ACIDENTE

Morre 2º motorista de ônibus que saiu de Sinop e bateu na BR no MS

DA REPORTAGEM Só Notícias

Morreu no domingo (4) o motorista Sandro Roberto Gomes Alves, 50 anos. Ele estava internado no Hospital da Vida, em Dourados, e é a segunda vítima fatal do acidente em Naviraí que envolveu um ônibus com 41 passageiros.

O ônibus saiu de Sinop com destino a Cascavel/PR e se envolveu numa colisão com duas carretas na BR-163, na última sexta (2). O motorista que conduzia o ônibus, Mauro Marcio dos Santos Lili, 40, morreu no local.

A Polícia Rodoviária Federal (PRF) investiga uma possível tentativa de ultrapassagem. Além de Sandro, ou-

tras 19 vítimas foram resgatadas com ferimentos e levadas para atendimento médico. O segundo motorista estava fazendo a função de guia no veículo fretado. Sandro e Mauro residiam em Campo Grande.

Conforme a TV Morena, dos passageiros, oito tiveram ferimentos moderados e duas estão internadas em estado grave. O motorista de uma das carretas, identificado apenas como Fernando Bento, segue na UTI e em estado de saúde estável.

Auxiliaram na ocorrência, além da PRF, equipes do Corpo de Bombeiros e da concessionária CCR MSVia, empresa que administra a rodovia. Os três veículos ficaram danificados, o ônibus e uma das carretas chegaram a sair da pista.

FOTO: DIVULGAÇÃO



Acidente foi registro no trecho sul-mato-grossense da rodovia federal

BEIJAR E APALPAR SEM CONSENTIMENTO?

É crime de importunação sexual e pode dar até 5 anos de prisão.

DENUNCIE! Disque 180.



@SanaoInEdParal

Hérnia de disco lidera causa de afastamento do trabalho

NO PAÍS. Dados apontam que cerca de 51,4 mil brasileiros foram afastados durante o ano devido a essa condição médica

FOTO: ASSESSORIA

ASSESSORIA DE IMPRENSA

A hérnia de disco foi a principal razão para o afastamento de trabalhadores do mercado de trabalho em 2023. De acordo com dados divulgados pelo Ministério da Previdência Social, cerca de 51,4 mil brasileiros foram afastados durante o ano devido a essa condição médica.

Esse benefício é concedido pelo INSS quando o trabalhador precisa ficar afastado do serviço por mais de 15 dias por motivo de doença, e a duração do afastamento varia de acordo com a situação.

O Dr. Nilo Carrijo Melo, especialista em coluna do Grupo Spine explica que a hérnia de disco é uma condição médica que ocorre quando o núcleo interno de um disco vertebral se projeta para além de sua posição normal, levando a dores, desconforto e, em casos mais graves, a compressão dos nervos adjacentes.

"Os sintomas variam, mas comumente incluem dor nas costas que pode irradiar para os membros inferiores, sensação de dormência, formigamento ou fraqueza em uma ou ambas as pernas", destaca Nilo.

A hérnia de disco é uma condição dolorosa e limitante, impactando severamente as atividades diárias, e, consequentemente, o desempenho profissional. Diversos fatores contribuem para a manifestação dos sintomas da hérnia de disco no ambiente de trabalho.

"Longas horas em frente ao computador somadas à postura inadequada, especialmente se associada a cadeiras desconfortáveis ou mesas mal ajustadas, podem colocar uma pressão excessiva na coluna vertebral, aumentando o risco de lesões", aponta o especialista.

Uma grande vilã para a integridade dos discos vertebrais é a execução de movimentos que exijam flexão e/ou rotação repetida do tronco, principalmente quando se faz isso levantando pesos. "Além disso, a falta de pausas para o descanso, o levantamento de objetos pesados sem a devida técnica e a pressão constante sobre a coluna vertebral durante atividades laborais podem desencadear ou agravar a condição", completa.

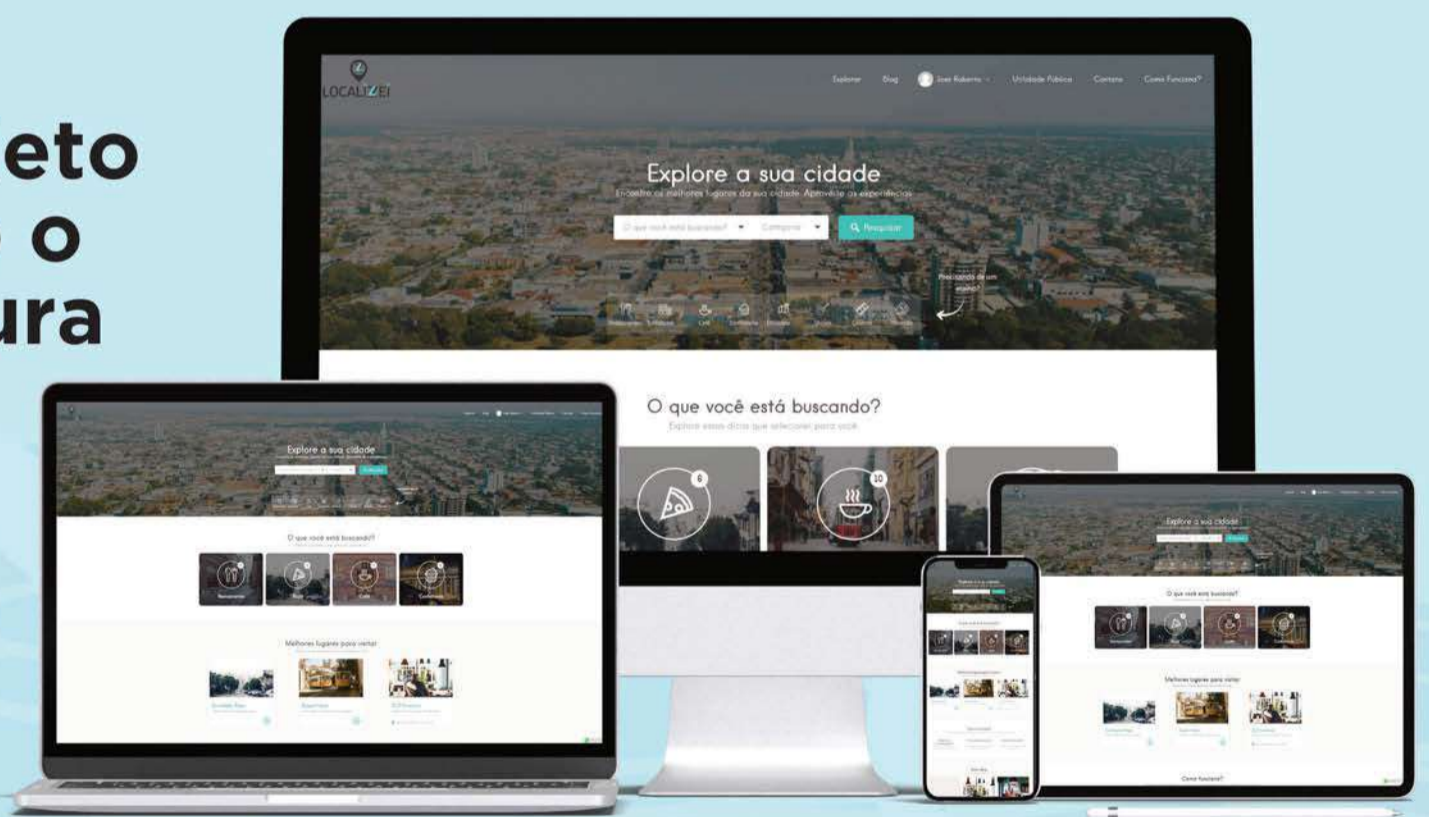
O especialista afirma que a melhor medida preventiva contra a hérnia de disco é a boa postura. "Manter uma postura correta ao sentar-se é fundamental. Para ajudar, o trabalhador pode utilizar cadeiras ergonômicas e ajustar a altura das mesas. Incorporar pausas curtas e realizar exercícios de alongamento durante o expediente também são ótimas estratégias para aliviar a pressão na coluna e melhorar a circulação sanguínea".

Para aqueles que trabalham com levantamento de cargas, o ideal é que tenha um treinamento prévio, com instruções sobre técnicas adequadas para levantar objetos pesados.



Hérnia de disco: nova vilã do mercado de trabalho em 2023

Um guia completo de Sinop. Tudo o que você procura a um clique!



 Lista digital

 Guia Local

 Agenda Cultural

 Lazer e Turismo

 | www.localizzei.com.br

Aponte a câmera do seu celular e fale conosco agora:



LOCALIZEI

 @localizzei_sinop