

É na solidariedade que a tristeza e o sofrimento podem ser amenizados. A dor da perda faz com que pessoas procurem na Rede API apoio e auxílio para superar a angústia e saudade de um ente querido morto

ENCONTROS PROPORCIONAM APOIO A PERDAS IRREPARÁVEIS

DANIEL DE ANDRADE
GUSTAVO SILVA
1º PERÍODO

perdas. Em janeiro, o marido foi assassinado na casa de praia da família em Nova Viçosa, Bahia, e no dia 7 de dezembro ela perdeu o filho, professor universitário, também assassinado a facadas por um aluno nas dependências do Instituto Izabela Hendrix, o que gerou grande repercussão em diversos veículos de comunicação do Brasil. Ela afirma que o API a ajuda muito e recomenda que todos que tiveram uma grande perda deveriam procurá-lo. "Comecei a participar dos encontros por meio de uma indicação do médico da minha filha, que é amigo da doutora Gláucia e essa troca de experiências que aqui tenho com as outras pessoas é uma benção na minha vida", diz.

Outra participante que graças ao API passou a conviver de forma mais amena com a dor é a manicure Neide de Almeida, 56 anos, que desde 2000 vive inconsolada pela saudade do irmão Milton, morto em um acidente de caminhão. Ela diz ter sofrido muito com essa perda e não conseguia aceitar a ideia de conviver com a ausência do irmão. Quando já estava se adaptando a essa situação, perdeu também a mãe, no final de 2008. Abalada, decidiu ir ao consultório de Gláucia e com o tempo foi percebendo a importância de fazer parte da API.

"Aqui você pode chorar, falar e compartilhar dores com pessoas que realmente são capazes de te compreender, pois elas também passam ou já passaram pelo mesmo problema que você. E com o passar do tempo você se torna apto a ajudar as pessoas



Psicóloga Gláucia Rezende, criadora da Rede de Apoio a Perdas Irreparáveis

que chegam e com isso percebe a importância de que não vale a pena se render a essas perdas, mas sim criar novos motivos para sobreviver", conta.

Neide expôs seu problema desde que participou da primeira reunião e ela acredita que a melhor forma de aliviar a dor é não se calar diante dela. Ela diz que superar a dor é algo impossível. Ela sempre vai existir." O que podemos fazer, e nesse sentido o API nos ajuda de forma maravilhosa, é permitir que ela se cicatrize. Porém essa cicatriz não some, mas podemos aprender como cuidar dela, sem nos machucarmos eternamente", relata a manicure.

Força, perseverança e apoio dos amigos do API também são formas que a dona de casa Conceição Aparecida Neto, 60 anos, encontrou para se levantar diante da morte da filha Sabrina, que há nove anos cometeu suicídio ao se jogar do 8º andar do prédio onde morava com a mãe, em Belo Horizonte.

Com a morte da filha, Conceição achou que não teria recursos e condições de melhorar. Ela conta que foi ao fundo do poço. A dor que sentia era tão grande que ocupava todo corpo, e ultrapassava seus limites, assim como também ultrapassava os

limites do lugar no qual vivia. A dona de casa lembra que não conseguia ficar dentro do próprio quarto. "Meu quarto não era suficiente para comportar o tamanho da minha dor".

Diante de tanto sofrimento um amigo recomendou o consultório de Gláucia, só que Conceição não acreditava que

nada e nem ninguém pudesse ajudá-la. "Meu psiquiatra, por exemplo, ficou perplexo ao se deparar com a intensidade da minha dor", lembra. Somente quando a filha de uma amiga deu-lhe novamente o telefone da psicóloga do API, que a dona de casa resolveu procurar ajuda ao perceber tamanha coincidência o fato de duas indicações feitas por pessoas diferentes. "Isso aconteceu há mais ou menos nove anos, em um domingo, quando estava no auge do meu desespero, sem saber o que fazer da minha vida", relembra.

Conceição ainda diz que em suas primeiras reuniões tinha um pensamento egoísta por achar que sua dor era maior que a dos outros, pelo fato da filha ter se matado. Mas com o tempo foi percebendo que, quando as perdas decorrem da morte de alguém que se ama muito, não existem dores maiores ou menores. Ela ressalta, assim como Neide, que a dor não cessa, mas se acomoda no coração. "Começamos a lidar com a dor de outra maneira. No meu caso fiz transferências, pois depois da morte da Sabrina, ganhei um neto. Então passei a depositar nele todo meu amor e a minha atenção", esclarece.

A mãe de Sabrina também crê que a religiosidade e crença em um ser superior são fundamen-

tais para aqueles que se veem desolados pela perda de alguém. Segundo ela, a crença em Deus, independente de religiões, é uma ferramenta eficaz que deve ser usada, antes de qualquer ajuda psicológica, na busca de acolhimento e paz diante de situações como a morte. No local onde aconteceu a tragédia, Conceição fez um salão de festas, como forma de apagar da memória as lembranças ruins e guardar apenas os bons momentos vividos ao lado da filha.

Já a experiência pessoal de Gláucia Tavares resultou no livro "Do luto à luta", escrito por ela e que conta também com a participação de alguns membros do API, que homenageiam os entes queridos por meio de depoimentos. Gláucia conta que Camile faleceu poucos meses após entrar na faculdade de jornalismo da Fumec e o livro foi publicado na época da formatura da turma da qual ela fazia parte. "Como essa turma foi a primeira do curso de jornalismo, os alunos que dela faziam parte, decidiram nomeá-la "Turma Camile Tavares", como forma de homenageá-la. Diante disso decidi ofertar uma parte da publicação a esses alunos", diz.

A psicóloga não acredita que exista a superação para problemas relacionados à morte. O indivíduo, segundo ela, deve reconstruir-se a partir de uma situação de perda e viver sem jamais esquecer que a morte, por mais distante que possa parecer, também faz parte da vida, assim como a chegada de um filho. "Enquanto nós não adotarmos uma atitude de reconhecer que a morte é uma regra essencial e que isso não é necessariamente morbidez, mas sim algo que constitui nossa existência, vamos viver uma vida alienada de valores, de sonhos", conclui.

Gláucia ressalta ainda que o API procura atender apenas pessoas que sofreram perdas por mortes e de todas que procuram a rede, cerca de 10% perderam entes que cometeram suicídio. As reuniões do API acontecem sempre no primeiro domingo de cada mês, na Rua Espírito Santo, nº 2727, sala 1205, no Bairro de Lourdes.

O telefone é (31) 3282-5645.
E-mail: redeapi@redeapi.org.br

Exemplo de superação na perda de ente querido

Fé e perseverança. Essas duas palavras ajudam a preencher o vazio que as perdas do marido e do filho, ambos assassinados em 2010, gerou na vida da aposentada Maria dos Anjos, 76 anos. Ela buscou o apoio da API (Rede de Apoio a Perdas Irreparáveis), pela primeira vez, ao perder o marido, Maurílio Ferreira Gomes, esfaqueado ao tentar protegê-la contra um assaltante que invadira a casa de veraneio do casal em Nova Viçosa (BA), em 11 de janeiro, ferindo também a aposentada. "Foi uma perda irreparável na minha

vida", afirma. Maria buscou ajuda na Associação Médica da UFMG e na API, por indicação de um médico à filha dela. "Foi aí que eu comecei a melhorar, senti muito apoio da doutora Gláucia e do grupo", acrescenta.

Segundo a aposentada, quando estava começando a "colocar os pés no chão", o filho, o professor universitário Kássio Vinícius Castro Gomes, 39 anos, foi esfaqueado no dia 7 de dezembro pelo estudante do 5º período de Educação Física Amilton Loyola Caíres, 23 anos, nas dependências

do Instituto Metodista Izabela Hendrix, em Belo Horizonte, onde lecionava, o que gerou grande repercussão no país. Como sentença, o estudante foi indiciado a regime de internação para tratamento psiquiátrico, após a constatação de que ele sofria de transtornos bipolares e esquizofrenia.

"Ficamos revoltados porque até agora não sabemos se isso foi uma coisa certa", diz. Ela também afirma que é muito cedo para dizer se consegue perdoá-lo, mas que pode compreender a dor dos

familiares do jovem, inclusive da mãe que, segundo Maria, também deve estar sofrendo muito. Sobre o API Maria considera uma "benção de Deus" em sua vida e afirma que

as mães que perderam seus filhos devem ter muita força, muita fé em Deus, procurar e acreditar sim na ajuda, porque ela pode fazer um diferencial na vida da pessoa.



Maria dos Anjos exibe a foto do filho e busca conforto para superar a perda