

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//

PROJETO

O deputado estadual Elizeu Nascimento (PL) apresentou nesta quarta, 19, um projeto de lei que visa a isenção do pagamento de pedágios nas rodovias do estado de Mato Grosso para veículos que retornem à mesma praça de pedágio até às 22 horas do mesmo dia. A iniciativa atende a diversos pedidos de motoristas.

PEDÁGIOS

“Recebemos vários pedidos de motoristas que trafegam em nosso estado, eu mesmo já passei por essa situação algumas vezes, onde num simples bate e volta acabei pagando o pedágio mais de uma vez”. Elizeu frisou que a medida vai atender principalmente aqueles que fazem rotas em trechos curtos, estando em mais de um município todos os dias.

ISENÇÃO

“Temos diversos profissionais que viajam de um município à outro todos os dias, um exemplo é o trajeto Cuiabá-Rondonópolis, um trecho relativamente curto, e com a aprovação do projeto, apenas um pagamento de pedágio seria efetuado. Se esse profissional fizer essa rota o mês inteiro, a economia será muito significativa”, finalizou Elizeu.

ARTIGO//

A relação entre a arte e a saúde mental!

A arte tem sido, ao longo da história, um refúgio para a alma humana. Seja na pintura, na música, na literatura ou em outras formas de expressão, ela oferece um canal poderoso para a comunicação de emoções, ajudando na compreensão de sentimentos muitas vezes difíceis de expressar em palavras.

Estudos científicos comprovam que atividades artísticas têm impacto positivo na saúde mental, reduzindo os níveis de estresse, ansiedade e depressão. O envolvimento com a arte estimula a produção de dopamina e serotonina, neurotransmissores responsáveis pela sensação de bem-estar. Além disso, o processo criativo proporciona um momento de introspecção e autoexpressão, favorecendo a ressignificação de traumas e o fortalecimento da autoestima.

Do ponto de vista neurobiológico, a criação artística ativa áreas do cérebro relacionadas à emoção, recompensa e cognição. O córtex pré-frontal, responsável pela regulação emocional e tomada de decisões, é estimulado durante o processo criativo. Além disso, o sistema límbico, que inclui a amígdala e o hipocampo, é ativado, favorecendo a expressão e o processamento de emoções. A liberação de dopamina no sistema de recompensa cerebral reforça a sensação de prazer e motivação, contribuindo para o bem-estar emocional.

A arteterapia é um exemplo do uso estruturado da arte como ferramenta terapêutica. Profissionais dessa área auxiliam indivíduos a canalizar emoções por meio da criação artística, proporcionando alívio para questões emocionais e psicológicas. Pessoas que enfrentam transtornos como depressão, ansiedade e estresse pós-traumático encontram na

arte um meio seguro para expressar suas dores e iniciar um processo de cura.

Além do impacto individual, a arte também desempenha um papel importante na promoção da saúde mental coletiva. Movimentos artísticos e culturais criam espaços de acolhimento, inclusão e pertencimento, permitindo que indivíduos compartilhem experiências e se sintam parte de algo maior. Um exemplo disso são os projetos sociais que utilizam a arte para ajudar comunidades vulneráveis a enfrentar desafios emocionais e sociais. Além disso, muitas escolas públicas adotaram a disciplina de pintura para auxiliar os alunos a desenvolverem seu lado criativo e melhorarem o comportamento.

A influência da cultura na relação entre arte e saúde mental é significativa, pois diferentes sociedades interpretam e valorizam a arte de maneiras distintas. Em algumas culturas, a arte é considerada uma expressão essencial de espiritualidade e ritual, enquanto em outras pode ter um papel mais voltado para o entretenimento ou a crítica social. Essas variações influenciam diretamente o uso terapêutico da arte. Por exemplo, abordagens baseadas em pinturas e artes visuais tradicionais podem ser mais eficazes em determinadas comunidades, pois dialogam com seus valores e formas de expressão. Dessa forma, compreender o contexto cultural é essencial para maximizar os benefícios da arte na promoção da saúde mental.

As diversas manifestações artísticas desempenham papéis únicos no bem-estar psicológico. A fotografia, por exemplo, permite capturar momentos e perspectivas, estimulando a atenção plena e a conexão com o presente. O teatro possibilita a vivência de emoções e a exploração de diferentes identidades, promovendo o desenvolvimento da empatia e a expressão emocional. Já as artes visuais, como a escultura e a colagem, oferecem meios táteis e visuais de exteriorizar sentimentos, ajudando no processamento de emoções complexas. Essas diferentes formas de arte ampliam o repertório terapêutico e

possibilitam que cada indivíduo encontre a expressão artística mais adequada ao seu processo de cura.

Apesar dos inúmeros benefícios da arte como ferramenta terapêutica, sua aplicação enfrenta desafios e limitações. A efetividade das terapias artísticas depende, em grande parte, da atuação dos professores e facilitadores, que devem possuir não apenas conhecimento técnico, mas também sensibilidade para atender às necessidades individuais de cada pessoa. O professor, ao mediar o contato com a arte, desempenha um papel essencial na construção de um ambiente seguro e inspirador, promovendo a expressão e o bem-estar dos participantes. Além disso, o acesso a atividades artísticas ainda é restrito em muitas comunidades, especialmente em regiões com poucos recursos ou infraestrutura cultural limitada. A falta de investimento em iniciativas culturais e artísticas compromete a disseminação desses benefícios para um público mais amplo. Dessa forma, políticas públicas e iniciativas privadas são fundamentais para garantir a presença de professores qualificados e a democratização do acesso à arte como meio de promoção da saúde mental.

Em um mundo cada vez mais acelerado e digital, o resgate da expressão artística torna-se essencial. Incorporar atividades artísticas na rotina, seja por meio do desenho, da pintura, da dança, da música ou da escrita, pode ser uma forma simples e eficaz de promover a saúde mental e emocional.

Assim, a arte não é apenas entretenimento, mas uma ponte para o autoconhecimento e a transformação interior. A conexão entre arte e saúde mental evidencia que a criatividade pode ser uma poderosa aliada no caminho para o equilíbrio e o bem-estar psicológico.

Jéssica Lima é graduada em Artes Visuais e atua como professora de arte, com ênfase em pintura em tela e mural.

LEGISLADORES APROVAM CRIAÇÃO DO DIA MUNICIPAL DO PROFISSIONAL DE AEE E ADI E PROGRAMA MÉDICOS NAS ESCOLAS

Analizado e aprovado por unanimidade, a partir deste ano, no dia 06 de maio, fica instituído no calendário oficial de datas e eventos do município de Tangará da Serra, o Dia Municipal do Profissional de Atendimento Educacional Especializado (AEE) e Auxiliar de Desenvolvimento Infantil (ADI). A propositura do projeto foi do vereador Professor Sebastian Ramos que escolheu a data levando em consideração data de falecimento da importante pedagoga Italiana Maria Montessori, que se tornou conhecida no mundo todo ao criar um método que se opõe a modelos tradicionais de aprendizagem. O método montessoriano consiste na promoção da autonomia e da liberdade individual, sempre respeitando os limites do desenvolvimento natural das habilidades físicas, sociais e psicológicas da criança.

Outro projeto que também passou pelo crivo dos legisladores foi de propositura do vereador Horácio Pereira denominado ‘Médico na Escola’ e que foi aprovado. Trata-se de um sistema de prevenção de doenças infantis por meio de acompanhamento médico, com diversos



FOTO: DIVULGAÇÃO

serviços, tais como: avaliação nutricional, atualização de vacinas, realização de Campanhas preventivas, orientações, etc. Com a visita da equipe médica nestas unidades, muitas orientações médicas importantes poderão ser passadas aos monitores e professores, que posteriormente podem repassar as informações aos pais dos alunos, evitando assim o desenvolvimento de muitas doenças. Esse programa trará outros benefícios, como por exemplo, a checagem da carteira de vacinação de cada crianças se está em dia, sem atraso nenhum de vacinas.

Com as aprovações, ambos os projetos seguem para a sansão do prefeito Vander Masson.

Nova UBS

O prefeito Vander Masson conferiu junto com as equipes das Secretarias de Saúde e de Planejamento o projeto da nova Unidade Básica de Saúde (UBS) que será construída na região do Buritis II, em Tangará. “Estamos aqui recebendo os projetos arquitetônico e executivo da Unidade Básica de Saúde, que vai ser instalada no Buritis II”, informou. “Em breve estaremos licitando essa importante obra para aquela população que tanto almeja e espera, sonha com esta importante obra da saúde”.