

Coleção de artigos do Autor, colhidos de forma livre nos meios eletrônicos e redes sociais, jornais, revistas e livros diversos.

Todos estes trabalhos foram colhidos de forma eletrônica, já publicados e disponíveis livremente.

Esta coleção não é um livro, apenas um apanhado para registrar os trabalhos de sua autoria e/ou de sua preferência, publicados por ele, sobre temas diversos.

A critério do Autor poderá ser transformado em livro.

O ProjetoPF pode ajudar nesta tarefa. Contate-nos.

Data : 07/07/2014

Título : A respeito de nascer e crescer bem

Categoria: Artigos

Descrição: Lembro bem do meu primeiro encontro com o Dr. Frédérick Leboyer (1918).

Aconteceu em uma clínica de Curitiba, quando do nascimento da nossa primeira filha.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Sueli Gehlen Frosi

Lembro bem do meu primeiro encontro com o Dr. Frédérick Leboyer (1918). Aconteceu em uma clínica de Curitiba, quando do nascimento da nossa primeira filha. Fui informada já em trabalho de parto, de que ela nasceria segundo os preceitos de Leboyer, médico e professor da Universidade de Paris. Tive, portanto, há quase quarenta anos uma experiência magnífica, inesquecível e coroada de êxito.

Eliza nasceu na penumbra, embalada por música suave, em um ambiente onde as pessoas sussurravam. Não houve pressa nenhuma e me foi permitido recebê-la com calma e estimulada a acariciar seu corpinho ainda coberto pelos líquidos nos quais esteve até aquele momento. Era meu segundo parto. O primeiro também aconteceu de forma ideal, mas sem o respeito pelo bebê que vivenciei ali.

Estamos esperando um netinho que deverá nascer por estes dias. Encontramos na casa da nossa filha e do nosso genro o livro NASCER SORRINDO de Frédérick Leboyer (Ed. Brasiliense). Lemos emocionados o conteúdo que já conhecíamos por experiência.

No terceiro dia da nossa visita conhecemos uma livraria, dentro de um enorme e luxuoso shopping center paulistano e eis que encontro, de cara, o livro SHANTALA, do mesmo autor. É um relato poético de como massagear um bebê. A técnica, segundo ele “parecia um balé devido a tanta harmonia e ritmo exato, embora de extrema lentidão. E, como o amor, possuía seu tanto de abandono e ternura.” Shantala é uma mulher pobre, que ele encontrou nas ruas imundas de Calcutá, Índia, um país que canta: “É no lodo que o lótus finca raízes.” Shantala deu ao médico uma profunda lição e revelou-lhe um segredo de beleza. “E este segredo estava bem ali. Feito simplesmente, de amor e de luz, de silêncio e gravidade.”

Estou muito agradecida a Leboyer por revelar que a vida nos dá muitas chances e, se perdemos uma, temos como compensar. É o caso do nascimento, que nem sempre é o ideal, nem sempre é uma experiência pessoal de receber nossos filhos. Às vezes os recebemos um pouco mais tarde, como no caso dos pais que adotam. Mas temos muitas outras chances, como a massagem tão bem mostrada por uma mulher simples, cujo filho beneficiou-se, mesmo em meio ao lixo.

Penso muito em quem só consegue tocar em alguém com constrangimento; em quem não tem memória de ter sido tocado; em quem se sabe negligenciado. Aí penso que podemos resgatar muita coisa, não à perfeição, por que, quem nasce com todo o cuidado certamente terá menos trabalho consigo mesmo pela vida afora. Mas podemos cuidar de nós mesmos e dar-nos o colo que nos foi negado.

E podemos nutrir por um bebê ainda não nascido um amor imenso, o que prova nossa humanidade. Estamos aqui, longe de casa, esperando pelo nosso netinho Dante. Quando este texto for publicado talvez já o tenhamos no colo.

Data : 31/05/2011

Título : Ah, as mulheres!

Categoria: Artigos

Descrição: Antigamente (isso acontecia antes do Cristianismo), depois do casamento, o homem tinha poder sobre a vida e a morte de sua esposa.

Ah, as mulheres!

SUELI GEHLEN FROSI

Antigamente (isso acontecia antes do Cristianismo), depois do casamento, o homem tinha poder sobre a vida e a morte de sua esposa. Ela não poderia recorrer a nenhuma lei contra ele: ele era o único tribunal e a única lei para ela." ... "algumas pessoas têm consciência da enorme infelicidade produzida, até mesmo nos dias atuais, pelo sentimento de uma vida desperdiçada."

Stuart Mill – A Sujeição das Mulheres (1869). Stuart Mill escreveu a obra na esteira de um movimento do final do século XVIII, fruto da Revolução Francesa. A partir daí houve muita produção intelectual, elaboração de leis em favor das mulheres e, mais importante que isso, propiciou uma mobilização, por parte das próprias mulheres, pela sua emancipação e pela equiparação de seus direitos em relação aos homens.

Pois, ainda hoje, vê-se mulheres exigindo o fim da violência contra elas, mostrando que o espírito retratado na frase de Mill continua norteando nossas relações de gênero.

Ao reivindicarem horário integral para o funcionamento da Delegacia da Mulher, - e, não uma delegacia de mentirinha, mas um centro de ajuda, cursos profissionalizantes para que as mulheres se tornem autônomas e aptas a viver sem seu agressor, abrigo seguro para as que corajosamente fazem denúncia contra seus companheiros, equipe que as ampare e cuide para que recobrem sua autoestima, - elas estão exigindo os direitos já há muito positivados, inclusive obtiveram a maior conquista social sobre o tema, a promulgação da Lei Maria da Penha.

Comove-nos a proposição dessas intrépidas mulheres de que os agressores sejam tratados, por acreditarem que eles mesmos estão doentes. Só mulheres engajadas, bem informadas e tomadas de um profundo senso de humanidade, são capazes de enxergar o que para o senso comum é um paradoxo. O senso comum vê na punição a única forma de corrigir os crimes e os erros cometidos, mas existem muitas pessoas que compreendem que o ser humano merece ser cuidado em sua integralidade, merece ter a chance de corrigir seus erros e de ser educado de forma adequada para que, com uma nova visão de mundo, não volte a fazer vítimas. A punição por si só não educa, mas reproduz a violência.

As reivindicações das mulheres que lutam pelo fim do silêncio, pelo fim da indiferença, pelo direito inalienável que todas as pessoas têm à sua integridade física, não são difíceis de serem

atendidas. Desde a Revolução Francesa (1789) já aprendemos muita coisa, só não aprendemos a usar o dinheiro público para o bem-estar das pessoas, só não sabemos salvar pessoas com nossas leis, mas protegemos muito bem o patrimônio.

Nossa solidariedade para com o Movimento de Mulheres é pouco. Devemos também educar nossos meninos e meninas de forma a termos lá adiante a concretização dos ideais: Liberdade, Igualdade e Fraternidade, tão caros à Revolução Francesa. Ver fotos de mulheres amordaçadas, denunciando que ainda há quem acredite ter dono, e que há quem acredite ser dono de alguém, é de doer!

(Sueli Gehlen Frosi é membro da Academia Passo-Fundense de Letras.)

Da Revista
Água da Fonte
31/05/2011

Data : 31/03/2014

Título : Anos de chumbo

Categoria: Artigos

Descrição: Fiz parte da juventude surpreendida pelo golpe Golpe Militar de 1964. Minha turma trabalhava e estudava muito.

Coluna de Sueli Gehlen Frosi

Fiz parte da juventude surpreendida pelo golpe Golpe Militar de 1964. Minha turma trabalhava e estudava muito. A tomada do poder pelos militares veio responder aos anseios dos adultos com quem convivíamos em casa, na escola, no trabalho e na igreja. Fomos, portanto, jovens trabalhadores alienados no primeiro momento.

Nos anos que antecederam a o golpe, tínhamos muito medo do comunismo. Havia nos ensinamentos religiosos os conceitos de corpo e a alma, em casa do bem e do mal e na rua do comunismo e do capitalismo. Após o golpe sofremos outro dualismo: A ARENA e o MDB. Fomos, portanto, massacrados por um maniqueísmo que funcionou como uma couraça que nos impediu de enxergar os acontecimentos como eles eram de verdade.

Aos poucos observamos o comportamento de alguns colegas que faltavam aulas, conversavam pelos cantos e desapareciam por dias. Eles rodavam por faltas, geralmente. Tivemos um amigo em particular que sumiu e, quando soubemos dele, estava fugindo para o exterior. Foi seguido pela namorada, que chorava abraçada aos pais e aos irmãos, mas partiu rumo ao desconhecido. Os dois estão juntos até hoje, têm filhos adultos e muito bem de vida.

Mas o comunismo havia sido esmagado e aparentemente estava tudo bem. Os jornais e revistas retratavam famílias felizes, assistindo corridas de cavalos. As mulheres ostentavam chapéus e lindos trajes nos hipódromos. Os bailes eram coisa grandiosa, com debutantes luxuosas. Os concursos de misses eram o ponto alto do ano, quando sofriamos com a derrota das nossas candidatas e amávamos as nossas Martas Rochas, mesmo com umas polegadas a mais.

Nossas diversões eram interessantes. Os festivais da música popular brasileira eram acontecimentos aguardados com ansiedade. Cantávamos junto com os participantes e não imaginávamos que Geraldo Vandré e sua Para Não Dizer Que Não Falei de Flores fossem um símbolo de resistência contra a ditadura. Demorou para percebermos que havia censura feroz às artes, à imprensa e à comunicação em geral.

As notícias de assassinatos, torturas, desaparecimentos foram abrindo gradativamente nossos olhos e assistimos aos últimos anos do regime. Aí foi urdido o plano da Anistia Ampla Geral e Irrestrita, aceita por conter em seu bojo a volta dos exilados e a soltura dos presos políticos. A volta dos nossos líderes foi uma festa! A morte das lideranças e o silenciamento de outras,

naquele momento, começaram a tomar um vulto enorme. Alguns não se deram conta de que essa tal Anistia começou a impunidade no nosso país.

Os assassinatos, desaparecimentos, exílios, torturas configuram crimes de lesa humanidade e nunca foram punidos, por que anistiados. Os assassinos e torturadores nunca foram apontados como tal. Sabíamos o que havia acontecido, mas só conseguíamos contemplar as famílias que choravam a falta dos filhos e dos pais e víamos as marcas nos corpos dos que sobreviveram. Em um primo do meu marido não vi sinal algum, mas assisti ao silêncio torturante a que ele mesmo se impôs, por não conseguir falar sobre os meses em que ficou trancado em porões imundos, sofrendo toda a sorte de violações.

Quem viveu essa época não pode participar de nenhuma caminhada de apoio à intervenção militar, na tentativa de reeditar o que deixou feridas tão profundas na nossa pátria. Já superamos os dualismos e não queremos mais ser reduzidos a tão pouco.

Data : 15/02/2014

Título : Brasileiros em estado bruto

Categoria: Artigos

Descrição: "... do fanatismo à barbárie não há mais do que um passo." Diderot

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

"... do fanatismo à barbárie não há mais do que um passo." Diderot

O desenvolvimento humano é uma conquista construída coletivamente durante séculos.

Orgulhamo-nos do nosso avanço civilizatório, mesmo que detectemos algumas rupturas de tempos em tempos. Essas rupturas fazem-nos descrentes de que sejamos capazes de conviver pacificamente por longos períodos.

O clima de histeria coletiva e a sede de justiça a qualquer preço são alguns fatores que colocam em risco os valores éticos de um povo. Quando uma grande parcela da população aprova atos de grupos justiceiros, estamos presenciando um retrocesso enorme na dignidade da condição humana.

A humanidade já se divertiu à larga com cenas de pessoas sendo oferecidas em sacrifício para aplacar a ira dos deuses, vendo a justiça executar criminosos em praça pública, onde a pena de morte era sinônimo de espetáculo. O lado macabro da justiça contava com requintes de crueldade na forma de esquartejamentos, enforcamentos e tantas outras práticas cruéis. Com o tempo esses espetáculos públicos foram enclausurados dentro das instituições, em lugares fechados, por que a humanidade não suportou mais as cenas de violência explícita, aos olhos de todos.

O que assistimos é a banalização pura e simples da violência primária do olho por olho, dente por dente, em detrimento da racionalidade e da conquista árdua pelos direitos humanos. Os justiceiros são tão ou mais criminosos do que os que eles torturam. Podemos duvidar de que o justiciado seja criminoso de verdade, mas não podemos duvidar de que os executores sejam criminosos.

É chocante saber que existem grupos justiceiros, capazes de amarrar alguém a um poste, com o intuito de torturá-lo. São grupos fanáticos que praticam o justiciamento a revelia do Estado, por acreditarem não ser mais capaz de dar conta das nossas mazelas sociais. São organizações que se consideram capazes de detectar "o mal", julgá-lo e executar o autor ou os autores, movidos pelo impulso cego de que podem e devem fazer justiça, mesmo que pelas próprias mãos. Estes grupos representam o estado bruto, bárbaro que já deveria estar banido, por ter um substituto que é o Estado Democrático de Direito. A justiça é antes de qualquer resultado calculável ou de cronologia, um direito da vítima à palavra. Mas como a vítima fala nestas circunstâncias.

Dá para compreender o estado de vulnerabilidade de que somos tomados todos os dias. Dá para avaliar o desespero de quem sofre violações em sua integridade física e moral. Reconhecemos a

fragilidade das instituições que não conseguem defender os direitos mais elementares da cidadania.

Ao invés de sujarmos nossas mãos de sangue, devemos exigir mudanças estruturais na educação, na saúde, na segurança pública e que os poderes constituídos cumpram seu papel de representantes da sociedade, defendendo os interesses do povo e não os seus.

Data : 22/02/2014

Título : Colinho pra que te quero!

Categoria: Artigos

Descrição: Todos temos dias bem pesados, mesmo sem conseguir identificar de onde vem esse peso. Pois os últimos dias foram um exemplo disso.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Todos temos dias bem pesados, mesmo sem conseguir identificar de onde vem esse peso. Pois os últimos dias foram um exemplo disso. Fiquei esperando melhorar fazendo atividades agradáveis, mas os dias passaram arrastados.

Consegui um bem estar incrível no domingo, fazendo algo bem simples e de fácil alcance, caso precise, de novo, acalmar meus batimentos cardíacos e pausar a respiração como deve ser.

Tive cinco filhos e dei a eles muito colo, mas colo para filho tem quase sempre pouca duração.

Com os filhos vieram as responsabilidades inerentes à função de ser mãe. Tive que dar conta da vida e isso tem uma amplitude difícil de dimensionar. Era impossível parar tudo e dar colo a um bebê por três horas, a não ser que ele estivesse doente.

Pois no domingo eu consegui dar um colinho desses bem longos para o meu netinho de seis meses. Ele já sabe de quem ele consegue esses chamegos, para alegria da vovó Vilma e da vovó aqui. Ele chorou, ou melhor, fez de conta que chorou por alguns minutos até que, subitamente amoleceu e acomodou-se no meu ombro. E eu fiquei lá, parada, com medo de me mexer e acabar com o momento.

Depois de um tempo, já meio amortecida pela imobilidade, comecei a acomodar o Vicente e ele permaneceu quieto, respirando como um passarinho. Aproveitei para harmonizar minha respiração com a dele. E aquietar meu coração com o dele. E fui sentindo o relaxamento que vem da consciência de que não há problema algum em ficar assim por horas. Sou só uma vovó. Não tenho responsabilidades nem preocupações em fazer sopinha, dar de mamar, amassar frutas, cuidar da roupa. Isso quem faz são os pais. A mim cabe dar o que não tive tempo de dar em abundância para os filhos.

Mas, como todo encantamento, o meu também acabou. Aos poucos Vicente foi acordando. Olhou em volta e quando viu onde estava, sorriu com vontade e eu aproveitei pra cheirar, aconchegar e brincar muito com ele.

Ao primeiro sinal de que haveria problema de fome, entreguei-o aos pais. A minha função estava cumprida. O meu marido e eu pegamos o rumo de casa com muita disposição de começar uma semana que promete. Pensando na semana que promete, dei-me conta de que não tivemos férias, o que explica a sensação de lerdeza dos últimos dias.

Em casa pensei no fato de que o Vicente pode contar com as vovós e o vovô, por que o revezamento impede que todos tenhamos dor nos joelhos e nas costas ao mesmo tempo. Podemos dar muito colo e brincar no chão, mesmo que depois a gente precise usar umas pomadinhas aqui e ali.

Data : 09/02/2014

Título : Com as próprias pernas

Categoria: Artigos

Descrição: As minhas contemporâneas não de lembrar-se de como nós caminhávamos quando jovens! Todos os dias eram puxados. Nós morávamos no boqueirão e eu trabalhava no centro ou até mais longe.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

As minhas contemporâneas não de lembrar-se de como nós caminhávamos quando jovens! Todos os dias eram puxados. Nós morávamos no boqueirão e eu trabalhava no centro ou até mais longe. Só quando fui trabalhar no bairro São Cristóvão, é que eu pegava uma Kombi no centro. Mas voltava ao meio-dia, caminhava até em casa, voltava após o almoço, pegava a Kombi de novo e de novo na volta.

Mesmo com essa rotina, era natural que estudássemos à noite, então, engolir alguma coisa à tarde e ir ao colégio caminhando, não era sequer questionado. Tudo isso era muito cansativo, portanto, sermos magras e fortes era imperativo. E como éramos magras e fortes!

Nós conseguíamos nos deslocar pela cidade em cima de saltos altos, sim senhor, sim senhora! No mínimo de salto brotinho. Não creio que os sapatos da minha juventude tivessem a qualidade dos de agora, por que causavam bolhas e, se caminhássemos muito, a “alma” do sapato quebrava. Sim, nossos sapatos tinha alma, ou não teríamos conseguido aguentar. Brincadeira! Nos finais de semana havia os bailes, o cinema, a reunião dançante e boliche. As boates com luz negra só frequentávamos após os dezoito. Os bailes a gente adorava, para onde íamos a pé, lógico. Ouvíamos o farfalhar dos nossos vestidos e o toc, toc dos saltos todos os finais de semana. Na volta pra casa de madrugada, não nos ocorria a possibilidade de enfrentarmos algum perigo. Devia haver perigos, mas não os conhecíamos. A cidade era nossa!

A praça Marechal Floriano, a Catedral e os cinemas foram o cenário dos nossos domingos. Desde manhã nosso domingo era movimentado. Missa, compra de casquinhas na saída da igreja e, em casa, um almoço muito bem elaborado. Afinal, era domingo! Era no domingo que a gente comia doces. Na sobremesa e, esporadicamente, meu pai nos levava à sorveteria, onde sentávamos e nos serviam uma taça de metal com um sorvete absolutamente delicioso. Não consigo esquecer aquela dorzinha de cabeça por causa das primeiras colheradas geladas. Ah! Bar Oriente!

Isto que estou escrevendo, deve-se ao fato de que, breve, teremos que nos locomover a pé de novo. A constatação está na super ocupação dos nossos espaços públicos, principalmente por carros, coisa que está sendo difícil de suportar. Discutem-se alternativas, mas, a curto prazo, não há solução à vista. Uma das coisas legais que podemos usar como alternativa é andar a pé. Talvez também de bicicleta.

Quem sabe seremos magras e fortes como fomos, ou como são as francesas, por exemplo. Nós sabemos caminhar de tênis, exaustivamente, em cima de esteiras, em avenidas poluídas na tentativa de conseguir condicionamento físico. Nós sabemos contar calorias, obsessivamente, na tentativa de evitar alimentos considerados vilões do peso ideal. Sabemos também que, caso não tomemos providências, seremos um povo gordo e perigosamente vulnerável.

Desaprendemos a usar nossas ferramentas biológicas para praticarmos o nosso direito primeiro, que é o de ir e vir. Com as próprias pernas...

Data : 15/12/2013

Título : Criancinhas aprendem rápido

Categoria: Artigos

Descrição: “(...) o fato da criança não ter tido lazer suficiente para desenvolver uma vida interior rica é o que faz com que ela pressione os pais para obter diversão, ou que ligue a TV.

“(...) o fato da criança não ter tido lazer suficiente para desenvolver uma vida interior rica é o que faz com que ela pressione os pais para obter diversão, ou que ligue a TV. Não é que o mau investimento dessa diversão produzida em massa ponha fora de circulação o bom investimento da riqueza interior; é que, à criança, não foi dada a oportunidade de criar sua própria moeda de uma vida interior rica.” Bruno Bettelheim

Pus-me a pensar em como uma criança cria sua própria moeda de vida interior rica, enquanto observo as crianças com quem entro em contato. Convivo com meu netinho de dois anos e percebo seu desenvolvimento enquanto brincamos, conversamos, rimos, corremos e vemos TV. Os avós e os pais de crianças pequenas sabem o que representa o Discovery Kids na vida delas. É um canal que causa impacto.

Moramos em um lugar onde o inverno é muito rigoroso, o que dificulta o acesso às brincadeiras ao ar livre em boa parte do ano. Estou convicta de que muitos cuidadores de crianças usam a TV para entretê-las. As crianças Discovery Kids têm um linguajar muito parecido. Tratam todo mundo por você e não por tu, como seria o esperado por aqui, conhecem os números, as letras e as figuras geométricas desde bebês.

Enquanto assisto a programação, procuro por alguma sacanagem, alguma puxada de tapete por parte dos personagens, e nada. Tudo é correto, pacífico, bonito. Fico surpresa com o fato de que eu até acharia normal que coisas ruins acontecessem. Sou fruto de TV aberta, feita de forma a idiotizar quem a assiste e fiquei assim, meio idiota também. Somos sequelados, cuidando de crianças superinformadas, que precisam de nós para que consigam ter uma vida interior rica. Meu netinho brinca muito, fala muito, desenha, canta, toca vários “instrumentos” e se comunica de uma forma encantadora e articulada. Quando calha de o tempo estar bom, ele brinca lá fora, onde corre, chuta e faz todas aquelas coisas que deixam os joelhos lascados. Mas é quando ele volta para casa, toma banho, almoça ou janta que a vida interior torna-se rica ou não. Depende de quanto se conversa com ele, do colo, dos beijos e abraços com que ele pode contar. A riqueza interior depende também de haver alguém que leia para ele.

Crianças sabem brincar mesmo que não tenham brinquedos cabendo a nós estar por perto, ajudando-as a ler o mundo. Ler para crianças não significa somente ler livros, mas acompanhá-las na sua curiosidade, oferecendo-nos como veículo de felicidade, de alegria, de aprendizagem. Meu netinho ao nos visitar encontrou uma menina na frente do elevador e ela reparou na camiseta que ele estava usando e falou: - Bob Esponja! E ele imediatamente olhou para a camiseta dela e disse: - My little pony! Dá para deduzir que duas crianças de dois anos, mesmo com todos os cuidados e recursos de que dispomos, já estão sendo devoradas por um mundo que massifica.

Ter uma vida interior rica é algo que dá trabalho e não estou falando sobre o nosso trabalho, mas ao trabalho que as crianças estão realizando para crescerem com saúde em todos os sentidos. Contando com nós!

Data : 31/05/2011

Título : Dez Centavos

Categoria: Artigos

Descrição: A afirmação de Rousseau, de que somos bons por natureza, ganha corpo no maravilhoso curta intitulado 10 Centavos, pois é uma ode à ética natural de que somos dotados, a qual relativizamos conforme ficamos mais "civilizados".

SUELI GEHLEN FROSI

A afirmação de Rousseau, de que somos bons por natureza, ganha corpo no maravilhoso curta intitulado 10 Centavos, pois é uma ode à ética natural de que somos dotados, a qual relativizamos conforme ficamos mais "civilizados".

O filme trata da trajetória de um menino, que transita por Salvador, começando de manhã e entrando pela madrugada. O menino inicia o dia com uma dívida de 10 centavos, fato que lhe causa uma enorme preocupação. Desenrola-se a partir daí uma corrida contra o tempo, contra a fome, contra o calor, o cansaço, e culmina com a cena dele indo deitar-se, ajeitando-se sobre um colchão cheio de gente, sem tomar banho, sem ser recebido por ninguém, no meio da escuridão silenciosa.

O filme permite que se deduza, com tristeza, que criança trabalha ainda hoje, como sempre trabalhou, mesmo que queiramos negar isso. Ele não está em uma carvoaria, nem em uma mina, nem em uma fábrica, nem na lavoura, lugares comuns de se encontrar crianças trabalhando, mas está na rua lavando carros, guardando-os enquanto isso, vendendo flores e tentando sobreviver aos perigos que uma cidade oferece a qualquer pessoa. Deduz-se também que ele é um menino bom por natureza, pois é evidente seu empenho em ser correto com as pessoas, em pagar os dez centavos que fica devendo aqui e ali.

O que comove é o comportamento ético escancarado de um menino que não sorri, não brinca, não come direito e, pelo jeito, não estuda. É familiar a nós o comportamento dos adultos, que tratam o menino com cortesia, mas com uma evidente indiferença, como se fosse natural haver uma criança solta pelas ruas, trabalhando e pegando um trem de madrugada. No jeito dele de chamar as pessoas de tio, transparece algo que é corriqueiro e familiar, como se ele estivesse acostumado àquela vida.

O filme convida-nos a refletir sobre o que é ser civilizado, e, sobretudo, sobre nossa atitude condescendente frente à condição vivida por milhões de crianças e adolescentes, em situação de vulnerabilidade social. Mostra-nos alguém que não tem condições de ser criança, já que não vai à escola, não senta à mesa para comer com a família, não tem uma cama para si, não tem tempo para brincar, não há ninguém que o proteja, ninguém que converse com ele, a não ser os que eventualmente se disponham a isso na rua.

10 Centavos pode ser encontrado nos sites www.portacurta.com.br ou www.youtube.com.br.

Quem o assiste fica meio desconfortável e, ao mesmo tempo tomado de compaixão por todos os meninos e meninas privados de seus direitos fundamentais. Imperdível!

(Sueli Gehlen Frosi é membro da Academia Passo- Fundense de Letras.)

Da Revista
Água da Fonte
31/05/2011

Data : 01/06/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 01

Categoria: Artigos

Descrição: O mês de março parece ser o início de uma vida normal sem férias, sem carnaval e sem muitas festas. Frequentemente referimo-nos a isso dizendo que agora sim, começou o ano.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

O mês de março parece ser o início de uma vida normal sem férias, sem carnaval e sem muitas festas. Frequentemente referimo-nos a isso dizendo que agora sim, começou o ano. Pois foi em março que realmente me senti livre da muleta que me amparou, ou pensei ser um amparo. Foi quando senti haver jogado fora algo que me torturou e me fez sentir culpada.

Referi-me a figura da muleta por que quando viciados, não conseguimos desempenhar a vida sem recorrer ao que nos vampiriza, ao que nos consome. O prazer que o vício proporciona é tão efêmero, que nos valemos dele demasiadas vezes. Sabemos perfeitamente o que estamos fazendo, o que torna inócuo ouvir falar dos malefícios do tabaco e do que ele está nos causando, a não ser que estejamos frente ao cardiologista, olhando para chapas de RX.

O que toca alguém que fuma é saber que daqui a pouco a respiração melhora, que a pele vai simplesmente clarear, que a presença entre as outras pessoas passa a ser algo muito mais agradável para todos, que não precisa mais afastar-se por vergonha, por não querer e não poder incomodar. É muito forte ter que frequentar fumódromos. É humilhante...

Em março, conviver passou a ser pura fruição. Tive momentos tranquilos, quando sentei por longos períodos com amigos, minha neta e meu neto, a família, sem ter que me afastar deles e ir em busca de cigarros nas sacadas, no meio da chuva, no isolamento.

A conquista desse tipo de liberdade é algo que não tem preço. A conquista dos sabores, cheiros e sutilezas, que passavam despercebidos pelos meus sentidos, agora fazem parte da minha vida. O difícil agora é parar de comer e ficar dentro do razoável, ou pode-se suspeitar de estar começando novo vício.

Data : 08/06/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 02

Categoria: Artigos

Descrição: Abril foi um mês de intensas atividades. Comemoramos o mês inteiro o aniversário da Academia Passo-Fundense de Letras que, afinal, estava fazendo 75 anos, além de todas as outras atividades para dar conta.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Abril foi um mês de intensas atividades. Comemoramos o mês inteiro o aniversário da Academia Passo-Fundense de Letras que, afinal, estava fazendo 75 anos, além de todas as outras atividades para dar conta. Correu tudo tão bem, que pensei passar o mês sem sentir falta de fumar.

Descobri que nunca podemos nos sentir livres de um vício, principalmente quando acontece algo inusitado. Em abril sofri um aborrecimento que, à primeira vista, pareceu importante. Fiquei com muita vontade de fumar, enquanto remoía o que me incomodava. Creio que consegui conter meu ímpeto, com a ajuda de amigos.

Tive prova de que devemos falar da nossa insegurança, quando comecei a receber manifestações de afeto e de apoio. O que me parecia grave, começou a delinear-se e pude dimensionar o tamanho do que e de quem estava me incomodando. Voltar a fumar seria como que o aniquilamento da força de vontade dos últimos meses.

Confesso que foi um dia difícil, um dos mais difíceis da trajetória de ex-fumante. Acordar no outro dia e perceber que eu havia conseguido de novo optar por mim, me fez lembrar que parar de fumar é uma atitude subjetiva, intransferível e que sou livre para fumar se quiser. Se não fumo é por que não quero mesmo.

Agora tenho internalizado que não fumar é um ato de liberdade e que só as pessoas que gostam de mim têm direito de abalar as minhas estruturas, para tornar-me mais forte, mais resistente. E livre.

Data : 15/07/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 03

Categoria: Artigos

Descrição: Quanto mais velhos ficamos, mais nos preocupamos com a morte. Ela vai se tornando muito real e próxima. Todos sabemos que vamos morrer e todos queremos morrer bem.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Quanto mais velhos ficamos, mais nos preocupamos com a morte. Ela vai se tornando muito real e próxima. Todos sabemos que vamos morrer e todos queremos morrer bem. Quem fuma sabe ser mais provável que a morte venha antes e, pior, sabe e teme que poderá não vir bem. O pensamento do fumante é povoado por estes dois fantasmas, além das perguntas tão humanas: Quem sou? O que estou fazendo aqui? Para onde vou? A constatação da nossa finitude é o principal problema filosófico da modernidade. Os existencialistas construíram sistemas e teses a partir da constatação de que somos finitos, jogando-nos em um universo frio, onde olhamos e nos dirigimos para o nada. O drama existencial do fumante, portanto, é um pouco mais exacerbado, por haver uma consciência de que muito do que vem é consequência do que poderia ter sido evitado. Os idosos beneficiam-se e muito com a abstinência do cigarro, mesmo que não tanto quanto beneficia aos jovens. Os velhos deixam de sofrer um envelhecimento acelerado, fruto das substâncias que compõem o cigarro e ganha em qualidade respiratória e cardíaca. O ganho em qualidade de vida é muito visível, na medida em que participa mais ativamente das atividades familiares e sociais, sem tanto cansaço e sem tantas ausências (para ir lá fora). Há 1,12 bilhões de fumantes no mundo, dentre os quais 30 milhões são brasileiros. É possível imaginar esse contingente mais saudável, mais participativo e mais feliz? Eu imagino que, diante da abstinência dos velhos, milhões de jovens também se absteriam e milhões de crianças não saberiam sequer que existem cigarros. Gosto de uma utopia e essa é das mais alvissareiras. Segundo Galeano, a utopia serve para caminharmos em direção a ela, então já estou fazendo a minha parte, por que deixei de dar maus exemplos, deixei de sujar o planeta e sou mais feliz. Minha caminhada rumo a essa utopia é muito mais saudável.

Data : 21/07/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 04

Categoria: Artigos

Descrição: A decisão de parar de fumar, geralmente, vem de dentro de um consultório médico, quando estamos estabelecendo uma relação de confiança e não de cobrança e de medo.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

A decisão de parar de fumar, geralmente, vem de dentro de um consultório médico, quando estamos estabelecendo uma relação de confiança e não de cobrança e de medo. Reputo este momento como um dos mais importantes, por iniciar-se uma relação médico-paciente fundamental para alcançar o objetivo, tanto de um, quanto de outro. Muitas vezes eu não voltei ao consultório por medo de ter que fazer exames e encontrar “alguma coisa”, porque “quem procura, acha”. Neste momento, tudo depende da sensibilidade do profissional, pois pedir o tal RX do tórax, algumas vezes não deve acontecer na primeira abordagem. Eu fiz RXs que deixei nas clínicas sem coragem de buscá-los. Quando encontramos um médico sensível, somos capazes de querer realmente parar de fumar por ainda não termos sintomas de males maiores, sendo este o melhor momento. No caso de já estarmos doentes, devemos ouvir que, mesmo comprometidos, precisamos de ajuda para

recuperar a saúde. O olhar tranquilizador e a confiança que se estabelece neste momento, são a pedra fundamental para se começar algo tão difícil.

Ninguém pense que o remédio, caso seja receitado, seja capaz da façanha de determinar a cessação de um vício. Ninguém pense que está se iniciando um processo fácil. O que eu vivi nos primeiros dias é indescritível, mas ultrapassá-los foi um ato que trouxe junto uma sensação de respeito próprio, também indescritível. Tenho certeza de que o meu cardiologista tem uma parcela enorme de mérito no processo de parar de fumar. Senti que o pedido partia de um ser humano para outro, em uma incrível troca de emoção e empatia, o que foi fundamental.

Portanto, quem quer parar de fumar deve procurar um médico em quem confie e, se não encontrar a empatia necessária, procure outro. Há um protocolo de ação contra o tabagismo, que é conhecido pelos médicos, inclusive na rede pública.

Coragem, você vai precisar de muita! E um abraço solidário de quem torce por você.

Data : 27/07/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 05

Categoria: Artigos

Descrição: A legislação brasileira proíbe a exposição de crianças e adolescentes ao cigarro, e ao álcool, as drogas mais comuns.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

A legislação brasileira proíbe a exposição de crianças e adolescentes ao cigarro, e ao álcool, as drogas mais comuns. O país dispõe da Lei Federal 8.069/1990, que proíbe a venda de cigarros a eles, mas nossas crianças e adolescentes não encontram dificuldades para adquirir o produto. Além da oferta escancarada e da falta de fiscalização, nossos filhos convivem excessivamente com pessoas que fumam. O número de fumantes ainda é grande e fuma-se cada vez mais cedo. Eu sofro o remorso de haver mostrado aos meus filhos algo tão prejudicial. Lembro das inúmeras vezes em que, envergonhada, procurei desculpas para não atender ao pedido das crianças para que eu não fumasse.

Tenho um filho que fuma, pelo que me penitencio, mas sei que chegará a hora dele de encarar a necessidade de deixar o tabagismo. Sinto que a minha decisão de parar está ajudando para que tenha a coragem necessária para tomar a decisão dele.

Devo agradecer à escola onde meus filhos estudaram, pelas atividades de valorização da vida que desenvolveram com eles, o que teve um peso enorme para que escolhessem ser saudáveis.

A escola é a grande aliada dos pais na tarefa de educar e de cuidar. Quando a escola tem boas políticas, professores marcantes e olhar atento, nossa tarefa de educadores é potencializada.

Dei um tremendo mau exemplo às minhas crianças, mas sei que não o fiz por falta de caráter, mas por fatores difíceis de contornar. Vejo-os orgulhosos de mim e muito mais tranquilos com relação à minha saúde. Há alguns anos assistiram ao pai fazer o mesmo, sem que eu o acompanhasse. Teria sido muito mais fácil se tivéssemos parado juntos.

Não vou perder meu tempo com lamentações, por que não é disso que a minha família precisa, por que, espero, não tenha parado tarde demais. O tempo dirá!

Data : 03/08/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 06

Categoria: Artigos

Descrição: Tive a oportunidade de conversar esta semana com uma mulher que admiro. O Facebook foi o veículo usado para um bate-papo alegre e cheio de significado.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Tive a oportunidade de conversar esta semana com uma mulher que admiro. O Facebook foi o veículo usado para um bate-papo alegre e cheio de significado. Tudo começou com uma pergunta dela: “Você engordou quantos quilos?”. Compreendi que ela estava falando da minha abstinência de cigarro.

Respondi que devo ter engordado um ou dois quilos e fiz um arrazoado das medidas que usei para não engordar. Ela contou que não fuma há dois meses, faz tudo certinho, come de três em três horas só coisas saudáveis e... engordou. Aí compreendi que as coisas funcionam diferente de uma pessoa para outra. Minha tese é boa, mas não infalível.

Sem grandes preocupações com o peso, mas ocupada com a saúde, contou-me a grande novidade, aquela que está movimentando a sua vida. Além de não fumar: ela está correndo, e adora fazer isto! E faz musculação! Fiquei claramente com pena de mim, que ainda não comecei nada disso, mesmo sabendo que preciso muito. A lei da gravidade nunca se mostrou tão evidente como depois dos sessenta e tantos...

Ela não poupou comentários de como se sente bem e disse ser MARAVILHOSO correr. A uma altura da conversa convidou-me para correr com ela, e mais, disse que me leva pela mão, numa clara manifestação de carinho e espontaneidade. Tive a sensação de ver as endorfinas da minha amiga falando comigo.

Como era de esperar, dei um jeito de me sabotar, coisa que sempre faço quando se trata do quesito exercício físico. Mas, acho que tenho conserto. Acredito em mim. Vou conseguir. Se consigo não fumar, consigo qualquer coisa. Minha amiga terá companhia! Um dia... A lei da gravidade é inexorável! Putz!

Data : 10/08/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 07

Categoria: Artigos

Descrição: Fomos almoçar na casa da minha filha, quando fiz um comentário acerca da água mineral que estava sendo servida: “Esta água tem muito sal?”. Minha filha e meu genro olharam-se e sorriram.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Fomos almoçar na casa da minha filha, quando fiz um comentário acerca da água mineral que estava sendo servida: “Esta água tem muito sal?”. Minha filha e meu genro olharam-se e sorriram. Perguntei o porquê do riso e minha filha respondeu: “Você sempre se preocupou com a qualidade da alimentação, mas fumava o dia todo”. Fiquei ali, parada e quase derrubei a água.

Dei razão a ela. Tivemos uma família grande o Domingos e eu. Primamos por nunca faltar nada de que eles precisassem para que fossem saudáveis. Conto até hoje que, porcarias tinham hora e dia. As lancheiras iam à escola com sucos, frutas e pão. Essa filha do sorrisinho era quem mais reclamava das maçãs que comia no recreio.

Meus filhos nunca demonstraram que me achassem incoerente, todavia, lembro que cada um a seu tempo, me pediu para não fumar mais. É claro que passei muitas horas da vida arquitetando estratégias que contemplassem o que os filhos esperavam de mim, mas, aproveitava cada revés, cada alegria, cada festa para adiar o projeto. Tudo era motivo para fumar. Eu pensava até que, devido a trabalhadeira que a família demandava, eu merecia parar de vez em quando para uma tragadinha.

Eu aguento as risadinhas dos meus queridos, porque, agora sei a dimensão da preocupação deles por mim. Agora vi a felicidade deles e a forma como acompanharam o processo de

desintoxicação pelo qual passei. O carinho que veio dos filhos foi o fator mais forte de perseverança.

Será que um dia a imagem de mãe fumante se apagará da memória dos meus filhos? Acho que não! Mas isso não é o mais importante. O mais importante é, agora, dar um exemplo de tenacidade e mostrar que, apesar dos estragos, vale a pena cuidar de verdade da saúde.

Antes que me esqueça, comecei a caminhar, tá? Podem cobrar mais atividades físicas daqui pra frente.

Data : 17/08/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 08

Categoria: Artigos

Descrição: Lembro-me de sempre ter cantado na minha vida. Quando pequena como aluna de colégio de freiras, cantávamos em sala de aula, na igreja, em eventos cívicos.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Lembro-me de sempre ter cantado na minha vida. Quando pequena como aluna de colégio de freiras, cantávamos em sala de aula, na igreja, em eventos cívicos.

Quando adolescente cantei por um tempo em um coral quando soube que eu tinha uma voz boa, acho que era soprano, ou não tanto. Mas eu cantava "fininho". Minha voz era clara e alcançava muito bem notas altas.

O sentimento de amor à pátria é algo forte em minha trajetória, coisa trabalhada e estimulada por parte da escola, tanto da católica, quanto da metodista, as quais frequentei. Cantávamos o Hino Nacional com emoção, com lágrimas nos olhos, coração batendo forte. Esse sentimento me acompanhou até aqui. Adicionei à minha emoção, o Hino do Rio Grande do Sul, cuja entoação é obrigatória em atos públicos.

O diferente nisso tudo, é que, com o passar dos anos, não cantei mais "fininho", perdi a capacidade. Lembro de ter que mudar o tom para um mais baixo, tamanha era a dificuldade com as notas altas. Frequentemente, conforme o esforço, a garganta coçava e a tosse era inevitável. No dia primeiro deste mês, participando de um ato cívico pela Semana do Município, surpreendi-me cantando como antigamente. A voz saía clara e sem ameaças de coceira e tosse. Aí eu soube. É claro que recuperei a voz, ora! Parei de fumar e isso liberou minhas cordas vocais de tanta sujeira e cansaço. É claro que minha voz estava cansada.

Pois eu cantei bem alto, satisfeita por reconhecer a voz que é minha. Ela pode não ser linda, mas é minha e quero continuar ouvindo-a sem estragos desnecessários.

Uma coisa continua sem mudanças, que é meu espírito cívico, meu amor ao Brasil.

Frequentemente minha voz fica embargada, mas é de emoção, o que é normal e perfeitamente saudável.

Data : 24/08/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 09

Categoria: Artigos

Descrição: Nasceu Vicente, nosso netinho. Ele é o terceiro, depois de Cecília e de Théo. Como das outras vezes, o fato de ser avó causou-me uma emoção capaz de me fazer passar o dia todo com lágrimas nos olhos.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Nasceu Vicente, nosso netinho. Ele é o terceiro, depois de Cecília e de Théo. Como das outras vezes, o fato de ser avó causou-me uma emoção capaz de me fazer passar o dia todo com lágrimas nos olhos. Não economizei nenhum sentimento que apareceu junto com o nosso bebê. Quando fico assim, valho-me dos livros para dar uma equilibrada.

Fui procurar um texto de que gosto muito, que fala sobre a relação dos velhos com as crianças. Trata-se de Elogio da Loucura de Erasmo de Rotterdam, escrito em 1523. No livro quem fala é a loucura e ela fala assim: "...os velhos apreciam muito a companhia das crianças, e as crianças a companhia dos velhos; pois os deuses gostam de unir os semelhantes. De fato, se excetuarmos as rugas e o número de anos, próprios da velhice, há dois seres que se assemelhem mais que o velho e a criança? Ambos têm cabelos escassos, uma boca sem dentes, um corpo raquítico, gostam de leite, gaguejam, tagarelam; a tolice, o esquecimento, a indiscrição, tudo contribui para formar entre essas duas criaturas uma semelhança perfeita."

Tirando a falta de dentes e o corpo raquítico, entendo o que a loucura quer dizer. É no exercício da velhice que aprendo a ser velha e melhor se em companhia de crianças. O que seria de mim se tivesse que pensar o dia todo sobre a seriedade da vida? Como seria a minha vida se não ficasse horas ouvindo os bebês falando errado, repetindo e repetindo o que eles falam, mesmo sem saber o que querem dizer? Definitivamente, a convivência com as crianças permite que a gente esqueça a proximidade da morte e isso Erasmo enfatiza no livro de forma hilariante.

Acredito que a leveza deve acompanhar-nos quando somos avós.

Uma coisa deveria ser garantida aos avós e ser afixada nas paredes, como no aviso de não fumar: "É proibido chamar a atenção dos bebês quando falam errado. Só é permitido corrigi-los quando tiverem cinco anos."

Bom, resgatado o trecho do livro que tanto amo, preciso resgatar também a lembrança de que posso ficar horas e horas com Vicente no colo; de que a minha roupa sempre estará em condições de pegar um bebezinho; de que não preciso mais carregar chicletes na bolsa, afinal, eu agora não fumo mais. Dei-me conta agora de que passo dias sem lembrar de que o cigarro existe. Sou uma avó louca, mas muito cheirosa!

Data : 31/08/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 10

Categoria: Artigos

Descrição: Olhar para o chão da nossa cidade é coisa desagradável. O que é grande, vemos com facilidade, mas o pequeno, às vezes, é mais desagradável de ver.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Olhar para o chão da nossa cidade é coisa desagradável. O que é grande, vemos com facilidade, mas o pequeno, às vezes, é mais desagradável de ver. Refiro-me ao chiclete grudado nas calçadas. Que coisa mais horrível! Eu odeio isso há muito tempo. Assim como você já tentei desgrudar essa coisa dos sapatos mais de uma vez.

Convido-o (a) a olhar para baixo. Esquece das péssimas calçadas, mas olhe as manchas de chiclete que encontramos em profusão. Feio, não é?

Em Singapura largar chiclete na rua é motivo para levar chibatadas e cobrança de multa, sem falar que a venda dele só é permitida em farmácias, contra a assinatura de um termo de compromisso de descartá-lo de forma adequada. Isso é civilização! (Esquece que é autoritário, por que quem impõe sua sujeira aos outros, também é autoritário). O dinheiro arrecadado para limpeza da cidade, ao invés de pagar quem limpe chicle grudado na rua, é usado para plantar flores e enfeitar a cidade.

Tenho, portanto, aversão por chiclete grudado no chão, mesmo que adore mascar essa coisa gosmenta que não sei de onde sai. Os sabores artificiais são muito gostosos, ou não mereceriam

tanta pesquisa e propaganda. Viramos reféns desses sabores e é tarefa heroica nos desvencilharmos deles.

Quando fico indignada, costumo pensar, que todos contribuímos de alguma forma, para que a situação que me deixa furiosa seja construída. No caso da sujeira da cidade, ocorreu-me que nunca joguei chiclete em qualquer lugar, nem permiti que meus filhos jogassem, mas, devo fazer um enfático mea culpa, por que joguei algo bem mais nojento por aí. Já desrespeitei toda a comunidade.

Joguei bitucas de cigarro durante anos por todos os lugares, pelo que peço desculpas. Se eu vivesse no Rio de Janeiro hoje e ainda fumasse, pagaria mais de cem reais por cada bituca de cigarro abandonada. Putz! Como já fui inconsequente!

Conheci uma escola onde o pátio é um mosaico de chicletes de várias cores, a maioria preta de sujeira. Enxerguei a escola como terra de ninguém, onde cada um faz o que quer, sem que haja o mínimo de urbanidade. Aliás, quando estudei no Notre Dame, urbanidade era motivo de nota no boletim. A categoria mostrava como nos comportávamos em ambiente coletivo.

Que tal se alguém nos desse uma nota pelo nosso comportamento coletivo? E se a avaliação fosse feita quando ninguém estivesse olhando? Já estou batendo no peito...

Data : 09/09/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 11

Categoria: Artigos

Descrição: Sinto-me ainda no clima da Jornada Nacional de Literatura. Dentre muitas atividades de que participei, uma das mais emocionantes e significativas foi o lançamento do livro O Imortal Moacyr Scliar...

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Sinto-me ainda no clima da Jornada Nacional de Literatura. Dentre muitas atividades de que participei, uma das mais emocionantes e significativas foi o lançamento do livro O Imortal Moacyr Scliar, com trabalhos selecionados no V Concurso Literário da Academia Passo-Fundense de Letras. O trabalho foi coordenado pelas acadêmicas Dilse Piccin Corteze e Elisabeth Souza Ferreira.

Compareceram ao lançamento os estudantes que escreveram resenhas, biografias, textos criativos e poemas sobre Moacyr Scliar, assim como as professoras que impulsionaram seus alunos e, principalmente, pais. Esses sempre me inspiram!

Pelo jeito feliz daqueles pais em olhar seus filhos recebendo menções honrosas, subindo ao palco do Café Literário e depois autografando os livros que eles produziram, podia-se perceber que eram pais especiais. Em minha trajetória de voluntária da Escola de Pais do Brasil, pude conhecer aqueles que educam para a emancipação. E alguns deles estavam lá, aplaudindo seus adolescentes lindos.

Filhos educados com muitos aplausos e poucas críticas são mais seguros e felizes. Não temem mostrar as coisas que fazem por que são encorajados por adultos que não só os amam, mas são inteligentes. E inteligência independe de quantos anos se frequenta a escola. Os pais inteligentes empurram pra frente e confiam.

Quando tudo acabou percebi que estava em um lugar mágico. A Jornada é feita de lonas, de pavilhões. No entorno havia banheiros químicos e no Portal das Linguagens, banheiros convencionais. Esses eu nunca encontrei sujos, juro! Colocaram muitas lixeiras em todos os lugares, que foram usadas, não à perfeição, mas de maneira satisfatória e encontrei pouquíssimos toquinhos de cigarros no chão.

Estamos ou não estamos evoluindo? Estamos cuidando melhor de tudo, não só do que é nosso. Parabéns para a Literatura que foi a rainha da semana e parabéns para nós que a reverenciamos.

Data : 14/09/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 12

Categoria: Artigos

Descrição: Há assuntos que vêm à baila e que mexem conosco. Recentemente no Fantástico trouxeram o projeto de lei que ainda dorme em algum lugar do senado e que se chama Lei da Palmada.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Há assuntos que vêm à baila e que mexem conosco. Recentemente no Fantástico trouxeram o projeto de lei que ainda dorme em algum lugar do senado e que se chama Lei da Palmada. Já discuti este projeto em várias instâncias e sei que nem de longe é unanimidade.

Ao ouvir o povo a respeito da palmada lembrei de que há alguns anos era comum fumar em qualquer ambiente. Tínhamos professores fumantes, colegasfumantes e, apesar de desagradável, não era estranho o fato de fumarem em aula. Lembro que nunca fui proibida de fumar em qualquer emprego que tive. Foi necessário que se fizessem leis para que acabasse a farra do cigarro em lugares fechados.

A proibição ao cigarro foi contestada, argumentou-se que a lei feria a liberdade individual, o direito de exercer uma atividade que não causa alucinação, nem diminuição de capacidades físicas.

Pensou-se na época que a lei não “pegaria”. Ela foi taxada de desnecessária e autoritária.

Há vinte anos, em todos os lugares havia avisos de Proibido Fumar. Hoje podemos até nem ver aviso algum, mas incorporamos à nossa vida o que a lei trouxe para mudar nossos hábitos e nossos conceitos sobre o assunto e vivemos agora com muito mais limpeza, pelo menos no ar, por que o chão em alguns lugares é um horror.

Com a lei da palmada, penso, acontecerá a mesma coisa. A punição física é perniciosa, ela fere o que uma pessoa tem de mais caro que é sua integridade física e moral, costuma descambar para a pancadaria e não faz bem nem para quem bate, nem para quem apanha.

Espero que daqui a alguns anos a gente possa contar às pessoas que lá por dois mil e treze as pessoas ainda batiam em crianças e, pior, com o intuito de educá-las. Espero que as pessoas sabedoras desse fato fiquem muito horrorizadas e não haja mais necessidade de que conselhos tutelares interferiram no direito que cada família tem à privacidade.

Sei que é polêmico o que estou trazendo, mas acredito que há leis civilizatórias e necessárias quando não conseguimos evoluir sem um empurrãozinho.

Como já dito anteriormente, a cirurgia indicada especialmente para pacientes que sofreram grande e rápido emagrecimento – após uma cirurgia bariátrica, por exemplo – e também para pacientes que se sentem inseguros com sua aparência devido ao excesso de flacidez, resultante do processo de envelhecimento.

O especialista lembre que a dermolipectomia não deve ser considerada como tratamento de obesidade, ou substituto de dietas e exercícios físicos, mas sim uma aliada para o bem estar e a reconquista da autoestima do paciente.

O pré-operatório do procedimento é igual a qualquer outra cirurgia, e consiste na realização de todos os exames laboratoriais prescritos pelo médico, na suspensão de medicamentos anticoagulantes e na em evitar fumar cigarros ou beber bebidas alcoólicas nos dias que precedem a cirurgia. “Além disso, para se obter os resultados desejados, que devem ser discutidos de antemão com o médico responsável, é preciso que o paciente siga de forma correta as recomendações pós-operatórias”, exalta Pacheco.

Durante o pós-operatório podem ocorrer inchaços e a aparição de áreas avermelhadas, mas esses sintomas desaparecem em alguns dias. Deve-se evitar o excesso de movimentos, principalmente abrir muito as pernas, já que a cicatriz fica próxima à virilha e será forçada nestes casos. É obrigatório o uso de cinta cirúrgica por, pelo menos, um mês, e durante esse mesmo

período, deve-se evitar esforço físico e carregamento de peso. O retorno às atividades habituais ocorre entre duas e três semanas. “O resultado definitivo da cirurgia é atingido após seis meses, o período necessário para a acomodação dos tecidos e amadurecimento da cicatriz” conclui Pacheco.

Data : 21/09/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 13

Categoria: Artigos

Descrição: Hoje estou me sentindo ultra in. Explico: nosso filho que mora em Porto Alegre chegou com uma novidade maravilhosa. Ele está participando de algo sensacional, que são estações de bicicletas por aluguel.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Hoje estou me sentindo ultra in. Explico: nosso filho que mora em Porto Alegre chegou com uma novidade maravilhosa. Ele está participando de algo sensacional, que são estações de bicicletas por aluguel. No Parcão, em cujas redondezas ele mora, há duas estações. Ele paga dez reais por mês, tem que respeitar algumas regras, controla pela internet as outras estações e usa um serviço que não têm fiscais, mas têm controle. Caso ele trabalhasse longe, poderia tranquilamente prescindir de carro e de ônibus.

Outro fato que quero citar é sobre a minha amiga de quem falei faz umas semanas que, mesmo fazendo dieta e exercícios, estava engordando após largar do cigarro. Pois soube nesta semana, que ela está magra e linda. Incorporou a corrida à sua vida, o que a fez mais feliz e saudável. Ela adora correr! E não voltaria a fumar nem em sonhos.

Esses dois fatos revelam uma busca pessoal e coletiva por qualidade de vida. Eu me incluo nessa busca e, por isso, sinto que estou fazendo parte de uma galera que não vai parar de buscar mais e mais uma cidade melhor para viver. Sinto que esse movimento está ganhando corpo.

Todos os dias pessoas contam que não fumam mais, outras pretendem parar, outras fazem perguntas, pois querem muito que alguém a quem amam deixe do cigarro. Por causa desta coluna, estou por dentro do que se pensa no quesito vício e estou inno quesito busca por saúde. As mudanças coletivas para nossa cidade não tardam, sinto isso. As nossas largas avenidas estão caindo de maduras para abrigarem ciclovias; os congestionamentos estão mostrando a urgência de que alguma coisa importante aconteça; o nosso centro agora com uma praça novinha, está prontinho para ser transformado em uma imensa Àgora, lugar para pessoas e não para carros. Isto para alguns ainda é impensável, mas estamos avançando.

Eu estou cansada de tanto sonhar, confesso! Faço parte daquela parcela da população que reivindica com timidez. Enquanto formos tímidos, conseguimos avanços pessoais, assim como a Flávia e eu que paramos de fumar, mas os avanços coletivos ficam para quando o poder público e o poder econômico deixarem.

Algumas soluções me parecem tão simples, pra você não?

Data : 28/09/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 14

Categoria: Artigos

Descrição: Estou começando a sentir-me a vontade na nossa casa nova. Sinto de novo a alegria de arrumar tudo, de olhar atentamente para descobrir o que está faltando naquele cantinho ali.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Estou começando a sentir-me a vontade na nossa casa nova. Sinto de novo a alegria de arrumar tudo, de olhar atentamente para descobrir o que está faltando naquele cantinho ali. Olho para as minhas coisas velhas, aquelas que não são grandes demais e que pude trazer pra cá, aí lembro de tanta coisa.

Já consigo voltar à casa velha e deitar os olhos sobre o que abrigou tantos anos de felicidade, de tanto trabalho, de tantas mesas cheias. Nossa enorme mesa não era só cheia de comida, mas cheia de gente. Era lá que combinávamos tudo. A gente tinha que ver como pagava as contas, quem pegava as crianças na escola quando havia um bebê novo, quando daria pra operar amígdalas e adenoides crescidas da criança da vez, sempre aos quatro anos.

As marcas da nossa família ficam impregnadas nas paredes, na atmosfera de uma casa. Essa atmosfera tem um tempo de vida, acho. Senti isso muito forte nos dois primeiros meses, mas agora já está sendo algo agradável visitar onde moramos por tanto tempo. Já acho muito bom voltar para a casa nova, que já sinto nossa. Abro a porta e sinto o cheiro, a atmosfera que já é perceptível e que me agrada.

O que estou estranhando é a vontade de fumar que está voltando com mais frequência. Acho difícil ver uma mulher fumando, fazendo pose, repetindo o gesto que fazia parte de mim. Fico confusa às vezes sem saber o que me incomoda, quando me surpreendo com a naturalidade com que eu acenderia um cigarro de forma automática, sem pensar. Descubro que não o faço, por que não tem cigarro disponível, aí reajo, faço alguma coisa, tomo água gelada.

Esta coluna serve para me compromissar com você e comigo. Vou aproveitar essa tranquilidade de haver me acostumado a uma nova vida e encontrar coisas a fazer suficientes, para que as fissuras passem ao largo, sem prejudicar o que foi tão difícil conquistar. Torçam por mim, por favor!

Data : 05/10/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 15

Categoria: Artigos

Descrição: Escrever para mim tem uma função catártica, no sentido youguiano do termo.

Consigo minimizar minhas defesas internas quando compartilho meus sentimentos. . Esta catarse tira dos meus ombros a sobrecarga de ser eu mesma.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Escrever para mim tem uma função catártica, no sentido youguiano do termo. Consigo minimizar minhas defesas internas quando compartilho meus sentimentos. . Esta catarse tira dos meus ombros a sobrecarga de ser eu mesma.

Minha paixão pelo romance tem a mesma função, na medida em que consigo colocar-me no lugar de algum personagem e, através dele, me purifico, me coloco com mais propriedade frente à vida. Considero a catarse necessária ao equilíbrio emocional.

Estas considerações devem-se ao meu livro que está quase saindo do forno, que é fruto de relatos de sentimentos relacionados a situações cotidianas pessoais, mas que podem ser facilmente universalizadas. Somos tão parecidos, nós humanos, principalmente os “demasiado humanos”. Estou em estado de graça, em estado taquicárdico, em estado de pavor frente ao livro que está sendo ultimado e que me custou tantas horas de reflexão, de corridas lá fora para um cigarrinho, de dificuldade em enxergar as letras por causa das lágrimas, que inúmeras vezes me fizeram companhia. Escrevi também muitas alegrias, conquistas, reconhecimentos necessários

do muito amor de que sou alvo. Acho que o amor é o que está mais em evidência na miscelânea que é o COM PAIXÃO.

Fico pensando nesses anos todos retratados nos textos, em que escrevi embalada pelas emoções inerentes às situações da minha vida e à fumaça do cigarro, que eu necessitava fumar, enquanto arquitetava ideias. Será que os textos seriam diferentes sem a fumaça? Ou sem o intervalo de “ir lá pra fora”?

Passados tantos meses sem fumar já escrevo na mesma velocidade de antes e já não tenho compulsão por parar a toda hora. Penso sentada no mesmo lugar sem nenhuma dificuldade. Ufa! As coisas todas estão ficando mais fáceis, mas temo não sobreviver até o lançamento do meu novo livro. Que venha a Feira do Livro, uma das minhas grandes paixões!

Data : 12/10/2013

Título : Diário de uma ex-fumante 16

Categoria: Artigos

Descrição: Várias pessoas comentaram o meu (ainda) desejo de fumar e me proporcionaram a chance de analisar o que isso representa de perigo de uma recaída.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Várias pessoas comentaram o meu (ainda) desejo de fumar e me proporcionaram a chance de analisar o que isso representa de perigo de uma recaída. Houve quem ficou triste por acreditar ser impossível parar de fumar e eu contei como estava lidando com isso.

Cada vez que entro em contato com fumantes eu procuro me ocupar. Leio, mexo em plantas, bato um bolo, saio de perto. Sair de perto está sendo suficiente, o que pra mim é uma agradável constatação.

Há agora o risco da valentia, do excesso de confiança. As estatísticas revelam que mais de noventa por cento dos que tentam parar de fumar não conseguem na primeira tentativa. Eu acredito que os primeiros dias sejam os responsáveis pela volta ao cigarro, por causa dos sintomas agudos de abstinência. Os que voltam a fumar após meses de sucesso constataam a facilidade com que nos curvamos diante da possibilidade de prazer que o cigarro proporciona. Sair de perto é uma arma valiosa, por que acaba mostrando nossa capacidade de resistir e constatar que é cada vez mais fácil. Com o tempo percebemos que a única certeza que devemos ter é a de não querer fumar nunca mais.

Acho que o objetivo desta coluna foi alcançado e, para não ser maçante, paro por aqui, na torcida ter proporcionado algumas dicas úteis para este afã, que deve ser o de todos os que sabiamente procuram livrar-se de uma forma de escravidão.

Agradeço a oportunidade de escrever esta coluna, símbolo do compromisso que assumi comigo e com você, leitor!

Data : 13/04/2014

Título : Espaço Rosely Doleski Pretto

Categoria: Artigos

Descrição: O espaço que começa entre o Teatro Municipal Mucio de Castro e o Museu de Artes Visuais Ruth Schneider e se estende em forma de corredor, para alargar-se logo atrás dos prédios históricos, chamamos de Espaço Roseli Doleski Pretto.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

O espaço que começa entre o Teatro Municipal Mucio de Castro e o Museu de Artes Visuais Ruth Schneider e se estende em forma de corredor, para alargar-se logo atrás dos prédios históricos, chamamos de Espaço Roseli Doleski Pretto.

Este território histórico foi usado até bem pouco como um estacionamento. Descendo para os lados da Rua Morom, encontramos uma escada bem antiga, que, vencida, nos leva ao Comitê da Cidadania, lugar que abriga um galpão onde funciona uma cozinha há muitos anos. O sopão da Dona Heloísa já alimentou muita gente o artesanato produzido ali gerou dinheiro e profissão para quem quis melhorar de vida.

Já na Morom, identificamos um prédio revitalizado, que é a nossa Biblioteca Pública. Lá não chove mais dentro, acho. Lá há paredes limpas, espaços para leitura, possibilidade de navegar na internet, jornais, revistas e, claro, muitos livros. Aquilo está uma beleza! Ela abriga também uma estante de obras de autores locais.

O espaço que descrevi esteve em festa na segunda feira desta semana. A Academia Passo-Fundense de Letras e a Secretaria de Cultura e Desporto conseguiram enfeitar o que antes era sujo, sem graça, maltratado. O corredor foi palco para o coral da UPF, com a regência do Maestro Montini. Foi um momento encantado. Estava começando a Semana das Letras.

A seguir, saindo do corredor, havia outro, feito de enormes painéis pintados artisticamente por grafiteiros locais, todos abordando a temática da Semana das Letras, enaltecendo o conhecimento, o cultura, os valores universais. Fomos apresentados a uma forma de arte jovem, reconhecida como uma linguagem popular importante, assim como o hip hop.

A Biblioteca Municipal recebeu a Semana das Letras com festa. Tivemos poesia e encantamento com a atuação do Bandinho de Letras da UPF. O grupo interpretou caracterizado poemas de vários autores, para uma plateia atenta e feliz.

As pessoas que acompanharam esse passeio pelo espaço histórico foram unânimes em dizer da alegria em ver aquilo tudo bonito, limpo e frequentado pela beleza de várias linguagens. Todos disseram que gostariam de poder usufruir mais daquilo tudo.

A emoção que sentimos explica-se por sentirmos que aquele espaço é importante. Ele nos fala do passado, da nossa história, do respeito pelos que nos antecederam. Fala-nos também que é possível tornarmos os lugares bem melhores do que são, faltando apenas iniciativas e vontade.

O sentimento que ficou é de que nós todos precisamos de pouco para sermos felizes de uma forma genuína. Ficou também a certeza de que em eventos assim, podemos abraçar amigos sensíveis, criativos, que torcem por uma cidade que é diferente. A nossa Passo Fundo é Capital da Literatura e nós queremos fazer jus ao título cada vez mais.

O relato de hoje só abordou o primeiro dia da Semana das Letras. Seria impossível descrever o resto da semana em um espaço tão pequeno. Pretendo fazê-lo na medida do possível, para que mais pessoas saibam que a literatura, o patrimônio arquitetônico e cultural, a arte popular, a música de qualidade estão sendo cuidados com muito carinho.

Data : 30/11/2013

Título : Final de Ano

Categoria: Artigos

Descrição: Como todos os anos, nesta época, temos o cuidado de rever coisas e, acho que aqui no sul, por alguns motivos a mais.

SUELI GEHLEN FROSI

Como todos os anos, nesta época, temos o cuidado de rever coisas e, acho que aqui no sul, por alguns motivos a mais. Temos que arejar, sacudir as coisas, mostrar o sol a elas, despedindo-nos do inverno.

Foi com este intuito que comecei a empreitada pelos livros. A constatação de que livro pode tornar-se obsoleto me chocou. Dei uma boa olhada na enciclopédia que pagamos em vinte e quatro vezes. Na época as necessidades dos filhos exigiam que a comprássemos e optamos por ela em detrimento da compra do telefone, coisa muita cara na época.

Constatei que os muitos volumes estavam realmente usados o que me deixou cheia de orgulho, mas triste por não precisar mais daquela fileira enorme de livros, substituída pelas redes virtuais, que, alimentadas pelo conhecimento de todos, é usada com critério por uns, com leviandade por outros. Cabe a cada um de nós verificarmos a seriedade e a base científica das informações que colhemos, mas a informação não cabe mais em prateleiras.

Há bem poucos anos, pensar em me desfazer de livros por não servirem mais seria considerada uma heresia. Hoje eles foram doados, foram descartados. O buraco na estante ainda guarda a energia das crianças.

O que precisa de ar também são os guardados que não nos servem mais, mas que falam ao coração. Encontrei, cuidadosamente embalada, uma cestinha de páscoa toda enfeitada, que pertenceu à minha mãe, assim como uma lata verde onde ela guardava biscoitos. Senti o cheiro dos biscoitos assados dias antes do Natal e pintadas escondido de nós, já que isso era tarefa do Papai Noel. Vieram-me à memória os Natais tão lindos, com presentes tão cuidadosamente escolhidos, de guloseimas cheirosas, feitas em casa. Lembrei do calor do forno à lenha, das cucas perfumadas saindo dele e dos almoços nos quais não faltava mistério e uma pontinha de medo do Papai Noel.

Mexendo nas coisas lembrei-me de que o dinheiro curto era compensado pelo esforço da minha mãe em costurar nossos vestidos, em engomar guardanapos, em cozinhar deliciosos doces em calda, em enfeitar a casa e no meu pai ensaiando danças conosco, coisa que riscava o assoalho brilhante da sala. Lembro também, dos buraquinhos que conseguimos nas tabuas do chão, feitos com os taquinhos dos saltos dos sapatos quando crescemos.

Mas esta também é uma época de festas com amigos e numa delas a Otilia, uma amiga muito querida me abraçou e disse: “Feliz Natal, não Feliz Ano Novo, por que Natal é a coisa mais linda do mundo.” Entendi o que ela queria dizer, por que agora, quando já estou velha, o Natal é uma ocasião em que posso olhar para os filhos, os genros, as noras, para minha neta e meus netos e dizer que tudo valeu a pena, mesmo que tenha que aprender tanto todos os dias, mesmo que tenha que aprender a descartar o que não tem mais serventia, para dar lugar para o novo. Estou abrindo espaço na casa e no coração para tudo o que está por vir, com a mesma disposição com que me dispus a pagar em vinte e quatro meses o que era tão necessário.

(Sueli Gehlen Frosi, autora dos livros Vida e Compaixão, é membro da Escola de Pais do Brasil e da Academia Passo-Fundense de Letras.)

Data : 22/04/2014

Título : Grávidas e doulas

Categoria: Artigos

Descrição: Sou uma entusiasta do parto natural. Ele proporcionou-me um protagonismo que não seria possível em parto por cesárea.

Por Sueli Gehlen Frosi

Sou uma entusiasta do parto natural. Ele proporcionou-me um protagonismo que não seria possível em parto por cesárea. Mas, mesmo havendo mulheres assim como eu, que sabem de que ter os filhos pela via vaginal é o melhor para a mãe e para o bebê, mais da metade dos nascimentos acontecem via cesariana. Entre as que têm convênios e as que pagam pelo parto, o número ultrapassa os oitenta por cento.

A Organização Mundial da Saúde afirma que somente 15% das cesáreas são necessárias. As doulas são pessoas treinadas para ajudar as gestantes antes, durante e após o parto, para que ele seja realizado o mais natural possível, por pressuporem que as mulheres sabem parir. E elas estão sendo procuradas com muita frequência.

Conheci algumas doulas pessoalmente, ouvi relatos sobre outras. O sentimento que despertam em mim é de um profundo respeito, por acreditar estarmos dando uma reviravolta em uma seara sagrada, que costuma normatizar os corpos, principalmente os corpos das grávidas. A medicina não costuma ouvir a voz das mulheres que não querem ter seu útero invadido por facas ou bisturis, sem que seja absolutamente necessário. Ela também não quer reconhecer as doulas como mulheres interessadas no bem estar das gestantes, no acolhimento carinhoso dos bebês que querem nascer ouvindo a voz de suas mães, o afago sem pressa de quem não tem medo de esperar o tempo subjetivo de cada mulher livre para escolher sobre si e sobre seu bebê.

Há quem compare essa onda de liberdade de escolha e de procura por protagonismo pela própria vida, com a recusa de alguma religião que não admite transfusões de sangue, o que permite a intervenção da justiça em casos extremos. A escolha das grávidas não é uma afronta aos dogmas da medicina, mas uma tentativa de intervir, de questionar, de ter o filho quando ele estiver realmente pronto para vir ao mundo. A mulher espera que seu bebê e que seu corpo deem os sinais de que está na hora.

Mas a realidade hospitalar é a realização de operações em profusão em vésperas de feriados, antes de finais de semana, antes de congressos. Os argumentos me cansam, por que não variam. O bebê é muito grande; há pouco líquido; não há dilatação ainda; já tem uma cesárea então o útero pode romper-se; temos um domínio total da técnica, que a cirurgia permite um controle muito maior.

Eu dou um viva às doulas, mesmo que estejam substituindo as vovós, o que pra mim é bem pesado. Elas são um contraponto à ditadura de um poder incontestável, que lota hospitais, que invade úteros saudáveis e arranca bebês que poderiam ainda estar boiando dentro de seu ambiente natural e incomparável.

O mais difícil, o mais estressante, o mais quase impossível é encontrar um médico que seja suficientemente sensível para aceitar atender a um parto domiciliar. Mas conheço gente que teve que viajar, hospedar-se em outras cidades onde encontraram médicos dispostos a ajudá-las e todas foram muito bem sucedidas.

As mulheres de parto natural são heroínas pós modernas, que aceitam seus corpos, que aceitam as dores suportáveis, que não abrem mão de ter uma atuação ativa para o nascimento dos filhos que ela alojou por tantos meses dentro da barriga e, na maioria das vezes, deve continuar inteira, sem costuras. Essas mulheres agora também podem ter seu períneo íntegro, desde que permitam que a mãe escolha a melhor posição de ter seu filho com mais conforto. As episiotomias já estão sendo ao menos questionadas, quando não abandonadas.

Ah! As ditaduras aos poucos estão dando lugar ao diálogo, ao respeito. Isso é tudo de bom. Vida longa às doulas e às mulheres de visão alargada e que são donas dos seus úteros. E vida longa aos médicos e médicas que sabem intervir a tempo de evitar heroísmos que se situam entre o parto e a cesariana. Ou é uma coisa ou é outra, o que fica no meio é desnecessário.

Data : 26/10/2013

Título : Liberdade para Ana Paula

Categoria: Artigos

Descrição: A família de Ana Paula, a ativista porto-alegrense do Greenpeace presa na Rússia, causa-me um grande mal estar.

A família de Ana Paula, a ativista porto-alegrense do Greenpeace presa na Rússia, causa-me um grande mal estar. Posso imaginar a situação da mãe da moça, tão longe da filha, temendo o que poderá acontecer com ela.

As mães são feitas do mesmo estofado, mas as reações aos passos autônomos dos filhos e filhas são diferentes de uma para a outra. Há quem sintam orgulho, quando seus rebentos manifestam-se em favor de uma causa, principalmente se for uma boa causa. Há as que procuram conter o ímpeto juvenil, por medo de que a ousadia deles seja castigada de alguma forma.

A cada passo mais ousado, o temor pelo desconhecido é muito mais forte por parte dos pais, do que por parte da juventude aventureira. Há um momento em que o espírito de aventura dá lugar a algo mais consistente e percebemos nosso filho ser tomado por um sentimento bem peculiar à juventude, assim como já foi para nós, os mais velhos. A utopia é a mola propulsora de quem é acometido pela compaixão.

Preocupa-me a ânsia dos pais em dar limites aos filhos, quando o papel deles deveria ser o de empurrá-los para que ousem, para que se arrisquem. O limite deve restringir-se à consciência de que há o outro, que isso sim é importante. O respeito ao outro é algo que se aprende pelo exemplo, por que, ninguém pega um livro em dado momento da vida e dá para os filhos para que aprendam a respeitar e a ter um comportamento ético. Não há livro, nem palestra, nem diálogo que dê conta de um sentimento tão delicado, que é o do respeito aos semelhantes.

Ana Paula está presa no outro lado do mundo e quando liga, mãe dela ouve que a saudade está sendo absurdamente maior do que o normal. Posso tentar imaginar o desespero dessa mulher por querer atravessar o mundo e pegar a filha no colo, dizer-lhe que fique tranquila, que tudo vai se resolver. É isso que nós, as mães, sabemos fazer muito bem. Mas Ana Paula não tem isso, nem a mãe tem a chance de exercer um ato tão natural.

A manifestação que a mãe de Ana Paula está preparando para que as autoridades brasileiras encontrem um jeito de trazer a filha de volta, talvez seja a única coisa que pode ser feita. Nós as mães estamos solidárias, mas cientes de que mais dia menos dia a nossa criança poderá estar em maus lençóis, por engajar-se no que acredita seja o melhor para o mundo.

Data : 07/04/2014

Título : Menina ou zumbi

Categoria: Artigos

Descrição: À tardinha, andando por perto da rodoviária vi uma menina. Ela tinha por volta de treze, quatorze anos. Seu passo era incerto, seu aspecto desleixado.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

À tardinha, andando por perto da rodoviária vi uma menina. Ela tinha por volta de treze, quatorze anos. Seu passo era incerto, seu aspecto desleixado.

Detive-me em observá-la não sem sentir um mal estar. A invasão da vida dela era algo que me incomodou, quando me pus a observar o embalo do seu corpo, a roupa mal vestida, sem ser de má qualidade. A atitude dela me chocou!

Ela caminhava com passo incerto, o short vinha meio caído sobre as cadeiras. As pernas executavam uma caminhada meio bamboleante. A camiseta vinha normal. Mas, os pés ela tinha sujos, maltratados. Eles atingiam as incertezas do calçamento com força. A menina, parecia, impunha a si mesma um castigo.

Observando melhor, a ideia de castigo não se sustentava, por que ela estava alheia. Pouco lhe importava o que acontecia com seu corpo. Balançava os braços de forma estranha. O braço esquerdo alcançava uma altura que o braço direito não acompanhava, enquanto caminhava. Cheguei perto e olhei para ela. Minha estranheza tomou corpo, quando vi seu olhar. Ele não tinha alma.

Lembrei-me do filme que vi esta semana, no Teatro do SESC, Ambulatório de Falsas Crenças, do psiquiatra Salton. Ele nos convida a fechar os olhos e, a exemplo de quando estamos dormindo, ou em coma, ou com mal de Alzheimer, não temos consciência do lugar em que estamos. Uma vez abertos os olhos, olhamos o ambiente e nos sentimos dentro dele, parte dele. Quando não conseguimos nos sentir fazendo parte do contexto, nosso cérebro está parcialmente morto.

Compreendi o drama da menina. Ela é jovem e bonita. Vive em uma cidade que conta com muitos serviços sociais, uma enorme universidade, algumas faculdades, muitos profissionais da saúde, que compõem um sistema regional invejável para o resto do país. E ela apresenta esse olhar de quem percebe seu ambiente, mas não se percebe nele.

O que estava acontecendo com a menina eu não sei, mas alguém de tenra idade, perambular pela periferia de uma rodoviária, sem rumo, sem saber pra onde vai, está mostrando o grau de vulnerabilidade por que passam algumas pessoas. Fiquei muito chocada!

O mundo é feito de uma maioria anônima, que trabalha de forma insana para sustentar as estruturas que formam as cidades. E ele é formado por uma minoria, que tem o dever de fazer políticas que tenham o poder de cuidar dos cidadãos. A maioria contribui de forma pesada para que seus iguais não sofram as sequelas de uma sociedade injusta.

Concluí, após meu ataque de voyerismo, que essa menina está sendo negligenciada de forma flagrante. Alguém não cuidou dela desde sempre. Seu desamparo retrata o que nós, adultos, não fazemos pelas nossas crianças e adolescentes.

Concluí também, que essa menina está meio morta e que sua recuperação é muito mais difícil e cara do que se tivesse sido cuidada desde que estava dentro da barriga da mãe.

Os índices de delinquência e de vulnerabilidade têm razão de ser! E isso é muito doloroso!

Data : 30/11/2012

Título : Meu pai

Categoria: Artigos

Descrição: Ele era homem das antigas, não de atitudes antigas, mas de lides antigas. Era um alfaiate de mão cheia, daqueles perfeitos, daqueles que desmanchavam cada pontinho fora do lugar.

SUELI GEHLEN FROSI

Ele era homem das antigas, não de atitudes antigas, mas de lides antigas. Era um alfaiate de mão cheia, daqueles perfeitos, daqueles que desmanchavam cada pontinho fora do lugar. As fatiotas, no começo das lides, eram passadas a ferro de brasa. E era um tal de: suspende casaco, coloca travesseirinho de retalhos por baixo, assopra as brasas do ferro, coloca paninho úmido por cima e lá se iam todas as ruguinhas do linho, do gabardine, da lã, e, muito tempo depois, do tergal. Aliás, não tenho certeza de tê-lo visto usar tergal.

Ele ia a festas, mas sempre atrasado, por causa das fatiotas que devia entregar; frequentava o clube, mas só à tarde, quando o cansaço batia e aí era a hora da cervejinha, do bate-papo, do pontinho.

A alfaiataria, grudada à casa, permitia que meu pai sempre estivesse à mão, e como eu o procurava! Ele era mestre em dedos cortados, nos quais colocava uma generosa camada de pomada penicilina, um bom pedaço de pano branco que vinha de uma gaveta da cozinha - o que garantia a limpeza necessária, para depois amarrar tudo com linha, que ele enrolava exaustivamente, mas sem apertar. No dia seguinte, milagre! O dedo estava limpinho e quase bom.

Ele era homem das antigas, com atitudes sempre de vanguarda. Viajava para Porto Alegre e trazia novidades, a exemplo de uma enorme quantidade de mamão, que imediatamente odiei, mais pelo aspecto do que pelo gosto e que ele explicava, seria coisa muito chique consumir, já que o encontrara no café da manhã do hotel. Foi de lá que ele trouxe o primeiro exemplar de "O

Cruzeiro”, uma revista mensal que era a coqueluche da época, nas grandes capitais. Pois o Seu Elmo fez a assinatura da revista, para acompanhar o que acontecia na Argentina, com Perón, e no Brasil, com Getúlio. A maior novidade e a mais apreciada por mim era o chocolate granulado, coisa muito linda e cheirosa que figurava nos ninhos de Páscoa, junto com um enorme coração de açúcar todo enfeitado de florzinhas.

O Seu Elmo, meu pai, era homem de pegar bebê no colo, de ajudar a trocar, de atender de madrugada, sim, senhor! Era homem também de ficar apreensivo com os enjoos intermináveis das tantas gestações da minha mãe. Não se furtava de ir pra cozinha preparar comida, café da manhã, quando a gente podia abusar da manteiga, dos nacos de salame, coisa que minha mãe cuidava de não haver abusos. Ele era assim, generoso. E alegre...

O Ford 29 dele era usado para passear, não só para o trabalho. Na estrada, ficávamos sem luz, e imediatamente, aquele pai começava a conversar animado e a assoviar, não me lembro que tipo de música, mas era música de tranquilizar, disso eu tenho certeza.

Ele tinha grandes preocupações quanto à formação dos filhos, por isso, nunca abriu mão de um bom colégio de freiras para todos. Sempre fiscalizou as revistas “Grande Hotel” que líamos escondido, e tinha preocupação com respeito às novelas de rádio, que ouvíamos junto com a Dona Lina, minha mãe.

Mas o meu pai nunca se esquivou de uma conversa, sempre respondeu a minhas perguntas, mesmo as constrangedoras e, na véspera do meu casamento, chamou-me à parte e disse coisas que nunca contei a ninguém, para não estragar a magia. As palavras dele embalam o meu casamento e servem até hoje, quando quero ter uma conversa de vanguarda com os meus filhos. Meu pai era de épocas antigas, mas ele seria um grande pai de hoje, por que ele era movido pela alegria e pelo amor imenso que nutria pela família. Esse amor ele externou sem preguiça, com barulho, com risos e cuidados. Feliz Dia dos Pais, Seu Elmo! Gostaria que ainda estivesses aqui para me ensinar algumas coisas que não tivemos tempo de conversar...

(Sueli Gehlen Frosi é membro da Academia Passo-Fundense de Letras.)

Data : 15/03/2014

Título : O feminino e o masculino

Categoria: Artigos

Descrição: Passei uma semana envolvida em estudos sobre gênero. O Dia Internacional da Mulher requer, todos os anos, que se reflita de forma responsável sobre os papéis que desempenhamos sendo o que somos.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Passei uma semana envolvida em estudos sobre gênero. O Dia Internacional da Mulher requer, todos os anos, que se reflita de forma responsável sobre os papéis que desempenhamos sendo o que somos. O mundo é influenciado pelo que somos.

Simone de Beauvoir, afirmou em 1980 que “ninguém nasce mulher, torna-se mulher”, por que não basta o destino natural de fêmea, para determinar como ela escolhe viver em sociedade. Para a criança é impossível estabelecer diferença entre meninos e meninas, por não serem as características sexuais físicas que delimitam isso. As crianças aprendem com o corpo todo e as sensações de prazer acontecem para os dois gêneros.

Crescendo, as crianças têm papeis a desempenhar e isso acontece na família. Lá o brinquedo da menina é uma boneca, que deve ser cuidada como ela vê a mãe fazer, construindo para si o papel doméstico como natural. Ela fica restrita ao privado. Já o menino é mais livre, olha e imita o pai, o chefe da família, o que trabalha e traz dinheiro para casa.

Para acabar com isso, foi preciso, com muitas lutas, desconstruir as ideias que naturalizaram a supremacia de um gênero sobre o outro. Os dias do patriarcado estão contados, por que a ação das mulheres é muito abrangente.

Hoje ela pensa a sociedade como um todo. Ela expandiu-se e expandiu suas ideias. A identidade de gênero consolidou-se também no plano das políticas públicas. Elas nunca tiveram respostas para suas perguntas, mas o grupo as respondeu, coletivamente, com ideias que norteiam suas conquistas concretas.

Simone de Beauvoir foi uma pioneira que, ao contrário do que se pensava, conseguiu criar um clima de aproximação entre o masculino e o feminino. Os homens foram afetados positivamente, havendo entre eles os recalcitrantes que, de funeral em funeral, vão saindo do convívio dos que querem construir com suas subjetividades, com seus conflitos inerentes à condição humana, uma sociedade diferente, que contemple a liberdade, a autonomia dos dois gêneros.

Quanto aos machos recalcitrantes, eles continuam matando suas companheiras, as mulheres que se opõem ao ranço pegajoso do ciúme calcado em cima do que pensam ser sua propriedade.

Eles se privam de uma vida evoluída por perpetuarem conceitos cristalizados dentro de muitas famílias ainda, de que mulher é o outro inferior, incompleto e à disposição.

Por outro lado, estamos vivendo um novo tempo, quando temos homens que amam seus filhos, gostam de cheirá-los, cuidam de fraldas (com número dois, juro) e dizem que nos amam a toda hora. Eu estou adorando ver como tudo está tão maravilhosamente mudado.

Um dia extinguiremos esse dia Internacional da Mulher, por que será anacrônico, podemos crer.

Data : 02/11/2013

Título : O pai está ocupando a sala da frente, até que enfim!

Categoria: Artigos

Descrição: No quesito criar filhos, a mãe era naturalmente a protagonista. O pai, provedor, ocupava uma posição secundária, já que homem não amamenta, não tem jeito para segurar alguém tão frágil, precisa descansar, é quem traz comida pra casa.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

No quesito criar filhos, a mãe era naturalmente a protagonista. O pai, provedor, ocupava uma posição secundária, já que homem não amamenta, não tem jeito para segurar alguém tão frágil, precisa descansar, é quem traz comida pra casa. O enredo descrito não está muito, muito lá no passado. Os mais velhos lembram bem de como era necessário cuidar do pai, temer o pai, deixá-lo quieto lá no lugar mais sossegado da casa. Comia-se quando o pai chegava, nem antes, nem depois.

Estamos assistindo ao nascimento da ternura no coração dos pais daqueles tempos pra cá. Ou será que não é o nascimento, mas está-se dando luzes à ternura no coração deles? Ou as mães estão permitindo o escancaramento da ternura dos pais? Ou os pais estão deixando de lado a vergonha de parecerem piegas, e querem assumir-se como também amorosos?

O certo é que vivemos uma nova ordem, bem mais bonita. Na edição de 26/10 de ZH, Ticiano Osório conta a trajetória da sua família nos cinquenta e um dias de internação da filha prematura, Aurora. Ele participou ativamente do processo de sucessivos ganhos de peso, de evolução evidente de um quadro perigoso para a normalidade e do susto em levá-la finalmente para casa, com tudo o que isso traz de alegrias e responsabilidades. Piangers, que tem orgulho de ser paizão, escreve em sua coluna sobre o que ele faz no afã de fazer a filha Aurora (outra Aurora) dar gargalhadas, já que ele não entende a vida sem elas. Seu relato da correria dos dois pela casa, Aurora sem fraldas, do xixi no meio da sala, das gargalhadas que isso provoca, deixa qualquer um comovido.

Pois bem, o fato é que o pai foi alçado a protagonista ou ele alçou-se a esse novo patamar. Ele não é absolutamente um coadjuvante, não mais! Ele cria junto com a mãe e é feliz como ela

sempre foi, porque finalmente faz tudo aquilo de apaixonante reservado às mães, que mordem, beijam, apertam, acariciam, cheiram, amam desmedidamente. As mães têm agora um competidor à altura pelos barulhinhos, risadinhas, colos e sonecas a dois, que elas estão encantadas e precisadas de compartilhar.

Frequentem então a sala da frente da vida, pais, por que este é o lugar que sempre lhes foi reservado, mas agora vocês resolveram ocupar maciçamente. Parabéns aos filhos, por que a chance de serem felizes aumentou.

Data : 24/03/2014

Título : Paradoxos

Categoria: Artigos

Descrição: O comportamento coletivo e o comportamento individual têm algumas coincidências. Na condição de filhos nossos pais foram fonte de segurança e cuidado de que necessitamos quando pequenos.

Coluna de Sueli Gehlen Frosi

O comportamento coletivo e o comportamento individual têm algumas coincidências. Na condição de filhos nossos pais foram fonte de segurança e cuidado de que necessitamos quando pequenos. Esses pais foram alvo da nossa rebeldia quando adolescentes. A maioria de nós foi introduzida sem chance de escolha no seio de uma religião, com o intuito de que ela cuidasse da nossa alma, dos dualismos maniqueístas corpo e alma, bem e mal.

Analisando a cena atual, quando, parece, experimentamos uma adolescência coletiva, vivemos alguns paradoxos. A exemplo de dinastias como dos Roosevelt e dos Kennedy nos EUA, perpetuamos a família Sarney no poder. Há poucos dias, soubemos que a família ainda não decidiu quem deles será senador ou senadora. Por outro lado, estamos preocupados com a perpetuação de um partido no exercício executivo, que faz as políticas nos últimos anos.

Nos dois âmbitos, no individual e no coletivo, procuramos a segurança tão necessária para que nos sintamos amparados. Segundo Freud, a religião nos dá o amparo da mãe e o estado o amparo do pai. Isso remete aos sentimentos gerados nas manifestações de junho. Saímos às ruas por puro sentimento de desamparo, afinal, não nos sentimos contemplados por políticas públicas, nossos políticos nos foram mostrados maciçamente como autores de esquemas de corrupção, e as religiões já não são maternais como antigamente. As entranhas das religiões foram expostas, escancarando situações criminosas e abusivas. Nosso pai e nossa mãe estavam e continuam na berlinda. Sentimo-nos órfãos!

Completamos cinquenta anos da revolução de 1964, quando houve o golpe militar que destituiu o presidente João Goulart e instalou um regime de exceção. Esse regime está sendo chamado de volta por uma grande parcela da população. Nas redes sociais o povo grita sua necessidade de amparo, de segurança, de cuidado.

Quando encontramos uma figura emblemática que contempla a figura paterna, a exemplo do Ministro Joaquim Barbosa, tendemos a alçá-lo a uma situação de poder, mesmo que não haja um projeto político que o acompanhe. Quando desejamos ver pessoas fardadas nos governando, emerge a nossa necessidade de segurança. Queremos alguém ou algum grupo que diga o que precisamos, faça o que seja necessário, diga o que queremos ouvir.

Necessário se faz que nos tornemos adultos, ao invés de eternas crianças e adolescentes, carentes de que alguma autoridade supra nossas necessidades. O sentimento coletivo que deseja um estado ditatorial põe à mostra a nossa imaturidade política e a cegueira desejada por “interesses”, como diria Brizola, com o fito de nos manter dependentes.

O “cavalo encilhado” está passando e devemos pegar suas rédeas e não outorgá-las a entidades conhecidas por seu autoritarismo e truculência. Espero que não tenhamos saudade das mortes de inocentes, da tortura praticada em porões imundos, mas que tenhamos vontade de pensar

maduramente, de estudar seriamente e de votar levando em conta a democracia, que sempre será melhor do que a ditadura seja ela de direita ou de esquerda.

Devemos nos acostumar à fase adulta da nossa democracia, não permitindo mais que se faça o que se quer; que se roube na nossa cara; que deixem pessoas morrer em tabas modernas feitas de plástico preto; que trabalhadores sejam desalojados por conta da inoperância dos operadores das políticas de demarcação de terras; que se subestime a inteligência das nossas crianças e adolescentes, frequentadoras de um sistema educacional falido e arcaico; que a cidadania seja ultrajada e privada dos seus direitos fundamentais.

Temos que tomar as rédeas do nosso país, participando das decisões de forma efetiva. Nosso voto sem engajamento vale quase nada.

Data : 07/12/2013

Título : Sobre a educação das crianças

Categoria: Artigos

Descrição: Não me canso de observar a frustração das crianças, que “sofrem” os vários nãoos que a educação exige. As frustrações acontecem de acordo com as idades em que vivem.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Não me canso de observar a frustração das crianças, que “sofrem” os vários nãoos que a educação exige. As frustrações acontecem de acordo com as idades em que vivem.

Olho uma pré-adolescente que tem uma louca vontade de viver tudo o que pode, em todos os momentos, com toda a intensidade. Ela compartilha da amizade de outras meninas que mostram o mesmíssimo comportamento. A saúde dessas meninas que observo é o principal motivo para que sejam frustradas em algumas coisas: tomar sol sem filtro solar não pode; entrar na água logo após o almoço não pode; comer doces o tempo todo não pode; quebrar horários pré-estabelecidos não pode; sair à rua sem companhia não pode; deixar de escovar os dentes não pode. Essa gama de proibições deve vir acompanhada de muitos sim, para contrabalançar: sim, você pode obedecer a tudo o que estamos estabelecendo; sim, nós sabemos do que você precisa; sim, manda quem pode e obedece quem tem juízo. Estou brincando (um pouco).

Olho também uma criança pequena que necessita de cuidados redobrados por ainda não conhecer os perigos do mundo que o cerca. Ele ainda não sabe que os adultos são autoridade natural, até pelo tamanho que têm. Ele não sabe que para nossa tranquilidade, gostamos de dizer não sem esperar resistência e ouve o dia todo por ordens incisivas. A criança pequena já ensaia os primeiros por quês, por ter noção de sua subjetividade. Essa noção é uma conquista importante, por que é fruto da constatação de que ela está separada da mãe, de que ela é um indivíduo. Isso é algo muito forte.

Vejo um bebê bem novinho que é frustrado quando fica afastado da mamãe, mesmo que por poucos minutos. Ele aprende a esperar pelo que necessita por já haver compreendido que aquelas pessoas que o rodeiam podem até demorar um pouquinho, mas logo o atenderão. Ele é frustrado quando levado solenemente ao próprio quarto de dormir, por que a cama dos pais é lugar de brincar e não de passar a noite toda.

A educação deve acontecer e não é algo para grandes eventos, mas para as pequenas coisas que fazem o dia a dia. No caso da pré-adolescente, há um exagero proposital, mas que retrata situações que estão longe de ser raridade. Uma criança de dez anos tem condições de compreender uma ordem acompanhada de explicações simples e amorosas. O autoritarismo consegue fazer com que ela queira transgredir. E ela questiona para ter certeza de que nossas determinações têm fundamento e de que temos certeza disso.

No caso do menininho, a questão é de segurança na maior parte do tempo. Nas questões menores, economizar nãoos é a melhor política, para que não os gastemos com bobagens. Vamos

precisar de um estoque muito grande de não mais tarde. Nossa tranquilidade nesta fase os faz tranquilos também.

O bebezinho vive um momento rico, quando realiza o maior trabalho de sua vida, que é o de aprender para a vida. Nos dois primeiros anos o bebê aprende um idioma e isso não é pouco. As restrições no caso dele devem estar ligados à sua segurança e o amor não pode ser economizado, sob pena de comprometermos seu pleno desenvolvimento.

Ouvi hoje, por parte de um especialista em desenvolvimento infantil, em um programa de TV, que crianças são dotadas de um radar infalível. Esse radar detecta a culpa dos pais. Pena que não vi de quem se tratava, mas me pus a pensar que a culpa dos pais mascara as boas intenções, a eficiência e a eficácia da atuação de adultos significativos para as crianças.

Sem certezas, sem maturidade, não se consegue dar um rumo à educação. As crianças necessitam de quem as ame e de quem lhes dê segurança. A culpa só atrapalha.

Data : 30/11/2013

Título : Sobre envelhecimento, infância e cuidado

Categoria: Artigos

Descrição: Fabrício Carpinejar deixou-me profundamente comovida com uma crônica de domingo em ZH. Revivi os anos de convivência íntima com meus pais, pelo fato de terem morado conosco até a morte.

SUELI GEHLEN FROSI

Fabrício Carpinejar deixou-me profundamente comovida com uma crônica de domingo em ZH. Revivi os anos de convivência íntima com meus pais, pelo fato de terem morado conosco até a morte. O assunto que ele levanta é das coisas mais delicadas que conheço.

Os adultos cuidam das duas pontas vulneráveis da trajetória humana: os velhos e as crianças. Não imagino algo mais importante de se fazer.

Fizemos isso ao mesmo tempo lá em casa. Nossas crianças conviveram estreitamente com os avós, viram-nos participar da nossa grande mesa, viram o processo de envelhecimento acontecer devagar, mas de forma inexorável. Já nossos velhos alegraram-se com os nascimentos, os choros, as traquinagens, os progressos e, garanto, tudo aconteceu como devia, exceto o sofrimento que acompanhou minha mãe durante anos.

É preciso coragem para viver de verdade, por que viver de verdade traz um monte de responsabilidades. Esta contingência não aceita desculpas e não perdoa omissões. A vida cobra cedo ou tarde e devolve tudo com generosidade. É difícil conseguir ser feliz sem cumprir o que nos cabe.

Para que consigamos dar conta de tanta coisa, contamos com a tecnologia, que fornece fraldas maravilhosas, escolas bem equipadas e dentro delas as cuidadoras e professoras fazem tudo para o conforto e o desenvolvimento das nossas crianças. Contamos também com fraldas geriátricas e instituições modelo e dentro delas cuidadores especializados em proporcionar bem estar aos idosos. As fraldas são itens importantes, no começo e no fim, no geral.

Levar nossas crianças a frequentar escolinhas é um imperativo hoje em dia, dado a ausência dos pais o dia inteiro. Levar nossos velhos a morar em lares para idosos pode parecer crueldade, mas não é. Crueldade é não dar as condições necessárias para o cuidado adequado.

As escolas não são depósitos de crianças, nem as casas para idosos são depósitos de velhos. Necessitar de socorro não pressupõe abandono nem desinteresse. Abandono é pensar que estranhos podem tomar nosso lugar.

Nós somos insubstituíveis, por que carregamos conosco todo o potencial de cuidado amoroso de que os nossos pais e filhos necessitam. Precisar de ajuda não é falta de amor. E falar sobre isso é necessário.

(Sueli Gehlen Frosi, autora dos livros Vida e Compaixão, é membro da Escola de Pais do Brasil e da Academia Passo-Fundense de Letras.)

Data : 19/10/2013

Título : Sobre envelhecimento, infância e cuidado

Categoria: Artigos

Descrição: Fabrício Carpinejar deixou-me profundamente comovida com sua crônica de domingo em ZH. Revivi os anos de convivência íntima com meus pais, pelo fato de terem morado conosco até a morte.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Fabrício Carpinejar deixou-me profundamente comovida com sua crônica de domingo em ZH. Revivi os anos de convivência íntima com meus pais, pelo fato de terem morado conosco até a morte. O assunto que ele levanta é das coisas mais delicadas que conheço.

Recém passamos pelo Dia da Criança e isso comove também. Somos pessoas que cuidam das duas pontas vulneráveis da trajetória humana: os velhos e as crianças. Não imagino algo mais importante de se fazer.

Fizemos isso ao mesmo tempo lá em casa. Nossas crianças conviveram estreitamente com os avós, viram-nos participar da nossa grande mesa, viram o processo de envelhecimento acontecer devagar, mas de forma inexorável. Já nossos velhos alegraram-se com os nascimentos, os choros, as traquinagens, os progressos e, garanto, tudo aconteceu como devia, exceto o sofrimento que acompanhou minha mãe durante anos.

É preciso coragem para viver de verdade, por que viver de verdade traz um monte de responsabilidades. Esta contingência não aceita desculpas e não perdoa omissões. A vida cobra cedo ou tarde e devolve tudo com generosidade. É difícil conseguir ser feliz sem cumprir o que nos cabe.

Para que consigamos dar conta de tanta coisa, contamos com a tecnologia, que fornece fraldas maravilhosas, escolas bem equipadas e dentro delas as cuidadoras e professoras fazem tudo para o conforto e o desenvolvimento das nossas crianças. Contamos também com fraldas geriátricas e instituições modelo e dentro delas, cuidadores especializados em proporcionar bem estar aos idosos. As fraldas são itens importantes, no começo e no fim, no geral.

Levar nossas crianças a frequentar escolinhas é um imperativo hoje em dia, dado a ausência dos pais o dia inteiro. Levar nossos velhos a morar em lares para idosos pode parecer crueldade, mas não é. Crueldade é não dar as condições necessárias para o cuidado adequado.

As escolas não são depósitos de crianças, nem as casas para idosos são depósitos de velhos. Necessitar de socorro não pressupõe abandono nem desinteresse. Abandono é pensar que estranhos podem tomar nosso lugar.

Nós somos insubstituíveis, por que carregamos conosco todo o potencial de cuidado amoroso de que os nossos pais e filhos necessitam. Precisar de ajuda não é falta de amor. E falar sobre isso é necessário.

Data : 16/11/2013

Título : Sobre literatura e arte

Categoria: Artigos

Descrição: Lancei um livro que leva o título de ComPaixão. Está escrito assim mesmo, junto, mas separado. Tive a intenção de mostrar paixão e compaixão, em particularidades de sentimentos que, pretendo, sejam universalizados.

Lancei um livro que leva o título de ComPaixão. Está escrito assim mesmo, junto, mas separado. Tive a intenção de mostrar paixão e compaixão, em particularidades de sentimentos que, pretendo, sejam universalizados. Procuro romper os laços com o lugar e as datas em que os textos foram escritos, para que consigam dirigir-se à humanidade.

Espero não ser interpretada como alguém que fala em globalização de sentimentos. Isso seria cair na armadilha de uniformizar e não de universalizar. Trata-se de verdades particulares, que não querem sacralizar nenhuma verdade, por que elas são as minhas verdades. Falo de todas as pessoas, mas partindo de mim, da minha realidade e das verdades que construí ao longo da vida. Tento com isso, ser singular dentro de uma cultura e em uma determinada época.

Acho extremamente pretensioso tentar fazer um livro sobre sentimentos, com o intuito de não ser abstrata, mas profundamente concreta. Lancei meu livro por que quero ser amada por meu humanismo não metafísico, mas espiritual.

Foi com o meu prosaico ComPaixão que desbravei a Feira do Livro. O fato de encontrar pessoas fazendo o mesmo que eu permitiu que acontecessem pequenos milagres e grandes aprendizados. Aprendi que emoções aproximam muito fortemente; aprendi que emoção não é pieguice, mas uma troca de sensações humanas palpáveis; aprendi que é possível tornar-se amigo de alguém em pouco tempo, a ponto de não sobrar dúvida do sentimento de amizade recíproco; aprendi que, às vezes, antipatizamos com alguém de forma gratuita, sem nenhum fundamento; e, aprendi que, mais importante que vender livros é oferecermos uns aos outros uma troca rica de ideias, de palavras cuidadosamente enfileiradas umas ao lado das outras, para que consigam dar forma ao pensamento de jovens, adultos e velhos.

As várias formas de linguagem que permearam a Feira brindaram-nos como que não consigo definir com facilidade. As artes estavam lá, com todo seu esplendor. Acho que Festa é uma boa palavra, mas deixo aberta a possibilidade de encontrar outra melhor.

Data : 30/11/2013

Título : Solidariedade entre mulheres!

Categoria: Artigos

Descrição: Nos últimos dias tenho observado mais atentamente o dia-a-dia de muitas mães. Às vezes acompanho a saída do meu neto da escolinha, o que me permite vê-las e ouvi-las.

SUELI GEHLEN FROSI

Nos últimos dias tenho observado mais atentamente o dia-a-dia de muitas mães. Às vezes acompanho a saída do meu neto da escolinha, o que me permite vê-las e ouvi-las. São mulheres expostas a uma vida que, há bem pouco tempo, seria inviável. Cuidar de crianças é trabalho árduo, embora prazeroso, isso dito por todas as mães, evidenciando que no quesito amor, não mudamos nada.

Essas mulheres atendem a múltiplos interesses, enfrentam um trânsito insano, são movidas pela responsabilidade de uma profissão, pela casa que cuidam com esmero, por uma relação amorosa que também demanda um aporte emocional enorme e, legitimamente, procuram ser felizes e participantes de uma sociedade que ainda não sabe muito bem cuidar delas.

Solidarizo-me com essas quase meninas, mães, profissionais, donas de casa, que estão fazendo a vida pós moderna, ou ultra moderna. Não sei se as pessoas da minha idade conseguiriam desempenhar tão bem o que elas fazem. Além do mais elas inauguram uma modalidade familiar que também não conhecemos ainda: elas têm geralmente só um filho.

Em um programa produzido a partir da ECO 90 apresentado na TV FUTURA, mostraram alguns jovens que os jornalistas acompanharam desde a época. As filmagens do nascimento, da primeira infância, da adolescência e de adultos mostram que as fórmulas tradicionais não são as únicas capazes de resultados educacionais e humanos satisfatórios e que, em meio às adversidades, à violência, à fome, à solidão, gravitam pessoas cujos filhos conseguem sobreviver com dignidade. O principal foi constatar que as crianças têm uma incrível capacidade de resiliência e que o amor dos filhos pelos pais e dos pais para com os filhos está incólume. Solidarizo-me com os que sabem ser este o único lugar que temos para viver e que este deve ser arranjado da melhor forma, mesmo que adverso. Concorrido e assustador e cuidam dos seus com tanto carinho.

Solidarizo-me, principalmente, com as mães que vivem situações limite, a exemplo do fato tão insólito quando um bebê foi esquecido dentro do carro. Imagino o horror ao verificar que, mesmo tomando todos os cuidados do mundo, podem ocorrer lapsos graves, causados pela correria insana em que estamos metidos. A solidariedade deve ser a tônica dos que falam sobre o assunto, dos que lidam com o assunto e dos que têm contato com a família que sofreu tamanho trauma.

Solidarizo-me também com as vovós, que gostariam de ver suas filhas e noras um pouco menos atarefadas, mas que compreendem e ajudam quando podem, sem pensar que o certo está com elas, que o certo só acontecia como na música que Angela Maria cantava: "são casas simples, com cadeiras na calçada, e na fachada escrito em cima que é um lar...", pois esse mundo só acontece de vez em quando, muito de vez em quando.

Enquanto isso, continuamos mulheres do mesmo jeito de antes, as crianças nascem do mesmo jeito de antes. O que necessitamos é aprender todos os dias novas formas de nos cuidarmos uns dos outros.

(Sueli Gehlen Frosi, autora dos livros Vida e Compaixão, é membro da Escola de Pais do Brasil e da Academia Passo-Fundense de Letras.)

Data : 23/11/2013

Título : Um encontro e tanto!

Categoria: Artigos

Descrição: Encarregaram-me de organizar o encontro da Turma de Formandos do Instituto Educacional de 1968. Era a minha turma formada por trinta e oito pessoas. Compareceram ao encontro quinze deles, só!

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Encarregaram-me de organizar o encontro da Turma de Formandos do Instituto Educacional de 1968. Era a minha turma formada por trinta e oito pessoas. Compareceram ao encontro quinze deles, só!

Começamos a façanha por uma conversa entre o Zilmar Gabriel e eu, falando da saudade que sentíamos. Daí a organizar tudo foi um passo! A dificuldade foi lidar com a resistência dos sessentões em aderir à internet. Primeiro procuramos pelos nomes nas redes sociais, onde encontramos principalmente as meninas e alguns meninos. Trocamos fotos de uma forma impensada há alguns anos, em uma velocidade incrível. Alguns custaram a acreditar.

O desejo de realizar o encontro estava instalado. Passamos a procurar os que não constavam das redes sociais e, aos poucos, as pessoas foram aparecendo. De muitos lugares do Brasil. Encontramos colegas doentes, outros soubemos mortos, outros não se interessaram, mas os que alcançamos, esses sim, aceitaram com entusiasmo. Criamos uma página secreta no facebook, só para a turma, onde combinamos tudo, tudo.

Encontrar locais para conversarmos foi coisa rápida também. Encontramo-nos em um bar à noite e em um sítio no outro dia.

Fomos o Domingos e eu bem mais cedo ao bar e, confesso, eu temia não reconhecer os colegas que não via há 45 anos. Aí concluímos que a gente procuraria por cabelos brancos, bengalas e afins. Eis que começaram a surgir os sexagenários e alguns septuagenários. As meninas todas lindas, lépidas, sorrindo e mostrando uma jovialidade maravilhosa. Os meninos todos senhores fortes, saudáveis, alguns meio barrigudos, mas todos muito bem postos. Não lembro de ver alguém dizer que não podia comer e beber isso ou aquilo. Todos perfeitamente bem.

Logo a algazarra estava formada. Os garçons olhavam para mim em desespero, por que os meus amigos não saíam do corredor e as amigas não falavam baixo de jeito nenhum. Aos poucos fomos nos acalmando e pude olhar por cima da mesa e reconhecer uma por uma daquelas fisionomias. Trocamos fotos, flâmulas, bíblias autografadas pelo professor Otto Gustavo Otto, convites originais de formatura.

O que me emocionou foi constatar que fomos uma juventude que amadureceu muito cedo, que trabalhou muito, conquistou tudo com dificuldade, conseguiu filhos e filhas muito bem sucedidos e está envelhecendo com qualidade graças à tecnologia, que conserta algumas coisinhas que o tempo teima em estragar em nós.

A despedida foi feita de promessas de um novo dia como aquele, dessa vez mais pretensioso. Escolhemos uma praia e já estamos providenciando as sungas e biquínis. Trocamos algumas dicas de emagrecimento rápido também. Mas vamos perguntar ao geriatra se pode.

Data : 19/01/2014

Título : Um encontro pra lá de interessante

Categoria: Artigos

Descrição: Combinamos um encontro Vanderlei e eu esta semana. Ele chegou ao shopping um pouco antes da hora. E eu bem na hora. Ele trouxe consigo a sua limitação e eu a minha.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

Combinamos um encontro Vanderlei e eu esta semana. Ele chegou ao shopping um pouco antes da hora. E eu bem na hora. Ele trouxe consigo a sua limitação e eu a minha. São situações completamente diferentes, mas que nos aproximam.

Ele queria conversar sobre a vida e eu queria ouvir. Primeiro contou o que o impulsionou a mergulhar na vida e chamou a isso de Lízia. O que Lízia fez com Vanderlei, é algo gigantesco. Ele amou Lízia e esse amor despertou o homem adormecido em suas circunstâncias.

Eu queria ouvir e estava preparada para uma conversa difícil, por conhecer as dificuldades de Vanderlei. Assustei-me com a desenvoltura, entusiasmo, conversa solta, articulada. Meu susto foi transformando-se em admiração ao ouvir os planos de alguém sentado em uma cadeira de rodas, espástico. Os movimentos involuntários já não eram os mesmos que observei há uns três anos. Tornaram-se mais enfáticos, mais significativos.

O efeito Lízia está em pleno curso! Os projetos de vida de Vanderlei impressionam. Sua percepção de si é algo de uma generosidade que não se compara a nada. Nunca encontrei nele um resquício de autocomiseração. Agora muito menos! Ele se sabe bonito, inteligente, preparado, embora fisicamente limitado. Está apaixonado pela vida. E pelo que ele aprendeu que pode fazer. Ele está pronto para viver um grande amor e isto é o mais lindo!

Fui pra casa pensando nele e em mim. Vanderlei teve a sua Lizia, que foi sua catapulta, eu devo ter tido também. Vanderlei convive com sua limitação e eu também. Tenho sessenta e seis anos e muitos planos, o que me faz pensar que preciso de muito futuro para viver. Mas este futuro quero com qualidade, assim como Vanderlei aprendeu a querer. Meu futuro deve ter projetos, utopias, intensidade.

Vanderlei e eu descobrimos que somos pessoas intensas, somos ansiosos. Chegamos a conclusão de que nossa ansiedade deve-se ao trabalho que temos para viver nossos sonhos. Ele os vive sentado e eu com o cansaço inerente aos meus felizes sessenta e seis anos. A minha Lízia deve ser múltipla, por que não consigo determinar qual foi a catapulta impulsionadora da minha vida. Ainda vão aparecer Lízias para mim, imagina para o Vanderlei, quantas hão de se apresentar, vestidas de gala.

Data : 01/02/2014

Título : Uma questão de valores

Categoria: Artigos

Descrição: As cenas que assistimos neste final de semana, sobre o colapso do transporte público de São Paulo, foram de estarrecer.

Medicina & Saúde - coluna semanal de Sueli Gehlen Frosi

As cenas que assistimos neste final de semana, sobre o colapso do transporte público de São Paulo, foram de estarrecer. As escadas rolantes paradas fizeram com que as pessoas tentassem subir mesmo assim, empurrando e pulando corrimões em uma tentativa desesperada de pegar os trens. Viu-se trens invadidos pelas janelas, empurra-empurra nas portas até que todos estivessem em uma situação de aperto limite.

O limite neste caso era o do desespero, da barbárie, do sofrimento supremo e da falta de respeito. Alguém comentou lucidamente que as cenas selvagens deviam-se ao fato de que aquelas pessoas não se sentem cidadãs. Elas não têm ar condicionado, limpeza, conforto, espaço, muito menos dignidade, usando um serviço que degrada usuários e funcionários todos os dias, todas as semanas, todo o ano. Essas pessoas não têm alternativa e nem capacidade de um bom comportamento. Quem não é tratado com dignidade, não aprende a se comportar com civilidade.

Tenho convicção de que valores devem ser vividos, por que não adianta ensiná-los. Se não oferecermos banheiro limpo para nossos filhos, eles não incorporam essa condição como um valor. Se não respeitamos o outro, o respeito não é assimilado como importante.

Gosto de observar as escolas e em algumas não encontrei condições dignas nem para quem estuda lá, nem para os professores e funcionários. Já usei banheiro parcialmente interditado em uma. A tristeza da aparência e do cheiro dos lugares mal cuidados, não formam alguém que dê valor à organização, à higiene, à beleza. Os que não têm nada disso em casa também são os mais prejudicados.

Vivemos um momento em que políticas públicas estão arrancando milhões de famílias da pobreza, proporcionando-lhes condições de ter uma casa, inclusive de comprar os utensílios necessários para uma vida digna, o que está vindo com trinta anos de atraso no mínimo. Paralelo a isso, nossas cidades estão longe de atender ao que os cidadãos necessitam. A precariedade dos serviços essenciais no que diz respeito ao atendimento mínimo em saúde, transporte, educação, são aviltantes.

Se quisermos um comportamento cidadão, temos que tratar todas as pessoas como cidadãs. O reflexo dessas faltas está escancarada nas ruas, ocupadas por manifestantes que estão cansados do descaso, dos rolezinhos que as autoridades fazem com o dinheiro público, locupletando-se com diárias indevidas e viagens por meios criminosos. E isso é a ponta do iceberg. Há muito mais coisas acontecendo, que aviltam nossa nação.

Frente a isso, ainda há quem estranhe o nosso medo, a nossa insegurança, o nosso clamor por um pouco de civilização. Ainda temos crianças na rua de madrugada, completamente vulneráveis; ainda temos jovens bebendo no centro, fazendo barulho e deixando as ruas imundas; ainda não temos áreas de lazer para oferecer a esses mesmos jovens que bebem nas ruas; ainda não

temos cicloviás, mesmo contando com uma avenida imensa cortando a cidade. É de doer! Para dizer pouco...