



falaJuf

www.asserjuf.org.br

Instagram: @asserjuf_ba

WhatsApp: 71 3306-8382

Email: asserjuf@uol.com.br

PSICOLOGIA X PSIQUIATRIA

Quando estudei Psicologia, na UFBA, nos anos 1980, existia uma certa animosidade entre psiquiatras e psicólogos. Atribuo isso a uma certa ignorância, no sentido mais simples da palavra - o de ignorar -. Alguns psicólogos achavam que o tratamento de doenças psíquicas com medicamentos serviam apenas para mascarar os sintomas de problemas que se localizavam em uma outra esfera, que não simplesmente a da química do cérebro. Alguns psiquiatras consideravam o tratamento psicoterapêutico um placebo, uma ilusão, que não resolvia nada. O tempo provou que ambos estavam errados. É óbvio que havia exceções de um lado e do outro; O fato é que, hoje, psicólogos encaminham pacientes para um necessário acompanhamento psiquiátrico e vice-versa. Eu mesmo, que fiz terapia durante anos, não admitia tratamento medicamentoso. Mas, recentemente, antes de me aposentar, percebi que alguns problemas que eu julgava superados, voltaram a me angustiar. Estava perdendo o controle, gritando com colegas e outras pessoas do meu relacionamento pessoal e com dificuldades de resolver problemas comuns que a vida nos apresenta. Já, nesse momento, eu sabia da importância da psiquiatria e procurei um psiquiatra. O diagnóstico era de alguns transtornos de ansiedade. Iniciei o tratamento e, no decorrer, fui orientado pelo médico a procurar uma terapeuta na linha TCC - Terapia Cognitivo Comportamental, que é focada na solução pontual de problemas e tinha, segundo ele, técnicas direcionadas a controle de ansiedade, dentre outras. No início fiz uso de três medicamentos, entre antidepressivos e ansiolíticos. Hoje, após alguns anos de terapia, estou em fase de desmame do último, a pregabalina. O suporte que o tratamento psiquiátrico me deu foi fundamental para o êxito da terapia. Minha terapeuta, dr^a Joselma Seixas, além de especialista em TCC também tem especialização em EMDR, uma linha terapêutica que tem como objetivos dessensibilizar e reprocessar traumas antigos. O sucesso no tratamento tem me possibilitado dispensar, gradativamente, o uso dos medicamentos. Assim é que funciona. Uma ciência ajudando a outra. Em 2024, dr^a Joselma credenciou, no Pro-Social, a clínica Cognitiva (tel 98157-2333) - que conta também com serviços de psiquiatria e psicopedagogia. Acredito que ainda exista um certo preconceito com relação aos tratamentos psicológicos e psiquiátricos. Pretendo, com este depoimento, estimular colegas a procurar ajuda profissional, quando sentirem necessidade. Os ambientes de trabalho, no geral, são propiciadores de tensões, estresses, dentre outros males e, muitas vezes, mexem com situações mal resolvidas da nossa história pessoal. Aprender a lidar com essas situações é de grande valia; tanto no plano profissional, como no pessoal. Essa, pelo menos, tem sido a minha experiência.

Salvador, 27 de maio de 2025
Reinaldo Lopes Rocha



DOAÇÃO DE SANGUE

Edagmar Rocha de Alencar

Pedimos doação do tipo sanguíneo **A- (tipo A negativo)** para a paciente **Edagmar Rocha de Alencar**, internada na UTI do H. Santa Izabel.

Onde doar: **Vitabahia. Av. Princesa Isabel, 370 - Barra.**

Siga as instruções no site www.vitabahia.com ou pelos telefones 71 30524264 ou WhatsApp 71 999406106



Feliz Aniversário!

17/06 - Renato Neves Leite Junior

18/06 - Ayme Ribeiro de Freitas
Maria de Lourdes dos Santos Sacramento

19/06 - Márcia Rodrigues de Araújo
Sílvia Maria da Cruz Azevedo
Joana Santos
Fabiana Souza Araujo de Lima

20/06 - Elizabete Marques Ramos

21/06 - Adroaldo Magalhaes Fonseca
Cléa Quadros Souza
Regina Moreira Neves da Rocha
Ana Cláudia Dias Lima Seixas

23/06 - Andrea Gesteira Ramos
Neide Moreira

24/06 - Carolina Oliveira A. Pereira
Emerson de Aguiar Souza



ATENÇÃO! Todos os associados no mês do aniversário tem direito a um brinde válido por 30 dias.

LICENÇA POÉTICA PARA MATAR CANÇÕES ? - Parte 1

Por Luiz Goulart



Se há um tema que gera debates entre linguistas e gramáticos, fãs e "puristas" da Língua Portuguesa, é quando se apontam possíveis erros gramaticais nas letras de canções famosas. A palavra puristas está entre aspas porque o termo é frequentemente usado quando se quer criticar quem preza talvez um pouco demais pelo uso correto da Língua Portuguesa nas letras das canções.

Puristas costumam receber junto o adjetivo de elitistas.

Então aqui fala um "purista elitista".
Só que não!

Não engulo a desculpa que se usa para perdoar erros gramaticais em canções atribuindo-os à "Licença Poética". Curiosamente, esse perdão só é concedido se o artista for querido do *mainstream* e incensado pela crítica. Se for do pagode ou do arrocha não recebe a mesma dádiva.

Deixemos claro: Licença Poética é a liberdade legítima de um autor em fugir de normas gramaticais se isso visa à comunicação da expressão artística e à originalidade em busca do maior impacto da mensagem por meio de subtextos, regionalismos, neologismos e até metalinguagem. Quando tais "erros" são propositais e o recurso é fruto de ousadia e criatividade, acho perfeito!

Aqui estão vários exemplos

ACIMA DO SOL - SKANK

Canção com rica construção melódica e belas imagens na letra, mas com erro já no primeiro verso: "Assim ela já vai / Achar o cara que lhe queira/ Como você não quis fazer."

A música é dirigida a alguém na segunda pessoa:

Você. O verso correto não é "Achar o cara que lhe queira" mas "Achar o cara que **A** queira", uma vez que o querer não é dirigido a **Você** mas a **Ela**. Ela não vai achar um cara que queira você (lhe) mas que queira ela (a).

Mais adiante, há erro no uso do pronome **te** (*Eu não posso te ajudar/Esse caminho não há outro*). Toda a letra é dirigida a segunda pessoa VOCÊ e não a TU. A construção correta seria: *Eu não posso **LHE** ajudar/Esse caminho não há outro*.

Veja que o autor usa o pronome **LHE** no 1º verso quando não é o correto e não o usa no 3º quando seria o adequado



FORMATO MÍNIMO - SKANK

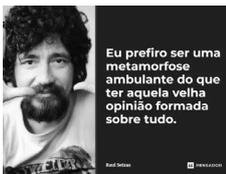
Essa canção tem estrutura que imita **Construção** de Chico Buarque, com quase todos os versos terminando em proparoxítonas (*última, único, timido, máquina, mágico, lágrima, sábado, príncipe...*).

Aqui a música vai bem no uso das proparoxítonas: *súbito, ótima, próxima, óculos, virgulas, ácido, máximo...* até derrapar, no que se chama "silaba-

da", justamente no último verso em que usa uma palavra que muitos pronunciam errado como proparoxítona, mas é na verdade uma paroxítona: *rubrica*. *Da triste solidão, a rubrica*, quebrando a magia da canção e soando como uma falha lamentável.

METAMORFOSE AMBULANTE - RAUL SEIXAS

Outra canção que tem um erro gramatical já no primeiro verso (*Eu prefiro ser essa metamorfose ambulante/ Do que ter aquela velha opinião formada sobre tudo*). Como todos sabemos, a regência do verbo preferir não permite **DO QUE**. Então o correto seria: *Eu prefiro ser essa metamorfose ambulante/ A ter aquela velha opinião formada sobre tudo*). Adiante falo sobre a genialidade de Caetano Veloso, compositor também baiano como Raul, para driblar um problema na métrica da letra por correção gramatical.



EU NASCI HÁ DEZ MIL ANOS ATRÁS- RAUL SEIXAS

Outra canção de Raul Seixas com erro gramatical. Independentemente de ser uma belíssima música, o erro começa já no próprio título e se repete no refrão. O certo seria **EU NASCI DEZ MIL ANOS ATRÁS** ou **EU NASCI HÁ DEZ MIL ANOS**. Gramaticalmente, não é aceitável, a construção em que se usa **HÁ** e **ATRÁS** na mesma frase. Uma solução para uma possível falha na métrica está em função do talento de um artista.

POEMA - CAZUZA

O mesmo erro que Raul Seixas comete, Cazuzza replica na letra da canção interpretada maravilhosamente por Ney Matogrosso que apesar de belas aliterações como (*Eu hoje tive um pesadelo/E levantei atento, a tempo*), tem um erro no último verso (*Pela beleza do que aconteceu há minutos atrás*). Não faz sentido usar a desculpa de licença poética para justificar o erro pois a frase não perderia a métrica se fosse usada a forma gramaticalmente correta como seria em (*Pela beleza do que aconteceu minutos atrás*).



HINO DO SENHOR DO BONFIM

Pessoas de fora da Bahia podem não dar a mesma importância ao Hino do Bonfim, mas ele é bastante famoso e muito caro aos baianos. Mas há nele um erro gramatical que poucos notam. Na letra, o Senhor do Bonfim é tratado na 2ª pessoa do singular por toda o hino (*Glória a Ti neste dia de glória ou Glória a Ti nessa altura sagrada ou Aos Teus pés, que nos deste o direito*).

Como todo o tratamento é na 2ª pessoa do singular, que razão justifica o verso do refrão (*Dai-nos a graça divina*)? Aqui o imperativo muda para a 2ª pessoa do plural vós. Não é certo usar **DAI-NO** a graça divina, mas sim **DA-NOS** a graça divina. O uso correto do imperativo não alteraria a métrica. É erro mesmo e não licença poética.

EU TE DEVORO - DJAVAN

Aqui o caso é mais interessante porque a inspiração de Djavan foi uma entrevista em que Caetano Veloso diz que "Devoraria Leonardo DiCaprio" aludindo aos modernistas brasileiros e ao movimento antropofágico que simbolicamente devorava influências estrangeiras para criar algo nacional.

O verso em questão diz: "*Noutro plano, te devoraria tal Caetano/A Leonardo DiCaprio*"

Devorar é verbo transitivo direto e sua regência não pede a preposição **A**, exigência de verbos transitivos indiretos.

Ouvi muitos comentários alegando licença poética de Djavan porque ele queria facilitar a compreensão já que o uso da forma correta que seria "*Noutro plano, te devoraria tal Caetano./ Leonardo DiCaprio*" geraria confusão. Ressalto a elegante elipse do verso quando ele omite a repetição do verbo devorar mas isso não redime o erro já que o verbo devorar em qualquer contexto, não perde sua função de verbo transitivo direto e não aceita a preposição **A**.

Se Djavan não pode ser acusado de algo é de facilitar a compreensão do ouvinte. Ele é famoso pelas letras aparentemente sem sentido. Então vamos ao seguinte exemplo, se em vez do verbo devorar usássemos um verbo transitivo indireto como obedecer: A frase seria (te **OBEDECERIA** tal Caetano/ A Leonardo DiCaprio) Sentiu? Tudo é a regência correto do verbo esteja ele ou não em elipse.



DOMINGO - TITÃS

Essa música tem um verso com três erros (*Entes que eu esqueça aonde estou/Antes que eu esqueça aonde estou/Aonde estou com a cabeça?*). O uso do advérbio **Aonde** só é aceitável com verbos que indicam movimento. Nos demais verbos, o advérbio é **Onde**. Nesse verso, o verbo é **ESTOU** então o advérbio não pode ser **AONDE**.

Fonte: <https://chacais-sempre-espreitam.blogspot.com/2025/05/licenca-poetica-para-matar-cancoes.html?m=1>

Rede de dicas

PAÇOQUINHA SAUDÁVEL



Ingredientes

- 6 colheres de sopa de amendoim torrado s/casca e s/sal
- 1 colher de sopa de óleo de coco
- 4 colheres de sopa de açúcar mascavo
- 1/3 xícara de chá de farinha de amêndoas

Modo de preparo

Bata o amendoim torrado em um processador até que ele se transforme em uma farinha fina. Depois, coloque em uma tigela e adicione a farinha de amêndoas, o açúcar mascavo e o óleo de coco. Misture tudo com uma espátula até atingir uma consistência homogênea. Modele a massa no formato que preferir, apertando bem para não esfalar, e leve à geladeira por 20 minutos. Aí é só servir e aproveitar.

EXPEDIENTE

falaJuf

Jornal acessado via e-mail por 663 associados
Disponível em www.asserjuf.org.br
Tiragem: Digital/ Períodicidade: semanal
Direção e Revisão: Luzineide Oliveira
Criação / Diagramação e Textos: Elaine Reis
Distribuição via correio para servidores aposentados.

DIRETORIA EXECUTIVA

Joilton Pimenta da Silva (NUSIT)
Vera Maria Barros Pereira (Aposentada)

DIRETORIA ADMINISTRATIVA / FINANCEIRA

Lourival Matos (Aposentado)
Álvaro Antonio Brito Reis (NUTEC)

DIRETORIA BENEFÍCIOS, COMUNICAÇÃO E EVENTOS

Ana Carla Aguiar Brito Furrer (5ª Vara)

CONSELHO FISCAL

Titulares

Tania Reboças (Presidente)
Jaime Junior das Neves (1º Secretário)
Mario de Andrade Martins (2º Secretário)

Suplente

Adalce Menezes de Almeida