

O QUE SERÁ DE CADA UM DE NÓS PÓS-PANDEMIA?

ACADÊMICO EULER RIBEIRO
MD. PHD EM GERIATRIA E GERONTOLOGIA - REITOR FUNATI



Alegria, alegria! Exclamaremos todos, quando a Covid-19 for vencida!

Estamos acompanhando com muita cautela o retorno das atividades após um longo período de isolamento, esta geração nunca passou por algo parecido ao longo destes últimos 100 anos, mesmo com os desafios das doenças do século como a AIDS e o câncer, o medo foi compartilhado de forma abrupta e universal. A quarentena trouxe desafios para cada indivíduo, tivemos que conviver com a solidão, com o desemprego, com a fome, com a morte dos nossos entes queridos, com o luto, com as incertezas no mundo, com o retorno a convivência familiar e até mesmo com nossos próprios egos.

E continuamos julgando, condenamos alguns, cultuamos outros, mas a verdade é que cada um atravessou seu próprio deserto, a tecnologia nos ajudou a solucionar alguns aspectos da vida moderna, mas por outro lado mostrou a necessidade e o poder de um abraço, de um beijo e da falta que o outro nos faz. Alguns foram arrasados por problemas financeiros e com isto deu origem a alterações psicoemocionais com choros frequentes, falta de sono, irritabilidade, higiene nem sempre feita adequadamente e conseqüentemente à instalação da depressão que deverá ser o segundo desafio para os gestores públicos na próxima década. Será preciso cuidar da nossa saúde mental o quanto antes, pois ainda há as dúvidas que pairam em nossos lares e que afetam nossa saúde emocional. Teremos vacinas em breve? Como será o futuro? Mantive meu emprego? Preciso ser uma pessoa melhor? Protegi minha família? Menosprezei a morte? Fiz tudo para ajudar dentro das minhas limitações os que precisaram de mim?

Fomos convidados a resgatar nossa humanidade. O cuidado pelo outro tornou-se obrigatório e assim nossos horizontes se ampliam para uma sociedade mais justa, claro que há os indiferentes, os insensíveis, teremos sempre que lidar com as barreiras impostas por um modo de viver às vezes cruel, mas a privação nos trouxe uma luz, e assim vejo novos caminhos para o cuidado com nosso corpo, com a nossa mente e com o meio ambiente.

Quem sobreviveu a esta fase, viverá uma nova fase de vida? Espero que sim! E que todos saiam modificados para melhor e que possam viver em paz vencendo qualquer possível obstáculo que ainda possa aparecer. Espero que esta experiência tenha trazido ensinamentos para vivermos melhor.

Enquanto isso seguimos fazendo a nossa parte, o vírus ainda circula por nós, então previna-se usando suas máscaras e evitando aglomerações, mantenha sempre uma boa higiene, lave as mãos sempre e evite sair se estiver doente, um único espirro pode contaminar muitas pessoas, cuidem-se!