

ENVELHE^SER

Saulo Barreto Cunha dos Santos*
Santeza de Maria Nunes Moita**
Naiara Teixeira Fernandes***
Jocélio Tavares da Silva****

Todos carregam na memória
Fatos marcantes da sua história
Gestos, palavras e sensações
Dores, alegrias e paixões

E como as árvores
Quanto mais velhas, mais fortes
Assim o ser humano
Se fortalece ao longo dos anos

O idoso não é um fardo
Muito menos um louco
Ninguém merece ser abandonado
Então pare e pense um pouco

Valorize aqueles que já viveram
Bem mais tempo que você
Jovem e inexperiente
Sente-se para aprender

Pois os seus cabelos brancos
São uma coroa de glória
E em sua fala se nota
O resgate de sua memória

Um dia ao acordar
Seu corpo não será o mesmo
Todos passamos pelo processo
Então não precisa ter medo

Alcançar a longevidade é um presente
E são poucos os que sabem realmente
Aproveitar os anos de ouro
Frutos do seu maior tesouro

Não estou dizendo que envelhecer
Se resume em adoecer
Mas cabe a você escolher
Que tipo de velhice irá ter

Data de submissão: 14/02/2022

Data de aceite: 08/08/2022

* Enfermeiro Assistencialista na unidade de internação oncológica da Santa Casa de Misericórdia de Sobral, Ceará. Graduado pela Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA), Membro do Grupo de Estudos em Políticas, Cuidado e Tecnologias em Saúde à Populações Vulneráveis (GEVS - CNPq), na linha temática Saúde do Idoso. Especialista em Estomatoterapia pelo Centro Universitário FAVENI. E-mail: saulocunha98@gmail.com

** Enfermeira assistencialista na Unidade de Pronto Atendimento de Tianguá, Ceará. Bacharela em Enfermagem pela Universidade Estadual Vale do Acaraú, UVA-CE. Pós-graduada em Terapia Intensiva. E-mail: santeza2013@gmail.com

*** Enfermeira pela Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA), membro do Grupo de Estudos em Políticas, Cuidado e Tecnologias em Saúde à Populações Vulneráveis (GEVS - CNPq), na linha temática Saúde do Idoso, onde já atuou como bolsista no Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC). E-mail: naiaratf08@gmail.com

**** Jornalista formado pelo Centro Universitário INTA (UNINTA), Sobral, Ceará. Pós-graduando em Publicidade e Propaganda pelo Centro Universitário FAVENI. Pesquisa sobre internet e saúde mental. Possui experiência em assessoria de imprensa, mídias sociais, jornalismo impresso e editoração de textos. E-mail: joceliotavares9@gmail.com