

Ministério da Saúde
Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA)

VIDA NOTA 10



©1998 Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva / Ministério da Saúde. Centro Colaborador da Organização Mundial da Saúde. Todos os direitos reservados. A reprodução, adaptação, modificação ou utilização deste conteúdo, parcial ou integralmente, são expressamente proibidas sem a permissão prévia, por escrito, do INCA e desde que não seja para qualquer fim comercial. Venda proibida. Distribuição gratuita.

Esta obra pode ser acessada, na íntegra, na Área Temática Controle de Câncer da Biblioteca Virtual em Saúde - BVS/MS (http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/controle_cancer) e no Portal do INCA (<http://www.inca.gov.br>).

Tiragem: 300.000 exemplares – 2ª edição revista e atualizada – 2013

Elaboração, distribuição e informações

MINISTÉRIO DA SAÚDE
INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR
GOMES DA SILVA (INCA)
Coordenação-Geral de Prevenção e Vigilância (Con-
prev)
Rua Marquês de Pombal, 125
Centro – Rio de Janeiro – RJ
Cep 20230-240
Tel.: (21) 3207-5977
www.inca.gov.br

Texto (1ª edição)

Luisa da Costa e Silva Goldfarb
Vera Luiza da Costa e Silva

Assessoria pedagógica (1ª edição)

Letícia Casado

Revisão técnica (2ª edição)

Andréa Ramalho Reis Cardoso
Marcela Roiz Martini
Maria José Domingues da Silva Giongo

Edição

COORDENAÇÃO-GERAL DE PREVENÇÃO E
VIGILÂNCIA
Serviço de Edição e Informação Técnico-Científica
Rua Marquês de Pombal, 125
Centro – Rio de Janeiro – RJ
Cep 20230-240
Tel: (21) 3207-5977

Supervisão Editorial (2ª edição)

Letícia Casado

Edição e Produção Editorial (2ª edição)

Tais Facina

Revisão (2ª edição)

Tais Facina

Diagramação (2ª edição)

g-dés design

Ficha Catalográfica (2ª edição)

Mônica de Jesus Carvalho/ CRB:7/6421

Ilustrações (1ª edição)

Miguel Mendes Reis
Ziraldo Alves Pinto

Artes (1ª edição)

Ana Carolina Lopes da Cruz (montagem)
Ferreth (pintura)
Marco Antônio de J. Ferreira (arte-final)
Mauro Ernesto de Oliveira (letras)
Mig (desenho)

Computação gráfica (1ª edição)

Ricardo Machado

Impresso no Brasil / Printed in Brazil

Flama

FICHA CATALOGRÁFICA

159v Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva
Vida nota 10: quadernhos, cartuns e outras brincadeiras malucas
com grandes toques para a vida da gente/ Instituto Nacional de
Câncer José Alencar Gomes da Silva; Centro Colaborador da
Organização Mundial da Saúde. – 2. ed. rev. atual. – Rio de Janeiro:
MS: INCA, 2013.
20p.: il.

1. Prevenção e controle. 2. Fatores de risco. 3. Tabagismo.
4. Jogos e brinquedos. 5. Comunicação em saúde. I. Centro Colaborador da Organização Mundial da Saúde. II. Título.

CDD 613.85

Títulos para indexação

Em inglês: Health Life Note 10 School: comics, cartoons and games.

Em espanhol: Saber Salud – Nota 10 Escuela: comics, dibujos animados y juegos.

POR DENTRO E POR FORA

É MUITO LEGAL A ESCOLA FAZER ESTE PASSEIO PELO CAMPO NÉ?

EU NUNCA TINHA VISTO UMA FAZENDA!

AQUI O AR É TÃO GOSTOSO...



EI! OLHA LÁ! TEM UM CARA DERRUBANDO UMA ÁRVORE!



MOÇO! MOÇO!

O QUE O SENHOR TÁ FAZENDO?



CORTANDO ÁRVORES PARA FAZER LENHA!



NOSSA! QUANTAS ÁRVORES!!!

PRA QUE O SENHOR PRECISA DE TANTA LENHA?



PRA SECAR AS FOLHAS DE TABACO!

TABACO?

É... A PLANTA DE QUE É FEITO O CIGARRO, LEMBRA?





AH, NÃO SEI. NUNCA PENSEI NISSO! MAS QUEREM VER COMO NOSSA FAZENDA É BONITA?



OLHA QUE LAVOURA LINDA!



O QUE AQUELE HOMEM TÁ FAZENDO?

JOGANDO VENENOS PRA MATAR AS PRAGAS!



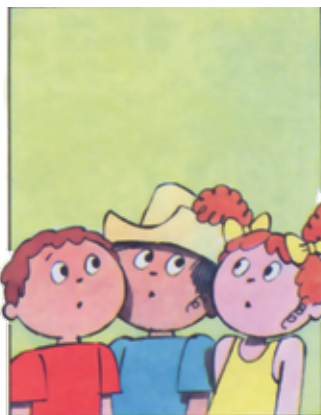
TAMBÉM JOGAMOS FERTILIZANTES E ANTIBROTANTES!



ENTÃO A TERRA E O AR FICAM CHEIOS DESSES PRODUTOS QUÍMICOS!

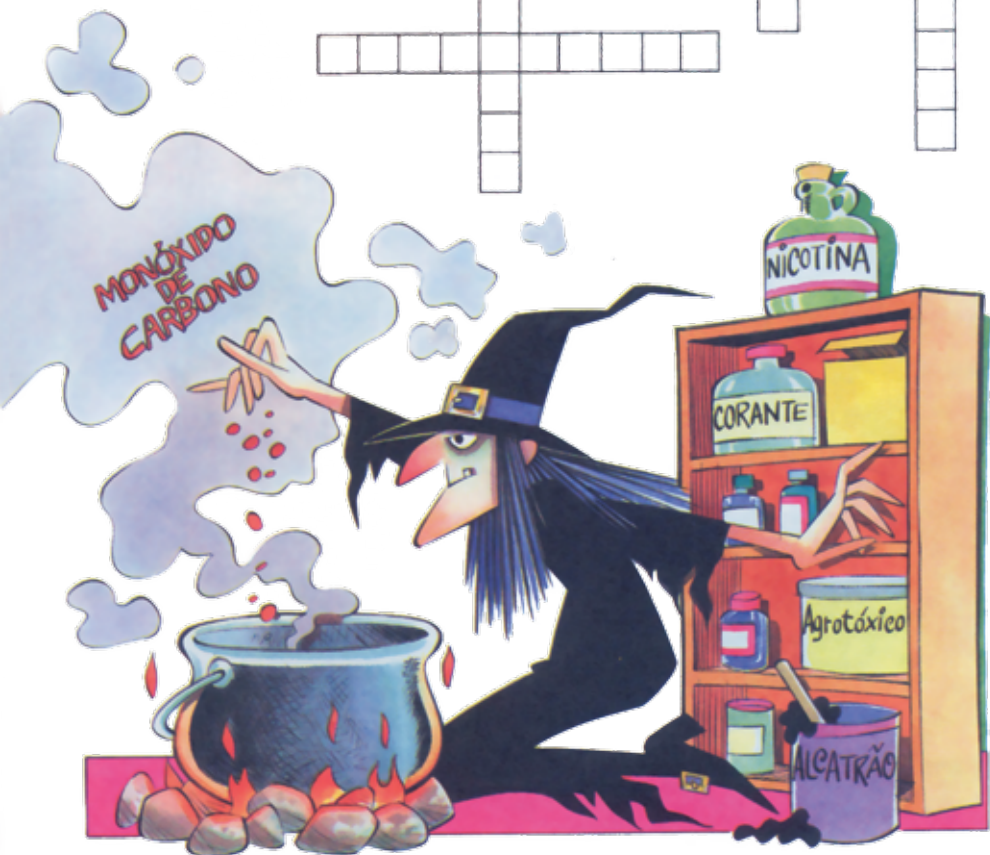
AS FOLHAS DE TABACO TAMBÉM!





ASAS DE MORCEGO, OLHOS DE ARANHA...

ESCREVA NOS "QUADRADINHOS" O NOME DOS INGREDIENTES
ENCONTRADOS NO CIGARRO. UMA DICA: CONTE O NÚMERO DE LETRAS
DE CADA PALAVRA



UM JOGO, DOIS DADOS

- ① PRIMEIRO, RECORTE E MONTE ESTES DADINHOS COM COLA. MUITO CUIDADO PARA OS LADOS SE ENCAIXAREM DIREITINHO.
- ② PEGUE BOTÕES OU FEIJÕES PARA MARCAR A POSIÇÃO DOS JOGADORES E COLOQUE-OS NO INÍCIO.
- ③ CADA JOGADOR, NA SUA VEZ, JOGA OS DOIS DADOS.
- ④ SE DER DUAS FACES AMARELAS O JOGADOR ANDA DUAS "CASAS." SE DER UMA FACE AMARELA E OUTRA VERDE, "ANDA" SÓ UMA CASA. SE DER DUAS FACES VERDES, O JOGADOR NÃO ANDA NADA.
- ⑤ GANHA QUEM CHEGAR PRIMEIRO À CACHOEIRA
- ⑥ QUANDO O JOGADOR CAIR NUMA DAS "CASAS ESPECIAIS" DEVE SEGUIR AS INSTRUÇÕES.



BOTE A TURMA NA TRILHA! QUEM VAI CHEGAR PRIMEIRO À CACHOEIRA?



29

30

31

32

33

28

PARABENS!

VOCÊ SALVOU
UM FILHOTE.
ANDE MAIS
DUAS CASAS.

27

26

25

XI!
VOCÊ
ESCORREGOU!
VOLTE SEIS
CASAS.

24

23

22

21

14

15

16

17

18

19

20

13

12

ABELHAS!
VOLTE DUAS
CASAS!

11

10

9

VOCE PEGOU
UM ATALHO.
ANDE MAIS
DUAS CASAS

8

7

INÍCIO

1

2

3

4

5

6

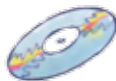
OLHA A RIMA!

CIRCALE AS FIGURAS QUE COMPLETAM A RIMA.



O SOL É UM GRANDE AMIGO, MAS PRA CAIR NA GANDAIA, VOU PROTEGIDO E SÓ FICO ATÉ AS 10H NA...

1



TUDO MUNDO QUER AR PURO E, POR ISSO, EU ACHO GRAÇA QUE AINDA TENHA GENTE QUERENDO SOLTAR...

2



O TABACO É UM PROBLEMA. ELE ENTOPE O PULMÃO, ELE IRRITA SEU NARIZ E FAZ MAL PRO...

3



AMARELO, VERDE, BRANCO, BEM VERMELHO, ALARANJADO. TEM QUE TER DE TUDO UM POUCO QUE É GOSTOSO NO MEU...

4



EPA! TA' DIFERENTE!

A TURMA PASSOU O FIM DE SEMANA JUNTO, FAZENDO SÓ COISAS DIVERTIDAS E SAUDÁVEIS. ALGUÉM TIROU ESTAS DUAS FOTOS, MAS APARECERAM CINCO DIFERENÇAS ENTRE ELAS. QUAIS?



FAÇA UM "X" NAS CINCO DIFERENÇAS





OI, REGINA!

OI, NICOLE!



O QUE VOCÊ TÁ FAZENDO?

TÔ ME ARRUMANDO PRA ENCONTRAR MEU AMIGO!



JÁ PASSEI O FILTRO SOLAR...



AGORA SÓ FALTAM O CHAPÉU...

...E OS ÓCULOS ESCUROS!



A QUE HORAS É O ENCONTRO?

DEPOIS DAS QUATRO



EU SEMPRE ENCONTRO ELE ANTES DAS DEZ DA MANHÃ OU DEPOIS DAS QUATRO DA TARDE!

QUE ESTRANHO! E QUEM É ELE?



É O SOL! VAI UM CHAPÉU AÍ?

FIM

A MESA COM CAROL

A CAROL SÓ COME COISAS SAUDÁVEIS, MAS TEM UMA MANIA: ELA GOSTA DE VARIAR. HOJE ELA QUER FAZER UMA REFEIÇÃO SÓ COM COISAS QUE COMECEM COM A LETRA "A". CIRCULE QUIAS SÃO.



HOJE FAZ SOL!

LIGUE CADA FIGURA AO SEU PRÓPRIO CHAPÉU



Desenho Misterioso

PINTE CADA PEDACINHO DO DESENHO DE ACORDO COM AS CORES INDICADAS. VOCÊ VAI DESCOBRIR UM DOS ALIMENTOS MAIS GOSTOSOS E MAIS SAUDÁVEIS PARA CONSUMIR! SE VOCÊ NÃO TIVER LÁPIS DE COR, PINTE SÓ OS PEDACINHOS COM NÚMEROS PARES.

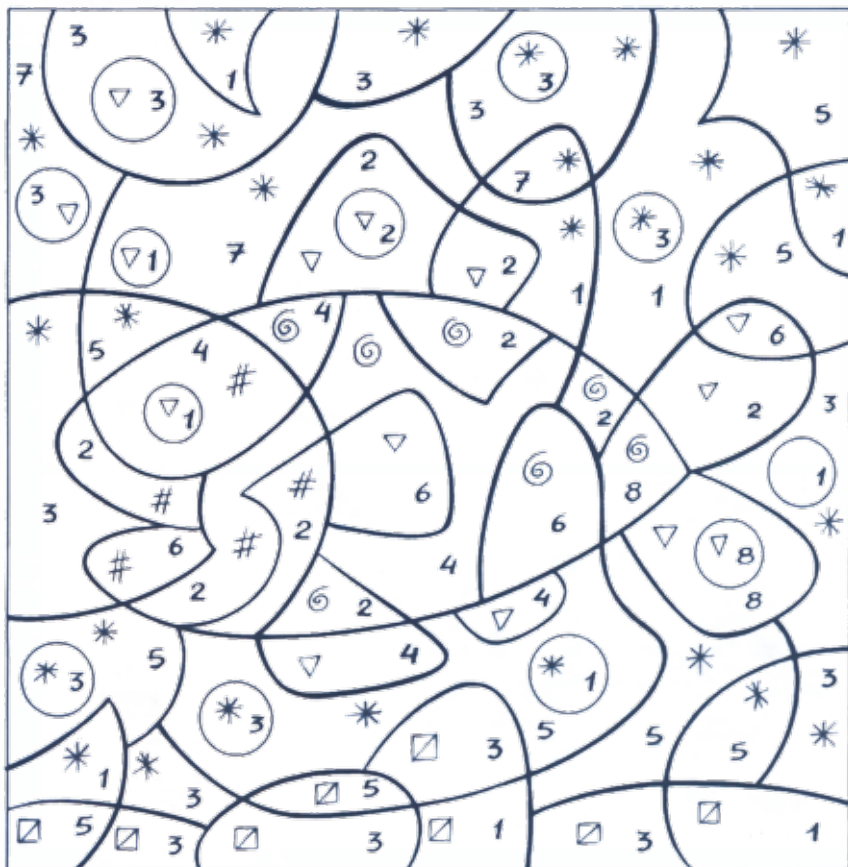
MARROM = ◻

BRANCO = ▽

AMARELO = #

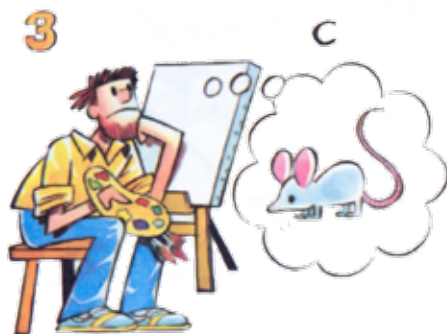
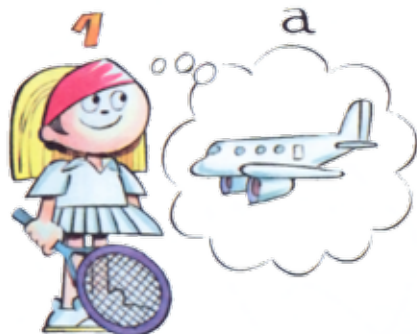
AZUL = *

LARANJA = ⊗



EU QUERO...

CADA UMA DESTAS PESSOAS TEM UM DESEJO. MAS ELES ESTÃO TROCADOS. LIGUE OS DESEJOS ÀS PESSOAS CERTAS.



CARTA ENIGMÁTICA

QUANDO BIA E LÉO ESTÃO TRAMANDO ALGUMA COISA, MANDAM CARTAS EM CÓDIGO UM PARA O OUTRO. TENTE DESCOBRIR O QUE A BIA ESCREVEU PARA O LÉO DESTA VEZ:

Léo:

Q^{+RO}

Q

^{-1ºO}
+ C[^]

-IA
[sock]

A^{+ [clerk]}

[clerk]
-IZ
+ D

A [saw]^{-CA} + Z^{+R}

A

[corn]^{-LHO}

+ [finger]^{-U}

[hand]<sup>-O
+E</sup>

[shovel]

+ [mouse]<sup>-TO
+R</sup>

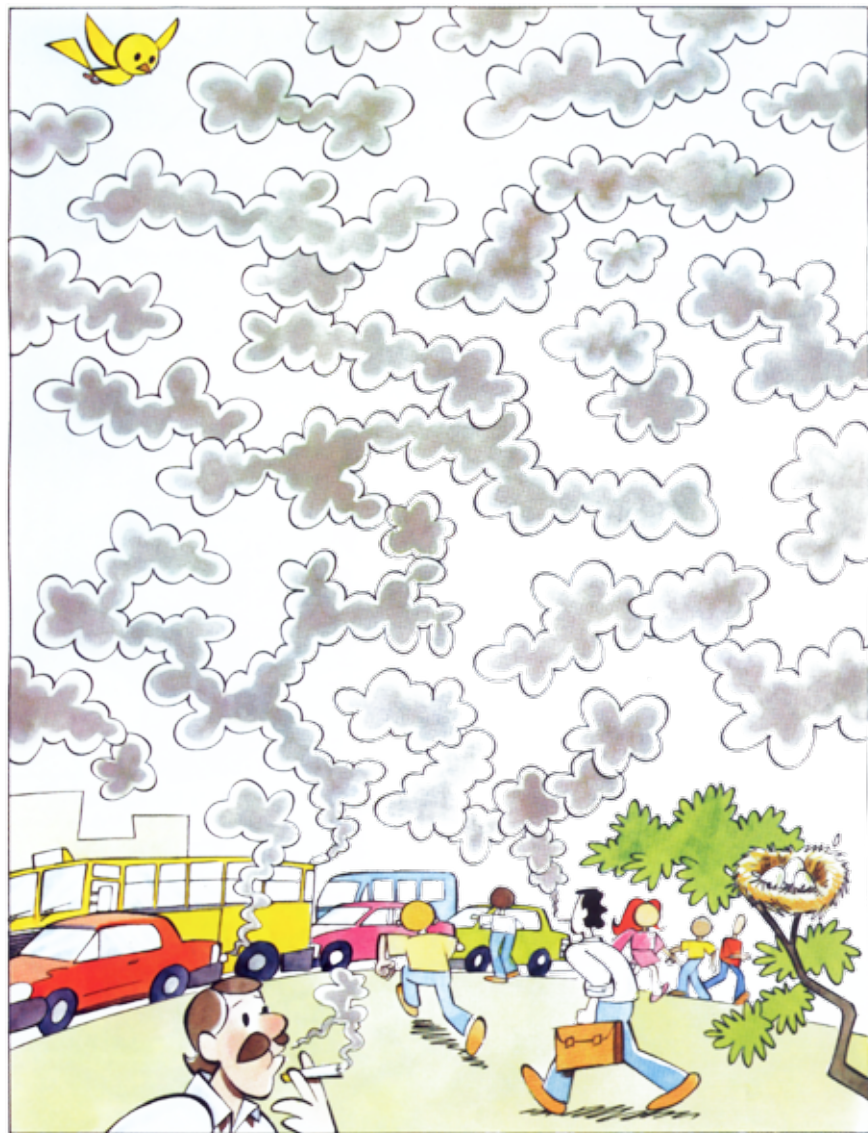
D

[fire]<sup>-GA
+R</sup>

Bia

ABAIXO A POLUIÇÃO!

ESTA CIDADE ESTÁ MUITO POLUÍDA! ENQUANTO A SITUAÇÃO NÃO MELHORA, MOSTRE AO PASSARINHO O MELHOR CAMINHO PARA CHEGAR AO NINHO.



MAS QUE BESTEIRA!

UMA DESTAS FRASES, POR INCRÍVEL QUE PAREÇA, É VERDADEIRA! QUAL?

- ① FUMAR SÓ FAZ MAL PRA QUEM FUMA MUITO.



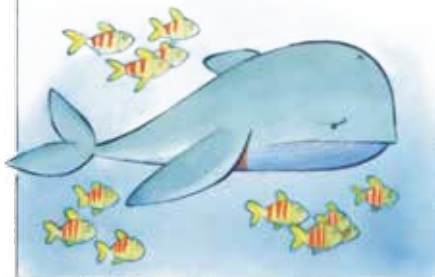
- ② O MAIOR SUCESSO DE MONTEIRO LOBATO É "O MENINO MALUQUINHO".



- ③ BEBER FAZ O MOTORISTA DIRIGIR COM MAIS SEGURANÇA.



- ④ AS BALEIAS SÃO OS MAIORES PEIXES DO MUNDO.

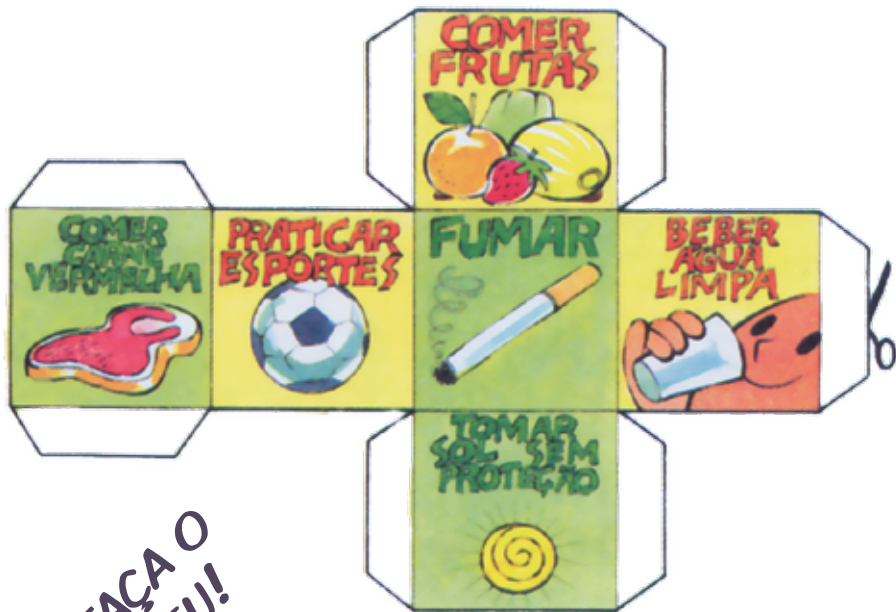


- ⑤ NO CIGARRO SÃO ENCONTRADAS SUBSTÂNCIAS RADIOATIVAS E VENENOSAS.

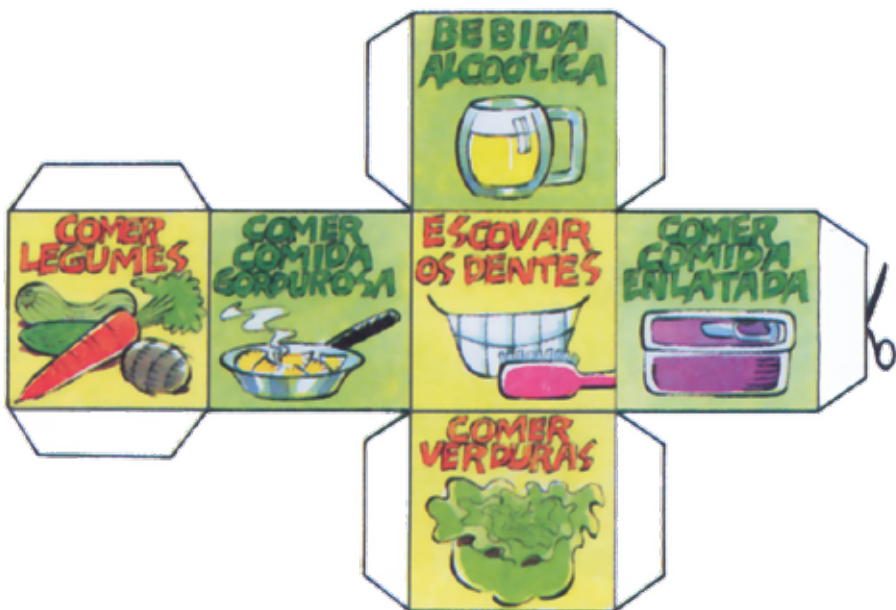


- ⑥ NAS NOVELAS OS ATORES BEBEM UÍSQE DE VERDADE.





FAÇA O SEU!



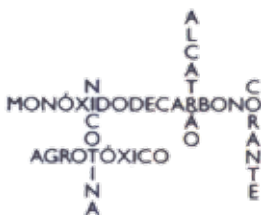


RESPOSTAS

ABAIXO A POLUIÇÃO!



ASAS DE MORCEGO,
OLHOS DE ARANHA...



OLHA A RIMA!

- 1) PRAIA
- 2) FUMAÇA
- 3) CORAÇÃO
- 4) PRATO

EPA! TÁ DIFERENTE!

As cinco diferenças são:

- a) A nota musical.
- b) A língua do cachorro.
- c) Camisa do menino que está jogando.
- d) Tijolo do muro.
- e) Uma das frutas da árvore.

CARTA ENIGMÁTICA

A mensagem:

Léo: Quero que você me ajude a fazer minha mãe parar de fumar.

Bia

MAS QUE BESTEIRA!

A única frase verdadeira é a nº 5. Realmente é possível encontrar resíduos de substâncias radioativas no cigarro.

HOJE FAZ SOL!

- 1 - H
- 2 - D
- 3 - C
- 4 - A
- 5 - G
- 6 - F
- 7 - E
- 8 - B

A MESA COM CAROL

A Refeição da Carol vai ser feita com: 1 (abacaxi), 10 (alface), 14 (alho), 15 (abobrinha), 18 (angu), 19 (agrião), 20 (arroz integral), 21 (aipo) e 25 (aipim, também chamado de mandioca e macaxeira).

EU QUERO...

- 1 - E
- 2 - F
- 3 - D
- 4 - B
- 5 - A
- 6 - C

OLHO VIVO

Os produtos de higiene são:

- 1 - Papel higiênico (no chuveiro)
- 2 - Xampu (entre os livros)
- 3 - Escova de dente (na cortina)
- 4 - Creme dental (ao lado da caixa e descarga)
- 5 - Cotonete (entre a pia e os óculos)
- 6 - Sabonete (atrás do cesto)



Ministério da
Saúde

