

Diário da Serra

O DIA-A-DIA DA NOTÍCIA

JORNAL DIÁRIO DA SERRA
Propriedade da **AJOTA**
ASSOCIAÇÃO JORNALÍSTICA DE TANGARÁ DA SERRA
CNPJ: 29.464.235/0001-16
ISSN 22386467

REDAÇÃO
DIREÇÃO DE JORNALISMO
Fabiola Tormes Homs

CONTATO
ds@diariodaserra.com.br

Envie Pautas, Fotos Sugestões e Vídeos
para o **whatsapp** do **DIÁRIO DA SERRA**
(65) 3326-4724

www.diariodaserra.com.br
www.ds.jor.br



DEPARTAMENTO COMERCIAL
PUBLICIDADE ASSINATURA
PUBLICIDADE LEGAL
Associação Jornalística de Tangará da Serra - AJOTA
SERVIÇOS GRÁFICOS
E. Tormes e Cia. LTDA
CNPJ: 14.048.123/0001-07
CONTATO: adm@diariodaserra.com.br
Fone: (65) 3326-4724

ENDEREÇO: Av. Tancredo Neves - 1247 W - Parque
Mansões - 78302-028 Tangará da Serra-MT

TIRAGEM:1 MIL EXEMPLARES
CIRCULAÇÃO: Tangará da Serra, Nova Olímpia, Barra do Bugres, Porto Estrela, Campo Novo do Parecis, Sapezal, Denise, Arenápolis, Nortelândia e Santo Afonso.
CENTRAL DO ASSINANTE:
(65) 3326-4724

f

@

/jornalds

TANGARAENSES SE DESTACAM E SÃO PREMIADAS EM ‘PRÊMIO SEBRAE MULHER DE NEGÓCIOS’

Cerca de 160 mulheres empreendedoras de MT participaram da etapa estadual do Prêmio Sebrae Mulher de Negócios, realizada na quarta-feira, 16, pelo Serviço de Apoio às Micro e Pequenas Empresas (Sebrae/MT), no Centro de Eventos do Pantanal, em Cuiabá.

No ano em que a premiação completa 20 anos, as inscrições bateram recorde, com 180 candidaturas confirmadas, sendo o quarto estado com maior número de concorrentes.

A iniciativa valoriza e estimula o empreendedorismo feminino no estado e reconhece o trabalho e a dedicação de mulheres empreendedoras que impulsionam o desenvolvimento econômico e social regional.

A premiação conta com cinco categorias: Pequenos Negócios, Microempreendedora Individual, Produtora Rural, Ciência e Tecnologia e Negócios Internacionais- sendo as duas últimas incluídas na edição de 2024. Representantes de 10 cidades foram avaliadas pelo júri técnico, sendo a grande maioria das candidatas de Cuiabá (65), seguida por Tangará da Serra (25) e Rondonópolis (21).



FOTO: DIVULGAÇÃO

A banca avaliadora premiou o primeiro, segundo e terceiro lugares das cinco categorias com troféu e certificado. A próxima fase será a etapa regional, que ocorrerá em 31 de outubro. As primeiras colocadas receberão o adicional da missão técnica Summit Delas, que será realizada em novembro, em Florianópolis/SC, onde também ocorrerá a etapa nacional da premiação.

Tangará da Serra foi premiada no seguimento, Microempreendedora Individual com Maria Ramona Vilela – Ramonna Moda Íntima, no 1º lugar, no de Pequenos Negócios, o 3º lugar ficou com Fernanda Furlan Queiroz – Planta Mudas, Paisagismos e Reflorestamentos e no seguimento Produtora Rural, Dalva Cristiana também de Tangará da Serra ficou com o 2º lugar.

CURTAS//

INELEGÍVEL

O prefeito de Primavera do Leste Léo Bortolin (MDB), presidente da Associação Mato-grossense dos Municípios (AMM) e pretendo candidato a deputado estadual em 2026, está inelegível por 8 anos. A decisão do juiz Roger Augusto Bim Donega, da 40ª Zona Eleitoral, atende parcialmente ação de investigação judicial eleitoral (AIJE) impetrada pela Coligação Primavera para Todos.

DINHEIRO PÚBLICO

O pedido foi feito por promoção pessoal em evento gratuito e custeado com dinheiro público. Além de tornar Léo Bortolin inelegível, o magistrado também cassou o registro do atual vice-prefeito Ademir Góes (União Brasil), que encabeçou a chapa derrotada nas urnas por Sérgio Machnic. Como a decisão é de primeira instância, ainda cabe recurso.

DESTAQUE

Entre os dez municípios mais ricos do Brasil no agronegócio, seis são mato-grossenses: Sorriso, Sapezal, Campo Novo do Parecis, Diamantino, Nova Ubiratã e Nova Mutum. Os dados foram divulgados pelo Ministério da Agricultura e Pecuária (Mapa). Mato Grosso teve 36 dos municípios mais produtivos do país. Sorriso ocupou a primeira posição, com uma produção de R\$ 8,3 bilhões

Novas regras

A partir de 1º de novembro, o Pix terá regras mais rígidas. Transferências de mais de R\$ 200 só poderão ser feitas de um telefone ou de um computador previamente cadastrados pelo cliente da instituição financeira, com limite diário de R\$ 1 mil para dispositivos não cadastrados. O Banco Central esclarece que a exigência de cadastro valerá apenas para os celulares e computadores que nunca tenham sido usados para fazer Pix. Para os dispositivos atuais, nada mudará.

ARTIGO//

Pressão 12x8 é Alta?

Na conferência da European Society of Cardiology (ESC 2024), foram apresentadas novas diretrizes sobre hipertensão, trazendo mudanças importantes no diagnóstico e tratamento da pressão arterial (PA). A hipertensão continua sendo um dos maiores fatores de risco para doenças cardiovasculares, por isso é essencial ficar atento à sua saúde.

Categorias de Pressão Arterial:

- ***PA não elevada:*** Menos de 120/70 mmHg.
- ***PA elevada:*** Sistólica entre 120-139 mmHg e diastólica entre 70-89 mmHg.
- ***Hipertensão:*** Maior ou igual a 140/90 mmHg.

Se você medir a pressão no consultório e ela estiver alterada, é recomendado confirmar os valores em casa, com um medidor residencial (MRPA) ou ambulatorial (MAPA), para evitar diagnósticos

errados. *Importante: sempre use equipamentos validados e calibrados!*

Quando Medir?

- Se você tem menos de 40 anos, faça a medição a cada três anos. Após os 40, é recomendado anualmente.

- Caso receba diagnóstico de PA elevada ou hipertensão, monitore sua pressão regularmente para melhorar o controle.

O Tratamento:

O tratamento de hipertensão depende dos seus níveis de pressão e de outros fatores de risco. Para quem tem pressão elevada (sistólica ≥ 130 mmHg), as mudanças no estilo de vida (alimentação e exercício físico) são a primeira recomendação. Caso o risco cardiovascular continue alto, inicia-se o tratamento com medicamentos.

Metas de Tratamento:

Para a maioria dos pacientes, o objetivo é manter a pressão entre 120-129/70-79 mmHg. Quem tem diabetes, doenças renais ou problemas cardíacos pode precisar de acompanhamento mais rigoroso.

Dicas de Prevenção e Controle:

- Reduza o sal e aumente o consumo de frutas e vegetais.

- Faça pelo menos 150 minutos de exercício por semana.

- Controle o peso e evite o fumo.

Essas diretrizes também trouxeram novidades para o tratamento de hipertensão em gestantes e para aqueles com mais de 85 anos, garantindo cuidados específicos e mais seguros.

Fique de olho na sua pressão e converse com seu médico para entender o melhor caminho para a sua saúde!

Max Lima é médico especialista em cardiologia e terapia intensiva.

