*Artigo

# A ARTE DE ENGOLIR SAPOS

A frase: “eu não levo desaforo para casa” ou “falei mesmo, pronto e acabou”, chega a soar agradavelmente para os ouvidos acostumados com berros e discussões. Alguns até acham bonito tal comportamento, acreditam que é uma característica positiva, de autenticidade e força. Costumam também falar: “comigo ninguém tira farinha”.

Estas pessoas possuem a crença de que não se deve guardar nada, deixar nada para depois e que faz bem para saúde expressar a raiva, afinal, um sentimento tão devastador tem que ser vomitado mesmo, no primeiro que vem a frente ou naquele que foi objeto de seu desagrado.

Pensam que em levantar a voz, socar a mesa, cerrar os punhos e bater os pés, serão vistos como resolutos. Não foram poucas as vezes que além de presenciar cenas dessa natureza já tive o dissabor de ser aquele que estava no lugar errado, na hora errada e de frente da criatura destemperada, outras vezes eu fui o alvo mesmo.

É inegável que os explosivos experimentem no primeiro momento após a explosão um certo alívio e bem estar, para logo a seguir sentirem um profundo arrependimento. Quantas relações não foram minadas e destruídas porque um dos lados não conseguiu administrar uma contrariedade com equilíbrio. Quantas vidas não se perderam em decorrência de um instante de fúria?

O que será que alguém estando calmo se visse na hora da explosão? O que iria pensar de si mesmo? Se tiver um mínimo de discernimento, vai se rotular como histérico, lunático, grosso, ridículo e desequilibrado, o que de fato é. Quando duas ou mais pessoas discordam de uma ideia, de um comportamento ou de uma atitude, é natural que haja um mal estar entre eles, afinal quem não gostaria que tudo fosse do seu jeito?

É fato que guardar sentimentos negativos não faz bem a ninguém, a ciência comprova que muitas doenças no ser humano são em decorrência do acúmulo se sentimentos reprimidos, sabe aquela coisa de engolir sapos? Qual o ser humano que já não se viu obrigado a por abaixo alguns desses anfíbios verdinhos? E olha, engolir o sapo até que não é difícil, o desafio é digerir o mesmo. Enquanto vivermos estaremos expostos a passar por estes dissabores.

Agora... o fato de se calar, manter-se em silêncio diante de um aborrecimento, não significa que somos fracos ou que temos sangue de barata. Manter o equilíbrio em situações conflitantes é sinal de inteligência e maturidade. Os mimados e inseguros que resolvem seus perrengues no berro.

E quer saber? Não resolvem, só geram mais conflitos. A pessoa madura, soluciona seus abacaxis posicionando-se firmemente e educadamente perante o outro. Se o outro no momento da discordância não consegue dialogar sensatamente, aquele que mantem o juízo no lugar, interrompa a conversa e deixe a solução para depois. Não caia na armadilha “do tem que se resolver agora”, tem coisas que não há como chegar a um bom termo quando os ânimos estão exaltados. Se você cair nessa arapuca, estará dando combustível para que o outro mantenha a festa da baixaria e das ofensas.

Não estou aqui falando para se conter indefinidamente, às vezes a gente sai do sério mesmo, mas que resolver as coisas no grito não seja uma forma de viver.

Decidir no berro é sinônimo de não ter argumentos que se sustentam, aí a agressão passa a ser uma defesa.

Se o outro não te respeita, respeite-se você.

Se o outro não te valoriza, você tem o dever de se valorizar e uma das formas de valorizar-se é não aceitar que o outro grite com você.

Um abraço!

Isolda Risso - Coach de Vida

**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, Norilândia, 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
Reinaldo Manarim Neto
Maykon Henrique Moura
Everlton Matheus Nogueira

CONTATO
ds@diariodaserra.com.br
adm@diariodaserra.com.br

DEPARTAMENTO COMERCIAL
PUBLICIDADE E ASSINATURA
Diário da Serra Editora e Publicadora Ltda
Av. Tancredo Neves, 1247-W, Sala 01
CNPJ 10.265.164/0001-37

PUBLICIDADE LEGAL
E. Tormes & Cia Ltda-ME
Av. Tancredo Neves, 1247-W, Sala 02
CNPJ 14.048.123/0001-07

GRÁFICA
Gráfica e Editora Diário da Serra Ltda - ME
Av. Tancredo Neves, 1247-W
CNPJ 01.626.544/0001-09

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

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

# *Curtas

## Tangará receberá Caravana ABC 2016

O Grupo Gestor do Programa ABC (Agricultura de Baixa Emissão de Carbono) no Estado do Mato Grosso está levando a diversos municípios mato-grossenses a Caravana ABC 2016. O objetivo do evento, que chega a Tangará da Serra nesta quinta-feira, 31, é realizar workshop a fim de divulgar a linha de crédito (FCO) que possui recursos disponíveis e sensibilizar os produtores rurais quanto aos benefícios tanto econômicos quanto ambientais das tecnologias envolvidas. Parceiro na iniciativa, o presidente do Sindicato Rural Reck Júnior, afirma ser esta uma importante oportunidade de ficar por dentro das novidades do setor. “Nós convidamos todos os associados do Sindicato e pessoas interessadas no assunto para participar deste workshop, pois trará informações importantes de como proceder com esta linha de crédito de Agricultura de Baixo Carbono, que tem como objetivo incentivar a adoção de técnicas agrícolas sustentáveis que contribuam para a redução das emissões de gases de efeito estufa e ajudem na preservação dos recursos naturais”. O evento em Tangará da Serra está marcado para quinta-feira, na sede do Sindicato Rural, às 19h.

### Morte H1N1

O menino indígena que estava internado na UTI do Hospital Regional de Colíder com sintomas de H1N1 (gripe A) não resistiu. Da etnia Panará, a criança tinha um ano e um mês e morreu na noite da última quarta-feira, 23, depois de ter ficado oito dias internada. A confirmação da morte foi dada pelo Distrito Sanitário Especial de Saúde Indígena.

### Mais casos

Esta é a segunda morte em análise no Estado, notificada como H1N1. A primeira foi de um homem, morador de Rondonópolis, que morreu dia 16 deste mês. A Saúde de Mato Grosso notificou 20 casos de Síndrome Respiratória Aguda Grave, sendo que pelo menos oito deles são de pessoas que estariam infectadas com o vírus.

### Casamento Social I

O Governo Municipal de Diamantino, por meio da Secretaria de Assistência Social, comunica que o Casamento Social 2016 será realizado no dia 06 de maio. A iniciativa é da Justiça Comunitária, programa do Tribunal de Justiça de Mato Grosso (TJMT), em parceria com o Governo Municipal de Diamantino.

### Casamento Social II

Não haverá custos, o interessado precisa ir à Secretaria de Assistência Social até o dia 20 de abrilo. O evento também visa trazer para regularização do estado civil dos casais, que já vivem maritalmente, para fins de proteção da família e ampliação das garantias dos direitos patrimoniais, sucessórios e previdenciários.

# *Bastidores da Política

### Nominação

Aconteceu na tarde de ontem a assinatura por parte do prefeito Fábio Martins Junqueira do documento que valida agora de forma oficial a denominação de ruas do município. A partir de hoje, a Avenida Paraná passa a se chamar, Avenida José Raimundo de Almeida, assim, como a Travessa 11-A, no Jardim Europa, passa a ser Travessa Josefa Ferreira da Silva ( Popó).

### Recolhecimento

Na oportunidade também houve a denominação da rua 33 do jardim Shangri-lá, que a partir de então denomina-se, rua Eliseu Pereira Leite. Estiveram presentes na cerimonia familiares, amigos, autoridades, além dos vereadores proponentes das denominações, que se disseram satisfeitos pelo reconhecimento dos pioneiros.

### Agenda

Hoje, 29, o governador vai visitar a sede do Indea durante a manhã e a tarde participará da Cerimônia de abertura oficial do Show Safra BR 163, em Lucas do Rio Verde. Na quarta-feira, 30, Taques vai se reunir com prefeitos e secretários dos 141 municípios de Mato Grosso. O evento será realizado no Hotel Fazenda Mato Grosso, em Cuiabá, a partir das 08h.

### CPI da Copa

A Comissão Parlamentar de Inquérito (CPI) das Obras da Copa recebe o depoimento do ex-secretário da Copa (Secopa), Maurício Guimarães em sessão ordinária desta terça-feira, 29, às 9h no auditório Milton Figueiredo na Assembleia Legislativa. O ex-secretário prestará depoimento sobre as obras da Arena Pantanal.

### Aacareação

O presidente da CPI das Obras da Copa, deputado estadual Oscar Bezerra (PSB) não descarta a necessidade de uma acareação entre o ex-secretário Maurício e o também ex-secretário da Copa, Eder Moraes. Nas duas oportunidades em que prestou depoimento à CPI, Eder Moraes imputou a responsabilidade sobre atrasos nas obras ao ex-secretário Maurício.

### Arena Pantanal

Com 35 reuniões já realizadas e 68 testemunhas ouvidas até agora (totalizando 140 horas de depoimentos), a CPI possui todas as informações referentes às obras da Arena Pantanal reunidas. Com isto, o depoimento do ex-secretário Maurício Guimarães deve elucidar os últimos questionamentos referentes ao estádio.

### Irregularidades

Na lista das irregularidades sobre as quais se tem indícios estão práticas como a chamada “cobertura de licitação”; a oferta, por parte de empresas contratadas pelo governo, de descontos nos valores de serviços que sabidamente não seriam executados; bem como de que a contratação do Consórcio Santa Barbara/Mendes Júnior pode ter sido direcionada.

### 130 eventos

Marcando o 297º ano de fundação de Cuiabá, em 8 de abril, o prefeito Mauro Mendes iniciou nesta segunda-feira, dia 28 de março, uma extensa programação que contempla lançamento e inauguração de pequenas obras, eventos artísticos e culturais, envolvendo várias secretarias. Ao todo, serão 130 eventos até 4 de maio.

## Palma assume Senado em junho

Blairo Maggi vai se licenciar em junho para ceder provisoriamente a cadeira de senador ao segundo-suplente Rodrigues Palma, ao menos por quatro meses. Com isso, cumpre acordo de campanha de prestigiar o companheiro de chapa da eleição de 2010 e que representa a Baixada Cuiabana. O primeiro-suplente, empresário Cidinho Santos, já teve oportunidade de atuar no Senado em dois momentos. A estreia no Senado será uma forma de Palma sair do ostracismo político. Ele ocupou vários cargos eletivos, como de deputado estadual (82/86), de federal por três vezes (86/90/98) e de prefeito da Capital (75/79). Foi também secretário de Estado. Em 98 concorreu a vice-governador de Júlio Campos e, em 2006, a federal. De ambos pleitos saiu derrotado.