

MACONHA Porque é preciso usá-la!

Histórica e socialmente marginalizada, esta planta está revolucionando o tratamento de inúmeras doenças, especialmente patologias mentais e transtornos psíquicos. Reportagem e entrevistas da página 5 à 12 trata do tema

Por **Vanessa Moreno**

Pag. 6



A total falta de respeito para com os idosos no transporte coletivo

Pag. 04

OPINIÃO

André Naves



Deficientes são as estruturas sociais, jamais as pessoas: as artes desnudam as barreiras enfrentadas por PcDs

Pag. 05

OPINIÃO 2 | Katya Regina Curvo Galitzki

“Precisamos acordar para este segmento turístico do Receptivo”

O Turismo Receptivo é um serviço relacionado às pessoas que desejam conhecer lugares, com recursos naturais, histórico e culturais, práticas esportivas, atrativos turísticos, etc., de uma determinada Região.

Pag. 13

GAME DOS HERÓIS DA NATUREZA



Diabetes

Dados apontam que 48% dos brasileiros adultos estão acima do peso e mais de 30% das crianças de 5 a 9 anos também.

CUIDE-SE!
Fatores como obesidade e hipertensão estão comumente associados ao diabetes!

Pag. 15



NATUREZA NA VEIA

Conheçam quais são os insetos do bem

Pag. 14

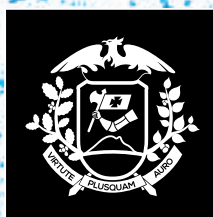
PROGRAMA
SER
Família
CAPACITA



EM TODO ESTADO, MAIS DE

50 MIL VAGAS

PARA CURSOS



**Governo de
Mato
Grosso**

O GOVERNO DE MATO GROSSO TRABALHA FORTE E INVESTE PESADO PARA COMBATER AS QUEIMADAS E O DESMATAMENTO ILEGAL

Aqui é tolerância zero para quem comete esses crimes. A vigilância é feita por satélites de última geração, e nada vai passar despercebido. Tem multa pesada e embargo de propriedade.

**TOLERÂNCIA
ZER**



Denuncie:

0800 065 3838 e 193



**Governo de
Mato
Grosso**

A luta pela legalização da cannabis medicinal

O á vidas sendo salvas pelo mundo afora com o emprego de substâncias de uma planta que foi marginalizada desde sempre: a cannabis sativa, também conhecida no Brasil popularmente como maconha e suas variações enormes que vão de cigarrinho do capeta a manga rosa. Em outras partes do planeta como marijuana, Brown, shank e outra variação enorme de apelidos.

No Brasil e no resto das Américas, nos primórdios consumidas pelos por alguns povos indígenas e depois por pessoas escravizadas vindas do continente africano, a maconha foi desde sempre marginalizada e, depois, proibida. Mas nunca deixou de ser consumida, especialmente pela camada mais jovem da população, agora, nos tempos atuais, sem distinção de raça ou classe social.

Não faz pouco tempo que se descobriu que a maconha possui propriedades, como o cannabidiol, que permite a produção de um poderoso medicamento que auxilia no

tratamento e cura de diversas doenças, desde patologias mentais, entre os que afetam sistemas nervosos central e periférico, até distúrbios psíquicos.

Por esta razão, pacientes e familiares de pacientes em todo o Brasil vêm se organizando, assim como em Mato Grosso, onde a ASPAMPAS tem se mobilizado para que o sistema de saúde possibilite o tratamento, incluindo o uso do cannabidiol, para que outras formas de aquisição, como a importação ou nas farmácias locais, sejam facilitadas, e até para que as próprias famílias cultivem a cannabis e produzam o cannabidiol.

Nesta edição, trazemos uma reportagem sobre o tema e uma entrevista exclusiva com uma paciente e membro da diretoria da ASPAMPAS.

Boa leitura.

João Pedro Marques
Diretor de Redação



Reforma na Estação Bispo Dom José

A Estação Bispo Dom José está passando por reformas. Se o prazo de conclusão for respeitado pela Prefeitura de Cuiabá, em breve um novo terminal de ônibus será entregue com piso e teto revitalizado, climatização, novos bancos e lixeiras, além de nova iluminação e segurança. Enquanto isso a população se aglomera em frente à igreja 'Deus é Amor', onde mais de 30 linhas de ônibus estão buscando e deixando passageiros.

Divulgação



Divulgação

Zero Conforto

Quem planejou os pontos de ônibus em Cuiabá provavelmente nunca precisou fazer uso do transporte público na capital que vira e mexe é considerada uma das cidades mais quentes do mundo. Estruturas de contêineres de aço, sem climatização, para abrigar cerca milhares de usuários de ônibus por dia não passam de um projeto mal executado.



Lugar de 'véio' é em casa?

Todo mundo sabe que idoso faz parte de um grupo preferencial. Inclusive consta no Estatuto da pessoa idosa que a preferência está relacionada ao exercício da cidadania e à garantia de condições de dignidade. Mas, infelizmente, vez ou outra vemos regra ser desrespeitada por alguns motoristas de ônibus que não param para os idosos e além de não parar, recentemente um deles disparou: "lugar de véio é em casa!"



Bagagem Ilícita

No Dia Internacional de Combate às Drogas, 26 de junho, a Polícia Civil, por meio da Delegacia Especializada de Repressão a Entorpecentes (DRE), e a Polícia Rodoviária Federal (PRF) apreenderam no bagageiro de um ônibus interestadual com destino a Aparecida de Goiânia (GO), na BR-364, 8 tabletes de cloridrato de cocaína, avaliados em mais de R\$ 2,8 milhões.



CATRACADA

Essa vai para a Prefeitura de Cuiabá. 67% dos usuários de ônibus em Cuiabá estão insatisfeitos com os serviços de transporte público. Frota reduzida aos finais de semana, pontos sem cobertura e sinalização e infraestrutura fazem os usuários se sentirem insatisfeitos.

DIRETOR DE REDAÇÃO: JOÃO PEDRO MARQUES
EDITOR: JOÃO NEGRÃO
EDITOR DE ARTE: MARCO ANTONIO RAIMUNDO
REVISÃO: MARIA LIGIA

TEXTOS: ADEMIR GALITZKI, ANDRÉ NAVES, JOÃO NEGRÃO,
KATYA REGINA CURVO GALITZKI, MARCO ANTONIO
RAIMUNDO, VANESSA MORENO, SECOM CUIABÁ.

FOTOS: HARLEID CLAITON, JULIANA VIEIRA, LUIZ ALVES,
WESLEY RODRIGUES, ASSESSORIAS, SECOM CUIABÁ.

Jornal do ônibus não se responsabiliza por matérias e artigos assinados, pois não refletem necessariamente a opinião do jornal. As matérias especiais publicadas em jornal do ônibus são de colaboração de seus autores e cedidas espontaneamente, sem fins lucrativos.

ADMINISTRATIVO FINANCEIRO:
ARTUR DIAS DA FONSECA NETO
(65) 3623-1170 | (65) 9 9682-1470

COMERCIAL:
comercial@jornaloonibusmatogrosso.com.br

REDAÇÃO:
rdmredacao@gmail.com
(65) 3623-1170 / 9 9257-7512



Rua Itália, 147, Santa Rosa, Cuiabá-MT CEP
78-040-240 - Fone: (65) 3623-1170

RDM JORNAL DO
ÔNIBUS

Estação Mato Grosso

Cuiabá / junho de 2023 | Ano XXVII | Edição 596

Deficientes são as estruturas sociais, jamais as pessoas: as artes desnudam as barreiras enfrentadas por PcDs



André Naves*

A sociedade, muitas vezes, considera as pessoas com deficiência como pessoas com limitações, porém, a realidade é que as deficiências estão nas estruturas sociais, e não nas pessoas. As barreiras e contradições sociais que impedem a inclusão e a igualdade de oportunidades são o grande desafio para os PcDs. E essas barreiras podem ser atitudinais, arquitetônicas, de comunicação, entre outras.

Nesse sentido, a arte tem um papel importante em mostrar as contradições e barreiras sociais que as pessoas com deficiência enfrentam. Um exemplo disso é o romance *Notre-Dame de Paris*, de Victor Hugo, em que o personagem Quasímodo, o corcunda, é percebido amplamente como uma pessoa com deficiência, enquanto a personagem Esmeralda, a bela cigana, não. Isso mostra que a deficiência não é um atributo relativo à pessoa, mas às barreiras estruturais que a sociedade cria.

Da mesma forma, a história da *Bela e a Fera* é um exemplo de como as barreiras atitudinais podem impedir a inclusão. A Bela, por ser uma jovem mulher que buscava a liberdade nos livros e na educação, também enfrentava barreiras sociais à inclusão. Já a Fera, além da aparência física, também tinha restrições à liberdade, o que a tornava socialmente deficiente nesse aspecto.

Outro exemplo é o personagem *Shrek*, que enfren-



“A arte pode nos ajudar a mudar nossas atitudes em relação às pessoas com deficiência e trabalhar para criar uma sociedade mais inclusiva e igualitária. Pessoas com deficiência não devem ser vistas como defeituosas, mas sim como pessoas que possuem habilidades únicas e que também podem contribuir significativamente para a sociedade”

tava barreiras à inclusão no Reino, mas era plenamente incluído no Pântano, onde superou as barreiras sociais e encontrou a liberdade. Já Fiona, sua esposa, também enfrentava as barreiras estruturais no Reino por ser uma mulher e princesa, mas no Pântano, superou as barreiras e encontrou sua individualidade.

Por fim, o personagem *Dumbo* é um exemplo de como a sociedade pode ver a característica de uma pessoa como deficiência, quando na verdade pode ser uma habilidade única. Em *Dumbo*, as orelhas gigantes do personagem eram vistas como um enorme defeito. Mas a verdade é que ele acabou se tornando a grande estrela do circo, já que podia usar suas orelhas como potencialidade para voar; o que mostra que a deficiência está nas estruturas sociais e não nas pessoas.

Ao revelar essas contradições, a arte pode nos ajudar a mudar nossas atitudes em relação às pessoas com deficiência e trabalhar para criar uma sociedade mais inclusiva e igualitária. Pessoas com deficiência não devem ser vistas como defeituosas, mas sim como pessoas que possuem habilidades únicas e que também podem contribuir significativamente para a sociedade.

*André Naves é Defensor Público Federal, especialista em Direitos Humanos e Inclusão Social; Mestre em Economia Política

www.rdmonline.com.br

RDM DIRETO DE
BRASÍLIA

POR JOÃO PEDRO MARQUES



Maconha salva vidas

Ainda que criminalizada, uma planta medicinal que pode salvar vidas. Agora brasileiros lutam por políticas públicas que ultrapassem as barreiras do preconceito em prol da saúde e da dignidade humana

Vanessa Moreno



Fotos: Divulgação

“**A** maconha medicinal mudou a nossa vida”, diz Solanyara Maria da Silva Nogueira membro da Associação de Pacientes, Apoio Medicinal e Pesquisa de Cannabis Medicinal em Mato Grosso (ASPAMPAS) e mãe do Marcos, portador de epilepsia, que faz uso de medicamento à base de cannabis. Foi através do seu filho, que sofria cerca de 40 convulsões por dia, que Sol se envolveu na luta pela criação de políticas públicas que amparem a todos que necessitam do remédio originário dessa planta, cujo

nome científico é Cannabis sativa.

“É preciso vencer o preconceito, vencer a barreira da demonização da maconha e ver a parte medicinal dessa planta que tem trazido vida e qualidade de vida para milhares de pessoas”, desabafa Sol. Ela confessou ter quebrado o paradigma de que a maconha é exclusivamente uma droga entorpecente a partir do momento em que precisou do óleo extraído da planta para reduzir a zero o número de convulsões sofridas por seu filho.

A família de Carol Meireles, diretora da ASPAMPAS,

também vivia em estado de preocupação e alerta, pois seu filho de 11 anos também é portador de epilepsia e chegou a ter 60 convulsões por dia antes de iniciar o tratamento. “Muita gente não acredita em cura, mas quando se traz a história de uma criança que convulsionava mais de 60 vezes por dia e a partir do momento que começou a usar cinco gotas de um óleo à base de cannabis essas crises zeraram, parece que cada gota é um milagre”, conta Carol.

Sentir na pele a realidade de famílias que precisam constantemente recorrer ao poder judiciário para obter

limitares autorizando a importação dos medicamentos foi o pontapé inicial para que Carol se dedicasse à criação da ASPAMPAS. “A ASPAMPAS nasceu da dificuldade de acesso ao medicamento de pais, mães e pacientes que já não aguentavam mais ter que judicializar situações e brigas de anos na justiça em busca do medicamento que cura ou ameniza”, declara a diretora, que agora trabalha para aproximar pacientes de um tratamento mais justo e menos burocrático.

A judicialização não é a única barreira encontrada por

quem precisa cultivar, produzir ou comprar os medicamentos à base de cannabis, pois quando não há necessidade de autorização judicial, é preciso ter prescrição médica ou ainda desembolsar um valor alto para comprar o medicamento nas farmácias brasileiras. Desde 2016 a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) aprovou diversas normas para regulamentar o acesso a esse tipo de medicamento e hoje já são mais de 20 produtos autorizados pela agência, mas os preços nem sempre cabem no bolso do brasileiro, pois variam de R\$200 a R\$2.500.



“Temos a intenção de num futuro breve ter um plantio e fazer a extração do óleo”

Tânia Luz, que é membro e tesoureira da ASPAMPAS, faz o uso do canabidiol (CDB) para tratar o transtorno de ansiedade e encontrou na importação uma maneira mais econômica para garantir a continuidade do seu tratamento. “Na farmácia o custo é mais alto do que o que eu uso, por exemplo. O meu vem do Paraguai, de uma empresa chamada Koba, que tem o melhor custo-benefício”, explica Tânia.

A ASPAMPAS foi criada em fevereiro deste ano e, ao longo destes quatro meses de atuação, muito trabalho tem sido desenvolvido com foco em facilitar a aquisição do remédio, diminuindo o custo e a burocracia. “Temos a intenção de num futuro breve ter um plantio e fazer a extração do óleo. Estamos

caminhando para isso”, destaca.

Estudos científicos têm encontrado na cannabis medicinal a solução para diversos problemas de saúde. Além da epilepsia e do transtorno de ansiedade, diagnósticos como esquizofrenia, Parkinson, Alzheimer, lúpus, isquemias, transtorno do espectro autista (TEA), hepatite C, doença de Crohn, esclerose lateral amiotrófica, diabetes, náuseas, câncer, depressão, distúrbios do sono e do movimento, glaucoma, estado positivo para o vírus da imunodeficiência adquirida (HIV), síndrome da imunodeficiência adquirida (SIDA), cachexia, distrofia muscular, fibromialgia severa, aracnoidite e outras doenças e lesões da medula espinhal, cistos de Tarlov, hidromielia, siringomielia, artrite

“Muita gente não acredita em cura, mas quando se traz a história de uma criança que convulsionava mais de 60 vezes por dia e a partir do momento que começou a usar cinco gotas de um óleo à base de cannabis essas crises zeraram, parece que cada gota é um milagre”

VAMOS CANCELAR A DENGUE DE VEZ.

DONA AEDE
DIGITAL INFLUENCER

COLOQUE AREIA
NOS PRATINHOS
DAS PLANTAS

ELIMINE FOCOS
DE ÁGUA PARADA
E CUBRA PNEUS
E GARRAFAS

LIMPE CALHAS,
PISCINAS E
QUINTAIS

Siga a gente nas redes sociais para ver tudo que a Dona Aede está postando sobre a Dengue.



“A cannabis está para a medicina do século 21 o que os antibióticos estiveram para a medicina do século XX”

“A ASPAMPAS nasceu da dificuldade de acesso ao medicamento de pais, mães e pacientes que já não aguentavam mais ter que judicializar situações e brigas de anos na justiça em busca do medicamento que cura ou ameniza”

reumatoide, displasia fibrosa, traumatismo cranioencefálico e síndrome pós-concussão, esclerose múltipla, síndrome Anrol-Chiari, ataxia espino-cerebelar, síndrome de Tourette, mioclonia, distonia simpático-reflexa, síndrome dolorosa complexa regional, neurofibromatose, polineuropatia desmielinizante inflamatória crônica, síndrome de Sjogren, cistite intersticial, miastenia grave, hidrocefalia, síndrome da unha-patela e dor límbica residual já podem ser tratados através das propriedades medicinais da maconha. No entanto, o país ainda caminha a passos largos quando se trata de políticas públicas concretas

que proporcionem o acesso à saúde de forma menos burocrática nas unidades conveniadas ao Sistema Único de Saúde (SUS).

“Queremos aprofundar os debates e o acesso a informações científicas sobre os resultados do uso da cannabis, técnicas qualificadas de plantio, extração, princípios ativos e produção de fármacos, além de dar subsídios para as mudanças necessárias nas legislações nacionais em prol da regulamentação da cannabis medicinal”. Esse é o posicionamento da vereadora por Cuiabá Edna Sampaio (PT), que promoveu uma audiência pública no dia 15 de

maio, na Câmara Municipal, para discutir o uso medicinal da cannabis em Mato Grosso. Na ocasião, ela se comprometeu a elaborar um Projeto de Lei que cria o Dia Municipal da Cannabis Terapêutica e outro que cria uma Lei obrigando o executivo a disponibilizar medicamentos à base da planta na rede pública de saúde.

No âmbito estadual, já existe uma Lei de autoria do deputado Wilson Santos (PSD), que também vem unido forças junto aos ativistas para garantir o direito dos pacientes que necessitam do tratamento à base de canabidiol. Trata-se da Lei 11.883 de 2022, que

entrou em vigor no dia 1º de setembro de 2022 e que obriga o Estado a fornecer os medicamentos. “É uma ingenuidade criminalizar a cannabis porque parte dela, notadamente, o CBD, já é reconhecida em muitos países como matéria prima para a elaboração de remédios altamente eficientes no combate a muitas doenças”, disse o deputado estadual.

“Os helenos diziam que o mais difícil numa conquista não é conquistar o território, mudar a moeda, impor desejos, mas sim mudar a cultura. Mudar a cultura, o conhecimento, a tradição é algo complexo e nós ainda vamos levar um tempo para que essa

luta seja plenamente vitoriosa no Brasil”, completou.

O médico, biólogo, neurocientista, professor do Instituto do Cérebro da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) e pesquisador da Fiocruz, Sidarta Ribeiro revela que há registros do uso medicinal da planta há mais de 3 mil anos, na Índia. Ele também conta que há 2.500 anos foi encontrado vestígios da cannabis na tumba da chamada “Dama do Gelo Siberiana”. Segundo ele, pesquisas a apontaram como portadora de câncer, indicando que ela fazia o uso da planta para tratar a doença. “Esta é realmente uma fronteira de pesquisa muito importante e sugere que aquela ‘Dama do Gelo Siberiana’ não estava enganada em portar a maconha, diante do quadro que ela tinha”, disse Sidarta.

Segundo Sidarta, já existem estudos indicando as potências antitumorais e os resultados positivos do uso combinado de canabinóides e radioterapia. Observa-se também que há mais de cem canabinóides derivados da planta, todos eles com propriedades anti-inflamatórias.

“Essas propriedades, que foram identificadas na Idade do Bronze, continuam sendo uma fronteira do conhecimento justamente por causa da proibição, pois, durante muito tempo foi impossível fazer esse tipo de pesquisa. Mas ela está se tornando uma revolução na medicina. Eu digo que a cannabis está para a medicina do século 21, como os antibióticos estiveram para a medicina do século XX, como uma grande mudança de paradigma”, concluiu o médico. ●

“Queremos aprofundar os debates e o acesso a informações científicas sobre os resultados do uso da cannabis, técnicas qualificadas de plantio, extração, princípios ativos e produção de fármacos”

Uso medicinal da cannabis pelas palavras de uma paciente



Bióloga Tânia Luz, paciente e membro da Associação

Bióloga Tânia Luz, que faz tratamento com o medicamento, é uma das diretoras da ASPAMPAS e fala sobre o trabalho da entidade e sua luta pelo acesso ao canabidiol

João Negrão

Uso medicinal da cannabis é o tema da entrevista com a bióloga Tânia Luz. Ela é especialista em biotecnologia, mestre em educação, servidora pública do Instituto Federal de Mato Grosso, onde atua junto com a equipe pedagógica como Técnica em Assuntos Educacionais e ainda dedica tempo para atuar como tesoureira da Associação de Pacientes, Apoio Medicinal e Pesquisa de Cannabis Medicinal em Mato Grosso (ASPAMPAS), que defende o uso de medicamentos produzidos a partir da cannabis para o tratamento de diversas doenças como epilepsia, Alzheimer, isquemias, distúrbios de ansie-

dade, transtorno do espectro autista, depressão, câncer e muitas outras.

Tânia também é paciente. Ela faz o uso de medicamento a base de canabidiol para o tratamento de transtorno de ansiedade. A bióloga conversou com o jornalista João Negrão e a seguir reproduzimos a entrevista que foi ao ar, ao vivo, na TV RDM, canal on-line do grupo Rede de Mídias, que pode ser acompanhado através do canal no Youtube e da Fanpage no Facebook. Esse conteúdo faz parte de uma série de entrevistas e reportagens sobre o uso do canabidiol, que está sendo produzido pelo grupo RDM.

Jornal do Ônibus - A cannabis é muito marginaliza-

“Hoje, no Brasil, nós temos muitas associações canábicas, mais de oitenta lutando para produzir o próprio óleo de cannabis dentro da sua associação com plantio legalizado e com apoio científico, além de muita vontade”

da e considerada uma droga ilegal, masse trata de uma planta que tem várias propriedades medicinais e também outros empregos industriais que aqui no Brasil a gente pouco conhece, mas em outros países é muito importante. Quero que você fale sobre a ASPAMPAS, que é a associação da qual você é tesoureira e membra muito assídua nas suas atividades.

Tânia Luz – A ASPAMPAS é uma sigla que significa Associação de Pacientes, Apoio Medicinal e Pesquisa de Cannabis Medicinal. Ela é muito jovem. A gente ainda está num processo bem embrionário. Nós criamos a associação em fevereiro, mas claro que o pessoal já vinha antes discutin-

do sobre a questão de associação. Nós temos o Wellington, que é o presidente, a Aline, que é uma enfermeira em Rondonópolis e também a Solianara, a Sol, que é uma mãe que luta há muitos anos para conseguir o tratamento do filho desde 2013.

Foram juntando pessoas que tinham o mesmo objetivo para conseguir viabilizar dentro de Mato Grosso esses medicamentos.

Hoje, no Brasil, nós temos muitas associações canábicas, mais de oitenta lutando para produzir o próprio óleo de cannabis dentro da sua associação com plantio legalizado e com apoio científico, além de muita vontade. Eu acho que o principal de ter surgido a ASPAMPAS é que nós

temos muita vontade e necessidade de ter essa associação funcionando. Nós ainda estamos regulamentando as documentações, mas já temos muitas atividades desde que iniciamos. Temos um grupo do WhatsApp com cerca de 150 pessoas que estão ali discutindo com a gente e também fazemos parte de um grupo de pesquisa que estuda a cannabis na Baixada Santista, pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) e ali, toda semana, temos encontros para tentar planejar projetos de pesquisa que viabilize e certifique o valor e a eficácia desse medicamento.

A ASPAMPAS está a todo vapor, mas nós somos muito jovens ainda e temos um caminho bem longo para percorrer.

Jornal do Ônibus - Você mencionou mais de oitenta entidades. São em Mato Grosso ou no Brasil?

Tânia Luz - No Brasil. Em Mato Grosso nós somos a primeira e única associação. Inclusive muita gente nos procura para pedir orientação, para pedir médico. Então estamos nesse processo de organização de médicos que são prescritores. Nós temos vários médicos que são prescritores e para o médico ser prescritor ele faz uma capacitação, porque nas faculdades de medicina ainda não foi ensinado sobre esse sistema endocanabinoide. Essa semana eu li que a primeira que vai incluir no seu currículo é a Universidade Federal de São João Del Rei, em Minas Gerais, que está agregando um estudo sobre esse sistema que temos no corpo humano, como Sidarta Ribeiro, neurocientista respeitado no Brasil e no exterior, fala: é a chave e a fechadura. É como se tivéssemos essa conexão. Então, quando utilizamos remédios à base de cannabis, nós estamos organizando o nosso cérebro. Trata-se de um encontro necessário para quem está com algum problema de saúde, como epilepsia, convulsões e doenças raras também.

Jornal do Ônibus - Não temos ainda no país, muito menos no estado e no município, uma lei que possibilita que as pessoas



Membros da ASPAMPAS em manifestações em defesa do uso medicinal da cannabis

possam cultivar a cannabis para uso medicinal. O que tem são pessoas que conquistaram isso na justiça. Então queria que você falasse um pouco sobre este caminho, que é um caminho difícil, embora a justiça brasileira tenha compreendido muito a importância.

Tânia Luz - As pessoas que conseguiram, inclusive na nossa associação temos duas pessoas que conseguiram habeas corpus, porque é por meio de habeas corpus, a pessoa aciona um advogado, mostra a prescrição, um laudo médico e assim a pessoa consegue cultivar em casa. Não é uma coisa simples, mas dependendo do diagnóstico e da prescrição, tudo é possível.

A Sol foi a primeira que conseguiu em Mato Grosso, ela foi para fora, porque tem que fazer curso, tem que aprender a fazer o cultivo, depois tem que aprender a fazer o óleo, quando você pode colher, quais são as partes que pode colher e fazer o óleo de acordo com a necessidade da patologia. Existem vários tipos, várias concentrações e o

“Quando utilizamos remédios à base de cannabis, nós estamos organizando o nosso cérebro. Trata-se de um encontro necessário para quem está com algum problema de saúde, como epilepsia, convulsões e doenças raras também”

médico que vai dizer qual vai usar. Eu falo médico, mas hoje já tem outros profissionais da área da saúde que pode prescrever o medicamento como dentistas e médicos veterinários, não tenho certeza.

Existem muitas informações em relação a evolução para a prescrição e tratamento de diversas doenças e controle, inclusive do câncer. O Sidarta falou um assunto extremamente relevante sobre a questão dos sintomas e efeitos colaterais de quimioterapia e radioterapia. Por conta da cannabis atingir questões sobre inflamação do corpo, há relatos e artigos de pesquisas falando sobre a diminuição do câncer, porque ele atua no processo inflamatório do nosso organismo. Isso é sensacional! Todo dia a gente descobre uma coisa nova.

Em relação as doenças degenerativas, como Alzheimer e Parkinson, tem pessoas que pararam de ter a tremedeira. O tratamento tem possibilitado uma melhor qualidade de vida. Quanto ao sono, tem muitas pessoas usando para dormir

melhor e quando a gente fala isso, as pessoas pensam que é calmante como se tivesse fumando um “baseado”, mas é muito diferente. A cannabis vai atuar dentro do cérebro, fazendo essas conexões que o Sidarta mencionou usando a analogia da chave e fechadura, para tentar organizá-lo e fazer com que ele e o corpo funcione.

Jornal do Ônibus - Sobre a sua experiência própria, você ter transtorno psíquico, que é a ansiedade depressão...

Tânia Luz - Mais para o transtorno de ansiedade, que é uma coisa bem forte, a depressão é menor. Eu fiz o tratamento durante bastante tempo em vários momentos com remédios bem pesados de farmácia. Várias vezes eu tive que parar de trabalhar e paralisar um pouco a vida, porque às vezes os medicamentos são tão fortes que não deixam a gente nem andar na rua. Quando foi ano passado eu já estava meio cansada de ficar tirando licença, fazendo tratamentos e também os remédios passam



Membros da ASPAMPAS participam da Conferência Municipal de Saúde

um tempo que não fazem mais efeito, isso muitos médicos falam, e também as vezes eles passam a fazer o efeito contrário, ao invés de diminuir a ansiedade, aumenta mais e eu comecei a sentir isso no meu corpo. Foi quando eu comecei a procurar e conheci uma pessoa que usa a cannabis em Cuiabá e ela me ensinou o caminho. Eu achava que ia ser uma coisa muito difícil, mas não foi. A maioria dos óleos que a gente tem aqui no Brasil, não sendo de associação, são importados, então a gente entra no site da Anvisa, preenche um formulário para pedir autorização para importação, que foi o que eu fiz e a maioria faz. Esperei o medicamento chegar, comecei o tratamento e comecei a perceber que eu não sentia mais a necessidade de tomar remédio para dormir, que o meu raciocínio estava ficando melhor, voltei a sentir vontade de trabalhar e meu cérebro começou a funcionar de uma maneira que já tinha bastante tempo que ele não funcionava. Eu fico até emocionada de falar

sobre isso, porque é uma coisa que foi muito boa. Inclusive eu tenho lido muitos artigos científicos, porque é uma área que estou estudando e quero fazer um doutorado para tentar fazer um trabalho que substancie as publicações que nós temos. Tem muitas publicações, mas a maioria para doenças raras, na parte da depressão tem muito pouco, a gente precisa avançar e sobre transtorno de ansiedade tem um pouquinho mais, mas ainda é pouco. A gente precisa avançar mais nisso e a gente só avança a partir do momento que tem autorização para plantio, principalmente em associações, em universidades, nos centros de pesquisa. Por isso que a gente aciona tanto o as questões de legislativo, porque a maioria das pessoas estão conseguindo de forma jurídica, mas o que nós queremos é que isso se torne uma política pública.

Jornal do Ônibus—Eu queria que você comentasse sobre o seu caso. Como é um transtorno psíquico e transtor-

“Por conta da cannabis atingir questões sobre inflamação do corpo, há relatos e artigos de pesquisas falando sobre a diminuição do câncer, porque ele atua no processo inflamatório do nosso organismo. Isso é sensacional!”

nos psíquicos são muito estigmatizados, as pessoas acabam considerando como o famoso 'mimimi' e na verdade é uma coisa grave. Comenta sobre isso, porque é de grande importância para a gente quebrar esse estigma.

Tânia Luz - Sim, existe muito preconceito principalmente no trabalho. A gente passa muito isso, “está com frescura” ou então “está com preguiça”, existem vários nomes usados para caracterizar algo que realmente está escondido no cérebro e a gente tem certas atitudes que as pessoas que desconhecem pensa “fulano é desligado, fulano é agressivo, fulano não é saudável e tem hábitos ruins”. Existem várias formas das pessoas enxergarem e eu acho que essa questão de saúde mental nós precisamos trabalhar muito, principalmente depois de uma pandemia, como nós passamos e que mexeu demais. Já vinha antes, não foi na pandemia, mas a pandemia potencializou os problemas psicológicos. Tudo

aconteceu muito rápido, parecia que estávamos vivendo em um filme de ficção científica. Nem sempre conseguimos lidar muito bem com algumas questões e aí afeta no trabalho, afeta na produtividade, você não consegue produzir tão bem e acaba passando por incompetente, como se não tivesse nem aí para o trabalho. Isso incomoda bastante. Hoje, estar produzindo é muito bom para mim, acho que para todo mundo. Aumenta a autoestima quando conseguimos fazer as coisas bem-feitas, quando conseguimos nos comunicar bem, quando conseguimos nos relacionar bem, principalmente no local de trabalho, que é um lugar que você tem que estar todos os dias, várias horas, com várias pessoas, cada uma com seu jeito de lidar com a vida.

Jornal do Ônibus – Sobre a questão da sua luta no plano institucional, sobretudo no parlamento, no executivo e também no parlamento federal, estadual e municipal. Como teria que ser a implementação de políticas públicas?

Tânia Luz – Primeiro que essa parte jurídica é um pouco mais difícil para mim, porque eu não tenho tanto embasamento para falar, mas, por exemplo, a audiência pública na Câmara foi para criar o Dia da Cannabis em Cuiabá. São pequenas coisas que vamos colocando em evidência e vai se aliando a outros estados e municípios que conseguiram avançar mais, para que a gente também consiga. No caso do deputado estadual Wilson Santos, ele tem um projeto, acho que já virou lei, que defende a distribuição do medicamento pelo SUS, porque sabemos que não é algo barato, como o Sidarta diz: é um tratamento elitista, nem todo mundo tem acesso. Às vezes a pessoa até consegue iniciar, mas não dá conta de continuar porque o custo é mais alto que os outros medicamentos como o Rivotril, que é bem mais barato, mas tem efeitos colaterais complicados. Sobre a cannabis, não temos nenhuma evidência de efeitos colaterais, pelo menos até o momento.

Jornal do Ônibus – Acho

importante frisar isso. Nós estamos falando de drogas lícitas que são extremamente prejudiciais e da cannabis, que é uma droga considerada ilícita, mas que não tem tanto prejuízo e tem todo esse estigma de ser uma droga porta de entrada para outras drogas. Eu pessoalmente acho que o álcool é a grande porta de entrada.

Tânia Luz – Ela tem um cunho racista. Um racismo estrutural dentro da nossa sociedade e que foi proibida porque negros usavam para vários fins. Outra questão que se discute bastante é sobre o sistema prisional. Porque as cadeias estão lotadas de pretos e pobres de favelas e periferias que estão relacionados à questão da maconha? A gente sabe que tem pessoas que fazem comércio com isso e não são presas porque tem dinheiro, tem poder. É importante pensar sobre isso e inclusive cogitar que no momento que o comércio estiver legalizado no Brasil, essas pessoas sejam reparadas pela sociedade, porque a vida toda elas foram taxadas por marginais e isso não é legal. Na favela tem muita gente, muitas famílias, muita gente que luta e trabalha para sobreviver dentro da sociedade que libertou os escravos, mas os deixou à própria sorte. Hoje que a gente entende melhor a história, sabemos que temos uma reparação histórica muito grande para fazer com essas pessoas para que elas sejam inseridas na sociedade como os brancos são.

Jornal do Ônibus—*Eu queria que você fizesse as suas considerações finais e agregasse alguma informação que você considera importante e que eu não lhe indaguei.*

Tânia Luz – Nós participamos de um evento aqui em Cuiabá que foi o primeiro, no dia 6 de fevereiro, lá no Hotel Odara. Ali nós tivemos contato e foi o dia que a ASPAMPAS foi criada. Vieram vários profissionais: agrônomos, advogados, médicos. O deputado Wilson também participou e foi discutida a questão do plantio



A cannabis medicinal já é legalizada em vários países

do cânhamo. Com o cânhamo você pode fazer várias coisas como roupa, carro, casa. Além do óleo e do medicamento, a indústria pode ganhar muito com isso. Então discutimos o plantio até com o pessoal do agro, mostrando as possibilidades de rendimento.

As associações que conseguiram o plantio, conseguiram por meio da justiça, né? Como eu falei, a Abrace é uma associação grande, que tem atendido muita gente. Nós ainda estamos no início e não temos essa questão do plantio, no momento estamos ajudando as pessoas a encontrarem o caminho com consulta médica, organizando uma lista de prescritores, organizando lista de medicamentos. Temos medicamentos nas farmácias, são mais caros, mas estamos fazendo um levantamento.

Jornal do Ônibus – *Esses medicamentos já têm no mercado aqui em Cuiabá? Pode achar em alguma farmácia?*

Tânia Luz – Sim. O médico prescreve, a pessoa vai na

“Comecei o tratamento e comecei a perceber que eu não sentia mais a necessidade de tomar remédio para dormir, voltei a sentir vontade de trabalhar e meu cérebro começou a funcionar de uma maneira que já tinha bastante tempo que ele não funcionava”

farmácia e compra. Nesse caso nem precisa de autorização da ANVISA, porque a partir do momento que ele entra na farmácia, ele já conseguiu a autorização da importação. Se eu não me engano, tem uma marca que é brasileira. Estamos fazendo esse levantamento para saber o que temos disponível no mercado e quem pode atender os pacientes para cada tipo e especialidade. Na farmácia o custo é mais alto do que o que eu uso, por exemplo. O meu vem do Paraguai, de uma empresa chamada Koba, que tem o melhor custo-benefício. Mas se comprado pela associação Abrace, sai com um custo bem mais baixo. Cerca de quatro vezes menos do que se encontra na farmácia. Nós queremos fazer isso, temos a intenção de num futuro breve ter um plantio e fazer a extração do óleo. Estamos caminhando para isso. São muitas demandas para chegar no nível dessas grandes associações que estão conseguindo atender muita gente.

Jornal do Ônibus – *Tem alguma articulação feita com*

a Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT) ou com a Universidade do Mato Grosso (UNEMAT)?

Tânia Luz – Estamos mais ou menos no caminho. Foi feito um evento em Diamantino e membros da nossa associação foram junto com a UNEMAT. E nós também estamos dialogando com a UFMT, mas não fizemos parceria, estamos encontrando um caminho para que faça parceria. Por exemplo, na Universidade Federal de Santa Catarina, onde eu fiz meu mestrado, já tem autorização para plantio. Tem universidades que já têm autorização para plantio, então eles já tão plantando para desenvolver as pesquisas e geralmente essas universidades elas estão em parceria com as associações. Elas estão de mãos dadas, porque o nosso papel como associação e como universidade é salvar vidas em primeiro lugar, não estamos visando lucro. Então queremos que as pessoas tenham acesso e que consigam melhorar sua qualidade de vida a partir do tratamento com cannabis. ●

Turismo receptivo



Katya Regina Curvo Galitzki*

O Turismo Receptivo é um serviço relacionado às pessoas que desejam conhecer lugares, com recursos naturais, histórico e culturais, práticas esportivas, atrativos turísticos, etc., de uma determinada Região. É um serviço especializado em receber visitantes quer seja um Turismo de Lazer ou a Negócios que atendem às suas necessidades.

O Turismo Receptivo é de suma importância em cada região, cidade, porque dependendo do potencial turístico da Região, o que ela tem a oferecer (flora, fauna, atrativos turísticos) é onde entra a parte da iniciativa privada, Órgãos Municipais, Estaduais, para dar o apoio necessário ao crescimento local atraindo turistas cada vez mais. Estarei comentando em outra matéria sobre este assunto.

Precisamos acordar para este segmento turístico do Receptivo, aliás, para o Turismo em geral, pois ele gera divisas, dá empregos, atrai empresários como: Restaurantes, Hotéis, Pousadas, Transportes, valorizando o local e a economia.

Para isso, precisamos Planejar com Metas e Objetivos, personalizar para deixar a viagem inesquecível e o turista poder voltar e indicar para outras pessoas, gerando, aspectos positivos com atendimento impecável, porque a maioria dos turistas pesquisam e sempre precisam de alguma informação a mais. Dispostos até a pagar mais.

Daí a função de termos a orientação de uma Agência de Viagem para indicar, intermediar, informar tudo ou quase tudo sobre a região ou cidade visitada, acompanhamento de Guia especializado para o acompanhar, enfim, fazer uma consultoria para tornar e facilitar o desejo, e porque não dizer os sonhos a viagem mais agradável possível.

O PORQUÊ DE TER A ORIENTAÇÃO DE UMA AGÊNCIA DE VIAGEM?

Porque ela faz a intermediação bem planejada entre os Serviços oferecidos e o Consumidor final que são os turistas, tais serviços como:

- **Transportes** – seguros, confortável e climatizados;
- **Acompanhamento de Guias Especializados** – onde o turista será guiado com Roteiros bem planejados e detalhados, otimizando o tempo do passeio, compra de ingressos antecipados;
- **Indicação locais** de compras, restaurantes, hotéis ou pousadas, atrações turísticas de acordo com o perfil do cliente;



Fotos: Divulgação

“Precisamos acordar para este segmento turístico do Receptivo, aliás, para o Turismo em geral, pois ele gera divisas, dá empregos, atrai empresários como: Restaurantes, Hotéis, Pousadas, Transportes, valorizando o local e a economia”

- E muitos mais serviços que atendem as necessidades dos clientes (depende do perfil de cada cliente);

A Agência de Turismo – com o papel de intermediadora, é para resolver e auxiliar o turista desde a compra até a realização final dos Serviços adquiridos, dando um atendimento de primeira.

Esse tipo de segmento de Turismo Receptivo é muito bom para a região, principalmente, para a população local, como disse acima, estimula o turismo, e porque não dizer a indústria do turismo como: restaurantes, hotéis, parques temáticos, transportes entre outros segmentos, crescendo vários setores da economia.

Não esquecendo que todos nós somos os maiores responsáveis pelo nosso Ecossistema, e se tivermos um bom Planejamento, com uma boa Infraestrutura, uma boa divulgação no Brasil e exterior, dando condições e importância a pasta, teremos e seremos um dos melhores Países devido sermos um País com maiores biodiversidades a oferecer do mundo.

* Katya Regina Curvo Galitzki é pós-graduada em Administração de Turismo e Lazer, pela Universidade Federal de Joinville/SC, e proprietária da CONEXÃO TURISMO MT – Agência de Viagem e Operadora de Turismo em Cuiabá/MT, há 15 anos no Mercado

Insetos do bem

Alguns insetos beneficiam a plantação e facilitam a vida do agricultor, tais como a minhoca

João Negrão

Não pense você que todos os insetos encontrados na sua horta, jardim, pomar ou na lavoura de soja, milho, entre outros, fazem mal na plantação. Pelo contrário, alguns insetos beneficiam a plantação e facilitam a vida do agricultor, tais como a minhoca e a abelha e outros e insetos que vamos tratar neste artigo.

Vamos começar pelas “nojentas”, mas inofensivas minhocas. Eu acho muito importante o trabalho que as minhocas fazem no solo, cavando e gerando enormes fileiras e buracos, deixando a terra fofa, em um processo que facilita a penetração e circulação das raízes. Com isso, a terra respira, fica naturalmente arada, dando vida ao solo, deixando com que a circulação da água caminhe melhor em torno da plantação. Estando a terra bem drenada e arejada, as raízes circulam mais livremente, dando vida para as plantas, conseqüentemente aumentando a produtividade do solo.

Quem nunca ouviu falar em “humos de minhocas” para produzirem este importante substrato chamado humos? As minhocas comem, por exemplo, restos de vegetais como capim, folhas secas, frutas, papelão umedecidos em



pequenos pedaços, cascas de ovos, cinza de caixas de ovos, casca de fruta, legumes e bagaços de cana. Elas vivem até 12 anos, sendo em lugares secos, arejados, no frio ou calor, longe da chuva e de formigas, galinhas e pássaros, por serem seus predadores.

Elas necessitam de bastante oxigênio, chegando a movimentar até 60 vezes o seu passo na terra. Você pode ter um empreendimento bem-sucedido e sustentar sua família criando minhoca e

comercializando do humos da minhoca.

A abelha e outros insetos nos trazem mais benefícios, em primeiro lugar, por conta da polinização, pois, sem ela, não há a produção do mel que as abelhas nos fornecem praticamente de graça. Claro que temos alguns custos para se fazer e montar as colmeias. A máquina para separar o mel do favo tem custo, mas o maior trabalho e esforço acaba sendo da abelha na sua produção de mel.



“A abelha e outros insetos nos trazem mais benefícios, em primeiro lugar, por conta da polinização, pois, sem ela, não há a produção do mel que as abelhas nos fornecem praticamente de graça. Claro que temos alguns custos para se fazer e montar as colmeias”

A abelha real produz o pólen próximo da colmeia, além de ser o principal alimento da rainha, é comercializado a peso de ouro e em dólares. A cera é muito usada em cosméticos e farmacêuticos, odontológicos, imobiliário, na produção de tintas e artigos de couro. Você sabia que a ferroada da abelha é usada para curar pessoas com problema de reumatismo crônicos? A abelha é um dos insetos mais importantes no controle de predadores

indesejados, elas comem em média 40 moscas ao dia. Os predadores da abelha são: os sapos, aranhas e rãs.

Além das minhocas e abelhas, há também insetos que trazem outros benefícios nas hortaliças, como, principalmente: joaninha, vespa, formiga, besourinho, larvas de moscas, ácaros, aranha, etc...

Por isso, não vá exterminando tudo que você vê mexendo nos canteiros da sua horta, pois os insetos podem ser a sua salvação.



TRATAR DO DIABETES É UM ATO DE FÉ NA VIDA

HOJE NÓS VAMOS FALAR DE UM ASSUNTO MUITO SÉRIO: A PREVENÇÃO E CUIDADOS COM O DIABETES. DOENÇA QUE ATINGE GRANDE NÚMERO DE BRASILEIROS.

O MINISTÉRIO DA SAÚDE ALERTA PARA O FATO DE QUE 7,4% DA POPULAÇÃO BRASILEIRA FOI DIAGNOSTICADA COM O DIABETES MELLITUS.

ATUALMENTE O DIABETES É UMA DAS CINCO DOENÇAS QUE MAIS MATA NO MUNDO.

MAS, COM ORIENTAÇÕES SOBRE OS CUIDADOS, QUEM TEM A DOENÇA PODE CONTROLAR O DIABETES COM UM ESTILO DE VIDA SAUDÁVEL, ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E APOIO.

O que é diabetes?

O diabetes é uma síndrome metabólica de origem múltipla, decorrente da falta de insulina e/ou da incapacidade de a insulina exercer adequadamente seus efeitos, causando um aumento da glicose (açúcar) no sangue. O diabetes acontece porque o pâncreas não é capaz de produzir o hormônio insulina em quantidade suficiente para suprir as necessidades do organismo, ou

porque este hormônio não é capaz de agir de maneira adequada (resistência à insulina). A insulina promove a redução da glicemia ao permitir que o açúcar que está presente no sangue possa penetrar dentro das células, para ser utilizado como fonte de energia. Portanto, se houver falta desse hormônio, ou mesmo se ele não agir corretamente, haverá aumento de glicose no sangue e, consequentemente, o diabetes.



Dados apontam que 48% dos brasileiros adultos estão acima do peso e mais de 30% das crianças de 5 a 9 anos também.

CUIDE-SE!
Fatores como obesidade e hipertensão estão comumente associados ao diabetes!



Consequências do diabetes

Alterações renais
Problemas de ereção
Amputações
Cegueira

Como prevenir?

Pessoas com história familiar de diabetes devem:

- Manter o peso normal
- **Não fumar**
- Controlar a pressão arterial
- **Evitar medicamentos que potencialmente possam agredir o pâncreas**
- Praticar atividade física regular.



Acesse o game dos Heróis da Natureza pelo QR Code e ajude o Tuiuiú-Man, o Capivara Boy e a Ritinha Pintada a proteger o meio ambiente!





No começo éramos uma loja pequena e modesta, mas com ideias e sonhos do tamanho do mundo.

Hoje somos referência no mercado e todos os dias desejamos viver no novo, sem esquecer o que nos trouxe até aqui.

ESTA É A NOSSA
HISTÓRIA, HÁ



CASA  PRADO