

Sucesso de público, filme *Divertida Mente 2* inspira a lidar com sentimentos

A continuação de *Divertida Mente* gerou a maior bilheteria da história do Brasil, encantando adultos e crianças e trazendo à tona uma saudável discussão sobre o papel dos sentimentos no autoconhecimento, evolução pessoal e relacionamento com outras pessoas. São essas emoções que ditam o que achamos agradável ou não.

“Os sentimentos positivos nos motivam, nos impulsionam. Os negativos podem nos ajudar a colocar limites no que nos desagrada e a buscar mudanças. Se não valorizarmos esses alertas, podemos até chegar ao adoecimento”, explica a psicóloga da Divisão de Saúde do Trabalhador (DISAT) Ilse Pietz.

De acordo com ela, em diversas ocasiões, devido às pressões da família, trabalho ou sociedade, acreditamos



que determinadas decisões são as mais adequadas. Porém, por meio dos sentimentos, percebemos que aquela opção, mesmo que pareça sensata, não nos traz satisfação. “Isso se aplica, por exemplo, à escolha de um curso ou de uma profissão. Estar atentos aos nossos sentimentos e poder expressá-los contribui para a saúde mental. E o equilíbrio na saúde mental traz qualidade de vida.”



DICA DE BEM-ESTAR

A cada edição selecionamos dicas para tornar a vida dos nossos leitores mais leve e interessante. Quer contribuir?

Envie sua dica para informeinca@inca.gov.br. Participe!

Dica: filme *A cabana*. Enviada por Ana Cristina Vargas, voluntária do INCAvoluntário.



Na produção, um homem (Mackenzie Allen Phillips) fica atormentado após perder a sua filha mais nova (Missy), de 6 anos, cujo corpo nunca foi encontrado. A polícia suspeita de que ela foi assassinada em uma cabana nas montanhas por um *serial killer*. Algum tempo depois do crime, vivendo sob “a grande tristeza”, Mackenzie recebe um chamado misterioso para retornar à cabana, onde vai receber uma lição de vida e buscará a resposta à pergunta “se Deus é tão poderoso, por que não faz nada para amenizar nosso sofrimento?”.

A Cabana é baseado no livro homônimo de William P. Young. O longa-metragem foi sucesso de bilheteria e a obra literária se tornou um best-seller com mais de 10 milhões de exemplares vendidos em todo o mundo.



GALERIA INCA

Envie suas fotos para o nosso e-mail:

informeinca@inca.gov.br. Uma foto será selecionada e pode ser a sua. Na próxima edição, o tema da Galeria será **CONSUMO SOLIDÁRIO**.



TEMA: LUZ | Helleninha, que veio ao mundo para iluminar os dias de seus pais, o vigilante Yago Peçanha e a ex-recepcionista do INCA Myllena Barbosa.