*Artigo

EMOÇÃO, SENTIMENTO: LUTO X SAUDADE

Segundo o dicionário, a saudade é um sentimento nostálgico provocado pela distância de (algo ou alguém), pela ausência de uma pessoa, coisa e local, ou ocasionado pela vontade de reviver experiências, situações ou momentos já passados. Etimologia: do latim "solitas solitatis" (solidão), na forma arcaica de "soedade, soidade e suidade" e sob influência de "saúde" e "saudar".

A Saudade é um sentimento momentâneo, porém pode tornar a sentir novamente em algum outro determinado momento. Ela pode gerar sentimento de angústia, insatisfação, nostalgia[1] e tristeza, porém quando "matamos a saudade" geralmente sentimos alegria.

Podemos "matar a saudade" de diversas formas, como por exemplo: Ver fotos; relembrar bons momentos; rever vídeos de filmagens; verbalizar com alguém; ou em alguns casos, até sonhando.

A saudade quando excessiva e quando deixada de ser transformada em sentimentos de alegria e vivida por uma intensa angústia, pode ser transformada em algo disfuncional, como por exemplo, depressão, ou até mesmo um luto não elaborado, necessitando da ajuda de um terapeuta.

Nostalgia: Do grego "nóstos" (reencontro) e "álgos" (dor, sofrimento). É um termo que descreve uma sensação de saudade idealizada, e às vezes irreal, por momentos vividos no passado associada com um desejo sentimental de regresso impulsionado por lembranças de momentos felizes e antigas relações sociais. Em outras palavras, diz respeito somente a uma visão idealizada de passado que cada um possui.

"A dor é suportável quando conseguimos acreditar que ela terá um fim e não quando fingimos que ela não existe".

(Allá Bozarth-Campbell)

Luto é um processo de adaptação após perdermos algo ou alguém que era importante para nós, ou seja, uma perda significativa. Este processo geral ocorre principalmente no processo de morte e morrer de si ou do outro. Quanto maior o vínculo afetivo, maior será o impacto e a carga emocional dessa pessoa.

Dá-se o processo de Luto como uma intensa carga emocional, na maioria das vezes gerando angústia, culpa, raiva, tristeza ou até mesmo depressão, muitas vezes o individuo "perde o sentido para a vida", principalmente quando o luto não é elaborado por ele. Durante este processo, um novo sentido para a vida precisa ser descoberto e construído.

Segundo o Modelo de Kübler-Ross, o luto consiste em 5 fases ou estágios, também conhecido como: "Os Cinco Estágios do Luto", explicarei e exemplificarei cada estágio em tópicos abaixo.

Dá-se quando o sujeito começa a tomar consciência da nova realidade que a perda traz. O pensamento presente é: 'Estou tão triste. Porque devo me preocupar com alguma coisa?', 'Não quero mais saber de mais nada';

Vale ressaltar que os estágios não são necessariamente na ordem Negação>Raiva>Barganha>Depressão>Aceitação, e também não são todos os indivíduo que passam por todos os estágios, cada individuo enfrenta o processo de perda de uma maneira.

No processo de luto, alguns indivíduos apresentam um sentimento de culpa, que segundo Kübler-Ross (1969), pode ser considerado como o sexto estágio, mas não podemos generalizar a culpa como um processo exclusivo do luto, precisa-se analisar o contexto.

O luto pode ser encarado naturalmente pelo indivíduo, porém algumas pessoas possuem uma dificuldade maior de elaboração deste processo, podendo persistir por meses ou até anos, neste caso é necessário a ajuda de um profissional para melhor compreensão e elaboração do luto (recomenda-se acompanhamento de um psicólogo desde o processo pré-luto, ir a um psicólogo não é sinônimo de fraqueza, mas sim de grande importância)

Afinal, qual a diferença entre Luto e Saudade?

No luto, as emoções são mais intensas e duram por longo tempo dependendo dos recursos de enfrentamento do individuo, relativamente há maior grau de sofrimento. Com o passar do tempo, a pessoa vai diminuindo o sofrimento, até tornar-se uma lembrança dolorosa, até que enfim o indivíduo toma-se consciência da morte ou que algo se foi. Fazer o luto adequado é quando se consegue retomar o processo normal da vida.

Na saudade, refere-se de sentimentos e emoções momentâneas, lembrança momentânea de uma perda significativa, seja ela morte ou qualquer outra coisa, pode gerar angústia, tristeza, culpa; como também pode gerar sentimentos positivos como alegria, felicidade e amor, principalmente quando é "matado a saudade"

Conclusão: O que difere saudade e luto pode ser considerado como: intensidade das emoções e sentimentos liberados, o grau de sofrimento, os recursos de enfrentamento que a pessoa estabelece em relação à perda e o tempo (se momentâneo 'saudade' ou intenso 'luto').

Por Felipe Fernandes

Diário da Serra®
O DIA-A-DIA DA NOTÍCIA

Propriedade da Gráfica e Editora Diário da Serra Ltda - ME
ISSN 2238-6467
FUNDADO EM 11 DE NOVEMBRO DE 1996
Edição on line desde 06 de setembro de 1997

ENDEREÇO
Av. Tancredo Neves, 1247-W, Jardim do Lago II • Tangará da Serra - MT CEP: 78300-000
Fone (65) 3326-4724 Fax 3326-6501

CIRCULAÇÃO
Tangará da Serra, Nova Olímpia, Denise, Arenápolis, Nortelândia, Nova Marilândia, Santo Afonso, Barra do Bugres, Campo Novo do Parecis e Sapezal
Tiragem total: 1,5 mil exemplares

ADMINISTRATIVO
DIREÇÃO GERAL
Mano Reski
mano@diariodaserra.com.br
DIREÇÃO ADMINISTRATIVA
Silvana Tormes
silvana@diariodaserra.com.br

REDAÇÃO
DIREÇÃO DE JORNALISMO
Fabíola Tormes
CONTATO
redacao@diariodaserra.com.br

DEPTO. DE ARTES
Relinaldo Mansrim Neto
Maykon Henrique Moura
CONTATO
ds@diariodaserra.com.br

DEPARTAMENTO COMERCIAL
PUBLICIDADE E ASSINATURA
Diário da Serra Editora e Publicadora Ltda
Av. Tancredo Neves, 1247-W, Sala 01
CNPJ 10.285.184/0001-37

PUBLICIDADE LEGAL
E. Tormes & Cia Ltda-ME
Av. Tancredo Neves, 1247-W, Sala 02
CNPJ 14.048.125/0001-07

GRÁFICA
Gráfica e Editora Diário da Serra Ltda - ME
Av. Tancredo Neves, 1247 W
CNPJ 01.828.544/0001-09

CONTATO
ds@diariodaserra.com.br
diariodaserra@terra.com.br
65 3326-4724

CENTRAL DO ASSINANTE: 65 3326-6501
www.diariodaserra.com.br

*Curtas

Taxas de juros de 6,5% para contratos do Fies começam a valer

O Banco Central publicou no Diário Oficial da União hoje,27, resolução do Conselho Monetário Nacional (CMN) que elevou a taxa efetiva de juros do Fundo de Financiamento ao Estudante do Ensino Superior (Fies), de 3,4% ao ano para 6,5% ao ano para os novos contratos celebrados.

A regulamentação foi aprovada na última quinta-feira,23, na reunião do Conselho, mas o reajuste já era conhecido depois de ter sido anunciado no fim do mês passado pelo ministro da Educação, Renato Janine Ribeiro.

Na justificativa apresentada após a reunião do CMN, o governo destacou que o "intuito é realizar um realinhamento da taxa de juros devido ao cenário fiscal e à necessidade de ajuste fiscal".

Outro fator para o realinhamento, informou o governo, é que a alteração continuará permitindo a oferta de financiamentos no âmbito do Fies a juros subsidiados, uma vez que a taxa de 6,5% continua menor que a taxa de mercado.

Recursos

Somente neste mês, a Secretaria de Estado de Educação liberou R$ 2,48 milhões para obras emergenciais, pequenos reparos, construção e adequação da rede elétrica interna nas unidades escolares - necessária para instalação dos condicionadores de ar (Programa de Desenvolvimento da Escola – PDE Climatização). Ao todo, 49 escolas de 29 municípios mato-grossenses foram beneficiadas.

Renovação

Para o PDE Climatização foram liberados recursos de complementação, dos 10º e 11º lotes, para 19 escolas, no valor de R$ 993.320. A verba deve ser aplicada na melhoria da parte de infraestrutura de instalações elétricas, construção ou adequação, e reparos da parte de alvenaria, se necessário. Já os condicionadores de ar são fornecidos pelo Governo Federal, por meio do Plano de Ações Articuladas (PAR).

Climatização

De acordo com o superintendente de Estrutura e Monitoramento Escolar da Seduc, Wander Reis, em decorrência da grande demanda de unidades que ainda não possuem os equipamentos, a Seduc também está investindo na aquisição dos aparelhos. "Tudo para propiciar às escolas um ambiente mais agradável e favorável ao estudo e trabalho para alunos e servidores".

São elas

Já para pequenos reparos foram repassados para 16 escolas cerca de R$ 206 mil, que foram aplicados em reformas de banheiros, consertos em muros, acessibilidade, pintura, troca de piso, ampliação da entrada, entre outros. Foram beneficiadas escolas em várias partes do Estado e dentre elas estão: Mirassol d´Oeste, Tangará da Serra, Cuiabá e Várzea Grande.

*Bastidores da Política

Enfrentamento

O governador Pedro Taques assinou, nesta segunda-feira,27, um termo de compromisso em que o Estado de Mato Grosso se compromete a implementar políticas públicas para o combate ao tráfico de pessoas. O documento foi assinado durante o lançamento da semana de mobilização contra o tráfico de pessoas, "Coração Azul".

Combate

Taques disse que o Governo de Mato Grosso irá empenhar todos os esforços para o combate efetivo do tráfico de pessoas no estado, sem dúvida."Nós não vamos ficar só no discurso neste Estado de Transformação. Queremos realizar ações para evitar que este crime aconteça. Não podemos permitir que o ser humano seja tratado como uma coisa sem valor".

Integração

Segundo o secretário de Justiça e Direitos Humanos, Márcio Dorilêo, o Governo de Mato Grosso busca combater o crime e conscientizar a população. "O tráfico de pessoas movimenta muito dinheiro e deve ser combatido, bem como, denunciado. É essencial que o tema seja parte do dia a dia. Vamos integrar todas as forças para combater esse crime".

Dados

No Brasil, de 2005 a 2011, foram investigadas 514 denúncias de tráfico de pessoas. Desse total, 344 dos inquéritos são relacionados ao trabalho escravo, 157 de tráfico internacional e 13 de tráfico de pessoas. Nesse período, a atuação do Estado resultou no indiciamento de 381 suspeitos, dos quais apenas 158 foram presos, devido a forte ramificação das quadrilhas.

Rapidez

Segundo representante da sociedade civil no Comitê Estadual de Prevenção e Enfrentamento ao Tráfico de Pessoas, Ana Emília Sotero, esses números são muito baixos pelos limites na legislação e a dificuldade em reunir provas. Para ela, a conscientização é fundamental para que o combate a este crime seja mais efetivo, e célere para as vítimas.

Aceitação

"O tráfico de pessoas é um crime muito difícil de ser configurado e levado ao Judiciário. As mulheres são as mais atingidas e o mais difícil é que, muitas vezes, as vítimas não se sentem como tal. Há o entendimento que as mulheres traficadas para exploração sexual, por exemplo, são culpadas ou querem estar ali. É preciso conscientizar e ampliar o debate".

Comitê

Em 2012, o Estado de Mato Grosso instituiu o Comitê Estadual de Prevenção e Enfrentamento ao Tráfico de Pessoas. Em maio de 2013 foi aprovado o Plano Estadual de Enfrentamento ao Tráfico de Pessoas de Mato Grosso (Petrap-MT). O plano foi constituído em eixos: prevenção, atendimento as vítimas e repressão, buscando interligá-los.

Suporte

O Governo disponibiliza a rede de núcleos e posto estaduais e municipais de enfrentamento ao tráfico de pessoas, a rede consular para apoio no exterior, os serviços Disque 100, da Secretaria de Direitos Humanos, o Ligue 180, da Secretaria de Políticas para as Mulheres. Buscando com essas medidas enfraquecer e sufocar as quadrilhas.

Contas de Silval passará por duas comissões antes de votação

As contas de governo referentes a 2014, sob comando de Silval Barbosa (PMDB), foram apresentadas pelo Tribunal de Contas do Estado (TCE) no último dia, 16, na Assembleia. Segundo a assessoria da Mesa Diretora, o documento deve ser lido somente em 4 de agosto, data da primeira sessão do Legislativo após o período de recesso parlamentar.

O deputado Zé Domingos Fraga (PSD) informa que o documento será analisado e votado internamente pela Comissão de Fiscalização e Acompanhamento da Execução Orçamentária (CFAEO), a qual preside e, em seguida, deve passar por trâmite similar na Comissão de Constituição, Justiça e Redação (CCJR). Concluída esta etapa, os pareceres das comissões devem ser levados ao plenário até o prazo máximo, que é 28 de dezembro.

Nos bastidores, há rumores de que Zé do Pátio teria intenção de ser o relator das contas de Silval, mas a informação não é confirmada, tampouco descartada por Zé Domingos. "O que posso garantir é que não vamos permitir que interesses pessoais interfiram. Vai ser uma avaliação técnica". Outros dois processos importantes devem ser distribuídos entre os membros da CFAEO, sendo as contas do TCE e o Plano Plurianual (PPA).