



ARTIGO

FILHOS: O DESAFIO EMOCIONAL DE SER O ADULTO DA RELAÇÃO

Existem momentos na trajetória familiar onde nos vemos à beira de um colapso emocional. Em meio a demandas incessantes, a lembrança de uma adolescência rebelde ressurge, e um desejo de escapar da responsabilidade de ser o adulto na relação nos atormenta. Quem nunca quis, em um rompante, simplesmente largar tudo, bater a porta e gritar: "Não quero mais ser sua mãe/pai!"?

A verdade é que a maternidade/paternidade nem sempre é repleta de momentos perfeitos. Há dias em que as emoções afloram com tanta intensidade que parecem quase insuportáveis. Como é difícil manter a calma diante das adversidades da parentalidade, é como estar num filme de ação sendo desafiado a cada instante. Naturalmente, alguns possuem uma predisposição tranquila, capazes de lidar com imprevistos sem quebrar o equilíbrio. Entretanto,

há quem lute diariamente para acalmar sua versão infantil e enfrentar as responsabilidades adultas. A tarefa de ser o adulto racional e equilibrado diante dos desafios da criação do filho(a) pode parecer gigantesca, mas é crucial. Vivemos em uma época em que as redes sociais, com suas

representações muitas vezes idealizadas, amplificam a pressão sobre os pais. Dicas e conselhos são compartilhados em uma enxurrada digital, fazendo tudo parecer simples e direto. No entanto, a realidade da parentalidade é uma tapeçaria complexa de emoções, aprendizados e desafios.

Não temos controle sobre nossa história de vida ou sobre as referências que tivemos sobre o que é ser adulto. No entanto, temos a capacidade de escolher como lidar com essa bagagem e como nos relacionamos com nossos filhos. É essencial reconhecer que ser o adulto da relação não é apenas sobre dominar as próprias emoções, mas sobre entender, aceitar e lidar com elas. Nesse processo de aprendizado, é essencial reconhecer que, embora nem sempre seja fácil, cada esforço e decisão consciente nos leva um passo mais perto de sermos os pais que desejamos ser. Que possamos, na maioria dos dias, escolher a serenidade e o amor acima de tudo. Que os momentos de desespero sejam exceções e que, mesmo neles, encontremos força para seguir adiante. E, acima de tudo, que cada dia seja uma nova oportunidade para aprender, crescer e amar.

Euller Sacramento é Psicólogo Clínico.
Instagram: @eulersacramento

JORNAL DIÁRIO DA SERRA Propriedade da AJOTA ASSOCIAÇÃO JORNALÍSTICA DE TANGARÁ DA SERRA CNPJ: 29.464.235/0001-16 Av. Tancredo Neves - 1247 W - Parque Mansões 78302-028 Tangará da Serra-MT ISSN 22386467	REDAÇÃO DIREÇÃO DE JORNALISMO Fabiola Tormes 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
TIRAGEM 1 MIL EXEMPLARES CIRCULAÇÃO Tangará da Serra, Nova Olímpia, Barra do Bugres, Porto Estrela, Campo Novo do Parecis, Sapezal, Denise, Arenópolis, Nortelândia e Santo Afonso. CENTRAL DO ASSINANTE (65) 3326.6501 	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

Diário da Serra®

O DIA-A-DIA DA NOTÍCIA

FUNDADO EM 11 DE NOVEMBRO DE 1996
EDIÇÃO ON-LINE DESDE 06 DE SETEMBRO DE 1997
Endereço: Av. Tancredo Neves - 1247 W
Parque Mansões - CEP:78300-000
Tangará da Serra - MT - Brasil

 www.facebook.com/jornalds

 @diariodaserra

CIDADES ATINGIDAS

"Apagão" nacional deixa 343 mil imóveis sem energia em Mato Grosso



Energisa informou que houve um "evento externo" no Sistema Interligado Nacional

As causas da ocorrência ainda estão sendo apuradas

Midia News

O apagão nacional ocorrido na manhã de terça-feira, 15, em boa parte do País também afetou diversas cidades de Mato Grosso. Conforme a concessionária Energisa, 343 mil imóveis em todas as regiões do Estado ficaram sem energia.

O ONS (Operador Nacional do Sistema) informou que um problema no sistema nacional levou a interrupção no fornecimento de 16 mil MW de carga.

A interrupção ocorreu devido a abertura, às 8h31 (horário de Brasília), da interligação Norte/Su-

deste. As causas da ocorrência ainda estão sendo apuradas.

Em nota, a Energisa informou que houve um "evento externo" no Sistema Interligado Nacional, que afetou o suprimento de energia em várias localidades do País. "Para garantir a segurança do sistema elétrico e por determinação do ONS, foi interrompido o fornecimento de energia elétrica em territórios de sua concessão. O reestabelecimento do serviço está sendo feito à medida que a ONS libera", informou a empresa.

Por volta das 9h35, a energia já havia sido restabelecida em todo Estado.

Na área de concessão da Energisa Mato Grosso, a última cidade a restabelecer o fornecimento foi Rondolândia. O restante já está com o atendimento normalizado. Dentre

os municípios atingidos estão: Juara, Cuiabá, Várzea Grande, Tangará da Serra, Paranatinga, Sorriso, Nova Mutum, Sapezal, Sinop, Rondonópolis, Araputanga, Confresa, Vila Rica, Campo Verde, Nova Mutum, Pontes e Lacerda, São José dos Quatro Marcos, Lucas do Rio Verde, Poconé, Diamantino, Nortelândia, Nobres, Novo Horizonte do Norte, Tabaporã, Nova Brasilândia, Primavera do Leste, União do Sul, Nova Ubiratã, Marcelândia, Jauru, São José do Xingu, Santa Cruz do Xingu, Reserva do Cabaçal, Vila Bela da Santíssima Trindade, Gaúcha do Norte, Alto Boa Vista, Santiago do Norte, Porto Alegre do Norte, Figueirópolis, Mirassol D'Oeste, Cachoeirinha, Indiavaí e Santo Antonio de Leverger e Rondolândia.

MATO GROSSO

Procon alerta consumidores sobre golpes aplicados por e-mail

SOLANGE WOLLENHAUPT
Procon Setasc-MT

O Procon Estadual de Mato Grosso, vinculado à Secretaria de Estado de Assistência Social e Cidadania (Setasc), reforça o alerta para e-mails falsos enviados a consumidores e fornecedores em nome do órgão. As mensagens são encaminhadas com os números de processo e protocolos, comunicando a abertura de reclamação contra uma empresa e so-

licitando comparecimento ao Procon para esclarecer os fatos e providenciar uma solução adequada e direcionando para links falsos para verificar dados da notificação.

Esses links podem conter vírus e causar danos ao computador ou à rede do usuário. Outro risco é ter acesso a dados privados dos consumidores.

A coordenadora de Atendimento e Orientação em exercício, Ana Rachel Gomes, explica que

o Procon não envia links para acessar dados de processo em andamento, portanto, o consumidor não deve acessar esses links e sempre procurar um canal oficial do órgão para informações.

De acordo com a coordenadora, o golpe dos e-mails falsos em nome do Procon está acontecendo em várias cidades e estados do País. Em junho, o Procon-MT já havia alertado a população para esse tipo de golpe.