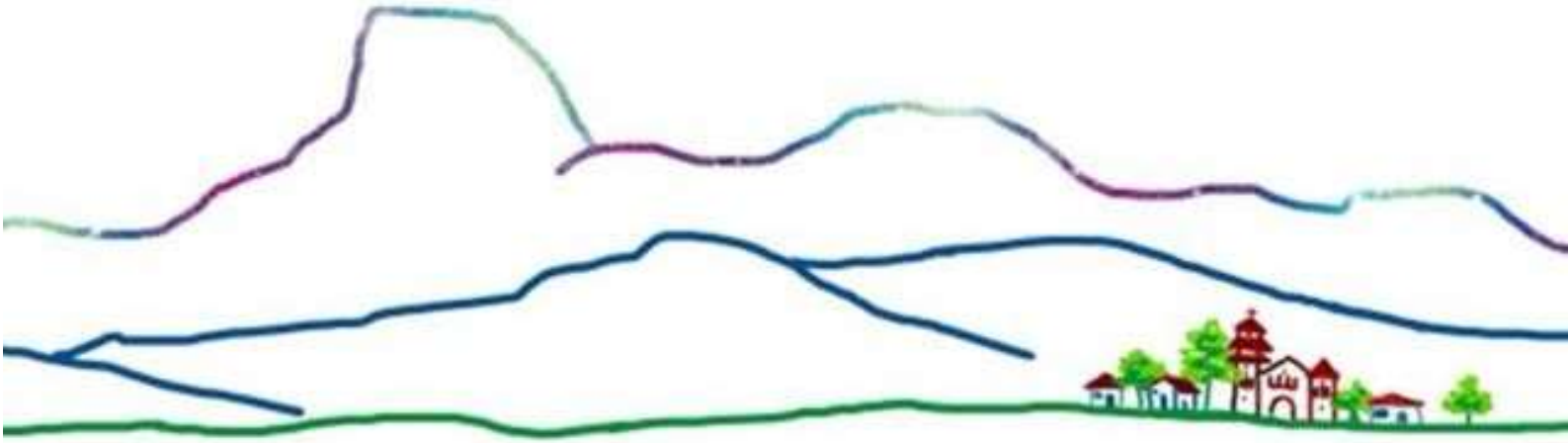
Vivência em Belisário: olhares poéticos



SAÚDE EM BELISÁRIO

Adriana Diniz de Deus

Jacqueline do Carmo Reis

Marco Antônio Chaves

Bárbara Silva Oliveira Martins

Organizadores

Prof. Adriana Diniz de Deus
Prof. Jacqueline do Carmo Reis
Marco Antônio Chaves
Bárbara Silva Oliveira Martins

Vivência em Belisário: olhares poéticos

Saúde em Belisário

Belo Horizonte
PUC Minas
2025

FICHA CATALOGRÁFICA
Elaborada pela Biblioteca da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais

V857 Vivência em Belisário: olhares poéticos: saúde em Belisário [recurso eletrônico] / organizadores Adriana Diniz de Deus ... [et al]. Belo Horizonte: PUC Minas, 2025.
E-book (68 p. : il.)

ISBN: 978-65-5295-014-7

1. Extensão universitária. 2. Comunidade e universidade. 3. Estudantes universitários - Experiências - Belisário (MG). 4. Promoção da saúde - Belisário (MG). 5. Literatura brasileira. I. Deus, Adriana Diniz de. II. Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. Pró-Reitoria de Extensão. III. Título.

SIB PUC MINAS

CDU: 378.38
Ficha catalográfica elaborada por Fabiana Marques de Souza e Silva - CRB 6/2086

ADMINISTRAÇÃO DA PUC MINAS

ADMINISTRAÇÃO SUPERIOR

Grão-Chanceler

Dom Walmor Oliveira de Azevedo

Reitor

Prof. Dr. Pe. Luís Henrique Eloy e Silva

Chefe de gabinete do reitor

Prof. Dr. Guilherme Coelho Colen

PRÓ - REITORES

Extensão: Profª. Drª. Carolina Costa Resende

Gestão Financeira: Prof. Me. Paulo Sérgio Gontijo do Carmo

Graduação: Prof. Me. Eugênio Batista Leite

Logística e Infraestrutura: Prof. Me. Rômulo Albertini Rigueira

Pesquisa e de Pós - graduação: Prof. Dr. Sérgio de Morais Hanriot

Recursos Humanos: Profª. Drª. Liza Fensterseifer

SECRETARIAS

Secretaria de Comunicação: Prof. Dr. Mozahir Salomão Bruck

Secretaria de Cultura e Assuntos Comunitários: Prof. Dr. Jorge Sündermann

Secretaria Geral: Profª. Drª. Anne Shirley de Oliveira Rezende Martins

Secretaria de Planejamento e Desenvolvimento Institucional: Prof. Dr. Marcos André Silveira Kutova

PRÓ - REITORES ADJUNTOS

Barreiro: Prof. Dr. Luis Renato Junqueira

Betim: Profª. Drª. Claudia Venturini

Contagem: Prof. Dr. Martinho Campolina Rebello Horta

Poços de Caldas: Prof. Dr. Iran Calixto Abrão

Lourdes: Prof. Me. Lúcio Mauro Pereira

PUC Virtual: Prof. Me. Carlos Barreto Ribas

São Gabriel: Prof. Me. Tarcísio José de Almeida

COORDENADORES ACADÊMICO-ADMINISTRATIVOS DE CAMPUS

Arcos: Prof. Me. Eugênio Batista Leite

Serro: Profª. Dra. Wilba Lúcia Maia Bernardes

PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO

Profª. Drª. Carolina Costa Resende

PRODUÇÃO ACADÊMICA E PUBLICAÇÕES

Prof. Dr. Robson Figueiredo Brito

Profª. Drª. Renata Dumont Flecha

Januza Caroline Gonçalves Correia

REVISÃO E FORMATAÇÃO

Profª. Drª. Renata Dumont Flecha

Januza Caroline Gonçalves Correia

Marco Antônio Chaves

Sumário

05. Apresentação
07. Quintal de gente - Bárbara Silva Oliveira Martins
08. Pingos de carinho - Lenara Santos Ciotto Martins
09. Café e cuidado - Amanda Palmela Pinheiro
11. A Caminhada - Adriana Diniz de Deus
13. A casa dos afetos - Maria Clara Gonçalves Marreiros
14. Mesa de oito - Gabriela Silva Garcia
16. Vidas pelo caminho - Lenara Santos Ciotto Martins
18. Festa de aniversário em São Tomé - Adriana Diniz de Deus
19. Cuidado, Conexão e Comunidade - Karen Larissa Junca Ferreira
21. Acolhimento em Belisário - Nathália Gualberto Souza e Silva
22. Família do coração - Marco Antônio Chaves
24. Preparativos - Adriana Diniz de Deus
26. Corações que cuidam - Karen Larissa Junca Ferreira
28. A luz da espiritualidade na natureza - Gabriela Silva Garcia
30. Noite mística - Eliane Rocha de Albuquerque
31. Sexto Dia - Isabela Rodrigues dos Anjos Silva
33. Arte que cura - Adriana Diniz de Deus
34. Cercado pelas maravilhas de Belisário - Lenara Santos Ciotto Martins
35. Reencontro - Bárbara Silva Oliveira Martins
36. Um dia em Belisário - Iris Dutra Barbosa
37. Noite Mística - Adriana Diniz de Deus
38. Onde os Saberes se Encontram - Aline Domingues Barreto
39. Flores a porta - Kelvin Douglas Alves Valadares
41. Sentimentos - Luísa Chaves Simões Silva
43. Uma noite gravada na memória - Isabela Rodrigues dos Anjos Silva
44. Olhares diferentes, cuidado integral - Adriana Diniz de Deus
46. Dor Invisível - Ana Catarina Azevedo Costa
47. Obrigada, Beli - Thais Emily Arcanjo Oliveira
49. Sob a Luz da Lua - Iris Dutra Barbosa
50. Seu Joaquim, suas plantas e a maior sabedoria do mundo - Gustavo Mendes Santiago
53. São Guerreiros? - Yara Mendes Sundermann
56. Sobre gente, montanhas e cachoeiras - Jacqueline do Carmo Reis
58. Dedo de Deus - Anna Luiza Ribeiro Flores
60. Hoje é dia de festa na roça. Alegria! - Adriana Diniz de Deus
61. Um olhar de carinho - Laura Silva Duarte
62. Entre cuidar e ser cuidada - Flávia Metzker de Andrade
64. Primeiros Laços - Vinícius Camilo de Sousa e Silva
66. Encontros - Jacqueline do Carmo Reis
68. Referências

APRESENTAÇÃO

Por que nós, que participamos deste projeto de extensão, escrevemos um livro?

Não bastaram artigos para revistas?

As apresentações em seminários não foram suficientes?

O documentário produzido não conseguiu mostrar a totalidade da experiência?

O projeto de Extensão "Saúde em Belisário" da PUC/Minas-Betim proporcionou aos docentes e extensionistas da enfermagem, fisioterapia, medicina e psicologia muito mais do que organizar e participar de atividades de assistência e cuidado em saúde interprofissional. Extrapolou a experiência de elaborar e vivenciar atividades de educação em saúde com os estudantes das escolas estadual e municipal, bem como com grupos comunitários e a oportunidade de apoiar a gestão do serviço de saúde, no distrito de Belisário/Muriaé-MG. Participar desse projeto possibilitou vivências afetivas e emoções indescritíveis, que transcendem os limites dos relatos acadêmicos. Foi uma oportunidade de testemunhar a força e a resiliência das vozes que ecoam nas margens do cotidiano dos trabalhadores da saúde.

Este livro de narrativas expressa o olhar poético sobre as vivências de cada autor(a) capturando o encantamento produzido pela hospedagem amorosa das famílias simples e acolhedoras da comunidade. Ele desnuda a natureza exuberante das serras, matas, rios e cachoeiras, além de reverenciar a luta do povo em proteger esse patrimônio natural da ganância das mineradoras. As bandeirinhas que enfeitavam as igrejinhas das comunidades rurais em festa, animadas com fogueiras, sanfonas e quentão, traziam à tona a alegria e a força da cultura local. A espiritualidade que invadia o ambiente, as inúmeras amizades construídas ao longo do caminho, os encontros e desencontros que nos



fizeram crescer, tudo isso se entrelaça na experiência de cuidar e ser cuidado.

As narrativas poéticas foram inspiradas por encontros, diálogos e vivências que transcenderam o ato de cuidar. Elas capturam a essência da convivência com as pessoas de Belisário, a troca de saberes e a importância do olhar amoroso nas práticas de saúde.

Com uma linguagem acessível e sensível, o livro busca dar voz à diversidade cultural e às particularidades da vida no campo, sob o olhar dos autores(as). Possibilitou reflexões sobre como a saúde se entrelaça com as tradições, com a natureza e com as relações interpessoais.

Convidamos quem gosta de boas histórias a embarcarem nessa jornada poética que preparamos e esperamos que possam sentir um pouco das emoções vivenciadas por nós. Cada texto é uma janela aberta para um mergulho nesta experiência de encontros, onde a saúde se transforma em poesia e a poesia se torna um poderoso instrumento de transformação.

Boa leitura!

Adriana Diniz de Deus
Jacqueline do Carmo Reis
Coordenadoras do projeto de extensão Saúde em Belisário 2024- PUC/Minas-Betim

Quintal de gente

Bárbara Silva Oliveira Martins

A cena é um varal de roupas com algumas peças penduradas, uns "toco" de lenha jogado no quintal, a portinha da horta aberta nos deixa avistar o pé de laranja empoeirado e uma moita vistosa de manjericão. No galinheiro de porta azul celeste descascado, o galo canta com fervor, o céu limpo e azul, a imensidão das montanhas, o verde da mata, brilha meus olhos. Ao fundo, o barulho da filha mais velha fritando os toucinhos do porco que cortaram naquela manhã, a voz suave de Dona Clara passando um café para mim e para Maria, e explicando como o pó moído na hora, deixa o café com uma cor bonita. Naquela tarde, tomei um café doce e conheci uma mulher, ainda mais doce que o café.

A vida acontecendo.

O cotidiano daquela casa no centro de Belisário, fez meu coração sorrir. No meio da correia do projeto e de todos os trabalhos, eu respirei, pausei, e ouvi atenta a história belíssima e poderosa de Dona Maria Clara. Ali, nasceu uma conexão, uma troca. Me apaixonei pela inteligência e simplicidade daquela mulher: Parteira, raizeira, curandeira, matriarca e de uma fé inspiradora. Contou orgulhosa sua trajetória, me olhou dentro dos olhos, segurou minha mão e disse sorrindo: "Eu vejo a sua alma, ela é boa." Me emocionei, "bambiei" as pernas, sorri. Ela rezou três rezas de Nossa Senhora com os olhos fechados.

Me presenteou com suas palavras, seu afeto, com folhas de laranja, alfavaca e funcho, para minha voz rouca e cansada, de dias intensos vividos.

Andei na contramão.

Essa cena do quintal de Dona Maria Clara é um daqueles momentos que vivemos que jamais serão esquecidos. Naquela tarde de "bonitezas", eu vivi por inteiro – uma poesia.

Pingos de carinho

Lenara Santos Ciotto Martins

Em uma manhã sem sol e bem fria de Belisário, acordamos com a paisagem repleta de neblina, com um clima daqueles que dá vontade de passar o dia todo debaixo das cobertas assistindo um filme, acordamos e fomos de carona para uma das comunidades rurais da região. Embora o dia estivesse com aquele tom triste, a comunidade de destino era o oposto daquele clima, ela era receptiva, calorosa e acolhedora. Naquele dia, rodamos em várias casas e o pessoal recebia a gente com disposição, levava a gente de carro para os lugares, tratava a gente como se fossemos queridos naquele lugar.

No final da tarde, fomos fazer nossa roda de conversa e, surpreendentemente, a maioria das pessoas da comunidade foram, estavam lá, participaram, tiraram dúvidas, rimos juntos e compartilhamos aquele momento, parecia uma grande família ali reunida. Nos sentimos ainda mais acolhidos e para finalizar aquele dia na comunidade que era carinho e sorrisos, comemos uma bela feijoada e ao olhar em torno, pude sentir o clima de uma reunião leve e gostosa, como aqueles que a gente vivencia no almoço de domingo em família. E assim, encontramos pingos de carinho e amor, mesmo estando a quilômetros de casa.

Café e cuidado

Amanda Palmela Pinheiro

As visitas domiciliares realizadas por meio do projeto "Saúde em Belisário" foram experiências extremamente impactantes e gratificantes. Mais do que aplicar o conhecimento técnico, essas visitas se tornaram verdadeiros encontros, sendo momentos que transcenderam o trabalho para se transformar em instantes de acolhimento. Sentar-se à mesa com os moradores, com uma xícara de café quente nas mãos, capturava de forma simples e significativa a conexão que construímos com eles.

Cada vez que cruzávamos a porta de uma casa, deixávamos de ser apenas alunos ou profissionais, passando a ser vistos como amigos. O ato de sentar com os moradores, sentir o aroma do café fresco e ouvir as histórias que as rotinas diárias muitas vezes ocultam, foi uma experiência transformadora. Um mergulho profundo na essência de cada lar. O café quente deixava de ser apenas uma bebida e se tornava quase um abraço, uma oportunidade de olhar nos olhos e realmente entender as realidades, muitas vezes invisíveis.

Cada visita era como abrir um livro novo, repleto de capítulos sobre vidas, lutas e alegrias compartilhadas. Ao dividir o café, aquecemos não somente os nossos corpos, mas também nossas almas, criando laços profundos entre quem cuida e quem é cuidado. Ali, nas risadas, nos olhares e até nos silêncios confortáveis, surgia uma conexão genuína que começava a desenhar o processo de cura verdadeira.

Além disso, a oportunidade de nos hospedar nas casas dos moradores me mostrou a força dos laços comunitários e o valor imensurável das pequenas coisas. O simples ato de dividir uma refeição, ouvir atentamente ou sentir o cheiro da terra molhada ao amanhecer, deixou uma marca importante. No calor do lar, entre conversas e partilhas, ficou evidente que o verdadeiro cuidado vai muito além do

aspecto físico, tocando profundamente o coração e fortalecendo o espírito.

Esses momentos, simples e cheios de significados, me ensinaram que a saúde real começa na escuta atenta, no olhar sincero e no conforto proporcionado pelo ambiente familiar. Aprendi que cuidar é, acima de tudo, acolher, e que muitas vezes o melhor remédio é uma escuta cuidadosa e atenta, capaz de trazer conforto, compreensão e esperança. Dessas experiências, carrego não apenas memórias valiosas e lições aprendidas, mas também uma profunda gratidão pela generosidade e confiança que nos foram oferecidas.

O projeto revelou que o verdadeiro cuidado é, antes de tudo, um ato de amor e solidariedade, sendo que pequenos gestos podem criar redes de apoio e confiança. A saúde, portanto, vai muito além do corpo físico: está profundamente enraizada nas relações humanas, na nossa capacidade de oferecer e receber calor humano. Cada visita e cada xícara de café compartilhada me lembraram que, no fim, o que realmente importa, são as conexões que construímos e o impacto positivo que deixamos na vida das pessoas que tocamos.

A Caminhada

Adriana Diniz de Deus

Dia claro nos convidando pra sair de casa.

Perfeito para a "caminhada das águas" de 5 Km de estrada de terra que liga a sede do distrito de Belisário a Vila Franciscana. Tomamos café da manhã com a Penha, leite, misto quente e frutas. Às oito, já estávamos todos na praça. Felizes, descontraídos e entusiasmados com a aventura. Já no início, nossa primeira parada: um balanço em uma árvore colocada com capricho pela natureza em um local com uma linda vista da Serra do Brigadeiro, o imponente Pico do Itajuru e um vale composto por diversos tons de verde ensolarados.

Pavão timidamente nos explicou que o Parque Estadual da Serra do Brigadeiro foi uma conquista coletiva das comunidades da região. Eles protegem a fauna e flora, as nascentes de rio e córregos, estimulam pesquisas científicas e ampliam o turismo ecológico. A Mata Atlântica acolhe animais ameaçados de extinção como o muriqui, que é o maior primata da américa latina, a onça-pintada, o sauá, a jaguatirica e o sapo-boi.
Seguimos na trilha com poucos desafios e grande beleza. Aproveito para conversar, pensar e meditar. Muita água como companhia que inundava com os seus sons tranquilos.

Minha alma inquieta.

No final do percurso, já na Vila Franciscana a acolhida foi carinhosa. Nos receberam com uma grande mesa, cheia de frutas, diversas e coloridas. Delícias frescas em um dia quente. A Cachoeira do Nahor nos esperava, o caminho lindo nos levava mata adentro. A cachoeira com poço acolhedor ao banhista. Mas a água gelada, me tirou a coragem de entrar. Molhei meus pés.

Hora do almoço, acompanhado de uma conversa gostosa que continuou, em roda, até o cafezinho da tardinha. Eram

muitos os assuntos. Importância do parque, da água, da bauxita e da luta cotidiana contra a entrada da mineradora na região. Conhecimento sobre a união das pessoas e resistência contra a destruição da natureza, sobre agroecologia, agrofloresta, produtos orgânicos e práticas cotidianas que podemos já fazer para defender a mãe terra.

Café com bolo.

Subi a trilha que nos leva até ao eremitério, caminho na mata com cantinhos preparados para descanso e oração. E como em todo o lugar da região, nascentes e fios de água refrescando o ambiente.

Dia feliz, de descanso e cansaço, de conversas e silêncios, de aprendizagem e partilhas.

A casa dos afetos

Maria Clara Gonçalves Marreiros

Banhada pelo sol da manhã, ao final da rua estreita de chão batido, encontrava-se a casa de Dona Alzira. Ao fundo, uma extensa cadeia de montanhas emoldurava o dia. O soar dos pássaros anunciou a nossa chegada e o vento, dançando em curvatura sob nossos ouvidos, docemente nos encaminha até a porta de entrada.

Em cumprimento, a senhora abraçou-nos um a um, como se fôssemos velhos amigos, regressando após uma longa jornada. Fitou-me os olhos com doçura. Pude contemplar as rugas que desenhavam sua pele, como rios que o tempo, em sua quietude, traçou com cuidado, assim como brancos fios de cabelo que caiam sob os ombros como suaves algodões.

Convidou-me a entrar. As paredes da pequena sala estavam inundadas de memórias, os retratos de uma vida. Dona Alzira, pacientemente, relatou tudo que lhe vinha à lembrança com carinho e saudosismo. Neste momento, o vínculo entre nós foi notoriamente construído.

Após a consulta, ofereceu-me uma xícara de café quente. Sentamos a mesa, juntas, enquanto as luzes que anunciavam o fim da manhã banhavam a janela da cozinha e tingiam a cortina de renda branca da cor dourada. Me alonguei o máximo que podia no nosso diálogo. Senti que à ela, entreguei meu conhecimento médico. Em troca, recebi saberes populares, um afago no peito e uma experiência imensurável de ouvir.

Em Belisário, naquele dia, a medicina fez-se poesia, e a vida, deveras frágil, reafirmou seu encanto eterno.

Mesa de oito

Gabriela Silva Garcia

Meses antes de iniciar a participação no projeto conversei com a espiritualidade para que me encontrasse cada dia mais como pessoa e como profissional. E assim meu pedido foi aceito de uma forma mais que inesperada, iniciava Belisário. Parti para essa viagem com intuito de aprender mais sobre mim e mais sobre o outro.

Durante esse processo, o destino me presenteou com a mesa de oito, carinhosamente apelidada por mim, que era formada pelas pessoas da equipe de saúde que fiz parte. Oito pessoas totalmente diferentes de si, com bagagens, histórias de vida e costumes totalmente não semelhantes. Mas com o passar dos dias, uma sintonia tremenda foi criada com um objetivo muito mais semelhante, tínhamos sede de aprender.

Todas as tardes e as noites, a mesa de oito se reunia na sala de reuniões do Gabinete de Artesãos de Belisário, cada encontro era presenteado por relatos, papeis com discussões de casos, canetas como instrumentos para traçar nossas decisões, computadores para os bons pesquisadores, vidas compartilhadas e acima de tudo, muito aprendizado.

E lá percebi, que é com cafés e conversas construtivas que se fazem bons profissionais. Em cada mesa era uma história diferente, um cuidado surpreendente.

A mesa de oito mais um dia se fazendo presente.

Mesa de oito foi a união de cafés, prosas e horas “bundas” de estudos. Foi família em Belisário, me fez lar. Descreveria facilmente essas pessoas com o fechar dos olhos. Eram leais, dedicadas, empáticas, honestas, responsáveis e acima de tudo eram humanas. Não havia competições, cada um com sua área, só queríamos agregar ainda mais para a transformação.

E assim cada dia foi mais emocionante, me fazendo voltar a minha verdadeira essência e descobrindo o meu eu que

estava adiante. Despertando mais minha vontade de viver e de ser

Conclui que no final das contas o outro me ensinou a resgatar cada dia mais um pouquinho de mim. Me sinto radiante para viver e aprender, tudo isso graças a mesa de oito.

Vidas pelo caminho

Lenara Santos Ciotto Martins

Em uma manhã ensolarada de julho fomos fazer mais uma consulta, atendemos um senhor de cabeça branca, magro e ativo que tinha histórico de não frequentar o sistema de saúde. Começamos a conversar com ele, não queria tomar nenhum medicamento, não queria fazer nenhum exame, nenhum rastreamento. Não queria nada que a medicina tradicional pudesse oferecer. Surgiu um certo choque, o que fazer? Como conduzir?

As preciosidades da história foram se mostrando aos poucos quando deixamos ele falar e nos colocamos à disposição para ouvir. Pois bem, ele morava sozinho em uma casa de madeira bem pequena, rodeada de pés de bananeiras,tinha um cachorro, não tinha saneamento básico, nem emprego ou renda. Embora de estrutura humilde, aquele homem carregava muita história e tinha convicções bem fortes, acreditava em um estilo de vida natural, aquele ideal de viver com o que a natureza te dá, de usar a natureza para tratar da saúde, com chás e ervas, nada muito tecnológico ou medicamentoso. Acreditava firmemente em sua forma de viver, tinha argumentos sobre seus pontos de vista e sabia bem articulá-los, sendo firme sem ser rude ou grosseiro.

Ao exame, a pressão estava alta e de acordo com algumas queixas gostaríamos de pedir exames para rastrear algumas situações que suspeitávamos. Mas… tínhamos ouvido durante toda a consulta que ele não queria realizar nada daquilo e por ouvirmos e entendermos o que era importante para aquele senhor, não iríamos pedir nenhum exame, nem dar nenhum medicamento. Ali, estava um outro ser com suas crenças e convicções, deveria ser respeitado, cuidado e zelado, então nos restou fazer o que foi possível.

De tardezinha retornamos a casa dele, ele não tinha muitas coisas materiais, mas tinha tantas outras coisas. Pudemos entender a riqueza que era aquela pessoa, ao entrar na casa simples, observamos logo de cara seus quadros, ele

era pintor, suas pinturas eram lindas. Pinturas de natureza, pintadas em vários tons de verde. Tinha também esculturas de madeira, de tamanhos relativamente grandes, sendo todas feitas à mão. Vimos também uma estante cheia de livros, de conteúdos reflexivos e profundos.

Fomos lá apenas para passar algumas orientações, mas acho que não fizemos muita diferença, escutamos suas palavras e sua história. Já nós, saímos com mais aprendizados e surpresas, do que qualquer coisa que poderíamos oferecer.

Festa de aniversário em São Tomé

Adriana Diniz de Deus

Outra noite fria de festa, após um dia intenso de trabalho.

Festa pelo aniversário do Frei Gilberto, padre da Paróquia de Santo Antônio de Belisário, e para homenagear o São Tomé, padroeiro da comunidade rural que nos acolhia naquela noite.

Igrejinha azul claro com janelas brancas recém pintadas. Luzes no terreiro de chão batido, acompanhadas de bandeirinhas coloridas de papel e barracas feitas de madeira e palha, que vendiam canjica e canjiquinha, suco e quentão.

Noite de muita música. Um grupo de sanfoneiros renomados da região alegraram a festa e nos fizeram dançar. Agora o corpo estava quente de animação, dança, música e quentão. Viva São Tomé!!

Depois, intervalo para o Bingo. Cartelinhas, números cantados, um, dois, três vencedores, brindes distribuídos. Muita conversa rolando em paralelo.

De volta o forró na sanfona, agora acompanhada por uma viola, esquentaram a noite, pois aqueceram o nosso coração e espantaram nosso cansaço do dia.

Festa do padre Gilberto e São Tomé, nos renovaram de energia, para outros dias intensos que viriam.

Cuidado, Conexão e Comunidade

Karen Larissa Junca Ferreira

Participar do Projeto de Extensão Saúde em Belisário foi uma experiência que ressoou profundamente, não apenas como uma vivência profissional, mas como uma transformação pessoal. Naquele lugar de beleza simples, aprendi que o conhecimento que adquirimos em sala de aula é apenas o início de uma jornada. O verdadeiro aprendizado acontece nas trocas diárias, nos olhares, nas mãos estendidas e nas histórias compartilhadas. Estar lado a lado com profissionais de diferentes áreas da saúde foi mais do que uma integração técnica; foi a construção de um diálogo vivo e constante, onde cada gesto e palavra contribuíam para algo maior: o bem-estar da comunidade.

O encanto de Belisário não estava apenas na sua paisagem ou na prática multiprofissional, mas no calor humano que nos envolveu desde o primeiro instante. Fomos recebidos com carinho genuíno, um abraço silencioso que permeava cada casa, cada sorriso, cada gesto de quem nos acolheu.

Essa generosidade tão palpável e autêntica, me fez entender que o cuidado com a saúde vai muito além das técnicas e protocolos. Ele reside na conexão profunda entre quem cuida e quem é cuidado.

Ver como diferentes olhares, saberes e experiências se complementavam no cuidado integral àquela população, foi como observar uma dança delicada e harmônica, onde cada passo e cada movimento eram essenciais para o sucesso da jornada. A comunicação aberta, o respeito às diversas formações e a vontade de aprender com o outro, fizeram desse projeto, um verdadeiro laboratório de empatia e colaboração.

Mais do que um projeto de extensão, Belisário foi uma lição de vida. A convivência com Cida, que se tornou uma figura materna, e o acolhimento que encontramos, me mostraram que as relações humanas são o alicerce de

qualquer intervenção de saúde. Ali, entre o profissional e o afetivo, compreendi que o sucesso de uma ação de saúde está tanto na técnica quanto na troca humana. Esse projeto marcou minha trajetória, ampliou minha visão sobre o que significa cuidar, e me fez enxergar o quanto o crescimento vem da humildade de aprender com o outro.

Essa vivência ficará guardada em meu coração como uma memória vívida de empatia, parceria e crescimento, um capítulo inesquecível da minha formação e da minha vida.

Acolhimento em Belisário

Nathália Gualberto Souza e Silva

Sentada à janela da casa de Seu Erci e Dona Creusa, segurando um copo lagoinha cheio de café preto, sou envolvida por uma sensação de gratidão e acolhimento.

A simplicidade daquela casa, carrega uma história de amor e generosidade. Cada canto do lugar transborda carinho, e a hospitalidade daquele casal me fez sentir em casa, mesmo estando a quilômetros de distância da minha própria.

Dona Creusa, sempre com um sorriso no rosto, preparava o café logo cedo, com o cuidado de quem sabe que um café bem passado aquece não só o corpo, mas a alma. Seu Erci, com suas histórias sobre as montanhas de Minas, transmitia uma sabedoria que parecia ter brotado da própria terra.

Da janela, eu via as montanhas que emolduravam Belisário, imponentes e serenas, como guardiãs daquele pequeno pedaço de paraíso. O verde das árvores e o cinza suave da neblina matinal me faziam refletir sobre a simplicidade e a grandiosidade da vida. Ali, com o café nas mãos e a paisagem à minha frente, senti a essência do que é ser mineira: acolher, compartilhar e contemplar as belezas da vida.

O calor humano, as conversas à mesa, o cheiro de café fresco e o som distante dos pássaros formam uma memória que ficará para sempre guardada em mim. Não era apenas a casa simples de Seu Erci e Dona Creusa que me acolhia, mas também o coração generoso de quem sabe que a verdadeira riqueza está nos gestos de afeto e nas belezas da vida cotidiana.

Família do coração

Marco Antônio Chaves

O dia era uma quarta feira, já estava começando a acostumar com a rotina da cidade, como era a segunda vez que participava do projeto, os rostos já familiares, pareciam de amigos distantes que não se viam a muito tempo. Acordei cedo como de costume, estendi a minha cama e fui tomar café da manhã, assim como nos outros dias, cheguei de leve na porta do quarto da senhora que estava me hospedando e cumprimentei com um bom dia. Comi pão de sal com manteiga e tomei um café preto.

Melhor no mundo não existe!

Como pode um simples café preto ser tão saboroso e único, mesmo comprando o mesmo grão, mas coendo em Belo Horizonte não tinha o mesmo gosto, que saudade que eu estava.

O dia estava corrido, cheio de atividades para serem realizadas, durante uma conversa descobri que estávamos no dia de São Tomé e que iria ocorrer uma procissão da comunidade até a igreja matriz. Nesse momento meu coração acelerou, pois sabia que era a comunidade que fiquei hospedado no projeto passado e ainda não tinha encontrado ninguém da minha "família" anterior. O tempo foi passando e mais próximo estava ficando da procissão, com isso, maior ficava a minha ansiedade, só conseguia pensar "será que encontraria alguém conhecido?", "será que me reconheceriam", "será que lembrariam de mim?" e assim fui passando o restante do dia.

Quando estavam chegando, eu estava na praça principal, um movimento maior estava acontecendo e com isso eu corri para uma grade de metal que estava na entrada da igreja. Aos poucos as pessoas foram passando e ainda não reconhecia ninguém, quando de repente reencontrei todos. A ansiedade virou alegria, quanto tempo tinha passado, como todos estavam tão diferentes, mas ao mesmo tempo tão iguais e tão familiares, aquelas pessoas que no ano

passado tinham me hospedado por um final de semana, mas que em tão pouco tempo entraram no meu coração e se consolidaram como pessoas tão importantes na minha vida.

Pedi bênção para dona Bastiana, assim como sempre fazia com aquela senhora, que considero como uma segunda avó, conversei um pouco com todos devido ao tempo apertado e assim voltei para minhas atividades do dia. Com sorriso no rosto e com a certeza que mais tarde iríamos conversar muito mais, para atualizar o tempo de separação.

Preparativos

Adriana Diniz de Deus

Se eu fosse identificar um sentimento preponderante entre nós, durante os mais de seis meses de preparativos eu diria entusiasmo.

Estava tão entusiasmada que fazia as minhas tarefas muitas vezes nas horas de lazer ou elas eram lazer na minha hora de trabalho? Só sei, que elas se embaralhavam!

Foram muitos os estudantes que queriam participar. O edital saiu com as diretrizes e objetivos do projeto junto com as datas já marcadas dos seminários e viagens.

Nossa! Foi difícil escolher, mas com ajuda das monitoras, analisamos as cartas de intenção e realizamos muitas entrevistas. Chegamos ao fim do processo de seleção com 47 estudantes do curso de medicina, fisioterapia, enfermagem e psicologia. Estes estudantes juntaram-se a nós, 10 professores e profissionais da saúde, para formarmos nossa equipe de trabalho.

No dia do primeiro seminário, já com a logomarca criada, tínhamos que apresentar, com mais detalhes, as propostas do projeto. Queríamos fortalecer as iniciativas do SUS de Belisário e Rosário da Limeira, atuando no cuidado, na educação, cultura e na gestão em saúde, de maneira interprofissional. Nossa intenção também foi a de proporcionar aos alunos dos cursos de saúde da PUC Minas Betim, uma experiência de inserção em uma comunidade rural, qualificando sua formação na perspectiva do cuidado integral da pessoa, da família e da comunidade.

Dividimos os participantes em 7 equipes. Cada uma com 1 a 2 profissionais e 6 alunos extensionistas. Foram inúmeras reuniões, entre os grupos, para organização detalhada das atividades.

Para conhecer melhor a realidade de Belisário e conversar com as diversas lideranças da comunidade, viajei com mais

três monitores para o distrito, ocasião em que nos encontramos com os diretores das escolas, pastores e padres das Igrejas, profissionais da equipe de Saúde da Família e Comunidade, coordenador do grupo de artesãos de Belisário e outras lideranças. Explicamos o projeto e trocamos ideias sobre as atividades e os temas das ações educativas e oficinas que iríamos realizar. Voltamos para casa e continuamos o trabalho de preparação.

Nos quatro Seminários, realizados aos sábados pela manhã, juntávamos todos os participantes para estudo e alinhamentos teóricos, abordando temas relevantes para qualificação das ações como: clínica ampliada, clínica centrada no sujeito e na família, cuidado integral, educação em saúde, educação popular em saúde, práticas integrativas em saúde, projeto terapêutico singular compartilhado.

Entre os seminários fazíamos reuniões das equipes e preparávamos as atividades, pensávamos com detalhes as metodologias e elaboramos os materiais didáticos necessários.

Acordei às 5:00 horas da manhã. O nosso ônibus estava marcado para sair às 5:30, mas devido a quantidade de malas, caixas, manequins, material impresso dos 54 pessoas participantes, demoramos mais de 1 hora esperando os motoristas encaixarem as bagagens no porta-malas. Estávamos todos eufóricos pela possibilidade de vivenciar esta experiência, e entusiasmados… muito entusiasmados!

Corações que cuidam

Karen Larissa Junca Ferreira

Sob o céu tranquilo de Belisário, algo especial se desenhava. Não era apenas um projeto de extensão: era uma trama viva de histórias, saberes e gestos. Cada um de nós, com nossas particularidades, chegava com uma bagagem única: experiências, anseios, e sonhos. E foi nessa diversidade que encontramos a verdadeira força da nossa equipe.

A Equipe 7 não era apenas multidisciplinar, era transdisciplinar: uma conexão que transcendeu as especialidades de cada um e formou algo maior, um tecido entrelaçado de cuidado e amor.

As consultas eram um reflexo dessa conexão intensa. Cada atendimento trazia não apenas a ciência e a técnica, mas também a escuta atenta, o olhar empático e o toque humano. O que acontecia ali não era somente o cuidado com o corpo, mas o reconhecimento do outro como um ser completo, com suas dores, suas histórias e esperanças. Aquele espaço de consultas multidisciplinar se transformava em um palco de trocas: saberes médicos, fisioterapêuticos, psicológicos, de enfermagem e todos se uniam, dançando em sincronia para acolher cada paciente como um todo.

A diversidade da nossa equipe foi o que nos fez fortes. Cada palavra trocada, cada gesto compartilhado, ampliava nossa compreensão e nossa capacidade de enxergar além do que os olhos podiam ver. Ali, entendemos que cuidar é construir pontes, é ver o mundo através dos olhos do outro e aprender com isso. Foi inspirador ver como a vida de cada membro da equipe influenciava e enriquecia o trabalho que fazíamos juntos. Estávamos unidos por um propósito maior: oferecer um cuidado que transcendesse o óbvio, que envolvesse cada ser humano que atendíamos como alguém único, digno de toda nossa atenção e empenho.

Ao final de cada dia, olhávamos para trás com a certeza de que estávamos vivendo algo profundo. Não apenas

transformávamos vidas, as nossas próprias vidas também estavam sendo transformadas. A conexão entre nós, era intensa, sólida, como se cada um de nós estivesse exatamente onde deveria estar, cumprindo seu papel nessa trama de cuidado e aprendizado. Belisário, com sua simplicidade e generosidade, nos deu muito mais do que pudemos oferecer.

A Equipe 7, com suas diferenças e particularidades, se tornou um símbolo do que é possível quando transcendemos as fronteiras das disciplinas e permitimos que o amor ao próximo seja o fio condutor do nosso trabalho. E assim, em Belisário, deixamos um pedaço de nós, levando para sempre em nossos corações a lição de que cuidar, verdadeiramente, é uma arte tecida em conjunto.

A luz da espiritualidade na natureza

Gabriela Silva Garcia

Em um dia livre de programações de atividades em saúde, o grupo de estudantes e profissionais decide fazer uma caminhada até a Vila Franciscana, todo caminho foi presenteado por uma vista rica em água e muita natureza.

A cada ar inspirado me pego fazendo uma nova reflexão e uma aproximação com a essência do meu eu. O dia quente faz com que os raios solares incidam com maior intensidade na minha pele, trazendo ainda mais a energia da natureza, me recarregando para as novas experiências que estão por vir.

No meio do caminho, encontro um incrível patrimônio hídrico do Município, a Bica Zé Carneiro, a água escorria com muita abundância por meio de um cano feito de bambu, e caía com mais energia em um reservatório. Em um instante, me deparo lavando as minhas mãos e sendo presenteada mais uma vez por toda limpeza energética que os elementos da natureza me proporcionam. O cenário próximo a bica era repleto de flores vermelhas e muitas borboletas. E me pego pensando, quanta vida há neste lugar!

Chegando na Vila me deparo com uma linda capela que apesar da simplicidade de sua estrutura, sua beleza chama a minha atenção. Do lado de fora, no canto esquerdo, observo a presença de um lindo sino, na parte mais central próximo ao telhado, percebo a existência de uma imagem de Nossa Senhora das Graças, com uma cruz logo acima. E então me pergunto: de onde vem tanta luz? Rapidamente minha curiosidade desperta e decido entrar naquele lugar tão iluminado.

Ao entrar percebo que a iluminação vinha diretamente de dentro. Se por fora muitos a consideram simples, por dentro a capela é extremamente rica em detalhes.

Sento-me em um dos bancos e minha visão se concentra inesperadamente no altar, um lugar muito iluminado com uma linda vela amarela e na parede bem atrás percebo a

representação de um sol que faz com que a luz divina esteja ainda mais presente.

Logo abaixo do altar vejo a existência de algumas flores de antúrio vermelho, transparecendo a forte influência da natureza naquele local. Nas laterais há imagens de santos católicos, acima um enorme crucifixo com a presença da imagem de Jesus Cristo, enaltecendo a força da espiritualidade na vida daquele povo.

Logo mais ao fundo do ambiente, há uma espécie de telhado por onde os raios solares penetram cuidadosamente preenchendo todo espaço com luz natural.

Observando essa paisagem, prontamente uma paz espiritual tomou conta de mim.

Por um bom tempo medito palavras de gratidão por toda proteção e devoção à espiritualidade que me guia. Ao mergulhar nesse momento de conexão consigo ouvir ao fundo sons de pássaros e minha visão se volta diretamente para as janelas presentes no ambiente, percebendo o movimento dos ventos nas árvores, trazendo uma plena calmaria interior.

Percebi. A luz da espiritualidade está na natureza, basta deixar sentir!

Descobri a magia de toda Vila Franciscana que me fez resgatar a infinitude da força da natureza atrelada a minha espiritualidade. Finalizo meu dia com energia leve, graças a toda rica natureza de Belisário.

Noite Mística

Eliane Rocha de Albuquerque

A noite escura.

Ruídos na mata ao redor. Os passos hesitantes, sem a ajuda dos olhos acostumados à direção da luz.

Em uma das mãos, uma pequena estrela luminosa... luminosidade bruxuleante que fixa o olhar mas não devolve a chama. Apenas diz: estou aqui, pode contar comigo na minha pequenez. Isso me leva a pensar na importância do pequeno.

Pouco pode, mas está ali para mim!

Na outra mão, a mão da amiga. Sustento na caminhada. Passos síncrones, silêncio da fala, mas não das emoções. Ali se consolidou uma grande amizade.

A luz da fogueira, finalmente.

A luz que atrai os olhos e dá sentido à caminhada. Vozes que se elevam no ritmo primitivo dos poemas partilhados.

Sinto a presença do Pai, que me convida à partilha. Partilho as luvas, está frio. Partilho a echarpe, está frio e ela tosse, tosse, tosse…

O coração que se aquece na presença dos outros.
Gratidão! E uma sensação de "pertença" perpassa tudo.

Momento de voltar à vida.

Levar no coração o vivido e o vívido. A mão da irmã na minha. Tropeço e ela me sustenta. Sinto que também na vida será assim. Tropeçarei sempre, mas o Pai ali estará sempre para me sustentar.

Aconchego e gratidão!

Sexto dia

Isabela Rodrigues dos Anjos Silva

Era o sexto dia, um dia destinado a reflexões sobre tudo o que experienciamos durante o tempo de projeto em Belisário. O céu azul, pintado com nuvens delicadas, servia de moldura para um cenário de paz e introspecção. Ali, encostada em uma grande cerca branca, com vista para as montanhas que pareciam abraçar o horizonte, eu mergulhava em minhas reflexões mais profundas. A natureza, em sua exuberância silenciosa, me conectou a algo maior: a mim mesma, ao espírito que me guia, e a profissional que eu tanto almejo ser. Uma brisa leve soprava no meu rosto e a espiritualidade daquele lugar me puxava cada vez mais para dentro de mim. Os pensamentos me levavam a navegar pelas recordações dos dias que já haviam se passado e me recordava de cada um dos pacientes em que visitei, com suas histórias únicas, seus rostos, suas dores e sorrisos que me atravessaram de uma forma indescritível, cada um deles plantou uma semente de sabedoria, de compaixão e de esperança em meu coração. Em meio a tantas lembranças emocionantes não consegui conter o choro, me permiti, externalizar aquilo que já não cabia mais dentro de mim.

Na calmaria daquele cenário, encontrei as respostas que buscava. Diferentes pessoas, diferentes especialidades, diferentes visões. Apesar de tantas diferenças, algo me parecia ser comum entre todos os que tornaram possível a realização do projeto: nós compartilhávamos de propósitos e sonhos semelhantes. Os profissionais que, com tanta sabedoria e conhecimento, trouxeram riqueza a essa experiência, cada uma com seu brilho próprio, transformaram esses seis dias em algo muito além de um simples projeto de extensão. Todas essas pessoas, em sua simplicidade e profundidade, se transformaram em uma verdadeira família, uma gigantesca teia de afetos que me envolveram. Ao enxugar as minhas lágrimas um abraço caloroso de alguém muito especial me embalou, como um afago necessário naquele momento. Ali, ao fim daquele lindo dia, a certeza da saudade que viria, dos tantos risos, experiências, sentimentos, pessoas e daquele magnífico lugar ao fim da nossa jornada era tão clara

quanto o céu que me iluminava. As incertezas do futuro ainda haviam de existir, mas em minha alma, transbordava um sentimento de tamanha alegria e graça por tudo o que Belisário havia me proporcionado viver e experimentar. Tudo isso eu guardarei para sempre, com muito carinho, dentro do meu coração.

Arte que cura

Adriana Diniz de Deus

Hoje o dia amanheceu ensolarado.

Cada equipe se dirigiu ao local determinado para os cursos, oficinas, rodas de conversa e encontros. Tudo ao mesmo tempo, nas praças, nas igrejas, nas escolas, para que as pessoas da comunidade pudessem escolher entre as diversas atividades oferecidas, aquela que mais a interessava.

Oficina de velas, oficina de origami, de incenso, de óleo essencial, ginástica para energia vital, de contadores de histórias, construção de brinquedo, encontro de teatro com jovens, encontro para meditação e massagem.

Metodologias ativas e criativas, muito material didático diversificado adequado para as crianças, adultos e idosos. Curtimos pensar, preparar, organizar e realizar os encontros. Várias atividades ao mesmo tempo para uma comunidade pequena.

Dia de sábado, hora de colheita de café. Foram poucos os participantes, mas para estes, valeu a pena! Para nós, uma grande aprendizagem.

Já a noite muita participação e alegria. Após a missa, na praça enfeitada havia barraquinhas de doces, salgados, de caldos e artesanatos. Nossas barracas da saúde da mulher, do homem, da criança, dos idosos e da urgência, com jogos e dinâmicas divertidas foi um sucesso entre os festeiros. Fogueira, quadrilha e forró animaram e esquentaram ainda mais a noite fria.

Arte que alegra, que une as pessoas, que aconchega. Arte que cura.

Cercado pelas maravilhas de Belisário

Lenara Santos Ciotto Martins

Tinha chegado naquela comunidade rural pela manhã e depois de várias consultas, chegou a hora do almoço, fui então para a casa em que ia ficar hospedada, o pessoal me recebeu com carinho, tinham feito um almoço gostoso para me receber. Depois de conversar com eles e almoçar, eles me falaram para ir descansar um pouco, então, como recusar depois de alguns dias agitados como aqueles, deitar um pouco, nem que seja para fechar os olhos por um minuto seria perfeito. Fui me recolher, naquele quarto que seria meu, por dois dias, e ao olhar para a janela do quarto fiquei estupefata, vi o jardim da casa e as montanhas ao redor, plantações no topo de um morro, um céu azul, toda aquela paisagem emoldurada pela janela e, então, por um breve momento senti paz. Parecia uma pintura daquelas que alguém capta toda a essência do lugar e cola em uma tela. Ao comentar com os moradores o quão belo era aquele lugar, os moradores diziam não achar mais e nem reparar naquela paisagem, o quão normal as coisas se tornam quando são vistas todos os dias, se tornam tão banais. Para nós, que víamos tudo pela primeira vez, parecia tudo tão lindo.

Para finalizar essa contemplação, no outro dia, depois de mais atendimentos, fomos a casa de um dos moradores para dar uma resposta sobre o caso dele, só não tínhamos transporte para voltar. Foi até engraçado, um pequeno "surto", tivemos que decidir o que fazer, e não teve jeito, tivemos que ir a pé mesmo. E foi assim, a luz do sol nos abandonando, os sapos começando a nos mostrar sua voz, a luz dando lugar a completa escuridão, a não ser pela luz dos nossos celulares que iluminavam a estrada de terra para nos manter firmes no caminho. Tal cenário era acompanhado de fundo pelas nossas conversas e risadas. Quando chegamos no nosso destino final, e olhamos para o céu, ele nos mostrava todo o seu esplendor, estava repleto de estrelas. E foi com esse cenário que finalizamos nossa passagem por aquela comunidade, como se aquele fosse um presente para nós, mas ao mesmo tempo, uma despedida.

Reencontro

Bárbara Silva Oliveira Martins

Pedi muito ao universo que escolhesse uma casa acolhedora com afeto, que separasse para mim, uma família de coração bom, que esse encontro fosse belo. O destino foi generoso, a minha família, de uma pessoa só, me recebeu de braços e coração abertos, e não foi um encontro, a gente se reencontrou.

Lourdinha com u, amiga do Frei, viúva de SP, filha de Dona Elvira, irmã de Cleo, sobrinha da Dona Elvirinha, é assim que as pessoas são reconhecidas no interior. Você é a sua família, de onde veio, de quem é filho.

Eu reencontrei a Lourdinha, mulher forte, leal a sua origem, corajosa, boa de papo, que não abre mão da sua solitude, vaidosa, guerreira, sofrida, dona de sua própria história, afetuosa, inteligente, sagaz, sensível, aventureira, solitária, com uma bagagem de vida pesada, mas que não deixou isso amargar a sua essência, é livre, traz leveza e aconchego no olhar.

Eu acabei de descrever as mulheres da minha família, começando pela matriarca Vó Tilinha, passando pela minha mãe, tias e primas. A minha ancestralidade feminina tem uma potência gigantesca, a mulher sagrada que me tornei, é resultado da força de muitas mulheres que carregam o mesmo sangue que o meu. Lourdinha com u, não tem o meu sangue, mas, em algum lugar, em algum tempo, a gente já se esbarrou pelo caminho e nos conectamos através das dores e amores.

De todas as vivências de Belisário, a mais bela com certeza, foi esse reencontro. Até o cheiro que a casa dela tem, me lembra algo familiar.

Que doideira essas coisas que não tem explicação. Simplesmente acontece, e se a gente estiver de olhos abertos, a gente se permite viver esses reencontros.

Um dia em Belisário

Iris Dutra Barbosa

A brisa acariciava meu rosto, carregada pela fragrância úmida da mata. Sentada à beira da cachoeira, com a água cristalina sussurrando aos meus pés, senti uma paz profunda que há muito não experimentava. O dia em Belisário havia sido um bálsamo para a alma, um convite à introspecção e à conexão com a natureza. A natureza, com sua força e beleza, me lembrava da minha própria pequenez e da importância de viver em harmonia com o mundo.

A companhia dos amigos, a beleza da paisagem e a simplicidade das conversas criaram um ambiente propício para a reflexão. Enquanto observava a água que corria impetuosa, recordava as palavras do Frei Gilberto sobre a importância da preservação do meio ambiente. Suas palavras, carregadas de sabedoria, transmitiam a história daquela terra e a necessidade de cuidarmos dela.

A caminhada me proporcionou a oportunidade de conhecer pessoas com histórias de vida muito diferentes das minhas. Compartilhamos medos, sonhos e desafios, criando um espaço de compreensão mútua. Cada um de nós, de alguma forma, curava e era curado pelas experiências do outro.

No fim da noite, sentados na mesa do GAB, partilhamos histórias, risadas e chocolate. As conversas, por vezes acaloradas, revelavam a complexidade das relações humanas e a importância da empatia. Aquele momento, tão simples e ao mesmo tempo tão profundo, me fez valorizar ainda mais os laços que me unem às pessoas que amo.

Ao voltar para casa, carregava comigo a sensação de ter vivido um dia especial. Um dia em que a natureza, a amizade e a reflexão se entrelaçaram para me oferecer um presente inestimável: a paz interior.

Noite Mística

Adriana Diniz de Deus

Era uma noite sem lua, escura, apenas com o brilho de centenas de milhares de estrelas e a luz das nossas velas, que iluminavam precariamente nosso caminho da Vila Franciscana até a cachoeira do rio da fumaça.

O terreno irregular de terra e pedras nos incentivava a caminhar apoiando uns aos outros. Não havia conversas, escutávamos o silêncio da mata e os nossos pensamentos mais profundos.

Avistamos um clarão. Uma fogueira rodeada de tochas ao lado da cachoeira que agora emitia um som tão alto de suas águas batendo nas pedras, como nunca antes tinha percebido. Formamos um círculo ao redor da fogueira e nos demos às mãos. O silêncio das palavras foi interrompido por uma canção que nos convidou a dançar. Fizemos uma dança circular. Uma sensação prazerosa dominava meu coração. Em seguida uma poesia, versos que nos faziam refletir. Música e silêncio para escutar a mata, as águas, o vento.

Uma oração de São Francisco, tudo a ver com aquilo tudo. O tambor agora ressoava poderoso. Me senti integrada ao todo, com os outros e com a natureza, encharcada de espiritualidade.

Onde os Saberes se Encontram

Aline Domingues Barreto

Lembrar-me da experiência de Belisário trás memórias de um local extremamente acolhedor, de muita paz, sabedoria, de pessoas humildes e verdadeiras. Tratou-se de uma vivência única, em que a troca de saberes e afetividades foram intensas.

Tivemos a oportunidade de trabalhar de forma multiprofissional e de aprender a entender e a valorizar a complementaridade dos conhecimentos e a importância do trabalho em grupo sem a hierarquização de áreas profissionais. Além disso, a prática de elaboração de oficinas e rodas de conversa nos oportunizou perceber que o ensino e aprendizado nunca são unidirecionais, e sim uma forma de troca de conhecimentos entre os estudantes/ profissionais de saúde e a população local. Ainda, ao final do projeto, foi possível se fazer uma reflexão sobre a nossa própria vida, objetivos, formação e a importância da religiosidade em nossa jornada.

O que levo de mais importante deste projeto, são as boas memórias, vínculos profissionais e humanos. Ser acolhida pelas famílias no distrito de Belisário e nas comunidades rurais foi para mim, uma vivência singular, em que me proporcionou sair de minha bolha social, enxergar outras realidades de vida, de trabalho, de constituição de núcleos familiares diversos e distintos, aos que estou habituada a conviver. Pude notar que mesmo sobre os desafios e dificuldades sociais, o interior é preenchido de muita afetividade e colaboração entre seus moradores. Como diria Guimarães Rosa, "Sertão mineiro" é local em que um vizinho ainda se preocupa com o outro, em que as conversas acontecem ao longo do dia nas ruas da cidade, em que o olho no olho é mais importante do que seguidores e postagens em redes sociais, enfim, do que ser, é mais essencial do que, ter.

Flores a Porta

Kelvin Douglas Alves Valadares

Vistosas flores nos convidavam à porta, e a admiração que sentíamos por elas parecia um vislumbre das sensações que nos aguardavam naquela manhã. A casa era simples, antiga, com detalhes em azul celeste, e passarinhos na varanda nos cortejavam com cantos contentes. "Bom dia, Seu Benedito! O senhor está por aqui?", chamamos algumas vezes, enquanto nossas vozes ecoavam sem resposta, e então caminhamos em direção à porteira que nos levava novamente àquela estradinha de terra que cortava a pequena vila dos alfeneiros. De repente, ouvimos sua voz mansa e cheia de uma tranquilidade que só o tempo traz. "Tô aqui! Eu 'tava' ali com os gados. Vou abrir a casa, mas podem ficar à vontade, viu?", disse ele, num tom simpático e acolhedor, como quem recebe velhos amigos. Devagar e com suavidade, ele nos convidava a sentar e tomar um cafezinho, enquanto, curiosos, observamos os detalhes daquele lar que parecia ter muitas histórias a contar.

Quando perguntei sobre as flores, Seu Benedito me contou que sua falecida esposa as amava muito e sempre cuidava delas. Após a partida dela, ele resolveu continuar cuidando, como forma de preservar a memória da amada. Admiramos seu acolhimento e bom humor; a cada minuto que passamos com ele, mais desejávamos permanecer ali. Era um homem forte, que passou a vida toda trabalhando no campo, e hoje cultivava amizades com filhos, noras e os conhecidos da comunidade. Em seu vasto arcabouço de memórias, havia histórias emocionantes e divertidas, como a vez em que parou de fumar depois de uma cirurgia. "Na época, eu pensei: 'Se eu posso ficar um mês sem isso, posso ficar o resto da vida.' Hoje só tomo uma cachacinha quando vou ao centro da cidade, mas aí 'tomo' umas três", disse ele, fazendo-nos rir bastante enquanto concordávamos.

Apresentou sua casa e mostrou suas medicações enquanto o consultamos, ajudando a organizar os remédios com pequenos desenhos que colocamos nas caixas. Para nossa surpresa,

Seu Dico, como pediu para ser chamado, fez muito mais por nós, do que nós, por ele. Percebi isso no momento em que senti seu caloroso abraço ao nos despedirmos, e me dei conta de quanto tempo fazia que não me sentia tão privilegiado, querido e bem-vindo. Seu Dico me lembrou, em muitos momentos, meu falecido avô, e criou uma memória inesquecível de um encontro que, embora breve, marcou profundamente o desejo de me afeiçoar a esse senhor tão gentil, que um dia acolheu, a mim, um estranho, com tanto afeto.

Despedimos daquele lugar que, com suas perfumadas flores, muito lembrou a beleza da alma de quem ali morava. Gratos, reflexivos, felizes e transformados. Assim seguimos pela estradinha de terra que agora também cortava doces lembranças em nossos corações, cada passo marcado pelo silêncio sereno de quem sabe que viveu algo especial.

Enquanto o cantar dos passarinhos de varanda misturava ao vento, por um instante, parecia que, compartilhavam de nosso sentimento. Enquanto caminhávamos, olhávamos para trás, sabendo que, naquela pequena consulta, encontramos muito mais do que esperávamos: um pedaço de paz e um exemplo de simplicidade que dali nos acompanharia.

Sentimentos

Luísa Chaves Simões Silva

Quando eu penso em Belisário, eu penso em sentimentos.

Penso na saudade de ser uma aluna egressa do curso, voltando para a Universidade que se formou e participando do Projeto de Extensão tão familiar, mas tão único. E, assim, sinto.

Penso em satisfação, por poder colocar em prática a Medicina de Família e Comunidade que essa mesma Universidade me apresentou, com vivências e experiências que me abriram portas – enquanto abria a minha mente e o meu coração. E, assim, sinto.

Penso na expectativa de querer fazer o melhor, dentro das condições existentes. No brilho no olhar dos estudantes descobrindo diferentes modos de vida, no ouvido atento às histórias contadas. No anseio das portas abertas e o receio das portas fechadas. E, assim, sinto.

Penso também na angústia, de não ser o suficiente. De fazer tanto, mas ainda ser tão pouco. De querer fazer, mas não poder. O medo do vínculo, junto ao desejo de vincular. E, assim, sinto.

Penso no cansaço do trabalho e no descanso que o trabalho faz, desde que com sentido. Com sentimentos. A aceitação das nossas falhas e a motivação de melhorar. O alívio de trabalhar em equipe, com a hesitação de compartilhar as responsabilidades. A preocupação em ensinar, com o alívio em aprender. A comoção pelas pessoas, o apego pelas nossas memórias. E, assim, sinto.

Os livros não ensinam a sentir. Falam, mas não são capazes de ensinar sobre os afetos. Quem ensina são as pessoas, a vida sobrevivente, a natureza protegida. Quem ensina é o

tempo. E tempo é recurso escasso que normalizamos abrir mão.

E o tempo poderia ser um sentimento por si só. Sentir tempo de tomar um cafezinho plantado, colhido e torrado pela própria família. Sentir tempo de rir e fazer rir as pessoas que atende. Sentir tempo de trocar saberes com diferentes pessoas. Sentir tempo pra sentir.

Quando eu penso em Belisário, eu penso em sentimentos. Penso no sentir o tempo. Em balançar olhando para o pico do Itajuru. Em entrar na cachoeira gelada com águas de bauxita. Em olhar nos olhos das pessoas que ali vivem. E, assim, tempo.

Uma noite gravada na memória

Isabela Rodrigues dos Anjos Silva

Havia sido um dia longo e cheio de emoções na Vila dos Godinhos. Mesmo fatigada após as programações do dia, ao cair da tarde, ali me encontrava tomada pela vontade de vivenciar mais uma das experiências que nos aguardava: a noite mística. O céu escurecia como um manto de serenidade e eu mal podia esperar pelo que havia de viver. Partimos em direção a Vila Franciscana para um encontro com o sagrado, um mergulho profundo em nós mesmos, guiados pela grandiosa e exuberante natureza que abraçava aquele lugar.

Então, sob a suave luz das velas moldadas em estrelas, seguimos em procissão. A melodia que nos conduzia me era familiar, tocava a minha alma, como se cada acorde pertencesse a mim própria. A cachoeira com o seu canto natural conduzia a trilha sonora daquele momento ao redor da fogueira que nos aquecia. Frei Gilberto falava com muita propriedade do fazer de nossa profissão, falava também de amor, de entrega e de partilha. E cada palavra parecia um eco dentro de mim. As lágrimas cobriam o meu rosto sem que eu as percebesse, lágrimas de um coração que sabia estar no caminho certo, de um coração que estava em paz e repleto de um sentimento, que ainda não cabia em palavras, por ter tido o privilégio de vivenciar aquela linda jornada de seis dias em Belisário.

A cada exercício de respiração, sentia o meu coração pulsar com mais força, como se fosse alimentado pela certeza de que meu propósito estava claro e que uma força maior guiava os meus passos.

Aquela noite, com suas águas, céu estrelado, e profundo silêncio, gravou em minha alma e seria para sempre, um lembrete para os momentos de dúvidas e obstáculos, de que o chamado que me move é maior e mais forte que qualquer desafio que eu havia de enfrentar na longa caminhada que, eu, carinhosamente chamo de vida.

Olhares diferentes, cuidado integral.

Adriana Diniz de Deus

É difícil para mim descrever o que sinto quando assento em volta de uma mesa com profissionais e estudantes de medicina, de fisioterapia, psicologia e enfermagem para conversar, trocar ideias e construir o plano de cuidado da pessoa que, horas antes, atendemos juntos, em sua casa.

Este momento de troca ocorre quando saberes, visões, olhares e experiências diferentes se completam durante a vivência do cuidado.

Falo de um cuidado integral onde a saúde da pessoa é enxergada como um todo, não fragmentada, mas inteira, nos seus aspectos físicos, psíquicos e espirituais, dentro do seu contexto familiar e social.

As discussões foram intensas. Para construção dos planos de cuidado, todos se empenharam em oferecer o melhor de si, com detalhes descrevendo o que viram, sentiram e raciocinaram. Dúvidas foram levantadas, propostas eram completadas. A conversa fluía gostosa e o tempo passava sem a gente perceber.

Porém, algumas vezes, apesar do nosso esforço e intenção, o cuidado exigia mais do que nossa capacidade de resolução das questões apresentadas. Mas a frustração tinha que dar lugar a uma ação ainda mais ampla, com envolvimento de outros setores da família e da comunidade. A intersetorialidade, tão fundamental para o cuidado integral, se apresentava vigorosa. Outras vezes sentimos que o cuidado em saúde esbarra nas raízes mais profundas da estrutura social de desigualdade em que vivemos. Nos faz refletir sobre nossa atuação cidadã.

Este processo é um momento mágico de construção, aprendizagem e partilha. Ele possibilita, para aqueles que participam, potencializar as possibilidades de ampliação do olhar integral da pessoa atendida e da sociedade onde vive. A partir de então o Plano de Cuidado vai

coletivamente se construindo intersetorial, interprofissional, interpessoal e integral. E nós vamos nos constituindo como pessoas mais sensíveis, mais profissionais, mais implicadas e mais acolhedoras.



Dor Invisível

Ana Catarina Azevedo Costa

Manhã de muitas nuvens brancas. Em um quintal de terra, com pasto e árvores, nos mais variados tons de verde ao fundo.

Nos reunimos em roda, buscando acolhê-lo, e entender a sua história, anseios, queixas e sonhos. A conversa fluiu de forma espontânea, conduzida por uma mulher, que tanto admiro e me ensinou nesse projeto. Observávamos, admiradas sua capacidade de ouvir e colher com cuidado cada detalhe e cada dor escondida.

No recanto de seu peito, havia um aperto, um eco de dor sem nome, sentida na barriga, costas e peito. Nas sombras de uma infância: o desespero e o abandono que insiste e consome.

A construção social de uma família rompida, fruto de uma relação instável. A angústia de "não ser normal como os colegas", o peso de tornar as coisas mais leves para o irmão mais novo.

O corpo grita, sem ser escutado. E no silêncio, a alma se perde e perece. Nas noites vazias, as lembranças do passado,o medo constante e o futuro incerto.

Ele busca no irmão e no pai a proteção, mas a dor persiste, sem solução. Seu sonho é ser como o pai, seu abrigo. Fugir das sombras que o passado deixou.

Mas na mente, as feridas tão profundas, a dor do coração no corpo ecoou. Sua dor invisível, por poucos sentida, num grito mudo, num olhar torto…
Quem acreditaria numa dor que não aparece em nenhum exame? Nós. Nós acreditamos.

Obrigada, Beli

Thais Emilly Arcanjo Oliveira

Somos atravessados pela existência do outro a todo momento. Os encontros e desencontros acontecem nas coisas mais simples, pequenas, miúdas. Muitas vezes nem percebemos ou nos damos conta da dimensão que isso tem. Uma coisa que a medicina vem me ensinando, principalmente após o internato em Saúde Mental, é, como ser mais sensível a isso, a valorizar essa experiência. Aprender com o outro e pelo outro é algo extremamente rico e potente. E esse projeto de extensão foi uma oportunidade única e emocionante para vivenciar tudo isso.

A preparação antes da viagem, o contato com pessoas diferentes e fora do ciclo de amizade, os estudos para além de uma avaliação, como estamos tão acostumados no meio acadêmico. Tudo isso foi desafiador e instigante. O caminho por si só foi um aprendizado. É um aprendizado.

Nesse caminho, ver o olhar brilhando daqueles que já participaram com tamanho entusiasmo e carinho fazia com que a ansiedade e a empolgação também se fizessem presentes nesse processo. Criava vários cenários e possibilidades de como seria vivenciar esse projeto. Mas fui surpreendida em cada detalhe vivido. Após a viagem, percebi que, por mais que tentasse, não teria elementos suficientes para elaborar algo como foi, e é esse projeto.

Belisário exigiu de mim uma autonomia e independência logo de cara. Estar em um subgrupo nas visitas domiciliares na qual era a única figura que conduziria as consultas pelo olhar da medicina fez com que eu fosse “sacudida”.

Inicialmente, fiquei com medo e apreensiva, achando que não daria conta. Entretanto, ao longo de cada visita, cada discussão, via o quão amparada eu estava. Aquela equipe, protagonizada por alunas, era potente. Potente no acolhimento do outro e de si mesma. Amparávamos umas às outras, e só assim conseguimos oferecer o melhor às pessoas que atendemos.

Acredito que esse seja o melhor (ou único) caminho para que tenhamos autonomia. Em 9 semestres de faculdade, em 9 estágios praticados em grupo, não aprendi e cresci tanto quanto nesses 10 dias em Belisário. Foi um conhecimento singular e transformador.

Andar pelas ruas de Belisário, escutar as conversas nos comércios, ficar na casa de pessoas completamente desconhecidas, fazer visitas domiciliares. Momentos de escuta atenta e genuína. De ser invadida por tantas histórias, por tantos sentimentos, por tantas vidas. De estar na comunidade e ser comunidade. De fazer parte de algo diferente. De vivenciar uma medicina que faz muito mais sentido do que aquela presente nas salas de aula, presa dentro dos muros da universidade. De pensar saúde para o povo e com o povo. De ir além das provas, trabalhos e editais de residência.

O projeto me pediu para me abrir ao desconhecido, ao novo, à incerteza. E foi assim que acabei me conhecendo mais.

Como acadêmica, como futura médica, como futura profissional do SUS, como agente de mudança, como ser social. Não há como existir sem ser impactado pela existência do outro. E com o projeto você se torna mais sensível para perceber a beleza disso.

Sob a Luz da Lua

Iris Barbosa Dutra

A noite se estendia como um manto estrelado, envolvendo a cidade em um silêncio contemplativo. Ao retornar para casa, após uma noite de reflexões e descobertas, senti-me mais próxima de mim mesmo. As palavras trocadas com Marco, ecoavam em meus ouvidos, como um eco distante de uma conversa que transcendeu as horas.

Aquele encontro casual na praça, com seus jogos e conversas, havia se transformado em uma jornada introspectiva. Revivi minhas próprias fragilidades, minhas inseguranças e a necessidade de me conectar mais profundamente com as pessoas ao meu redor. As máscaras que eu usava para me proteger começaram a se desfazer, revelando um eu mais vulnerável e autêntico.

A conversa com Marco foi um presente inesperado. Suas palavras me convidaram a olhar para dentro de mim mesmo, a questionar minhas crenças e a buscar um sentido mais profundo para a vida. Senti-me acolhida e compreendida, como se tivéssemos compartilhado um segredo íntimo.

Ao deitar na cama, com a mente repleta de pensamentos, percebi que a vida é uma jornada repleta de altos e baixos, de alegrias e tristezas. E que, em cada momento, temos a oportunidade de aprender, crescer e nos conectar com os outros.

Seu Joaquim, Suas Plantas e a Maior Sabedoria do Mundo

Gustavo Mendes Santiago

Ainda não eram nem duas horas da tarde quando Seu Joaquim apareceu, com um andar calmo, na varanda da casa onde estávamos hospedados. Ele trazia um saco daqueles de esterco, enrolado em forma de um pequeno retângulo, segurava-o como se segurasse a coisa mais importante do mundo. Ainda desconfiado e em dúvida se era ali que deveria estar, Seu Joaquim chega puxando assunto sobre amenidades "estão preparados para o frio? Vocês são de Muriaé?...". Depois de poucos minutos e já percebendo que sim, era ali que ele deveria estar, Seu Joaquim já estava contando sobre sua ida para o norte de Minas, com detalhes impressionantes e um indescritível brilho nos olhos, parecia que havia voltado da jornada mais importante da sua vida há poucos dias. Mas não. Era uma viagem antiga e por mais importante que ela tenha sido, foi só uma parte de uma história de vida desafiadora, difícil e também muito bonita.

Nesta altura ainda não sabíamos, mas Seu Joaquim foi abandonado pela sua mãe ainda quando tinha 7 anos, contam os vizinhos, "ele sofreu muito a vida inteira…". Morou de favor em fazendas, desde sempre com muito trabalho braçal, nunca teve oportunidade de estudar. Cresceu por essas terras, casou e pode então, enfim, ter um pouco das rédeas da sua vida. Ficou viúvo há 18 anos. Não teve filhos.

De volta àquela varanda, Seu Joaquim tira daquele saco um pacote embrulhado em papel de presente, abre o papel e enfim, vimos que ele trazia ali, livros. Um sobre empreendedorismo e qualidade de vida, outro sobre plantas medicinais, o tema da oficina que dariamos naquela noite. Ele então externou que trouxe os livros pois talvez fossem úteis para a oficina e que deixaria-os ali naquela tarde para lermos.

Um pouco depois percebi a beleza de toda aquela cena: Seu Joaquim não sabia ler. Não sabendo ler, ele comprou esses livros naquela viagem para o norte de Minas. A viagem mais importante da sua vida. Não sabendo ler, ele guardou esses livros ainda embrulhados em papel de presente. A coisa mais importante do mundo. Seu olhar entregava tudo. Um olhar de perseverança, esperança, desejo.

Toda a situação ganha ainda mais beleza à noite, quando iniciamos a oficina sobre plantas medicinais. Não exatamente uma oficina, mas uma conversa. Uma conversa entre iguais. Lá estava Seu Joaquim. A cada informação que alguém falava, Seu Joaquim conseguia opinar, complementar, corrigir com total propriedade. Acontece que, naquela comunidade, ele era conhecido como o "curandeiro". Ele sabia muito (quase tudo) sobre plantas. Sabia identificar, como plantar, como cultivar, onde encontrar, quais seus principais usos e ainda sabia os melhores métodos para fazer chás, de acordo com cada planta/raiz. Seu Joaquim sabia tudo isso sem ninguém ter ensinado. Aprendeu sozinho durante toda a vida. Essa vida sofrida, mas também resiliente. Essa vida doída, mas também muito bonita.

Não era por menos que Seu Joaquim segurava seus livros como se fossem a coisa mais valiosa que tinha, a coisa mais importante. Porque realmente eram. Para ele, aqueles livros, eram a credencial que o colocava pertencente ao mundo. Acredito que em algum momento ele pensou "não sei ler, não sei escrever, não pude aprender nada disso, mas vou guardar esses livros para que um dia eu possa mostrá-los. Para que um dia eu possa me sentir incluído."

Mas nisso devo discordar de Seu Joaquim. Não eram seus livros que o faziam deixar de ser invisível. Não era sequer saber tudo sobre plantas. Eram os livros, essa sabedoria e toda a sua história. Seu Joaquim tinha seu lugar garantido no mundo porque apesar de todo sofrimento, toda falta de oportunidade, ele ainda conseguiu manter esse olhar de perseverança, esperança e desejo. Esse desejo de estar vivo e presente. Esse desejo de não desistir. Seu Joaquim carregava consigo toda sabedoria do

mundo. Essa sabedoria que não pode ser repassada nem ensinada. Mas pode ser sentida, tamanha intensidade, emanando pela sua presença, em todos que tem o privilégio de ficar ao seu lado, mesmo que por alguns minutos.



São Guerreiros?

Iara Mendes Sundermann

Ao buscar inspiração para começar a contar essa história, veio à memória a canção "Guerreiro Menino", de Gonzaguinha. Seus versos atravessam esse encontro e as histórias de homens que, apesar de fortes, carregam em si a fragilidade e esperança de um menino.

Na melodia de Gonzaguinha, que canta: "Um homem também chora, menina morena. Também deseja colo, palavras amenas, precisa de carinho, de ternura, de um abraço."

Nosso encontro aconteceu no terreiro da casa do avô, lá estava um menino acanhado e cheio de dores e amores, tudo emaranhado na alma e nas lágrimas que chegaram e foram disfarçadas pela cabeça baixa e o boné.

A canção continua lembrando que "guerreiros são pessoas, são fortes, são frágeis. Guerreiros são meninos. No fundo do peito." E esse guerreiro/menino falou do desejo de ter a família unida novamente, mesmo não sendo perfeita, mesmo que isso traga de volta as brigas e confusão daquele tempo que ficou para trás, acalenta a alma de menino, esse sonho e o desespero de não conseguir vê-lo realizado.

Falou da dor no corpo que vem avassaladora e coloca todos a sua volta em pânico, com a sensação de morte iminente a cada crise. Ele me mostrou exatamente onde a dor começava e como ela se espalha pelo corpo, que não tem hora para chegar e quando chega ninguém acredita na dor e ela só aumenta. Falou de como já foi parar no hospital e que os exames não mostram nada. Perguntei para ele então, de onde vem essa dor? Com a ingenuidade de uma criança, ele respondeu: "É da minha cabeça, né? Mas não estou mentindo, dói". Ele olhou para mim, e eu respondi: "eu sei."

Ouvi dele, que fui a primeira pessoa a acreditar que ele sente dor. Acho que ele quis dizer a primeira profissional de saúde.

Chorei durante o banho naquela noite, lágrimas de desalento pelos sofrimentos que posso ter causado, e pelos

que sofri quando criança. Ao mesmo tempo, senti um conforto imenso por ainda conseguir me conectar, ouvir, acolher, criar minimamente um vínculo de confiança com ele. Compreendi mais profundamente a necessidade e urgência da sociedade de entender o quanto nossas ações e destemperos podem causar feridas profundas nas crianças. E como profissionais, muitas vezes, esquecemos a importância de ouvir e nos distanciamos da nossa própria humanidade!

Falou dos medos e assombrações, que lhe rodeiam, tiram o sono e ao mesmo tempo minam sua saúde e também a dos outros guerreiros da casa. Falou do demônio que aparece do seu lado. Curioso que esse demônio não fala nada! E fala tudo ao mesmo tempo, fala da dor do abandono, da dor da saudade, da dor de não ser "normal", da dor da incerteza no futuro e da necessidade do presente. Fala da nossa incapacidade de entender que o processo de adoecimento deve ser entendido em seu contexto biológico, social e psicológico e que é necessário sensibilidade e a disposição para ouvir, retardando julgamentos e diagnósticos. Abrindo-se como profissional para o desafio de estar presente e fazer desse momento único uma experiência de cuidado, reforçando as fortalezas do outro e frentes as suas fraquezas disposição e atitude de cuidado, que nesse caso, não está em um receituário e muito menos em uma profissão apenas.

Falou dos laços de afeto que o une aos outros homens da casa, três homens cada um da sua forma tentando curar as feridas, tentando manter uma vida "normal", que teima em não voltar para o trilho. Gonzaguinha canta: "Eu vejo que ele berra. Eu vejo que ele sangra. A dor que traz no peito. Pois ama e ama", esse amor é traduzido pelo medo de perder o patriarca da família, aquele que ficou quando outros foram embora, as palavras para o pai são de respeito, de exemplo e de amor. Mas ele também está ferido e sangra, não consegue ajudar a curar a ferida do filho, porque não sabe como curar a sua própria.

Falta letramento para ajudar, falta respeito e reconhecimento dos outros da comunidade, falta ajuda para entender como cuidar. Mas, sobra exemplo de homem trabalhador, jornada de trabalho longa, exaustiva e pouco remunerada. Acredita que o sofrimento do filho, traduzido

em crises de dor e choro é uma doença apenas do corpo, faz seu papel de buscar médicos e exames para achar a cura. Os profissionais envolvidos frente a complexidade do caso, limitação profissional e estrutural, buscam encontrar uma patologia que explique todo o sofrimento e caiba no contexto vivido por todos.

Falou do elo com o membro mais novo da casa, que é uma referência nos momentos de crise, a presença dele nesse momento acalma e lembra que tudo vai passar, que eles vão ficar juntos e "bem". Mas esse guerreiro também está ferido, sem entender o que está acontecendo e como chegou naquela situação. Ele cultua o desejo de pegar pesado na lida, igual ao pai. Mas, não tem o apoio do pai, acho que tenta atropelar as fases do desenvolvimento e com isso deixar para traz a marca da violência sofrida, quando foram deixados sozinhos no meio da estrada de terra pela mãe que resolveu ir embora, depois de horas esperando, resolveram buscar ajuda. Para ele, o trabalho pode transformá-lo em "homem" e defendê-lo da ameaça que os ronda. Como diz a canção: "seu sonho é sua vida. E a vida é trabalho. E sem o seu trabalho. Um homem não tem honra".

Depois desse encontro que me tocou como mãe, profissional e cidadã, fiquei pensando quando teremos mecanismos e estratégias políticas e de saúde, que deem conta de casos complexos como esses. Como formar profissionais, despertar políticos e sociedade para buscar por justiça social, oportunidades para todos, ambientes saudáveis e atentos aos sinais de sofrimentos. Sem querer achar uma doença que explique, um pecado que justifique ou falta de força de vontade que é usada para calar a dor e aceitar o fardo de uma vida que levam as marcas dessas relações humanas que nos moldam, adoece e nos enchem de sofrimentos que não sabemos como nomear, resolver ou superar.

Para alguns só resta colocar tudo no baú do esquecimento que teima em abrir-se vez ou outra e nos carrega de volta ao ponto de partida. Como diz a canção "é triste ver esse homem guerreiro menino", nesse ciclo de sofrimento, espalhando suas dores, nas relações cotidianas, na relação com as mulheres/meninas e na vida em sociedade, assustada diariamente com a violência.

Sobre gente, montanhas e cachoeiras

Jacqueline do Carmo Reis

Eu não seria professora se meu trabalho não me desse a oportunidade de estar com a comunidade. E como diz Paulo Freire, estar com é se abrir para um encontro de vidas e de almas. Para estar com, é preciso se despir da vaidade do saber. No encontro de gentes não cabe o orgulho. Precisamos estar de mãos dadas, olhar nos olhos e nos comunicar sem gestos.

É difícil explicar a experiência que vivi em Belisário. Como colocar no papel as entrelinhas de cada encontro? Como descrever a cor da montanha vista da janela do Sr. Quirino, enquanto saboreava o biscoito frito feito por sua filha e tomava o quentinho café colhido por eles... sabor e perfume dos deuses. E o canto do sabiá que saltitava na árvore próxima à janela... Era o fundo musical perfeito para aquele momento. Tudo isso acontecia enquanto eu buscava compreender o contexto de vida e saúde daquela família e aguardava o momento em que eu receberia sua benção.

Isso mesmo! Sr. Quirino é um benzedor. Homem de fé e de luz que cuida das pessoas de sua comunidade. Fui para levar cuidado em saúde, e recebi muito mais que isso. Recebi a sua benção. O carinho simples e generoso que brotava daquele encontro é razão que me faz sempre querer voltar para as comunidades.

Naquela casa não cabia somente os relatos das dores físicas. Sim, eu tinha muito o que aprender com aquele senhor. Como é triste perceber que ignoramos certas coisas por não sermos capazes de escutar e valorizar outros saberes. Como bem dizia Manoel de Barros: "aprendemos melhor no ver, no ouvir, no pegar, no provar e no cheirar. Quem se aproxima das origens se renova."

E aí escutei seus causos:

- Quer ver o álbum de fotos da minha família?

- Claro, Sr. Quirino! Gostaria muito!

E assim fui conhecendo melhor aquela família, suas dores e amores. A cada fotografia, uma nova descoberta, e uma nova conexão com aquele senhor se formava.

Ficou tudo marcado em minha memória. A cada dia aprendo mais a valorizar o diálogo nos encontros com as pessoas que cuido. Compreendo melhor a força terapêutica da escuta. Estou sempre sedenta por aprender com elas.

Em Belisário, sentimos as montanhas como extensão do corpo de sua gente. E as águas das cachoeiras refletem a imagem de um povo forte e amoroso.

Cuidamos daquela gente e recebemos muito mais em troca.

Dedo de Deus

Anna Luiza Ribeiro Flores

Nos dias que antecederam a viagem, pedi muito a Deus que escolhesse uma família acolhedora especial, que pudesse me fazer sentir em casa durante aqueles 10 dias que passaríamos em Belisário, estava apreensiva. Logo quando desembarquei do ônibus, a primeira pessoa que vi na porta do GAB foi uma senhora pequenina, de óculos, cabelos brancos e com um Tau no pescoço, que prontamente me deu um abraço afetuoso e disse: "Seja bem-vinda!" Já naquele momento me senti agraciada, mas, mal sabia eu, o que o destino teria traçado, ela seria minha família acolhedora, a Dona Elvira, carinhosamente conhecida por "Ervilha".

Em uma noite de domingo, sentei-me ao lado de D. Ervilha no sofá da sala de sua casa e começamos a conversar… Na sala havia dois sofás brancos e uma cômoda, repleta de porta-retratos com fotos de toda família e sobre esta cômoda estava apoiada a televisão que passava o programa de domingo. Em pouco tempo de prosa, passamos de uma conversa corriqueira sobre o que se passava na televisão para assuntos mais profundos e reflexivos. Nos conectamos! Dona Elvira me contava a história de sua vida, sua trajetória desde moça até ir morar naquela casinha em Belisário. Contou-me sobre sua família, irmãos, marido, filhos, netos… Proseamos sobre dificuldades, medos, tristezas, trabalhos, alegrias e superação. Quem avista Dona Ervilha tão pequena de estatura e frágil ao olhar de quem a não conhece, pode deixar passar despercebido a fortaleza e grandiosidade dessa mulher. Conversamos sobre Deus e como aquele encontro já estava nos planos Dele, partilhamos vivências pessoais e a percepção de seu agir em experiências diárias, realmente um encontro de almas. Tive a oportunidade de conhecer Dona Elvira em suas múltiplas facetas, mulher, mãe, avó, irmã, Ministra da Eucaristia

Todos os dias, Dona Ervilha acordava mais cedo, preparava nosso café da manhã, sentava à mesa comigo e Erika, e animada perguntava sobre a programação do dia. Após a refeição, ela nos abraçava e desejava um bom dia, nos chamando carinhosamente de "minhas meninas". E assim se deu, dia após dia, até o fim do projeto. Retomamos, então, cenário semelhante ao do primeiro dia, o ônibus em frente ao GAB, esperando nosso embarque para a partida de retorno. Veio então o último abraço com Dona Elvira, repleto de gratidão e palavras bonitas. Um abraço de vó, que jamais será esquecido, cujas palavras não conseguem definir a significância deste momento. Me despedi com um aperto no coração, mas muito feliz e agradecida, nesses dias, fui muito mais do que acolhida em uma casa, fui aconchegada, amada e tive momentos únicos de conexão com essa família de uma pessoa só.

E para aqueles que acreditam, sei que Ele cuidou de tudo com muito carinho, e escolheu a dedo minha família de Belisário.

Hoje é dia de festa na roça. Alegria!

Adriana Diniz de Deus

Após a missa das 17:00 horas chegou a noite fria de São Paulo e São Pedro.

Na praça, em frente à Igreja tinha barracas de quitandas, quitutes, caldos, bebidas e brincadeiras.

Barracas também sobre a saúde da mulher, do homem, da criança e do idoso. Cada uma trazia um pouco de conhecimento utilizando jogos, brindes e brincadeiras. Dava fila para participar. A aprendizagem flui com leveza quando envolvemos a alegria!

Festa animada com muita música, fogueira, canto, bandeirinhas, dança e quadrilha.

A praça estava cheia. Contou com a participação da Igreja Pentecostal e Igreja Quadrangular além da Igreja Católica, das escolas municipal e estadual e de várias lideranças da região, todos fizeram parte, juntos com monitores extensionistas da PUC, da equipe de coordenação que organizou e animou a festa desta noite.

Noite de sábado, noite de festa e noite da saúde, pois se uma festa consegue ser alegre e animada, ela também trata a alma e o corpo e nos deixa mais resistentes contra a tristeza e a solidão.

Se pudesse, passaria em minhas receitas: festas populares e alegres várias vezes ao ano!

Um olhar de carinho

Laura Silva Duarte

Tínhamos ido para a Buracada, para ensinar sobre fitoterapia, auto massagem e meditação, mas desde antes da viagem, já sabíamos que íamos mesmo era para aprender.

Mais para o final da dinâmica, o rumo da conversa se alterou, e passamos a falar sobre o que era ser médico e sobre a importância que é poder cuidar de alguém e receber tanta confiança, tanta fé. Essa conversa se estendeu por vários minutos e todos quiseram contar sobre as próprias experiências. Vimos como um simples bom dia, um olhar nos olhos podem fazer diferença na vida do paciente.

No fundo da igreja, com um caderno e uma caneta na mão, estava sentado Edimar. Curioso, atento e sempre anotando o que falávamos. Já era noite quando começamos e ele, assim como todos que estavam ali presentes, tinha o olhar cansado e o corpo pedindo por um descanso. Ainda assim, foram nos ouvir.

No final das nossas atividades, procurei Edimar para que pudéssemos conversar um pouco mais. Agradeci por ter compartilhado os seus pensamentos, as suas vivências, disse que tinham me feito uma pessoa melhor, uma futura médica melhor. Ele, em troca, me contou um pouco da sua história de vida, de como não tinha condições de estudar e tinha que ir a pé para a escola, usar luz de lamparina para fazer os deveres e como não conseguiu fazer uma faculdade. Hoje, fazia de tudo para que suas filhas pudessem ter o que ele não teve. Que estudar era a melhor oportunidade que alguém pode ter, que ninguém tira de nós aquilo que aprendemos e que cuidar de outras pessoas era incrível.

Com o olhar sereno e esperançoso abençoou os nossos estudos, o nosso caminho e o nosso futuro.

Entre cuidar e ser cuidada:

Flávia Metzker de Andrade

Ao partir para Belisário, meu coração estava dividido entre a ansiedade de não conhecer ninguém ali verdadeiramente e o desejo de que, talvez, me conhecessem de uma forma diferente. A viagem começou com essa mistura de inquietação e uma promessa silenciosa: eu me soltaria, deixaria que vissem quem realmente sou. E então, ao colocar a mala no bagageiro, a Bárbara me chamou para me sentar ao lado dela. Aquela simples acolhida foi o suficiente para que eu relaxasse, e, aos poucos, fui me permitindo conversar, rir e compartilhar o caminho.

Belisário me recebeu com a generosidade de um abraço. Logo que chegamos, cada olhar, cada gesto, eram de acolhimento. Dividir o quarto com Karen, uma mulher que, agora, chamo de amiga, foi outro presente inesperado.

Entre conversas e risadas, nasceu uma amizade sincera, daquelas que nos fazem sentir compreendidos. E minha equipe foi uma verdadeira inspiração e apoio. Com Bárbara, Karen, Nathy, Rafa, Ju, Gabriel, Jacque e Daniel, encontrei uma conexão que transformou o trabalho em algo leve. Cada um, com seu jeito, trouxe uma energia que complementava a dos outros. Compartilhamos risadas, apoio e aquela vontade genuína de fazer a diferença para as pessoas que cruzavam nosso caminho. E a cidade... quente de coração, mesmo no meio do frio, refletindo o calor das pessoas que conhecemos e nos faziam sentir em casa.

A extensão me revelou o quanto amo trabalhar com pessoas. Ao ver tantas histórias e ouvir tantas vozes, percebi que cuidar é muito mais do que tratar o corpo; é estar presente, é deixar as pessoas falarem, é se permitir ser também. Numa cachoeira, em um momento de pura liberdade e conexão, até minha professora me surpreendeu ao me perguntar: "Mas você não era tímida?" Sorri, porque ali estava uma versão minha tão genuína, que não restavam barreiras entre quem eu era e quem eles viam. E mesmo no

futebol improvisado, minha falta de jeito compensada pela alegria do momento, havia ali um sentimento de pertencimento. Eu era parte daquela vivência, mas também me encontrava em cada risada, em cada passo.

Encarar a realidade da saúde pública em Belisário foi um chamado. Vi de perto as dificuldades, os recursos limitados, mas também a força que brota do desejo de cuidar. Ali, senti que estava no lugar certo, com uma missão renovada: ser presença e cuidado em locais como aquele.

Antes da viagem, eu atravessava um período de tristeza, tentando encontrar sentido e alívio. Em Belisário, ao cuidar do outro, pude me cuidar também. A tristeza ganhou contornos de compreensão e, nos encontros com corações tão generosos, experimentei momentos de felicidade e de cura. Essa extensão não foi apenas uma experiência acadêmica; foi um reencontro comigo mesma e com o meu propósito. Agora, existe uma Flavia diferente, uma que encontrou, no cuidar, a alegria de ser.

Primeiros laços

Vinícius Camilo de Sousa e Silva

Na primeira manhã de atendimento, acho que todos nós estávamos com a mesma sensação: um misto de ansiedade, nervosismo e, talvez, um pouco de medo. Estávamos prestes a conhecer os pacientes que atenderíamos, trabalhar com alunos de outros cursos, e nos questionávamos sobre como nos portaríamos nos atendimentos. A dúvida que todo acadêmico tem também pairava no ar: "Será que eu vou ser bom o suficiente?". No entanto, não precisei de muito tempo para dissipar esse sentimento; já no segundo atendimento, me sentia mais seguro em relação a isso.

A manhã ia chegando ao fim e, à tarde, íamos conhecer a família e a casa que nos abrigaria por dois dias e meio. No caminho irregular da estrada de terra, senti novamente aquela sensação de borboletas no estômago, acompanhada de vários questionamentos: "Como aquela família vai nos receber?", "Como eu vou me portar na frente deles?", "Será que eles vão gostar de mim?", "Será que vou gostar deles?", "Será que estou invadindo o espaço deles?".

Enfim, chegamos. Ao entrar, me deparei com uma mesa repleta de doces variados. Em um fogão a lenha, mais doces estavam sendo preparados, e no outro, o almoço já estava pronto. O cheiro de comida boa tomava conta da casa inteira, e as borboletas no meu estômago começaram a se acalmar.

Enquanto almoçávamos, a dona da casa e seus filhos vieram à mesa para almoçar conosco. Ainda havia um silêncio, pois eles estavam tímidos com a nossa presença, e eu sentia o mesmo. Mas algo me dizia que aquela família tinha algo especial para mim. Depois de um bom tempo em silêncio, como bons mineiros, começamos nossa interação, querendo saber dos parentes, da cidade natal e tentando achar algum parente em comum (mesmo sendo impossível). Foi a partir daí que começamos a criar nossos laços. Brincamos, fizemos piadas, contamos casos, fofocas e choramos. Precisamos apenas de algumas horas para nos

aproximarmos e eu me sentir acolhido da melhor maneira por essa família.

Aquele medo, a ansiedade e todas aquelas perguntas que me rondavam antes de adentrar naquela residência desapareceram; na verdade, nem lembrei delas. Aprendi tantas coisas com eles que a vida acadêmica não será capaz de nos ensinar.

Por fim, jamais esquecerei da noite da pizza, do doce de leite servido quentinho junto com o biscoito, da noite em que a luz acabou enquanto eu estava no banheiro e de todas as outras coisas que não cabem em um texto apenas.

Encontros

Jacqueline do Carmo Reis

Amanheceu mais um dia em Belisário

Manhã fria de inverno que se contrastava com a empolgação dos alunos reunidos no GAB, aguardando a chegada das Agentes Comunitárias de Saúde com a nossa agenda do dia.

Quem iríamos visitar? Como será essa família? E o diagnóstico?

Sentia neles um misto de ansiedade motivadora e medo do desconhecido.

- Bom dia! Animados para mais um dia de atendimentos domiciliares?

- Ai, professora. Me dá um friozinho na barriga…

Assim foi meu encontro com o grupo de alunos que eu iria acompanhar naquele dia. Eram três da Medicina, um da Fisioterapia e um da Psicologia.

Tinha ali naqueles jovens uma energia pulsante, um convite ao desconhecido. E eu me deleitava com a oportunidade de estar ali com eles. Dialogando com o novo. Encontrando um outro olhar para a docência.

Esse contato fora das salas de aula nos permite perceber como os muros da Universidade muitas vezes limitam um vínculo mais verdadeiro e afetivo com os nossos alunos.

Fui tomada pelo encantamento de fazer parte daquele grupo. Me vi como uma parceira na construção do saber daqueles alunos. Posso afirmar que foi mais uma experiência ímpar para a minha formação docente e humana.

Compartilhamos momentos de presença acolhedora e amorosa.

A cada casa que adentrávamos, cuidávamos das pessoas com um agir crítico e humanizado. Comprometido em superar os limites do nosso fazer profissional à luz da amorosidade, do diálogo respeitoso entre sujeitos e por um processo de cuidado centrado no indivíduo e sua singularidade.

A cada encontro uma nova descoberta, uma nova história e um novo aprendizado na bagagem. Nas visitas sentíamos os cheiros, as cores e as dores daquela gente. E retornávamos alimentados de vida e conhecimento, questionando a realidade social imposta, que gera perplexidade e urge ser modificada.

São histórias de carências, sorrisos sem dentes e brilho nos olhos. Que potente é o poder transformador que a escuta e o afeto podem gerar nesses espaços de cuidado em saúde. A valorização do humano no agir em saúde!

Participar de um projeto de extensão com imersão na comunidade direciona o nosso olhar acadêmico para o que é essencial no fazer educacional e formativo. Aprendemos a aprender com as pessoas que cuidamos.

Respeitamos o lugar do outro e somamos nossos conhecimentos!

Referências



BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. **II Caderno de educação popular em saúde** / Ministério da Saúde, Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Departamento de Apoio à Gestão Participativa. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 224 p. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/2_caderno_educacao_popular_saude.pdf. Acesso em: 08 jul. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Departamento de Apoio à Gestão Participativa. **Caderno de educação popular e saúde** / Ministério da Saúde, Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa, Departamento de Apoio à Gestão Participativa. Brasília: Ministério da Saúde, 2007. 160 p. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderno_educacao_popular_saude_p1.pdf. Acesso em: 08 jul. 2025.

CRUZ, P. J. S. C.; SILVA, M. R. F. da; PULGA, V. L. (2020). Educação Popular e Saúde nos processos formativos: desafios e perspectivas . **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**,Botucatu, v. 24, 2020. Disponível em:https://www.scielo.br/j/icse/i/2020.v24/. Acesso em: 08 jul. 2025.

DANTAS, M. A.; SILVA, M. R. F.; DANTAS, V. L. A.; LIMA, R. F. O chão(-universo) da Educação Popular em Saúde: saberes e práticas que rompem com o estabelecido. **Physis**, Rio de Janeiro, v. 34, 2024. Disponível em: https://www.scielo.br/j/physis/a/6fFwC9jFhPZM8fWSQq9HySM/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 08 jul. 2025.

