

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 Homsí (DRT-MT 1302)

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
Fundado em 11 de novembro de 1996
Edição online desde 06 de setembro de 1997

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:   /jornalds
(65) 3326-4724 

CURTAS//

ENEM

O segundo dia do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem) 2025, com as provas de matemática e de ciências da natureza, vai exigir uma interpretação integrada entre textos, gráficos e tabelas. É o que avalia a professora de matemática, Alessandra Silva, da Rede Estadual. “É fundamental que os alunos estejam bem preparados e atentos”.

SEGUNDO DIA

Serão 90 questões de múltipla escolha, sendo metade delas de matemática e suas tecnologias, e a outra metade de ciências da natureza, no segundo dia de prova do Enem. Para Alessandra, os conteúdos de matemática que merecem mais atenção são aritmética e álgebra, geometria, estatística e probabilidade e funções (1º e 2º grau).

REVISÃO

O secretário Alan Porto lembra que os estudantes podem ter mais uma chance de revisar conteúdos com os aulões presenciais que serão realizados nesta sexta-feira, 14, na Fatec Senai de Cuiabá e Várzea Grande. Os aulões serão transmitidos pelo canal oficial da Seduc no YouTube e poderão ser acessados por todos os estudantes das redes pública e privada.

ARTIGO//

Diabetes e o bem-estar no trabalho: um olhar para a saúde e a produtividade

O Dia Mundial do Diabetes, celebrado em 14 de novembro, é uma data criada para ampliar o diálogo sobre uma das doenças crônicas mais comuns do mundo. A cada ano, a campanha global propõe uma nova reflexão — e, em 2025, o tema é “Diabetes e o Bem-Estar no Trabalho”, destacando a importância de ambientes profissionais mais saudáveis, inclusivos e conscientes. O diabetes é uma condição caracterizada pelo aumento dos níveis de glicose no sangue, resultado de uma deficiência na produção ou na ação da insulina, hormônio responsável por controlar o açúcar no sangue. Existem diferentes tipos — os mais conhecidos são o diabetes tipo 1, tipo 2 e o diabetes gestacional. No Brasil, segundo dados do Ministério da Saúde, mais de 16 milhões de pessoas vivem com diabetes, e boa parte delas está em idade produtiva. Ou seja, o cuidado

com a glicemia, a alimentação equilibrada e o manejo adequado da doença têm impacto direto não só na qualidade de vida, mas também na rotina profissional. Desafios de quem convive com diabetes no ambiente de trabalho Trabalhar com diabetes não é um impedimento, mas exige autocuidado constante. Horários irregulares, pausas limitadas para alimentação ou monitoramento da glicose e estresse diário podem dificultar o controle da doença. O ambiente de trabalho precisa ser acolhedor e informativo, de modo que o colaborador possa fazer medições de glicemia, aplicar insulina quando necessário e manter hábitos saudáveis — sem constrangimento ou barreiras. Promover este suporte é também uma forma de garantir segurança e produtividade. O papel das empresas e dos colegas de equipe O bem-estar no trabalho depende de uma cultura organizacional que compreenda a saúde como um valor. Isso inclui programas de prevenção, incentivo à atividade física, alimentação balanceada, pausas regulares e acompanhamento médico. Além disso, é essencial combater o estigma ainda

existente em torno do diabetes. Conhecimento e empatia ajudam a construir espaços mais humanos, nos quais as pessoas se sintam respeitadas e seguras para cuidar de si mesmas. Cuidar da saúde é investir em qualidade de vida O controle adequado do diabetes reduz o risco de complicações como doenças cardiovasculares, renais, visuais e neurológicas. Por isso, manter o acompanhamento endocrinológico, realizar exames de rotina e adotar um estilo de vida equilibrado é fundamental — dentro e fora do ambiente de trabalho. Neste Dia Mundial do Diabetes, o convite é para repensarmos nossos hábitos e espaços de convivência. Cuidar do corpo, da mente e do ambiente profissional é um passo essencial para promover bem-estar, produtividade e qualidade de vida — para todos

Dra. Mariana Ramos é **endocrinologista**



DESEMBARGADORES FAZEM VISITA INSTITUCIONAL À SUBSEÇÃO DA OAB EM TANGARÁ DA SERRA

O corregedor-geral da Justiça, desembargador José Luiz Leite Lindote, o ouvidor-geral do Poder Judiciário, desembargador Rodrigo Curvo, e o desembargador Hélio Nishiyama, membro da Corte mato-grossense pelo Quinto Constitucional da OAB, visitaram na última terça-feira, dia 11 de novembro, a 10ª Subseção da Ordem dos Advogados do Brasil (OAB), em Tangará da Serra.

Os desembargadores foram recebidos pela presidente da subseção, Wanessa Correia Franchini Vieira, vice-presidente, Kleiton Araújo de Carvalho, secretária-geral, Lauren Julie Liria Fernandes Teixeira Alves, secretário-adjunto, Welder Gusmã Jacon, tesoureiro Nairon Cesar Diniz de Sousa, pelo secretário-geral da OAB-MT, Josemar Carmerino, e pela conselheira estadual da OAB, Waleska Martinazzo.

Aproveitando a realização da correição ordinária da Corregedoria nesta semana, os desembargadores realizaram a visita institucional com objetivo de aproximar ainda mais o judiciário da advocacia. Os desembarga-



FOTO: DIVULGAÇÃO

dores ouviram as demandas e propostas dos advogados da subseção, reforçando o diálogo e a cooperação entre o Poder Judiciário e a Ordem dos Advogados do Brasil.

As atividades da correição estão sendo realizadas desde segunda, 10, e seguem até sexta-feira, dia 14 de novembro, de forma presencial e remota nas comarcas de Tangará da Serra, Barra do Bugres, Campo Novo do Parecis e São José do Rio Claro.

(Alcione dos Anjos / Assessoria de Comunicação da CGJ-TJMT)