

CUIDADOS TERMINAIS

Albom, M. *As terças com Morrie*. Lisboa: Sinais de Fogo – Publicações, Lda; 2002.

Escrito por um americano, jornalista desportivo várias vezes premiado, anteriormente músico profissional e também radialista, com livros publicados na área desportiva, este é um livro que pode ler várias vezes, encontrando sempre algo de novo, uma nova pista, um caminho de reflexão diferente: experimente ler de um fôlego ou meditando sobre cada parágrafo. Vai com certeza aprender muito sobre si próprio, a vida, o amor, as relações humanas e o sentido de quase tudo o que é mesmo importante. É leitura obrigatória nos currícula escolares de cuidados paliativos, em medicina, psicologia e sociologia nos EUA e Canadá. Sobre tudo não é um livro de lamentações, mas sobre o imenso prazer de estar vivo e da vontade de viver, tirando de cada dia o máximo do prazer, das relações, das pequenas coisas usufruir o máximo de sentido. Se lembrarmos que a maioria de todos nós morre de doença prolongada e não de morte súbita, esta leitura de uma tarde interessa a médicos, a todos os técnicos de saúde e a cada um de

nós cidadãos, para ajudarmos os nossos doentes, os nossos familiares, os nossos amigos. Indispensável para Médicos de Família: refletir sobre os nossos medos e os muitos mitos sobre a morte, neste país que está ainda a dar os primeiros passos em cuidados paliativos.

Na universidade, Morrie foi professor de Sociologia de Mitch, não um qualquer, mas daqueles que deixam lembranças intensas para toda a vida. Passaram vinte anos e Mitch sabe, acidentalmente, que Morrie está a morrer com esclerose lateral amiotrófica. O reencontro dura catorze terças-feiras até ao adeus e o tema das «lições» é o sentido da vida. «É isto que todos procuramos. Uma certa paz na ideia de morrer. Se soubermos, no fim, que poderemos ter essa derradeira paz na morte, então podemos fazer o mais difícil... Fazer as pazes com a vida» «A morte é tão natural como a vida...» «precisas dos outros para sobreviver quando és criança, ...e no fim da vida precisas de outros para sobreviver» Do modo como vivemos depende a forma como morremos...

E se ainda tiver tempo não deixe de ler de Morrie Schartz, *Morrie in his own words*.

Isabel Cunha