



Uma História de Renascimento

Una Historia de Renacimiento

A Rebirth Story

Viviane Polesel Federici*

* Médica em formação no Programa da SOBRAMFA e auxiliar coordenadora de Medicina Narrativa da SOBRAMFA – Educação Médica e Humanismo.

Correspondencia: Dr^a Viviane Polesel Federici

Correo electrónico: viviane@sobramfa.com.br

Nascer, morrer, renascer ainda e progredir sem cessar, essa é a lei.
– Allan Kardec

Tudo tem que morrer uma hora para renascer com mais força e vida. É assim que acontece na natureza. Se algo tem que morrer, não há o que se fazer para evitar. Simplesmente chegou a hora.
- Florenço

Quantas vezes nós nos perguntamos sobre a morte e o morrer? Por que a morte é tão temida? Essa foi a reflexão que me incentivou a escrever este artigo, após conversar com Florenço, um quilombola que vive no interior de Goiás, Brasil, na minha última viagem de férias. Como médica, o tema da morte está intimamente ligado à minha rotina de trabalho: ao comunicar um falecimento, ao diagnosticar um câncer, ao explicar sobre a demência e sua progressão... A morte é constante no meu dia a dia. Mas eu aprendi a não mais temê-la ou odiá-la. Aprendi a viver com ela, por mais paradoxal que isso soe. Por que o morrer tem que ser sinônimo de sofrimento, dor e lágrimas? Por que o morrer não pode ser alegre? Ou até mesmo uma possibilidade de renascer?

No filme *Coco (Viva: a vida é uma festa)*, a morte é vista de uma maneira divertida, cheia de cores, músicas e muitas trapalhadas de Miguelito e o cachorro Dante (temos aí uma brincadeira com o Inferno de Dante¹). Aqueles que se vão para o mundo dos mortos estão sempre vivos na memória dos que ficam na Terra, mostrando que a morte é apenas uma questão de passagem. “Ninguém escapa da morte”, escreveu o poeta persa do século XII, Farid Ud-Din Attar². Em seu livro *Conferência dos Pássaros*, que foi recontado por Peter Sis³ em uma linguagem infantil, vemos uma reflexão sobre a morte como parte de um ciclo:

“Isso tudo faz parte do ciclo, pássaro. Ora pense na fênix. Ela vive sozinha por mais de mil anos acumulando uma grande sabedoria, e, quando chega a hora de partir, ela junta folhas à sua volta, abre as asas e assim atíça uma fogueira – uma nova fênix nasce das cinzas”.

A fênix é uma ave que, segundo a mitologia grega, era símbolo da imortalidade e do renascimento espiritual.

Florenço já sabia que morrer faz parte do ciclo da vida. Ensinou que a vegetação do cerrado necessita das queimadas para renascer. Disse “Se o mato ainda não queimou, vai queimar. Quanto mais tempo passa, mais

combustível é acumulado”. E o que mais nós fazemos que acumular combustível, sabedoria e experiência ao longo da nossa existência? Assim como a fênix, um dia chega a hora de partir e de renascer das cinzas: “Se você pode ver essas flores amarelas no cerrado em junho é porque a mata queimou em abril. Somente a chuva é capaz de apagar o fogo, pois esfria a mata. Por mais que o homem tente, não é possível controlar o fogo”. Não é possível controlar a morte, e as lágrimas que derramamos, assim como a chuva que cai na mata, são uma forma de dar voz ao sentimento de perda.

A morte não é só física, muitas vezes, pois uma pessoa pode renascer após atravessar períodos de provações. Tenho uma paciente, Joana (nome fictício), que após 18 anos de luta contra o câncer de mama, já com metástases no fígado, pensou em tirar a própria vida. Questionava-se de que valeria continuar vivendo com uma doença potencialmente fatal. Após longa conversa, introduzi medicação para depressão e a orientei a procurar sentido para sua vida, pois essa é uma forma de encontrar esperança. E, a título de incentivo, recomendei-lhe o livro *Em Busca de Sentido*, de Viktor Frankl⁴.

Dois meses após nossa consulta, ela me procurou para dizer que estava em um trabalho voluntário costurando bichinhos de crochê para doar às mães de recém-nascidos prematuros. Disse que encontrou cor na vida e que não tem mais “esses pensamentos de apressar a morte”. Incrível como nesse caso vida e morte se encontram. Aquela que está com uma doença progressiva - brigando com a morte - doa amor àqueles que acabaram de nascer. A morte é inevitável, mas o modo de chegar até ela é escolha nossa. Será que não posso dizer que essa paciente reviveu? Ou melhor, que ela renasceu? Alguém que se encontrava à beira do suicídio encontrou forças para seguir em frente. De certa forma, a Joana que desejava a morte realmente morreu, dando lugar a uma mulher forte que deseja viver intensamente. Ela encontrou a fênix. Renasceu de suas cinzas.

A vida imita a natureza, como sábio Florenço demonstrou: nascemos, crescemos, ensinamos, e, após acumularmos biomassa, morremos, para renascer através do nosso legado, da nossa história, dos nossos descendentes. E são essas histórias de renascimento que me fazem encontrar amor no que eu faço enquanto médica paliativista pela SOBRAMFA – Educação Médica & Humanismo⁵. E o amor não se pode matar. Retomando Peter Sis, “Perguntaram ao coveiro ancião se era possível enterrar o amor. Ele respondeu que, durante todos aqueles anos, já havia enterrado muitos corpos, mas nunca os seus desejos”.

Referências


1. Alighieri D. A Divina Comédia. Tradução José Pedro Xavier Pinheiro (1822-1882). Versão para eBook. São Paulo: Atena Editora; 2003.
2. Attar FD. The Conference of the Birds. Editado e traduzido por Dick Davis. New York: Penguin Classics; 1984.
3. Sis P. A Conferência dos Pássaros. 1 ed. São Paulo: Cia das Letrinhas; 2013.
4. Frankl VE. O Homem em Busca de um Sentido, 8 ed. Alfragide: Lua de Papel; 2012.
5. www.sobramfa.com.br

INSTRUCCIONES PARA LOS AUTORES

Derechos legales y criterios generales de publicación

ARCHIVOS EN MEDICINA FAMILIAR se reserva todos los derechos de autor (*copyright*). El material publicado en la revista podrá reproducirse total o parcialmente siempre y cuando se cuente con la autorización expresa, por escrito, de la revista y se cite la fuente. Los trabajos propuestos deberán ser originales e inéditos, se aceptan trabajos completos publicados previamente en forma de resumen, o trabajos no publicados presentados en congresos, foros o seminarios. Los artículos firmados son responsabilidad de los autores y no necesariamente reflejan la opinión de la revista.

Criterios específicos de publicación y proceso de selección

Archivos en Medicina Familiar es una publicación trimestral. (ISSN 1405-9657) es el Órgano de Difusión de la *Asociación Académica Panamericana de Medicina Familiar AC*. Editada por la Editorial Medicinal Familiar Mexicana.  Miembro de la CANIEM No.1812, Calzada Vallejo 747, Col. Nueva Vallejo, México, 07750, D.F. Correspondencia: Calzada Vallejo 747, Col. Nueva Vallejo, México, 07750, D.F. Certificado de Reserva de Derechos 04-2000-060610353900-102, Secretaría de Educación Pública. Certificado de Licitud de Título No.11354. Certificado de Licitud de Contenido No.7960. Admite trabajos relacionados con la práctica y filosofía de la Medicina Familiar, de la atención integral en el primer nivel de atención, realizada por los profesionales de salud y de áreas afines.

Para seleccionar los trabajos que se incluirán en la Revista se tomarán en cuenta su *relevancia, originalidad y rigor metodológico*. Deberán someterse a un proceso de evaluación que consiste en:

- a) *Revisión preliminar por los editores de la revista dirigida a determinar si el trabajo está acorde con las líneas de la Revista y si cumple con el rigor metodológico para su publicación.*
- b) *Revisión por dos árbitros designados por los editores, los cuales tendrán amplia experiencia en el tema que trate el artículo.*
- c) *En el caso de obtener un dictamen aprobatorio por los dos árbitros el artículo será publicado en la Revista dando aviso al primer autor.*
- d) *Si el dictamen es contradictorio el Comité Editorial decidirá: la publicación, modificación o en su caso rechazo del trabajo, dando aviso por escrito al primer autor.*
- e) *En el caso de requerirse modificaciones estas serán indicadas por los revisores para la publicación del trabajo, se especificarán por escrito y se enviarán al primer autor, contando con un máximo de 15 días naturales para realizarlas.*
- f) *Todo el proceso de evaluación de los trabajos no deberá exceder de un plazo de 60 días a partir de la recepción del trabajo.*

Si el trabajo resulta condicionado, la nueva versión, impresa y en archivo, deberá enviarse en el plazo que se le indique, pero en ningún caso podrá exceder los 30 días.

Secciones de la revista

1. *Artículos editoriales.*
2. *Artículos originales*
3. *Artículos de revisión*
4. *Cartas al Editor*

Normas para la publicación de manuscritos

1. Artículo editorial: Reflexiones u opiniones sobre asuntos de actualidad, comentarios acerca de artículos contenidos en la revista o sobre diversos aspectos relacionados con la Medicina Familiar. La extensión no será mayor de 1000 palabras. Es importante establecer que el o los autores de los artículos editoriales serán invitados a participar expresamente por parte del Comité editorial. El título del artículo editorial será breve, sin exceder 50 palabras. Evitar en lo posible el uso de subtítulos. Al final del texto aparecerá el nombre y cargo del autor. Si se utilizan referencias se seguirán los lineamientos de Vancouver.

2. Artículos originales. Se incluirán resultados de trabajos originales realizados en docencia, asistencia o investigación en Medicina Familiar. Deberán contener en la página frontal: el título de forma concisa e informativa sobre el trabajo; se redactará tanto en español como en inglés, sin abreviaturas o siglas, con extensión de no más de 40 caracteres (espacios y letras); título corto en español con extensión máxima de ocho palabras. Nombre y apellido(s) de cada autor; los departamentos institucionales en los cuales se realizó el trabajo, nombre y dirección actual del autor responsable de la correspondencia; en su caso, mencionar las fuentes del financiamiento de la investigación. La extensión no será mayor a 8,000 palabras. *Se observará la siguiente secuencia:*

Resumen en español y su traducción al inglés

Se presentará en un máximo de 250 palabras, indicará el propósito de la investigación, los procedimientos básicos, principales hallazgos (datos concretos su significancia estadística) y conclusiones relevantes. Al final se anotarán de 3 a 5 palabras clave, para facilitar la inclusión en índices internacionales. Se recomienda emplear los términos del *Medical Subject Headings del Index Medicus* más reciente. Al final se incluirán de 3 a 5 palabras clave (Key words). Se sugiere que el texto sea revisado por un traductor experimentado a fin de garantizar su calidad.

Introducción: Deberá incluir los antecedentes y el objetivo del estudio en una redacción sencilla y apoyada en bibliografía reciente de preferencia no mayor a cinco años. *Material y métodos:* Se señalarán las características de la muestra, la forma de obtención así como los métodos estadísticos empleados. *Resultados:* Incluirán los hallazgos importantes del estudio, apoyándose en figuras /y tablas (solicitamos no enviar un número mayor a cuatro Cuadros. *Discusión:* Incluirá la contrastación de resultados del estudio con lo informado en la literatura y con los objetivos e hipótesis planteados en el trabajo, así como los probables sesgos y limitaciones del estudio. *Referencias:* Se presentarán conforme a los Requisitos Uniformes para los Manuscritos Enviados a Revistas Biomédicas (Comité Internacional de Editores de Revistas Biomédicas) que se encuentran en la página de internet <http://www.wame.org/urmspan.htm>. Las referencias se indicarán con números arábigos en forma consecutiva y en el orden en que aparecen por primera vez dentro del texto. Se referirán en el texto, cuadros y pies de figura con los números correspondientes.

En las referencias bibliográficas con múltiples autores (más de seis autores), se deberá incluir únicamente a los seis primeros, seguido de "et al." después de la abreviatura del nombre o nombres del sexto autor. En el caso de seis o menos autores, se deberán incluir en la cita a todos ellos. Tablas: Se presentarán a doble espacio, numeradas en forma consecutiva con caracteres romanos en el orden citado dentro del texto, con los títulos en la parte superior y el significado de las abreviaturas, así como las notas explicativas al pie. Se incluirán al final del manuscrito después de la sección de referencias. *Gráficas:* Se presentarán en forma consecutiva con caracteres arábigos en el orden citado dentro del texto, con los títulos en la parte superior y el significado de las abreviaturas, así como las notas explicativas al pie. Se incluirán al final del manuscrito después de la sección de referencias. Se podrán enviar en formatos tiff, jpeg, gif, o en programa Power Point.

3. Artículos de revisión. Se incluyen revisiones de temas de interés para la práctica, filosofía o investigación en Medicina Familiar. Podrá contener secciones o subtítulos a juicio del autor. Deberán incluir: Resumen en español e inglés extensión máxima de 200 palabras con dos a cinco palabras clave. Introducción y conclusiones, podrá contar con cuadros o figuras que no deberán exceder de cinco. La extensión total del texto no deberá ser mayor de 7,500 palabras. Las referencias bibliográficas no serán menos de 25.

4. Cartas al editor. Se incluirán las opiniones de los lectores con relación a los temas publicados en la Revista y en asuntos de interés relacionados con la Medicina Familiar. Las cartas deberán contener: Título, texto, nombre y filiación del autor y de tres a cuatro referencias bibliográficas.

Instrucciones para el envío de trabajos:

Todo artículo para publicación en **Archivos en Medicina Familiar** deberá enviarse mediante archivo en Word con letra de 12 puntos en espacio sencillo a las direcciones electrónicas: archmedfam@hotmail.com y olivos661@gmail.com

Todo trabajo enviado debe ser acompañado del siguiente texto:

Título del artículo: _____

Autor (es) _____

Los autores:

- aprueban el contenido del trabajo (incluidos cuadros y figuras) y el orden de aparición de los autores.
- Aceptan la transferencia de los derechos de autor a Archivos en Medicina Familiar en caso de que se publique el trabajo.
- Declaran que se trata de un trabajo original que no ha sido publicado ni sometido para su publicación, total o parcialmente, por ellos mismos u otros autores, a otra revista o medio –impreso o electrónico – nacional o extranjero, excepto en forma de resumen

Nombre y firma de todos los autores:

Lugar y fecha:

Autor responsable de la correspondencia:

Información para comunicaciones (dirección completa, fax, teléfono y dirección electrónica).

En caso de aceptación del trabajo o de modificaciones del mismo para su aceptación se enviará al correo del autor responsable para tomar en consideración las instrucciones necesarias