

Uma carta de amor (sem fim) para meu filho

Ana Luiza de Andrade Lira

Introdução

A experiência do curso *O Envelhecimento na Perspectiva da Gerontologia Social* foi uma oportunidade ímpar para reciclar meus conhecimentos em Gerontologia, atualizando-me sobre diversos temas que circundam o universo gerontológico, com especial enfoque social. Confesso que pude revisitar experiências profissionais e pessoais diante do relato de todos os docentes e das trocas realizadas com os participantes do curso.

Em minha experiência em ambiente de clínica de transição aprendi muito sobre o existir, sobre começos e fins, sobre a beleza e a dor de quem vive, de quem vai e de quem fica, sobre cuidados paliativos, trabalho em equipe e o reconhecimento da história de quem cuida e é cuidado. Foi também nesse cenário que iniciei uma história que, anos depois, me conduziria ao maior presente da minha vida: meu filho por quem nutro um amor infinito.

Incentivada pelas docentes do curso, resolvi escrever uma carta para meu filho, entrelaçando minha história profissional e pessoal, em busca de geratividade com muito amor e carinho.

Carta de Amor

Filho, esta carta é para você. Nela, compartilho um pouco da história que me trouxe até a sua chegada e dos aprendizados que nasceram da minha primeira experiência profissional e que desejo que também caminhem com você ao longo da vida.

Os primeiros capítulos dessa história começaram de forma inesperada e muito especial. Sua bisavó paterna (in memoriam) foi o primeiro elo de um caminho que, anos depois, me conduziria até você. Eu trabalhava no setor de recreação de um hospital de retaguarda no qual ela estava internada e onde participava, sempre que possível, das atividades recreacionais.

Talvez você não saiba, mas o hospital de retaguarda — hoje também conhecido como hospital de transição — funciona como um elo entre os cuidados de um hospital geral (no tratamento agudo de uma doença) e o retorno do paciente para

sua residência. Para aqueles que não podem retornar ao lar, também existe o cuidado contínuo, proporcionando qualidade de vida na fase final da vida. Atuei mais de perto nesse último caso.

O diferencial desse serviço é fornecer um atendimento completo, com uma equipe multiprofissional especializada, em um ambiente mais acolhedor e menos nocivo ao paciente e à família/cuidador, buscando potencializar, manter ou apoiar a recuperação e os cuidados.

Foi nesse universo que me deparei, recém-formada. Confesso que, quando ainda era estudante, não me imaginava atuando nesse perfil de serviço, mas hoje, fazendo essa retrospectiva, não poderia existir melhor lugar para começar uma carreira e viver acontecimentos que transformariam a minha vida para sempre.

Foi nesse espaço que estive muito próxima aos pacientes (em sua maioria pessoas idosas e fragilizadas), à equipe multiprofissional (essencial e indispensável no cuidado em saúde) e aos familiares e cuidadores (que demandam tanta atenção quanto os próprios pacientes).

Foi nesse lugar, filho, que pude enxergar o real sentido da vida, suas fragilidades e suas potências: a nobreza da empatia, do afeto, do respeito, do amor, da persistência, da rotina, dos cuidados paliativos, das chegadas e das partidas.

O contato com pacientes internados por longos períodos trouxe uma aprendizagem diária muito bonita — e também difícil, se é que me entende. Em cada ser humano eu conseguia ver particularidades e semelhanças. Eles tinham uma força especial!

Alguns enfrentavam as dificuldades com um sorriso no rosto; outros pareciam cansados, mas deixavam transparecer um sentimento de dever cumprido. Alguns se sentiam tão pequenos e sozinhos que preferiam o silêncio ou a lágrima. E alguns me faziam sorrir e chorar de felicidade! Como eram sinceros e carinhosos, cada qual à sua maneira.

Quem me dera ter uma única oportunidade de mudar algo por eles! Eu escolheria exatamente aquilo que eles escolheriam para si mesmos: quem quisesse estar no aconchego do lar, iria imediatamente para lá; quem desejasse ver seu animal de estimação, estaria rapidamente com ele; quem optasse por um dia com sua família, teria o restante da vida com ela; quem tivesse vontade de comer uma comida saborosa, degustaria à vontade seu prato favorito; quem quisesse ouvir sua banda preferida, iria a um show animado; quem desejasse viajar, daria a volta ao mundo...

Por vezes, conseguíamos nos aproximar desses desejos; outras, nem tanto. A vida nos limita, mas que bom que pequenos gestos podem fazer a diferença: um abraço, um aperto de mão, cantar junto, um sorriso, um olhar, um incentivo, o simples “fazer com”.

Mas voltando ao caminho que tornou possível a sua chegada, algo me despertou a atenção logo de início na história da sua bisavó, Sra. Benedita: ela sempre

recebia a visita do neto — o seu pai. Ele era muito atencioso e carinhoso com ela.

A vida, então, começou a entrelaçar nossos caminhos de forma muito natural. Entre encontros inesperados e conversas, fomos nos conhecendo aos poucos, sem imaginar que aqueles momentos fariam parte da história que, anos depois, me conduziria até você.

Algum tempo depois, sua bisavó partiu. Foi um momento difícil, mas também de profunda gratidão. Gosto de pensar que Deus permitiu que ela fosse um elo importante nessa história. Guardo com muito carinho a lembrança dela e sou grata por tudo o que ela representou.

Com o passar do tempo, nossa amizade se fortaleceu, deu lugar a um relacionamento e, anos depois, Deus me presenteou com a notícia mais feliz que eu poderia receber: você estava a caminho. Foi um momento muito esperado e especial. Uma nova vida se iniciava; a continuidade do existir; a geratividade.

Há quem diga que tudo isso foi coincidência. Há quem diga que foi destino. Eu prefiro acreditar que Deus escreve nossa história por caminhos que muitas vezes não compreendemos naquele momento.

Hoje, olhando para trás, só posso agradecer pelo privilégio de ter conhecido sua bisavó e por todos os acontecimentos que, de alguma forma, tornaram possível a sua chegada. Mesmo após a partida dela, ela continua presente em nossas lembranças e, de certo modo, também em você.

Tenho lindas recordações dessa fase da minha vida. Elas aquecem constantemente o meu coração e, sempre que reflito sobre minha caminhada profissional, agradeço por ter iniciado minha carreira em um lugar que me ensinou tanto sobre a vida.

Foi num ambiente de tantas partidas que começaram alguns dos capítulos mais importantes da minha história, culminando no maior presente que Deus me concedeu: ser sua mãe.

Eu quero que você guarde não apenas esta história, mas principalmente os ensinamentos que ela me proporcionou e que hoje compartilho com você.

E desejo que um dia você também construa uma vida repleta de amor, nas suas mais diversas formas. Que reconheça que a vida é uma dádiva de Deus e que, enquanto tiver o privilégio de viver, aproveite cada instante, permanecendo uma pessoa do bem, afetuosa, respeitosa, grata e resiliente.

Contemple os pequenos gestos, os encontros de família, a amizade duradoura, a natureza e os bons sentimentos. E que, nos momentos difíceis, você possa se fortalecer, lembrando sempre que a vida também é frágil, mas vale muito a pena existir. Há fechamentos de ciclos, mas também recomeços — e histórias sem fim, como esta que te contei e que também é sua e poderá ser das gerações seguintes...

Como bem disse a Dra. Ana Claudia Quintana Arantes: “O amor nunca morre... Ele muda de forma, de linguagem, de tempo. A saudade vira altar; a lembrança, oração. O que nos cura não é o tempo — é o amor que seguimos cultivando, mesmo depois do fim.”

Te amo para sempre, meu filho.

Referências

ARANTES, Ana Claudia Quintana. Amar enquanto é tempo. Vida Simples, 2025. Disponível em *Vida Simples: Amar enquanto é tempo / ACQA / Ana Claudia Quintana Arantes*. Acesso em: 2 jul. 2026.

Data de recebimento: 13/12/2025; Data de aceite: 15/05/2026

Ana Luiza de Andrade Lira – Gerontóloga graduada pela EACH-USP, com MBA em Gestão de Saúde pelo Centro Universitário São Camilo. Atua com rastreio cognitivo e estimulação cognitiva para pessoas 50+ em contextos ambulatoriais e domiciliares, além de consultoria a residenciais para pessoas idosas. É entusiasta do desenvolvimento de ações, programas e projetos voltados ao envelhecer, com ênfase na promoção de autonomia, funcionalidade e qualidade de vida. E-mail: analuiza.a.lira@outlook.com



Esta obra está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional que permite o uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que a obra original seja devidamente citada.