

GERAL

Pressão simbólica de recomeço no novo ano desafia a saúde mental

Expectativa coletiva de renovação neste período impõe lógicas emocionais que nem sempre correspondem ao tempo interno

A virada de ano é apresentada socialmente como marco de reinício e promessa de redefinição. O calendário é investido de significado simbólico e passa a representar encerramento, superação e construção de novas narrativas pessoais. Do ponto de vista psicológico, porém, esse ritual também produz conflitos internos pouco discutidos e amplia tensões invisíveis no campo emocional. A avaliação é da psicóloga Maria Klien, que trabalha atendendo pacientes com distúrbios ligados ao medo e à ansiedade.

De acordo com ela, ao impor a ideia de novo começo, a cultura cria a expectativa de que a mente acompanhe o calendário. Isso desconsidera que processos psíquicos não obedecem a datas e não seguem o ritmo das convenções coletivas. Muitas dores continuam, muitos lutos seguem abertos, muitos ciclos permanecem em transição, mesmo quando a sociedade declara encerramento e exige celebração.

Para a psicóloga, existe um descompasso estrutural entre tempo social e tempo interno. “A sociedade anuncia um ponto final e inaugura um novo

início, enquanto a psique continua organizada por ritmos próprios. Quando o calendário determina que é momento de renovar e o sujeito não dispõe de condição interna para isso, surge uma experiência de inadequação. A pessoa passa a sentir fracasso, vergonha e sensação de descompasso por não conseguir acompanhar aquilo que o coletivo vive como conquista. A festa, então, deixa de ser encontro e passa a funcionar como parâmetro de comparação emocional”, afirmou.

SEGREDO

Esse fenômeno produz um tipo específico de silêncio emocional. Pessoas que não vivenciam a euforia esperada simulam entusiasmo para evitar parecerem dissonantes. Emoções reais são ocultadas e substituídas por respostas socialmente aceitas. A vida íntima deixa de ter espaço legítimo durante o período festivo e o sofrimento perde direito de existir naquele contexto, explica a profissional.

“A psicologia observa que muitos sujeitos atravessam a virada do ano com a sensação de serem obrigados a sentir algo que não corresponde ao

próprio estado psíquico. Em vez de elaboração, surge pressão. Em vez de reflexão, se instala a necessidade de seguir o roteiro coletivo. O resultado é uma forma de esgotamento simbólico, na qual o sujeito se afasta ainda mais de si enquanto tenta corresponder ao imaginário social do recomeço”, comenta.

Segundo Maria Klien, a clínica começa a reconhecer esse movimento com maior clareza. “O Ano Novo não é apenas um evento festivo. Ele funciona como dispositivo simbólico que convoca a psique a produzir significado. Quando esse significado não está disponível, o sujeito sente que falhou. Não falhou na vida prática, mas falhou na capacidade de construir um enredo aceitável para apresentar socialmente. Isso gera tensão interna, angústia silenciosa e, muitas vezes, a experiência de estar fora da narrativa que todos parecem compartilhar”, frisa.

CONTINUIDADE

Há também um efeito identitário relevante. A virada de ano, quando entendida como obrigação de reinício, cria a ideia de que a vida precisa ser constantemente redefinida. O



Psicóloga Maria Klien trabalha com distúrbios ligados ao medo e à ansiedade

sujeito passa a acreditar que sempre deve melhorar, corrigir, recomeçar e se reinventar. Essa exigência contínua impede a experiência de continuidade e dificulta a sustentação de processos que ainda estão em construção.

O corpo psíquico, porém, não opera em lógica de reinício permanente. Muitos processos precisam de permanência, repetição e tempo para integração. Quando o Ano Novo se transforma em comando de transformação, ele pode romper movimentos internos que ainda não amadureceram. Para Maria Klien, reconhecer essa discrepância já tem função terapêutica.

“Nem toda virada simboliza recomeço. Em muitos momentos, a virada representa apenas continuidade. Em outros, representa pausa. Em outros, representa ainda campo de elaboração aberto. Autorizar essa verdade interna protege a subjetividade, preserva a integridade psíquica e impede que a pessoa se obrigue a produzir emoções que não correspondem ao que sente. O cuidado mental passa, então, por abandonar a obrigação de performar renovação”, destacou.

A psicologia defende que o Ano Novo pode existir como marca coletiva sem se tornar imposição emocional.

Hospital de Base e o Estadual de Bauru estão bem colocados no ranking dos 30 melhores entre os públicos do Estado

Dois importantes hospitais regionais localizados em Bauru conquistaram posições de destaque em um levantamento nacional que classificou os 100 melhores hospitais públicos do Brasil. De acordo com o estudo, divulgado na última semana, o Hospital de Base de Bauru (HBB) e o Hospital Estadual de Bauru (HEB), serviços estaduais de saúde sob gestão da Fundação para o Desenvolvimento Médico e Hospitalar (Famesp), figuram entre os 30 melhores hospitais do Estado de São Paulo, reforçando o protagonismo da cidade na área da saúde pública. As duas unidades atendem 100% pelo Sistema Único de Saúde (SUS) e são referência regional em média e alta complexidade, recebendo pacientes de dezenas

de municípios do Centro-Oeste Paulista. O primeiro figura em quinto e o segundo em nono.

O levantamento foi realizado pelo Instituto Brasileiro das Organizações Sociais de Saúde (Ibross), em parceria com a OPAS/OMS (Organização Pan-Americana de Saúde), Instituto Ética Saúde (IES), Conselho Nacional dos Secretários de Saúde (Conass) e Conselho Nacional das Secretarias Municipais de Saúde (Conasems), e avaliou hospitais públicos de todo o País com base em critérios técnicos e assistenciais rigorosos. Entre os principais indicadores analisados estão acreditação e qualidade, eficiência hospitalar, estrutura e capacidade instalada e satisfação dos usuários.

O desempenho do Hos-

pital de Base de Bauru e do Hospital Estadual de Bauru nesses critérios garantiu às unidades posições de destaque no ranking paulista, que reúne hospitais municipais, estaduais e regionais de alta complexidade. Em 2023, o Hospital de Base recebeu o selo do Programa de Compromisso com a Qualidade Hospitalar (CQH) – iniciativa mantida pela Associação Paulista de Medicina (APM). Com validade de dois anos, o selo foi renovado no final de 2025 após visita do comitê avaliador da certificação. “Começamos 2026 consagrando o trabalho realizado em 2025 por toda a nossa equipe”, destaca a diretora administrativa do HBB, Roberta Fiuza Ramos.

Já o Hospital Estadual de Bauru possui Certificação



Hospital de Base ficou na quinta colocação (à direita) e o Estadual de Bauru em nono do ranking estadual

ACSA (Agência de Qualidade da Saúde da Andaluzia) no nível avançado (projeto 2022/010), desde janeiro de 2024, sendo o primeiro hospital geral do Estado de São Paulo a receber esta acreditação. “Estar entre os 30 melhores hospitais públicos é um importante reconhe-

cimento do nosso trabalho e da dedicação à saúde pública”, ressalta a diretora administrativa do HEB, Patrícia Araújo Lantman de Souza. Leia mais informações e veja no ranking dos hospitais no link <https://heb.famesp.org.br/imprensa.php?mnu=16&id=2700>.

Divulgação