

Hugo Pasin Neto
[org.]

HISTÓRIAS QUE TRANSFORMAM

Narrativas de vida, cuidados e superação



HISTÓRIAS QUE TRANSFORMAM
Narrativas de vida, cuidados e superação

Reitor e Pró-Reitor de Pós-Graduação e Pesquisa (PROPG): José Martins de Oliveira Jr.

Pró-Reitor Administrativo, de Inovação e de Internacionalização (PROADIN): Rogério Augusto Profeta

Pró-Reitor de Graduação, Assuntos Estudantis e Extensão (PROGRADE): Fernando de Sá Del Fiol

Direção editorial: Rafael Ângelo Bunhi Pinto

Editores assistentes: Silmara Pereira da Silva Martins; Vilma Franzoni

Conselho editorial

Daniel Bertoli Gonçalves

José Martins de Oliveira Júnior

José Renato Poli

Luiz Paulo Ribeiro

Marcelo Augusto Scudeler

Marco Vinicius Chaud

Maria Ogécia Drigo

Rafael Augusto Moreira

Vidal Dias da Mota Junior

Editora da Universidade de Sorocaba (Eduniso)

Biblioteca "Aluísio de Almeida"

Rodovia Raposo Tavares KM 92,5

18023-000 – Jardim Novo Eldorado

Sorocaba | SP | Brasil

Fone: (15) 21017018

E-mail: eduniso@uniso.br

Site: <https://editora.uniso.br>

Hugo Pasin Neto
(org.)

HISTÓRIAS QUE TRANSFORMAM
Narrativas de vida, cuidados e superação

Eduniso
Sorocaba/SP
2026

©2026 Histórias que transformam: narrativas de vida, cuidados e superação.

Os relatos e imagens apresentados neste e-book foram autorizados pelos pacientes e/ou responsáveis. A seleção e a publicação dos textos são de responsabilidade do organizador, que detém os direitos relativos à publicação deste e-book. Os direitos de primeira publicação são atribuídos à Eduniso.

A reprodução parcial ou total desta obra é permitida, desde que citada a fonte e respeitadas as autorizações concedidas para uso dos relatos e das imagens.



4.0 internacional

Créditos

Capa: Gabriel Dias de Barros

Fotos: Todas as imagens utilizadas neste e-book são de acervo pessoal e foram autorizadas pelos pacientes e/ou responsáveis, mediante assinatura de termo específico, arquivado pela organização.

Normalização: Vilma Franzoni

Diagramação: Silmara Pereira da Silva Martins

Ficha Catalográfica

Histórias que transformam : narrativas de vida, cuidados e superação / Hugo Pasin Neto (org.) – Sorocaba, SP : Eduniso, 2026. 141p.

Publicação digital (e-book) em formato PDF
e-ISBN: 978-65-89550-33-4

DOI: <https://doi.org/10.22482/eduniso.74>

1. Fisioterapia - Narrativas de pacientes. 2. Humanização dos serviços de saúde. I. Pasin Neto, Hugo.

Elaborado por Vilma Franzoni – CRB-8/4485

Hugo Pasin Neto
(org.)

HISTÓRIAS QUE TRANSFORMAM
Narrativas de vida, cuidados e superação

Conheça todas as teorias, domine todas as técnicas, mas ao tocar uma alma humana, seja apenas outra alma humana.

(Carl Jung)

SUMÁRIO

PREFÁCIO	7
Mateus Francisco Rossi	
APRESENTAÇÃO	11
Hugo Pasin Neto	
GUI	14
Luiza Akemi Harada Ferreira, Emanuelle Akemi Susuki, Isadora Piccinatto	
ANA FLÁVIA	35
Giovanna Baeza Fernandino, Alara Signorette Leite	
LUIS FELIPE DE CARVALHO LUNA	64
Fernanda Passos Moia, Julia Camilly Rosa Leite, Nicole Barbosa Meira	
LULA	74
Kawane Vitória Dias de Goes, Letícia Domingues Maia, Maria Isabella Mendes Luiz	
ELISEU	101
Erick Kauã da Silva, Vitor de Freitas, Gabriel Tiburcio Simões de Paula	
DONA ROSE	112
Gabriely Brito Queiroz, Julia Satiro Gentile	
VILLA	124
Júlia Corrêa de Paula Leite, Marina Coutinho Nielsen, Roberta Gonçalves da Silva	
ESTUDANTES QUE ACOMPANHARAM OS PACIENTES	138

PREFÁCIO

Durante a formação em saúde, aprendemos a identificar, avaliar e tratar. Estudamos anatomia, fisiologia, biomecânica. Desenvolvemos raciocínio clínico, dominamos técnicas, buscamos respostas. Essa base é essencial, e é ela que sustenta a prática com segurança e responsabilidade. No entanto, com o tempo, muitas vezes de forma silenciosa, percebemos que há uma dimensão do cuidado que não se ensina de maneira direta. Ela não está nos protocolos, nem nos manuais. Ela se revela no encontro.

É no contato entre profissional e paciente que a prática ganha sentido mais profundo. O conhecimento deixa de ser apenas conteúdo e passa a ser decisão. O atendimento deixa de ser apenas execução e passa a ser relação. E, nesse processo, compreendemos que o cuidado em saúde não acontece apenas a partir daquilo que fazemos, mas da forma como estamos presentes enquanto fazemos. A técnica conduz, mas é a relação que sustenta o tratamento.

Ao longo da trajetória, torna-se evidente que cada paciente carrega muito mais do que um diagnóstico. Há histórias, medos, expectativas, formas singulares de enfrentar o sofrimento e de reorganizar a própria vida. O adoecimento não

é apenas um evento biológico, mas uma experiência que transforma percepções, vínculos e sentidos. Ao mesmo tempo, o profissional que acompanha esse processo também é impactado. Cada encontro deixa marcas, provoca reflexões e amplia a compreensão sobre o cuidado. Assim, a reabilitação deixa de ser um caminho unilateral e passa a ser uma construção compartilhada.

Este livro nos aproxima exatamente dessa dimensão. Ao reunir relatos de pacientes e de fisioterapeutas, ele oferece ao leitor a oportunidade de enxergar a reabilitação a partir de diferentes perspectivas. De um lado, encontramos experiências vividas por quem enfrentou o desafio do adoecimento, com suas dificuldades, superações e significados. De outro, percebemos o olhar do profissional, não centrado na técnica, mas na relação, na convivência e nos aprendizados que emergem desse processo. O que se revela, ao longo das páginas, é que ambas as experiências são igualmente ricas, complementares e indispensáveis para a compreensão do cuidado em sua totalidade.

Ao trazer o olhar do paciente sobre sua própria trajetória e, ao mesmo tempo, o olhar do fisioterapeuta sobre o encontro vivido, a obra evidencia algo fundamental: o cuidado é uma via

de mão dupla. Ao mesmo tempo em que o profissional orienta, intervém e conduz, ele também observa, aprende e se transforma. E o paciente, por sua vez, não é apenas alguém que recebe, mas alguém que ensina, que ressignifica e que contribui ativamente para a construção desse processo. É nessa troca que reside uma das maiores riquezas da prática em saúde.

Nesse contexto, torna-se ainda mais claro que a excelência profissional não se constrói apenas a partir de grandes decisões, mas da constância. Está nos pequenos gestos, na forma como escutamos, na atenção aos detalhes, no respeito ao tempo do outro. Está na escolha diária de fazer o melhor possível, mesmo quando o caminho não é simples. Porque, no fim, aquilo que fazemos repetidamente não apenas define a qualidade do nosso trabalho, mas também molda quem nos tornamos como profissionais e como pessoas.

Este livro se apresenta, assim, como uma leitura valiosa em diferentes momentos da trajetória. Para os estudantes que ingressam na formação, ele aproxima o aprendizado acadêmico do verdadeiro propósito da profissão, revelando desde cedo que cuidar vai além da técnica. Para os profissionais já formados, oferece a oportunidade de revisitar experiências, resgatar sentidos e renovar a motivação diante daquilo que,

muitas vezes, a rotina tende a tornar automático. A todos os leitores, fica o convite para uma leitura atenta e sensível.

Porque, no cuidado em saúde, não saímos dos encontros da mesma forma que entramos — nem o paciente, nem o profissional.

Prof. Me. Mateus Francisco Rossi
Universidade de Sorocaba (Uniso)

APRESENTAÇÃO

Há algo na prática em saúde que não se aprende nos livros.

Aprendemos anatomia, fisiologia, técnicas, diagnósticos. Aprendemos a nomear estruturas, identificar disfunções e propor tratamentos. Mas, em algum momento da trajetória — muitas vezes de forma silenciosa — percebemos que aquilo que mais marca um encontro clínico não é apenas o que sabemos, mas o que conseguimos escutar.

Este livro nasce exatamente desse lugar.

“Histórias que Transformam” não é um livro sobre doenças. É um livro sobre pessoas. Sobre trajetórias que atravessam o sofrimento, o cuidado, a perda, a adaptação — e, sobretudo, a capacidade humana de ressignificar a própria vida.

Cada capítulo foi construído a partir do encontro entre um estudante e um paciente. Mais do que entrevistas, o que se produziu foram espaços de escuta. Espaços em que a pressa cedeu lugar à presença, e em que a técnica abriu espaço para a narrativa.

Aqui, o leitor não encontrará prontuários. Encontrará histórias.

Histórias contadas em primeira pessoa, com suas imperfeições, suas pausas, suas emoções — e, por isso mesmo, profundamente verdadeiras. São relatos que revelam que o adoecimento não é apenas um evento biológico, mas uma experiência que reorganiza identidades, relações e sentidos.

Ao longo das páginas, torna-se evidente que a superação não é um ponto de chegada, mas um processo. Muitas vezes discreto. Muitas vezes invisível aos olhos de quem busca apenas sinais clínicos. Mas sempre presente naqueles que, mesmo diante das adversidades, seguem construindo caminhos possíveis.

Este livro também é, inevitavelmente, sobre formação. Formação de profissionais que aprendem, desde cedo, que cuidar não é apenas intervir — é reconhecer o outro em sua totalidade. É sustentar o silêncio quando necessário. É compreender que, antes de qualquer técnica, existe uma história.

Como educador, acredito que esse talvez seja um dos aprendizados mais importantes que podemos oferecer: a capacidade de escutar com atenção, respeito e humanidade.

Ao leitor, fica o convite.

Que você percorra estas páginas não com o olhar de quem busca respostas prontas, mas com a sensibilidade de quem está disposto a encontrar pessoas. Que cada história aqui narrada possa ampliar sua forma de ver o cuidado, o sofrimento e, principalmente, a potência de transformação que existe em cada trajetória humana.

Porque, no fim, são as histórias que permanecem.

E são elas que transformam.

Prof. Dr. Hugo Pasin Neto
Universidade de Sorocaba (Uniso)

GUI

Luiza Akemi Harada Ferreira
Emanuelle Akemi Susuki
Isadora Piccinatto

Eu sou o Gui, nasci dia 9 de novembro de 1985 em Sorocaba. Sou escorpião, mas sou um amor. Não acredito que escorpião seja vingativo, se alguém me magoa, amanhã eu já esqueci. Minha mãe também é escorpião, não levamos nada para o coração. Nasci normal, perfeito, gostava de jogar bola com meus amigos. Na escola, eu brincava, corria, pulava.

Em 1997, com 12 anos, meu pai comprou um posto de gasolina em Maringá no Paraná e fomos morar lá. Gostei muito do tempo que ficamos em Maringá, uma cidade muito boa. Até hoje tenho muitos amigos de lá que vêm me visitar. Morei dos 12 aos meus 17, quase 18 anos, cerca de 7 anos; praticamente minha adolescência inteira. Sempre fomos nós quatro, eu, meu pai, minha mãe e minha irmã mais nova, Tatiane. Tudo que a gente fazia era nós quatro, como ir ao shopping e ao pesqueiro. Gostava muito de pescar, fazia planos, já que vivíamos só nós e acho que isso fez a gente ficar ainda mais próximo, foi muito bom morar lá.

Lembrança da infância



Minha vó, meu tio, enfim, a família toda era de Sorocaba. Duas ou três vezes no ano, ou eles iam para lá ou nós vínhamos para cá. Tenho, até hoje, amigos de lá, que vêm para cá às vezes. Um é cirurgião plástico, o outro, biólogo, e o outro é engenheiro. Esses três são os que mais vejo, a gente sempre conversa.

Em 2003 voltamos para Sorocaba, meu pai acabou vendendo o posto. Eu estava com 18 anos, não queria saber de estudar; meu negócio era trabalhar para ganhar meu dinheiro. Minha mãe me disse para não ficar só em computador e em celular, me disse para eu trabalhar, então, em 2005, aos meus 20 anos, fui trabalhar em um supermercado. Com uns quatro ou cinco meses de trabalho, eu fui recomendado pela empresa a tomar uma vacina da gripe que o governo aplica em idosos, uma vacina normal. Após a vacina, eu comecei a passar muito mal, vomitei, tive diarreia, literalmente fui carregado até o hospital. Nesse dia, o médico que me avaliou e disse que era apenas uma intoxicação alimentar. Me deu um remédio e me mandou ir embora, não fizeram questão de fazer exame nenhum, não descobriram nada.

A partir desse momento, o meu dedo da mão direita parava de abrir. Comecei a notar que tudo que eu pegava, eu derrubava, copos, pratos. Comecei a cair de repente. Eu fazia academia e não aguentava mais pegar os pesos que eu estava acostumado. Minha mãe começou a ficar preocupada e me levou em vários médicos, fazer exames.

Fui em uma psiquiatra que eu me lembro como se fosse hoje. Ela fez um exame e determinou que eu tinha seis meses de vida. Minha mãe, na época, ficou muito nervosa, desenvolveu um problema na tireóide, engordou. Ficou muito preocupada, mas, graças a Deus, a médica errou.

No meio disso, em 2007, eu comecei a fazer faculdade de TI na UNISO, me formei em 2011, mas nunca consegui trabalhar na área, porém sempre fui apaixonado. Em 2009, fui à um hospital em São Paulo porque aqui ninguém descobria nada do que eu tinha, e só em 2010 que cogitaram a doença Esclerose Lateral Amiotrófica (ELA). Eu esperei de 2006 a 2010 para conseguir um diagnóstico, fiquei nesse hospital sendo acompanhado por um ano. Acabei indo para a UNICAMP e, rapidamente, concluíram a ELA: no hospital em São Paulo houve a suspeita e na UNICAMP, fecharam o diagnóstico. A ELA

é a mesma doença do filme "A teoria de tudo", o filme parece brincadeira, mas é o que eu vivi.

Foi um baque quando eu descobri a doença, porque era uma vida "normal", eu trabalhava, jogava bola, andava de carro, moto, namorava... Então descobrir a doença foi um balde de água fria, eu perdi tudo: emprego porque já não conseguia trabalhar já que eu vivia caindo, a namorada terminou porque não aguentava o baque, não conseguia jogar bola, andar de carro, moto então nem pensar...

Hoje em dia eu tenho 40 anos e moro com meus pais. Até hoje eu faço acompanhamento na neuro e na fonoaudióloga na UNICAMP. Estou na clínica da UNISO desde 2019. A clínica é um paraíso, conheci a fisioterapeuta Amanda que é um amor, a Thais que é outro doce de pessoa, eu tenho um amor enorme por elas.

Não é fácil, mas eu procuro levar a vida sempre dando risada, não falar "nossa minha vida acabou". Claro, eu sinto pela minha condição, mas eu vou levando, um dia após o outro, creio muito em Deus. Podem até falar: "Nossa Senhora, o menino aí é meio...", mas eu creio em milagre, oro para Deus e

sei que é um milagre, mas ele pode me tirar da cadeira, então eu vou vivendo.

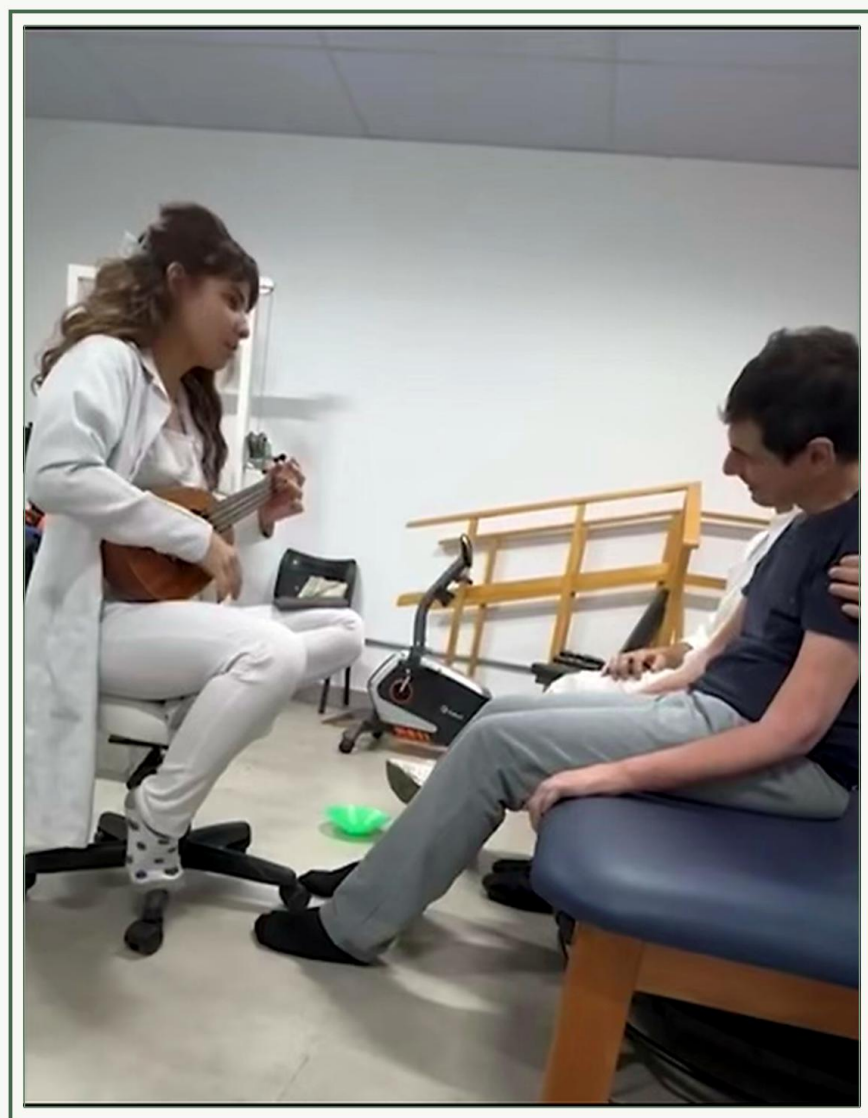
Me considero uma pessoa forte, não gosto de reclamar da vida. Se eu vejo alguém reclamando, eu saio de perto. Se eu ouvir: “nossa menino, hoje eu estou para baixo”, não fico perto de pessoas assim, pois meu dia vai ficar ruim. Procuro levar a vida sempre dando risada. Claro que tenho meus momentos difíceis, mas não adianta eu reclamar, procuro dar o meu melhor e sempre levar alegria para todo mundo.

Hoje minha rotina é um pouco diferente do que era antes. Eu acordo entre 6h e 6h30, meus pais me viram na cama e consigo ir da minha cama até o banheiro caminhando. Escovo os dentes, volto para o quarto, me troco, tudo com ajuda, tomo café e como de tudo, nada de especial. Por volta das 8h, vou para o computador e fico até 12h. Até o ano passado, eu trabalhava com um amigo, emitia nota, boleto, fazia a parte administrativa, mas ele fechou a empresa. Agora fico fazendo minhas coisinhas no computador, tenho um trabalhinho, ganho pouco, mas fico lá até 12h. Depois eu almoço, minha mãe me dá comida, vou de novo para o computador e fico até às 18h: vejo Youtube, fico fazendo minhas coisas. Tomo banho, vou jantar e durmo. Essa é minha vida quando não vou à

fisioterapia. Toda terça, eu faço hidroterapia, é muito bom. Acho que estou lá há uns 15 anos. No final de semana, minha irmã, com o marido e meu sobrinho vão em casa e a gente sempre faz alguma coisa (churrasco, pizza ou japonês que eu amo). Eu sou bom de garfo, para onde me convidarem eu vou, barzinho, pizzaria, churrasco amo.

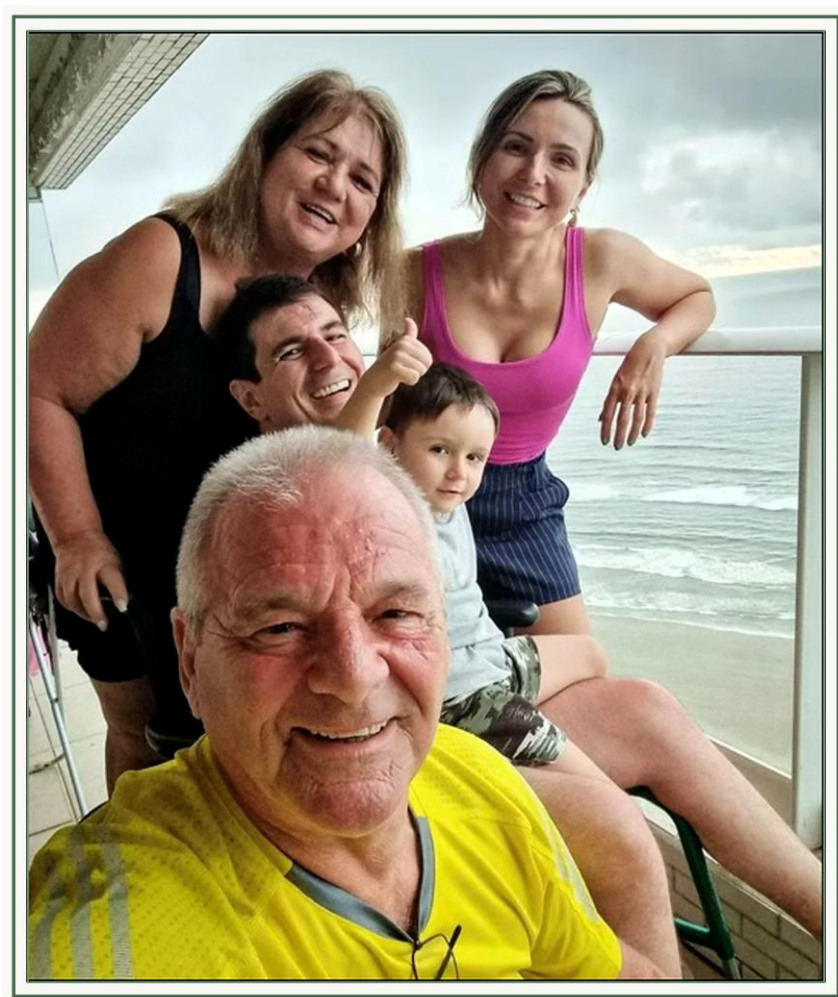
Minha jornada na fisioterapia começou comigo fazendo uma vaquinha para comprar uma cadeira elétrica. Eu fui à uma loja de produtos ortopédicos e uma mulher que trabalhava lá, me indicou para a UNISO, lugar que amo ir para encontrar as pessoas, dar risada, conversar e, conseqüentemente, fazer exercícios. Acredito muito na fisioterapia, claro se não fosse por ela, eu estaria pior. Não tenho dor graças a fisio, eles fazem alongamento, exercício, é muito bom.

Gui em momento de descontração durante o atendimento



Tenho várias memórias boas da fisioterapia. Logo no começo fizeram um bolo para mim, cantaram parabéns. No ano passado, 2025, a turma fez uma surpresa, cantou parabéns, levou todo mundo escondido de mim ao refeitório e me fizeram ir andando até lá porque eu caminho, todo torto, mas eu caminho. Eu falo de coração aberto, eu gosto de ir. Nos dias da fisioterapia, não falo “nossa hoje eu tenho que ir na fisio”, pelo contrário, eu digo “Hoje eu VOU na fisioterapia”. Eu gosto, então para mim todo dia é legal, tenho amigos que fazem fisioterapia. Eles são dois tiradores de sarro, os dois cornetas, dois “gente boa”. Eu falo que a fisioterapia me deu muitos amigos, meu Deus, só energia! Tenho uma amiga que me convidou para o casamento dela em junho. Ela e o noivo dela foram meus fisioterapeutas por dois anos e se tornaram meus amigos. No ano passado, eu fiz um churrasco e convidei a turma, então eu falo de verdade, eu amo ir a fisioterapia conhecer gente, fazer amizade, é muito bom.

Família



Gostaria de falar que eu amo demais meus pais e agradeço por tudo que fizeram por mim. Eles nunca falaram “Ai, eu tenho que cuidar do Guilherme”. A minha mãe é uma guerreira, psicóloga, mãe, dona de casa, mulher, esposa, e ainda tem tempo de cuidar de mim. Ela nunca lamentou, “Nossa, tenho que cuidar do Guilherme”, ela sempre cuidou de mim com muito amor. Tem o meu sobrinho também que tem cinco anos e eu o amo, não posso nem falar muito porque eu choro, sou apaixonado por ele.

Se eu pudesse deixar uma mensagem para quem está passando por isso eu falaria: “Cria em Deus e dê o seu melhor. Continue na fisioterapia, busque a medicina, o que for. Eu creio muito em fazer a minha parte, buscar o médico, fazer a fisioterapia, dar o meu melhor e o resto é Deus. É assim, ele cumpre de fazer o resto”.

THAIS – FISIOTERAPEUTA DO GUI

Guilherme está comigo há mais de dez anos, são tantos momentos e histórias. Ele está com a gente na UNISO desde quando nós trabalhávamos em uma outra clínica. Sempre foi um paciente extremamente assíduo, sempre acompanhado pela família, ou o pai ou a mãe, às vezes os dois juntos, sempre o acompanham até hoje na fisioterapia.

Ele é um paciente que tem uma doença neurodegenerativa, isso significa que é uma doença crônica, ela não tem cura e ela tem uma evolução constante. Isso é uma das coisas que mais chamou a atenção em relação ao Gui, porque embora essa profissão seja técnica e somos especialistas, e está associada à reabilitação, nós sabemos o que isso significa, mas ele também sabe qual é o tipo de dificuldade que enfrenta. Ele sabe quais são as dimensões da doença, e, mesmo assim, o que eu mais admiro nele é que ele sempre está sorrindo, ele sempre está de bem com a vida, eu nunca vi, em todos esses anos, o Guilherme chegar um dia na fisioterapia triste, chateado ou desanimado. Pelo contrário, ele sempre está feliz, está sempre sorrindo, ele está sempre rodeado de pessoas porque ele é uma pessoa que atrai muitas pessoas; então todas as pessoas

querem conversar com ele porque ele é uma pessoa extremamente pra cima, isso é uma coisa muito admirável.

Thais e Gui



Ele é uma pessoa que gosta de ir à fisioterapia. De todos os meus pacientes, ele é o que mais ama. Acho que ele gosta por vários motivos, primeiro pelo que a fisioterapia representa para ele, mas também porque ele gosta do ambiente, gosta de estar em contato com a gente, gosta de estar em contato com os alunos, gosta de conversar sobre outros assuntos. Eu acho que o momento da fisioterapia para ele é o momento de espalhar, de dar risada, de conversar, então ele se diverte muito lá dentro e isso torna a fisioterapia muito agradável, por isso ele não falta. Ele pode estar doente, pode estar caindo o mundo de chuva e ele está lá toda a semana, com o pai e com a mãe.

Uma outra coisa que eu admiro muito é o quanto ele tem de apoio familiar. Isso é uma coisa muito impressionante, ele tem uma base, um suporte familiar maravilhoso. A família o apoia. A família o leva. A família participa, não deixa de executar nada porque o Guilherme tem uma dificuldade. Pelo contrário, ela enfrenta a dificuldade e isso faz com que ele esteja em todos os ambientes, que ele viaje, que ele se socialize, que ele seja muito participativo.

O Guilherme me ensina muito todos os dias, mas a primeira coisa é como levar a vida de uma maneira saudável,

no sentido de não se prender aos problemas, porque eu acho que se a gente fosse pensar, ele poderia ser um paciente que não fosse tão de bem com a vida, tão alegre, tão sorridente diante das dificuldades que ele apresenta. Ao invés disso, ele leva a vida de uma maneira tão saudável, tão doce, com alegria, e isso me ensina muito sobre como viver a vida de uma maneira mais leve. Eu acho que esse é o maior aprendizado que ele traz não só para mim, mas também para todas as pessoas que estão e que convivem com ele. Ele é uma pessoa muito doce.

Todos os dias são muito especiais. Teve um dia que os alunos prepararam um dia diferente para ele: levaram música no atendimento, tocaram instrumentos musicais, e ele ficou muito emocionado por tudo ter sido preparado para ele, de ele poder ter vivenciado aquilo de uma maneira diferente. Foi um atendimento fisioterapêutico, mas de um jeito não tão tradicional, e isso o deixou muito emocionado. As músicas que foram tocadas para ele, o instrumento que foi tocado para ele, toda a alegria que aquele momento trouxe, o emocionaram muito e isso me deixou muito feliz. Às vezes, a gente vê o quanto é importante um gesto diferente, um gesto tão pequeno, que fugiu um pouquinho do tradicional e o quanto

que o paciente se sentiu valorizado e importante com esse gesto, isso me marcou bastante.

Acho difícil falar sobre mensagem de superação quando se trata de pacientes que apresentam alguma disfunção neurofuncional porque, muitas vezes, o paciente apresenta dificuldades importantes e que não se limitam só a uma estrutura do corpo, mas se limitam a várias coisas, não só físicas como emocionais. Geralmente o tratamento da neurofuncional age como um tratamento longo, mas eu acho que uma mensagem que eu gostaria de passar para todo mundo que passa por algum tipo de problema parecido como esse é, às vezes, o tratamento é longo, mas ele é valioso. Ele é importante e imprescindível para que os pacientes tenham uma boa recuperação, e que o paciente se doar, se entregar no tratamento, se envolver no tratamento, faz muita diferença na recuperação e na reabilitação.

SÔNIA – MÃE DO GUI

Nós levamos um choque quando eu vi que o Guilherme começou a apresentar um pouquinho de dificuldade com os dedos das mãos, depois foi a mão inteira. Levei-o no hospital só que aqui em Sorocaba ninguém sabia o que ele tinha, até que disseram que tinha Porfiria Aguda Intermitente (PAI). A gente levou um susto, nos assustaram dizendo que ele tinha 6 meses de vida. Foi um absurdo! Ele era noivo de uma moça, que nos indicou um neurologista em São Paulo, em 2006 ou 2007. Só a consulta dele era R\$800,00, para ter uma ideia do valor, e como era um profissional de muito conhecimento. Nós fomos e ele fez uma entrevista e uma avaliação com o Guilherme de mais de uma hora. Ele colocou o Guilherme no hospital, fez vários exames e, com esses exames, o Guilherme ficou internado por uma semana. Conseguiram ter uma visão e descartaram outras possibilidades de doenças porque foi feito através do líquido da medula, enviado para fora do país para fazer todos os exames, no qual se constatou, depois de alguns meses, a ELA (Esclerose lateral amiotrófica).

Para nós foi muito assustador. A gente não tinha conhecimento nenhum sobre isso. Depois começamos a lidar,

ler, procurar para saber como lidar com essa situação. O Guilherme até então estava bem, andava, vamos dizer assim como um “pinguim”, mas ele fazia muita coisa sozinho. Ele conseguia caminhar, se alimentar, no banho, a gente colocava a bucha na mão dele e ele tomava banho. Ele conseguia muitas coisas, mas, com o tempo, foi perdendo muito dos movimentos, até a queda, onde ele mesmo não conseguiu mais ficar em pé e precisou da cadeira. Para nós, foi tudo muito inesperado, foram coisas que marcaram, tudo foi nos deixando bastante triste com o que aconteceu, porque o Guilherme nasceu perfeitamente, sem nenhum problema. Fez o teste do pezinho e nada levantou a suspeita de que ele poderia ter essa doença, então isso desgastou nosso emocional, mas Deus nos dá forças e coragem. Temos muita fé nele e vamos lutando com esperança de que um dia possa aparecer uma luz para o Guilherme poder ter um retorno das capacidades dele. É a nossa esperança, claro que não se tem nada em vista, mas sempre temos que ter esperança.

Gui e a mãe



E assim é nossa vida. O Gui precisa de cuidados, ele precisa de ajuda para o banho, comida, para tudo, então eu e o pai dele estamos em casa, já que a irmã se casou. Nós fazemos o que podemos para ele, e ele tem, graças a Deus, um psicólogo muito desenvolvido, o Guilherme nunca apresentou depressão nem nada. Ele sempre está bem humorado, claro que ficamos de olho, mas

ele sempre está feliz, e ele tem uma fé muito grande, e isso ajuda demais a pessoa não cair em uma depressão, em uma ansiedade. Isso ajuda bastante, inclusive na doença. Os médicos se assustam até porque a doença não tem progredido e está “estacionada”. Em alguns momentos, ele consegue fazer muita coisa, até falar, com as suas dificuldades, mas ele consegue se comunicar e assim a gente vai indo.

Ele faz o tratamento na UNISO e eu agradeço imensamente toda a equipe, todas as pessoas, que são pessoas maravilhosas que Deus colocou na nossa vida. Ele também faz hidro com uma fisioterapeuta muito boa que tem um carinho muito grande por ele. Ela está com ele desde o início do problema. Lá em Campinas, na UNICAMP, com o doutor e toda a equipe, ele tem um atendimento que fico até sem palavras, é um carinho, uma dedicação e atenção muito grande.

O Guilherme desenvolve alguns trabalhos pelo computador porque ele é formado em Sistema de Informação na UNISO. Ele se formou, já com a doença, e tinha dificuldade. Fez a faculdade presencialmente, todas as provas foram realizadas oralmente. Eu o levava e ficava aguardando enquanto o professor fazia as questões para ele. O Guilherme realmente se formou ali no conhecimento. Hoje ele utiliza uma escova de dente, para trabalhar, uma escova

de dente sem as cerdas que põe na boca e digita. Eu já falei, “vai devagar, porque o jeito que o pescoço fica, também deve afetar um pouco a coluna”, já que ele tem reclamado da coluna dele, e ele não tem muitas condições de ficar ereto. Na minha opinião, é por conta dessa posição que exige muito da coluna, mas é um meio dele produzir, ele mesmo faz o trabalhinho dele. Ele tem algumas pessoas que o procuram. Já desenvolveu alguns sites, enfim, algumas coisinhas que ele consegue fazer para ele também ser produtivo e se sentir útil, porque eu acho importante. E assim, ele vai, ele segue a vida dele e nós também seguimos a nossa.

Deus, obrigada pela existência do meu filho, Guilherme, obrigada por ele ser a pessoa maravilhosa que ele é. Obrigada por fazer parte da minha vida porque sem ele eu não existiria. Ele é a razão do meu viver, é a alegria da minha vida. Obrigada por tudo que meu filho é para nós, é um sorriso constante para todos, todo mundo gosta dele, todos falam que ele tem uma luz. Deus, eu agradeço imensamente a vida dele e por ele existir.

ANA FLÁVIA

Giovanna Baeza Fernandino
Alara Signorette Leite

Eu sou a Ana Flávia, tenho 22 anos atualmente. Fui mãe jovem, engravidei aos 19 e tive minha menina aos 20. Hoje sou mãe solo, coisa que nunca havia imaginado. Fui adotada com 11 meses de idade e não sei do passado da minha família biológica nem do pai, nem da mãe e, de acordo com uma pediatra que me atendia quando criança, pelo formato da minha barriga, indicava que algum dos meus pais biológicos era usuários de drogas. Não sabemos se isso influenciou de alguma forma minha saúde.

Minha mãe me adotou sendo uma mulher solteira, eu não tenho um pai. Na minha certidão de nascimento, há somente o nome dela. Minha tia, irmã da minha mãe adotiva, também adotou minha irmã biológica e com ela tenho contato. Um traço em comum que compartilhamos é o TDAH.

Ana Flávia

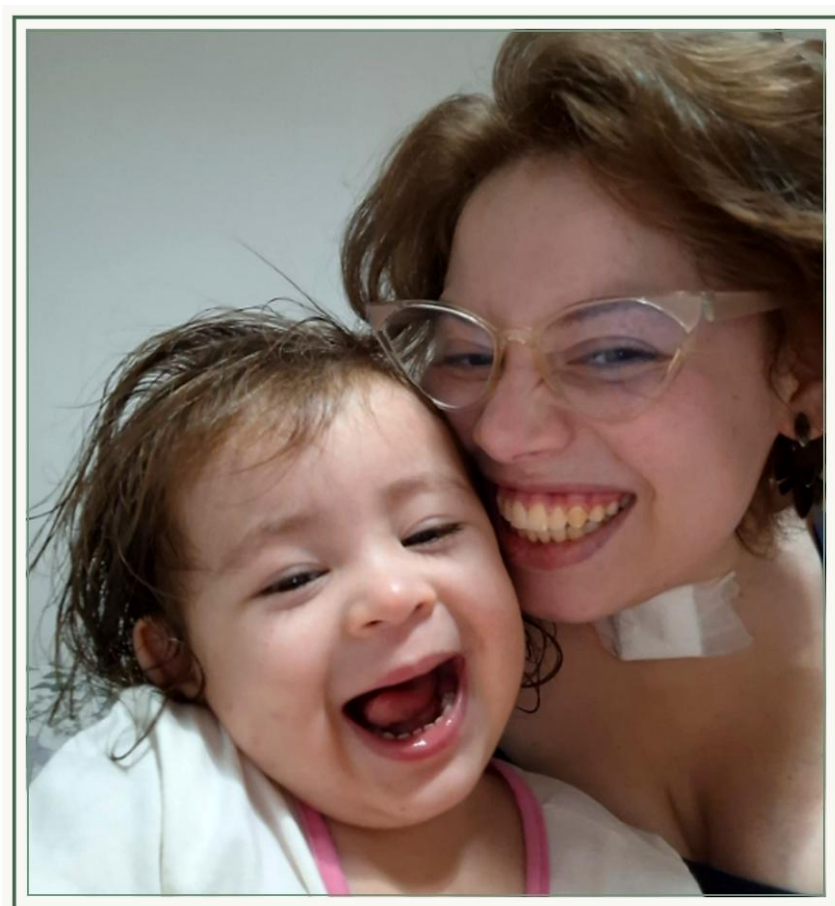


Até os meus 18 anos, eu tinha certeza que eu ia me formar no ensino médio e fazer faculdade de Artes Cênicas e seguir isso para toda a vida. Já fazia teatro em escolas livres de arte e imaginava que era isso que ia seguir para minha vida. Cursei teatro por um ano na UNISO, mas acabei trancando o curso pela gravidez.

Após o nascimento da minha filha, voltei para a Universidade, mas no curso de Direito, onde me encontrei. Infelizmente, pela doença e a situação que vivi, também precisei trancar e ainda não retornei aos estudos. Mesmo sem certeza de qual área seguir, quando retornar, volto para me tornar advogada.

Fui aprendendo nesse tempo que as coisas mudam demais. Quando comecei minha história, era atriz, mas resolvi ir para o jurídico. Queria seguir na área criminal, mas, hoje em dia, eu já penso diferente. Por ser mãe, separada, com todas as dificuldades que isso implica, penso muito que meu lugar seja advogar para mães.

Ana e Luane



Acredito que para começar contando o que aconteceu, é importante começar dizendo que eu tinha certeza que tudo que aconteceu comigo foi por conta do DIU. No dia 10 de julho de 2024, eu coloquei o DIU. A partir desse dia eu tive cólicas absurdas, surreais. Eu sempre fui uma mulher que sofria com cólicas menstruais, mas com o DIU foi uma dor tão extrema que meu médico suspeitava de endometriose. Fiquei com o dispositivo até 26 de maio de 2025, quase um ano, com dores extremas e em investigação.

No dia 20 de maio, eu tive uma crise forte de cólicas em casa e comecei a passar muito mal. Naquela madrugada, minha temperatura estava entre 34° e 35°, e mesmo com a hipotermia, eu sentia calor. No dia seguinte, fui para o pronto socorro com dores de cabeça, e mesmo relatando a situação do dia anterior, a médica apenas medicou como se fosse uma enxaqueca.

Ao voltar para casa, não conseguia comer. Os sintomas pioraram, enjoo, vômito e uma sensação horrível. Na madrugada, por volta das 4:30, levantei-me do meu quarto e fui para o andar de baixo da casa porque minha única vontade era gritar de tanta dor e, para isso, eu precisava ir para longe da nenê. Fui para o hospital e, dessa vez, após realizar ultrassom e

alguns exames, a suspeita de endometriose voltou. Até a sexta-feira daquela semana, fiz tomografias, raio-x, tomei medicações e as suspeitas mudaram para pedra no rim. Voltei para casa.

Tive uma consulta de retorno em 02 de maio, e entre o período desse dia até o dia 05, eu não tenho memória de absolutamente nada. Minha mãe e meu ex-namorado relataram que eu andava, falava e gesticulava, estava tendo alucinações. Comecei a trocar palavras e mudá-las de lugar nas frases, dizendo que parecia que minha própria língua não correspondia. Na quarta-feira meu olho direito “estourou”, ficando totalmente vermelho, e, na quinta-feira, meu rosto começou a paralisar.

A única coisa dessa semana que eu realmente lembro desse episódio é a madrugada de quinta. Passei a noite toda sentada na cama e só pensava: “A minha mãe vai acordar, vai acordar às seis da manhã, que é a hora que o despertador dela toca. Às seis horas da manhã, eu vou no quarto dela abrir a porta e falar que a gente precisa ir ao hospital”. E foi o que eu fiz.

Às 05h59, eu estava em pé esperando dar seis horas na porta do quarto dela. Não que eu não pudesse bater antes, mas acho que sentia que estava incomodando muito durante a semana por ficar doente e não queria incomodar. Às seis horas da manhã, eu abri a porta e caí no chão. Apaguei. Eu não lembro de quase mais nada, o que sei são pelos relatos da minha mãe e do pai da minha filha.

Fui para o hospital de ambulância, e um dos poucos lapsos de memória que tenho é de acordar amarrada na maca, pulsos e pernas. Disseram que cheguei descontrolada ao hospital, gritando e xingando os médicos e enfermeiros. Fiquei quatro dias no quarto. Dizem que tomei banho, fiz um monte de coisas, mas, desde então, não tenho lembrança alguma. Na terça, fui para a UTI. Inicialmente em isolamento por suspeita de meningite, porém, a possibilidade foi descartada.

Me colocaram no oxigênio e fui entubada e, pelo tempo que estava levando, passei pela traqueo. Nesse período, eu fiz todos os exames possíveis do hospital em que estava, e, mesmo assim, sem resultados ou respostas. Antibióticos não surtiam efeitos. Por coincidência e para o choque de muitos profissionais dali um outro paciente que dividia o quarto

comigo estava apresentando exatamente mesmos sintomas que eu, iniciado por um quadro de infecção urinária. Nele, porém os antibióticos surtiram efeitos, enquanto eu não reagia.

Fizeram então a plasmaférese, um procedimento que separa o plasma sanguíneo da célula para eliminar os anticorpos, toxinas ou substâncias nocivas. Um tratamento muito caro, que fiz três sessões e, na segunda sessão, começou a surtir efeito. Foi a partir da terceira, que começaram a me acordar da sedação. E assim que eu acordei, mesmo sem ter muito a noção dos dias, no mesmo dia em que voltei, tirei o tubo. Disso eu me lembro porque a sensação foi a mesma de um trem passando em cima dos trilhos, mas dentro da minha garganta.

Acordada, eu estava com a traqueia e ligada ao respirador mecânico - BIPAP. Passei por mais uma sessão de plasma, tomografias e mais alguns procedimentos. Uma semana depois, saí da UTI e fui para o quarto.

E a UTI é, é um lugar bem triste, sabe? Porque é muito solitário, mesmo que você tenha direito a um acompanhante. Se eu não tivesse o acompanhante, tenho quase certeza que eu teria enlouquecido, mais do que eu já estava. A UTI é algo triste. Lá parece que pode ser o fim. No quarto, pelo menos, você consegue ver o céu, ver alguma paisagem. Ver a luz do sol. Na UTI, é só aquela luz branca e é horrível.

Somando a tudo isso, os cuidados são muito metódicos e cansativos, como “a cada duas horas mudar de posição” e tive também, durante o tratamento intensivo, diversas alucinações causadas pelas medicações pesadas.

No quarto do hospital, permaneci por cerca de uma semana e meia, mas para descrever as terapias que vivi ali, preciso primeiro retornar ao ambiente da UTI. Foi lá que o trabalho de reabilitação realmente começou, de forma bruta e necessária. Na UTI, a fisioterapia era uma presença constante, dividida entre o suporte motor e o respiratório, embora o foco fosse quase inteiramente voltado para os meus pulmões.

Quando você vive com uma traqueostomia, a aspiração torna-se um evento central do seu dia. É um procedimento mecânico: inserem uma sonda bem fina pela traqueo para

retirar toda a secreção que o corpo não consegue expelir sozinho. Eu passava por isso várias vezes ao dia, uma sensação invasiva, mas vital para conseguir respirar. Enquanto isso, a fisioterapia motora era mínima; em todo o tempo de UTI, lembro de ter conseguido sentar na poltrona apenas uma ou duas vezes.

Há uma lembrança específica da UTI que, por muito tempo, julguei ser fruto das alucinações causadas pela medicação: a fisioterapia de choque. Eu via a profissional marcando pontos estratégicos no meu braço e sentia os estímulos elétricos. Doía horrores, uma dor que parecia atravessar o membro. Mais tarde, os médicos confirmaram que não era delírio; era eletroestimulação real para tentar "acordar" meus músculos e fazer os membros voltarem a responder. Era um choque para o sistema, literalmente.

A fonoaudiologia na UTI ainda é um pouco nebulosa na minha memória. Lembro que a profissional conversava muito comigo sobre o que faríamos quando eu fosse para o quarto e também auxiliava na limpeza da traqueostomia. Havia também o suporte psicológico, mas este era quase inteiramente voltado para a minha mãe. A UTI oferece essa assistência à família, o

que foi essencial, pois o peso emocional sobre ela era devastador.

Quando finalmente fui transferida para o quarto, a equipe mudou, mas o trio de profissionais — fisio, fono e psicólogo — continuou me acompanhando. Foi no quarto que meu braço deu o primeiro sinal de vida. Comecei a mexer a mão, depois a levantar o braço aos poucos. A perna, no entanto, era muito mais lenta. Na UTI, eu vivia em pânico por não conseguir mover os membros inferiores; era um terror constante de ficar paralisada. No quarto, os movimentos começaram a ser ajustados e a voltar bem devagar.

Um detalhe curioso é que, durante os exercícios, eu não sentia tanta dor nas pernas. O sofrimento maior era o ato de sentar. Mas o verdadeiro pesadelo acontecia de madrugada: eu tinha crises de hipersensibilidade. Sentia como se minha perna estivesse formigando por inteiro e nada podia encostar na minha pele. Eu precisava que retirassem toda a coberta, pois qualquer contato era uma agonia insuportável, algo terrível que eu não conseguia definir, mas que exigia massagens constantes para aliviar.

Na fonoaudiologia do hospital, o processo era básico e diário. Chegaram a testar a válvula de fala — uma tampinha colocada na traqueia para permitir a voz. Porém, como eu ainda dependia do respirador mecânico, usar a válvula exigia desligar o ventilador, o que me causava um medo profundo. Fizemos isso apenas uma ou duas vezes; os médicos não forçaram o desmame do ventilador naquela internação.

Por fim, há o aspecto psicológico do banho de leito. Para uma jovem de 21 anos, ser lavada na cama por estranhos é uma das partes mais difíceis da internação. É uma invasão de privacidade que mexe profundamente com a dignidade. São tantos profissionais, tantos exames e tantas mãos te manipulando que você chega a um estado de dormência emocional, como se não se importasse mais. Mas, no fundo, o incômodo persiste. É uma marca silenciosa de quem perdeu, temporariamente, o controle sobre o próprio corpo.

A notícia da alta chegou de um jeito seco. Simplesmente disseram para a minha mãe: "Olha, ela vai para casa semana que vem". De início, não houve menção de que disponibilizariam o home care; a frase soou como um "se virem". Minha mãe entrou em um estado de alerta total. Ela sabia que eu estava indo para casa sem andar e, tecnicamente,

sem falar. Eu precisaria de um aparelho de aspiração constante, do BIPAP para respirar, e teria que fazer inalações frequentes direto pela traqueostomia para amolecer as secreções. No hospital, eu até conseguia falar bastante, o que era uma anomalia, já que o balão (cuff) da traqueo deveria impedir a passagem de ar para as cordas vocais. Se eu falava, era sinal de que o balão talvez não estivesse tão inflado, mas no fim, eu era apenas "diferente"; não havia nada de errado, era apenas a minha vontade de me comunicar vencendo as barreiras físicas.

Um detalhe que parece óbvio, mas que mudou completamente a minha relação com o próprio corpo, foi a alimentação. Como eu não conseguia comer, instalaram uma sonda nasoenteral — aquele tubo que vai do nariz direto ao estômago. Lembro que decidiram não colocar a sonda gástrica (GTT), a qual é feita direto na barriga, porque eu era muito nova. Os médicos disseram à minha mãe que, por eu ser jovem e pela incerteza do tempo de recuperação, o ideal era manter a sonda pelo nariz.

Fiquei com uma única sonda o tempo todo, e ela era horrível. Era uma borracha grossa onde passava absolutamente tudo: medicações, água e a dieta. No hospital, a dieta era de

uma marca mais densa e gordurosa, o que fazia a sonda entupir o tempo inteiro. Era uma batalha diária. Em casa, o processo de alimentação mudou; no hospital, eu usava uma bomba de infusão que passava 60 ml por hora, de forma lenta e constante. Em casa, a dieta era feita de forma mais simples, por gravidade, passando volumes maiores, como 270ml de uma vez.

Essa diferença de método e a textura da dieta faziam com que a sonda parasse de funcionar nos momentos mais improváveis. Lembro de passar madrugadas inteiras, às três da manhã, com a sonda entupida, vendo minha mãe lutar para desobstruir aquele tubo para que eu pudesse receber o mínimo de nutrição. Ir para casa era o que eu mais queria, mas eu não imaginava que levaria comigo toda a complexidade técnica de um hospital, agora sem o botão de emergência para chamar a enfermagem. Estávamos eu, minha mãe e aquele emaranhado de tubos, tentando reaprender a viver.

Chegar em casa não foi apenas um retorno; foi a instalação de uma estrutura de suporte à vida no meu próprio quarto. Eu vim com o BIPAP — aquele aparelho de respiração —, cilindros de oxigênio, aparelhos para inalação e aspiração, além de uma cama hospitalar que mudou completamente o cenário do meu refúgio. A equipe do hospital e o home care

me forneceram o essencial: a dieta, as sondas, gases e até um antibiótico intravenoso que eu ainda precisava tomar. O restante dos medicamentos, porém, minha mãe tinha que comprar por fora, somando mais uma preocupação à nossa rotina.

Na primeira semana em casa, a fisioterapia começou de forma muito lenta, quase tímida. Eu ainda estava muito debilitada, então os exercícios eram o básico do básico: mexer o braço, dobrar o joelho, levantar a perna. Lembro de usar um cabo de vassoura como se fosse um peso de academia — para o meu corpo naquele momento, aquela madeira leve era um desafio imenso. O fisioterapeuta vinha de domingo a domingo, sem folga, tentando despertar o que a doença havia adormecido.

Mas foi a fonoaudióloga, que vinha de segunda a sexta, quem me trouxe as primeiras vitórias sensoriais. Logo de cara, ela me posicionou quase sentada na cama — por conta da cânula de Camarlier — e me propôs o desafio de comer um iogurte e tomar um gole de água. Lembro que a água simplesmente não desceu; meu corpo parecia ter esquecido de como engolir o líquido mais simples que existe. Foi aí que ela

mostrou uma humanidade que me marcou profundamente. Ela me perguntou: "Você prefere tentar um suco ou um refrigerante?". Eu escolhi refrigerante. Ela me deu um golinho de Fanta Laranja e, por algum motivo, aquele gás e aquele sabor desceram muito melhor que a água.

A partir dali ela me autorizou a tomar 20 ml de água por dia, medidos na seringa, sem precisar de espessantes ou emulsificantes. Era o líquido puro, mas em doses milimétricas. Naquela mesma semana, ela me deu um purê de batata bem líquido, lisinho, sem nenhum pedaço. Comi talvez 30 gramas, e foi a melhor coisa que já provei. Eu comia com uma vontade tão grande que ela acabava me deixando avançar um pouco mais do que o planejado. Naquele momento, eu ainda vivia quase 100% da dieta pela sonda, então aquele purê ou o iogurte eram o "bônus", o pequeno prêmio do dia.

No entanto, o caminho da recuperação não é uma linha reta. Dia 2 de julho, uma quarta-feira, foi o dia da minha primeira alta. Mas no dia 11, uma sexta-feira da segunda semana, o mundo escureceu de novo. Acordei me sentindo estranha, com um mal-estar difícil de explicar. De repente, tive um apagão: eu fiquei cega. Minha mãe tentou fazer testes,

mostrando números com os dedos, e percebeu que eu não enxergava absolutamente nada. Logo em seguida, desmaiei.

Fui levada de volta ao hospital e fiquei internada por mais cinco dias. Dessa vez, por sorte, eu estava consciente o tempo todo. Mesmo lá dentro, não parei: continuei com a fisioterapia motora, mexendo braços e pernas na própria cama, pois não conseguia sentar na cadeira. Foram cinco dias de medo, mas de uma consciência plena de que eu não podia parar de lutar, mesmo quando o meu corpo parecia querer desistir novamente.

No dia 15 de julho, o cenário mudou: eu finalmente estava em casa. Mas o retorno não foi um descanso imediato; foi o início de uma maratona de reabilitação que avançou em uma velocidade que até hoje me impressiona. O convênio médico liberou fisioterapia duas vezes por dia e, com o apoio constante da fonoaudióloga. O purê de batata voltou a fazer parte dos meus dias.

O dia 21 de julho ficou marcado como o dia da minha primeira grande vitória doméstica: me sentei na poltrona da sala. Doeu horrores, uma dor física que parecia gritar que o corpo estava parado há tempo demais, mas eu sentei. A partir

dali o banho de leito — aquela experiência que tanto fere a dignidade — ficou para trás. Pedimos uma cadeira de banho ao home care. O primeiro banho foi um misto de terror e alívio. Chorei o tempo todo, apavorada com a ideia de molhar os equipamentos e a traqueostomia, mas sentir a água cair foi, ao mesmo tempo, um resgate de quem eu era.

Por volta da metade de agosto, iniciamos o desmame total do BIPAP. Foi um processo minucioso, quase artesanal: começamos com um minuto sem o aparelho, depois dois, cinco, trinta, até conseguirmos passar uma manhã inteira, um dia e, finalmente, a noite. Mas o desafio não era apenas pulmonar, era psicológico. Como sou extremamente ansiosa, o oxímetro era meu maior inimigo.

Eu desenvolvi um pânico no visor. Se eu olhasse para os números e visse meus batimentos ou a frequência respiratória, minha ansiedade disparava e eu chegava a 150 batimentos cardíacos por minuto. O oxímetro precisava ficar virado para a técnica de enfermagem; eu não podia saber o que estava acontecendo. Enquanto eu não olhava, meu corpo trabalhava perfeitamente, mantendo a saturação em 99%. Era a minha mente tentando sabotar meus pulmões, e precisei de muita ajuda para vencer esse medo.

No final de agosto, o foco mudou para a verticalização. Com o auxílio de um andador, comecei o treino de ficar em pé e dar os primeiros passos dentro do quarto. A perda muscular era tão severa que cada "senta e levanta" era uma escalada. Minha pressão caía constantemente, e foi aí que vi a beleza do trabalho multidisciplinar.

A Eli (minha técnica), a fonoaudióloga e a nutricionista trabalhavam como uma engrenagem: para que eu rendesse na fisioterapia, elas ajustavam minha alimentação. Eu comia uma banana com Nutren antes dos exercícios para aguentar o tranco. A nutri liberou o iogurte às 18h e, estrategicamente, diminuía o volume da sonda das 19h para que meu estômago não ficasse sobrecarregado. Era um jogo de xadrez onde cada peça — o Rivotril para a ansiedade, a Dipirona para a dor e o iogurte para o prazer — tinha seu papel.

Aos poucos, o quarto deixou de ser meu mundo. Comecei a caminhar pelo andar de cima e, logo, veio o maior desafio: a escada. A primeira descida foi um terror; desci praticamente sentada, com medo de cair e com a pressão lá embaixo. Mas eu precisava descer. Eu precisava saber se o resto da minha casa ainda existia. Quando vi a garagem e percebi que

até a caixinha do motor do portão tinha sido trocada enquanto eu estava "fora", entendi o quanto o tempo tinha corrido.

Houve também o sofrimento do isolamento afetivo. Por causa da traqueostomia, não podia ter contato com meus animais por risco de contaminação. Fiquei quase dois meses sem ver meus gatos. Em um momento de muita carência, pedi para minha mãe trazer um deles; ela colocou uma luva na minha mão e eu pude, finalmente, sentir o pelo dele. Quem tem bicho sabe: aquele carinho foi uma parte vital da minha fisioterapia.

Com a fono, descobri que o tratamento ia muito além da fala. Ela fazia uma fisioterapia respiratória pesada, me fazendo "socar o ar" e gritar vogais altas para fortalecer o pulmão. Ela foi fundamental para que eu voltasse a comer rápido, porque ela ouvia o quanto eu sentia falta daquilo. Eu não estava apenas aprendendo a falar ou a andar; eu estava, degrau por degrau, recuperando o direito de pertencer à minha própria vida.

No home care, a fisioterapia motora tornou-se o centro do meu dia. Foi um trabalho pesado, de carregar pesos, fazer agachamentos e encarar o meu maior desafio: a escada. Subir e descer degraus não era apenas um exercício para as pernas; era um treino de sobrevivência que mexia com toda a minha capacidade respiratória. Passei quase um mês nessa rotina

exaustiva de escadas. Eu já não aguentava mais ver aquele trajeto na minha frente, mas, no fundo, eu sabia que cada degrau era um passo para longe daquela cama hospitalar.

No hospital, eu recebia uma sessão diária de fisioterapia, fonoaudiologia e psicologia. Em casa, a estrutura mudou e eu comecei a entender como funciona a lógica dos convênios. Eu era acompanhada por uma equipe multidisciplinar: a fonoaudióloga vinha cinco vezes por semana e o fisioterapeuta vinha todos os dias, de domingo a domingo. Além deles, havia uma rede de fiscalização do convênio, com médica, enfermeira e uma fisioterapeuta supervisora que vinham mensalmente para monitorar o trabalho do home care.

Foi através da nutricionista que compreendi a "matemática" do meu tratamento. Para o plano de saúde, eu era uma somatória de pontos baseada nos aparelhos que eu usava: o BIPAP valia 10, o inalador 10 e o aspirador outros 10. Por não andar, eu ganhava mais 5 pontos. Com 35 pontos, o sistema decidia que eu tinha direito à fisio e à fono, mas excluía a Terapia Ocupacional (T.O.). Para uma jovem de 21 anos, que teve a vida acadêmica e social interrompida bruscamente, a ausência da T.O. foi uma lacuna imensa. Eu precisava desse

suporte para me reintegrar, para lidar com o impacto de ser tão nova e estar tão dependente, mas a burocracia enxerga equipamentos, não necessidades emocionais.

A falta de um psicólogo presencial foi outra barreira, O convênio até liberou as sessões, mas apenas no formato online. Para mim, na época, isso era um absurdo: como eu faria terapia online se eu sequer conseguia falar por causa da traqueostomia? Foi então que os meus fisioterapeutas assumiram um papel que ia muito além do físico. Eles se tornaram o meu suporte psicoemocional.

Eles foram estratégicos. Perceberam que o visor do oxímetro — aquele aparelho que mostrava meus batimentos e a frequência respiratória — era o maior gatilho para o meu pânico. Quando eu via os números oscilando, minha ansiedade disparava e tudo piorava. Em um gesto de cuidado, eles decidiram em conjunto virar o aparelho para que eu não visse; eles pensaram em mim como pessoa, não apenas como um pulmão que precisava respirar.

Meu fisioterapeuta também gerenciava o meu medo. Ele me preparava com antecedência: "Ana, segunda-feira nós vamos descer a escada". Eu tentava negociar, pedia para adiar dependendo da técnica de enfermagem que estaria de plantão,

buscando alguém em quem eu confiasse mais para me segurar. Ele ouvia, respeitava, mas mantinha a firmeza necessária: "Tudo bem, segunda não deu, terça a técnica não era a ideal, mas quarta-feira nós vamos descer sem opção". Essa firmeza, misturada com o cuidado de esconder o visor que me dava crises, foi o que me fez caminhar de novo. Eles foram os guias que me ensinaram que, apesar dos pontos no papel e das falhas do sistema, o meu corpo ainda tinha uma voz, e ela estava aprendendo a gritar de novo.

O dia 28 de novembro marcou a minha despedida da traqueostomia. Poucos dias depois, em 2 de dezembro, recebi a alta definitiva do home care. Naquele momento, a orientação do plano de saúde foi direta: eu deveria seguir para a academia e para o pilates. O convênio considerou que a fisioterapia clínica já não era mais necessária, mas o meu corpo ainda conta uma história diferente.

Hoje, sinto que a fisioterapia foi o meu alicerce, mas percebo as lacunas que o sistema deixou. Carrego uma dor persistente no lado direito do peito, uma herança amarga do tempo em que usei o dreno de pulmão e daquelas horas intermináveis em que não pude fazer a mudança de decúbito

como deveria. Quando tento alinhar a coluna e ficar reta, a dor no pulmão é imediata; no dia seguinte, o corpo cobra o preço com uma falta de ar sufocante. Às vezes, o cansaço vem ao falar demais ou ao enfrentar os extremos do clima. Ando com a bombinha de asma, a mesma que injetavam direto na minha traqueia, e ainda aguardo exames de espirometria para entender se esse será o meu "novo normal". Sinto que faltou um olhar mais atento para a fisioterapia respiratória na transição da alta, um encaminhamento que talvez pudesse ter evitado esse desconforto que ainda me trava.

Como me sinto agora? Sendo honesta, sinto-me um pouco deslocada na vida. O mundo continuou girando enquanto eu estava parada, lutando para respirar. Perdi o estágio que eu amava — fui demitida porque a lei só permitia 15 dias de atestado e minha batalha durou meses. Estou doida para voltar à faculdade, mas ainda me sinto perdida entre exames, médicos e sequelas.

Saí de tudo isso com um laudo vago: "encefalomielite não diagnosticada". A suspeita de Guillain-Barré foi descartada tão rápido quanto surgiu, e a previsão inicial de que eu só voltaria a andar em janeiro de 2026 foi atropelada pela minha vontade de viver. Mas há algo que nenhum diagnóstico ou

fisioterapia recupera: o mês que passei longe da minha filha. O tempo da faculdade eu corro atrás, os livros, eu leio depois, mas aqueles trinta dias da vida dela não voltam. O que me resta agora é aproveitar cada segundo ao lado dela, com a consciência de quem quase não teve o "amanhã".

Minha visão de mundo mudou. Antes, eu não sabia nada sobre a área da saúde; hoje, vejo as entranhas de um sistema que, muitas vezes, silencia quem mais precisa. Li contratos que tratavam o meu direito ao home care como um "presente" da operadora, uma manobra para evitar que entrássemos na justiça.

Vi o descaso de perto quando cortaram meu atendimento de 24 horas para 12 horas, mesmo quando eu ainda precisava de aspiração constante. Ouvi relatos de mães que passam noites em claro cuidando dos filhos porque a ambulância não vem ou porque a técnica de enfermagem sabe menos sobre o aparelho do que a própria família.

Eu era uma paciente "esperta", "acordada". Eu via quando uma técnica esquecia de trocar a luva ou errava um procedimento, e eu falava. Mas percebi que, no sistema de saúde, ter voz nem sempre é bem-visto. Diziam: "Ela está

sabendo demais". Para o plano, o paciente ideal é o passivo; para a família e para a própria vida, o paciente ideal é o que questiona, o que entende seu tratamento e o que exige dignidade.

Saio dessa jornada com a certeza de que a reabilitação não é apenas física. Ela é um ato político, emocional e humano. Aos profissionais que me acompanharam, meu eterno respeito por terem lidado com uma paciente que "sabia demais", pois foi esse conhecimento — e a ajuda técnica de vocês — que me permitiu, hoje, estar aqui para contar o que vivi. O meu futuro agora não espera apenas um diagnóstico; ele espera a retomada de uma Ana Flávia que aprendeu que a maior superação não é apenas voltar a andar, mas nunca mais deixar que calem a sua voz.

Ana e Luane



AGRADECIMENTOS

Se eu pudesse resumir em nomes e rostos toda a força que me trouxe de volta, a primeira imagem seria a da minha mãe. Esta história é, acima de tudo, uma homenagem a ela. Na UTI, onde o tempo é frio e as regras são rígidas, os médicos vinham até ela com um discurso pronto: "Vá para casa, descanse, nós estamos cuidando bem dela. Os enfermeiros e as técnicas estão aqui". Mas ela, com a intuição que só o amor de mãe explica, recusava-se a arredar o pé. Ela me confessou mais tarde, em uma conversa que ouvi de relance, o seu maior pavor: "Eu não vou embora, porque tenho medo da minha filha morrer, e morrer sozinha".

A presença dela foi a minha âncora. Enquanto os aparelhos cuidavam do meu biológico, o olhar dela cuidava da minha alma, garantindo que eu não me perdesse na solidão daquelas luzes brancas.

Minha gratidão estende-se também àquelas que foram minhas mãos e meus pés quando eu não os tinha: as técnicas de enfermagem. Ao longo dessa jornada, vi passar por minha casa quase 30 profissionais diferentes. É um fluxo exaustivo; cada mudança de técnica é uma mudança de rotina, um novo

jeito de lidar com a minha intimidade, uma nova adaptação. Mas quatro delas ficaram. Quatro mulheres que se tornaram fixas e que foram pilares fundamentais na minha melhora.

Ter uma equipe fixa não é apenas uma questão de logística; é uma questão de confiança. Elas aprenderam os meus sinais, entenderam os meus medos e celebraram cada pequeno avanço comigo. Sem a persistência dessas profissionais e a proteção inabalável da minha mãe, eu talvez fosse apenas mais um número em um prontuário. Hoje, sou uma história de retomada.

LUIS FELIPE DE CARVALHO LUNA

Fernanda Passos Moia
Julia Camilly Rosa Leite
Nicole Barbosa Meira

Meu nome é Luis Felipe de Carvalho Luna, tenho 36 anos, nasci no dia 30/09/1989 em Cotia-SP. Na infância, eu brincava muito com meus irmãos, brincávamos muito na rua e se a minha mãe não nos chamasse para dentro estaríamos na rua até hoje. Gostava de jogar bola, taco e bolinha de gude. Só não gostava de soltar pipa, mas fora isso, brincava de tudo. Em um dia, fui pegar mexerica na casa da vizinha e, para isso, tinha que passar por um telhado. Acabei pisando errado na telha, caí dentro do tanque da mulher, quebrei toda a telha e me ralei inteiro. Ela ainda contou para minha mãe, apanhei todo ralado.

A minha vida antes do acidente não era muito diferente dos dias de hoje, dava aulas, treinava bastante Jiu-jitsu e ficava muito com a minha família. Comecei a namorar com a Valéria em 2009. A Valentina nasceu em 2010. Lembro que a semana do meu acidente foi uma semana de muita chuva, eu andava de moto e a minha esposa Valéria ficava com o carro. Na quinta feira, eu cheguei muito bravo em casa, falando em vender a

moto, pois estava cansado de tomar chuva e minha esposa tentou amenizar, me acalmar. Na sexta-feira, dia 28 de junho de 2013, aos 22 anos, me lembro que nós precisávamos ir para Osasco, pois a Valéria tinha de resolver algumas coisas no Poupatempo e eu não quis andar de moto com ela, de jeito nenhum pretendia andar de moto naquele dia. Eu não ia nem dar aula. Até que um aluno ligou dizendo que ia conseguir chegar e perguntou se eu poderia ir dar aula a ele. Cogitei a dizer não, mas fui. Quando estava saindo, meu sogro me disse para ir com o carro, mas não o ouvi, pois de moto seria mais rápido. Dei aula ao garoto e, na volta, eu lembro somente de entrar na Rodovia Raposo Tavares, km 26 e não tenho lembranças de mais nada deste dia. O acidente não foi na Rodovia, foi na Estrada da Roselândia, próxima ao bairro Mirisola. Ao chegar no Hospital de Cotia, eu estava acordado, forneci todos os meus dados, inclusive estava amarrado na maca porque eu estava bravo e queria me levantar, mas não me lembro de nada disso.

Quando eu sofri o acidente, a polícia avisou a Valéria. Eles ligaram para ela contando o ocorrido, e que parecia estar tudo bem, visto que eu tinha chegado ao hospital acordado e

“consciente”. Minha esposa estava em Vargem Grande, comunicou a mamãe, pois ela mora em Cotia.

Os primeiros a chegar foram a minha mãe e meu irmão mais velho, depois a Valéria e alguns amigos. O médico se dirigiu aos meus familiares e relatou um caso clínico grave e de risco. Mamãe o disse que Deus abençoaria a mão deles e daria tudo certo, mas ele chamou meu irmão de canto e pediu para preparar a minha mãe, pois talvez eu não passasse daquela noite.

O acidente foi de duas motocicletas. Estávamos em via de mão dupla, em sentidos opostos. O homem perdeu o controle da moto, bateu em um carro, atravessou a pista e me atingiu. Ele caiu imediatamente e eu fiquei na moto. Minha perna esquerda foi parar em cima do baú da moto, meu quadril abriu mais de 30 cm, obtive fratura exposta de quadril, e mais, a lesão cortou da ponta da virilha até perto do ânus. Na mesa de cirurgia, eu tomei 10 bolsas de sangue. Quando me acordaram, estava há 14 dias na UTI, em coma induzido, devido à quantidade de ferimentos. Tiveram que me contar diversas vezes o que havia me acontecido. A primeira vez quem me contou foi a minha esposa, e todas as vezes que eu acordava,

me contavam novamente, pois eu não conseguia lembrar do ocorrido. Meu braço esquerdo não mexia, estava com gaiola no quadril, cheio de fios no pé, todo engessado. O que eu mais queria era levantar da cama. Um amigo médico assinou um termo para extubar, pois meus sinais vitais já estavam estáveis e uma pessoa não pode ficar entubada mais de 14 dias, se não me acordassem teriam que realizar uma traqueostomia.

Após 21 dias no hospital, fui mandado para casa porque, devido a quantidade de ferimentos, eles temiam que eu contraísse uma infecção hospitalar.

Valéria, minha filha Valentina de 2 anos e eu nos mudamos para casa de minha mãe em Cotia, em um cômodo no qual havia uma cama hospitalar. Foi lá onde realizei todo o tratamento.

“Eu não desisti graças às pessoas que estavam me ajudando”. Foi psicologicamente muito cansativo, mesmo estando nessa situação, eu buscava não demonstrar fraqueza, pois tinha realmente muitas pessoas me ajudando (mãe, esposa, irmãos, tias e padrasto). Minha família e minha filha eram muito importantes para mim. Naquele momento, foram

eles que me deram força o tempo todo. Se eu saí de onde estava foi por conta deles.

Durante esse processo, obtive também a ajuda de dois amigos fisioterapeutas, um deles especialista em ortopedia e, com uma semana em casa, já comecei a fisioterapia. Eu fazia choquinho TENS, ultrassom e radiação ultravioleta. Após a descoberta da lesão de plexo, eu fazia acupuntura e treinos para ganho de força e massa muscular. Em minhas sessões, fazia o que os profissionais mandavam sem reclamar, porque eu queria poder levantar da cama e calçar a bota sozinho.

Momento de atendimento fisioterapêutico



Algo que me marcou foi que ele sempre me dizia "Vai... Bora! Você não é lutador? Vai ficar de corpo mole agora?" Isso me deixava muito bravo e eu fazia mais um monte do que ele queria. A lesão do pé demorou muito para cicatrizar. Eu já não sei se me acostumei com a dor ou se não a sinto mais, mas atualmente ele é cicatrizado.

Nos pós sessões, eu me sentia bem cansado e com muitas dores, mas, como eu treinava antes do ocorrido, eu encarava a fisioterapia como um treino. Na primeira tentativa de ficar em pé, eu estourei cinco pontos ao sentar-se na cama. Senti muita tontura e ânsia. Foram uns cinco dias até essa sensação passar. Para ficar em pé, foi a mesma coisa e, por isso, adiamos o processo.

Um dia que me marcou bastante foi quando descí e subi a escada, sensação de ter feito uma maratona. Senti que estava melhorando e iria voltar a viver. Desci e subi algumas vezes, com acompanhamento do fisioterapeuta. Peguei confiança e achei que já podia fazer sozinho. Liguei para um aluno e pedi para ele me buscar, pois eu iria treiná-lo. Falei para a Valéria apenas que iria sair. Quando cheguei na academia foi um choque para as pessoas, ninguém esperava me ver por lá.

Conversamos bastante e quando voltei, eu e meu aluno, fomos surpreendidos e repreendidos pela minha mãe.

A partir desse dia, eu voltei a dar aula, seis meses após o acidente. Meus alunos iam me buscar e me levar em casa. Quando eu fui ao retorno médico, entrei andando na sala dele. Foi um choque para ele, pois não era possível estar andando com seis meses. O médico me disse uma frase que foi muito marcante “Eu não acredito em Deus, mas você é um milagre”.

Com dois meses, retirei a gaiola e demorei mais quatro meses para fazer a ressonância, devido à dificuldade de locomoção. Ficar na cadeira de rodas me cansava muito. Fiz uma cirurgia depois de dois anos do acidente para tentar reaver algum movimento do braço. Nessa cirurgia, recuperei a minha sensibilidade até o meio do meu antebraço, próximo à mão eu sinto pouquíssimo. Tenho uma cicatriz no punho, pois encostei na frigideira fritando ovo e não vi, apenas percebi quando notei uma bolha enorme. Não obtive nenhuma melhora de movimento, mas diminuíram os “choques” que eu sentia e ainda sinto, mas bem reduzidos, e não tomo remédio nenhum para isso. Já tomei alguns remédios até conseguir andar para evitar trombose, mas, hoje em dia, não tomo nada. Já cheguei

a tomar analgésicos e anti-inflamatórios para conter quando sinto dor no braço. Essas dores me acontecem quando eu vou dormir, mas são raras.

Voltar a dar aula de Jiu-jitsu foi, sem dúvida, a coisa mais difícil. Precisei muito de ajuda para voltar. Eu era faixa preta antes do acidente e não conseguia assimilar que eu não conseguiria fazer tudo que eu fazia antes. Lidar com o meu próprio ego foi difícil, pois achava isso inadmissível. Assim foi, até que um amigo me disse que eu continuava bom, só precisava me reajustar, aprender de novo. Um outro amigo falou que não tem nada que eu fazia antes que eu não poderia fazer agora.

Atualmente minha rotina é uma “coisa de maluco”. Tenho uma academia de Jiu-jitsu em Cotia, também trabalho em outra academia em Vargem Grande, onde eu leciono Jiu-jitsu e treinamento funcional. Também faço parte de uma equipe de preparação física e nutrição online, *Black Belt Performances*, onde cuidamos de lutadores e praticantes de Jiu-jitsu. Eu treino também de segunda à quinta, duas horas de treino. Aos finais de semana, tem competição; todos os meses eu participo e acompanho os alunos.

Eu treino na equipe de Jiu-jitsu da Fratis, uma das maiores equipes do Brasil. Alguns competidores se chocam, têm esse pré-conceito, mas eu os aviso que é luta normal e se não lutar direito vai perder. Quando voltei a competir foi porque um amigo me indicou o Parajiu-jitsu. Eu fui e me tornei o campeão brasileiro sul-americano do Parajiu-jitsu. Foi quando um aluno me questionou do porquê não lutava o convencional visto que eu treinava todos os dias com pessoas totalmente funcionais. Foi aí que eu voltei a competir no convencional e é onde compito até hoje. Teve um campeonato que eu fiquei em terceiro, subi no pódio. Pasmem! Eu treino com os rapazes totalmente funcionais, sem lesões e com todos os membros. Luto com eles e subo no pódio com eles.

Atualmente é mais gostoso competir. Antes eu me cobrava muito em vencer e agora eu vou competir por diversão. Só de estar fazendo algo que eu gosto de novo é uma sensação incrível.

Registro após processo de recuperação



Como mensagem, eu digo: Eu sei que é muito difícil, a cabeça te trai, às vezes o que você esperava não acontece, mas, não desista! O que está acontecendo foi Deus que decidiu que você teria de passar. Você é forte suficiente para aguentar isso, e a sua vida, a sua história pode ajudar muitas pessoas depois. Pessoas que têm problemas menores do que o seu e que quando veem você e sua história, veem que o problema delas talvez seja muito menor do que o que ela vem enfrentando. Faça por você porque não é um braço, uma perna, uma decepção amorosa que pode acabar com a gente. A vida é muito boa e nós temos muito o que viver ainda.

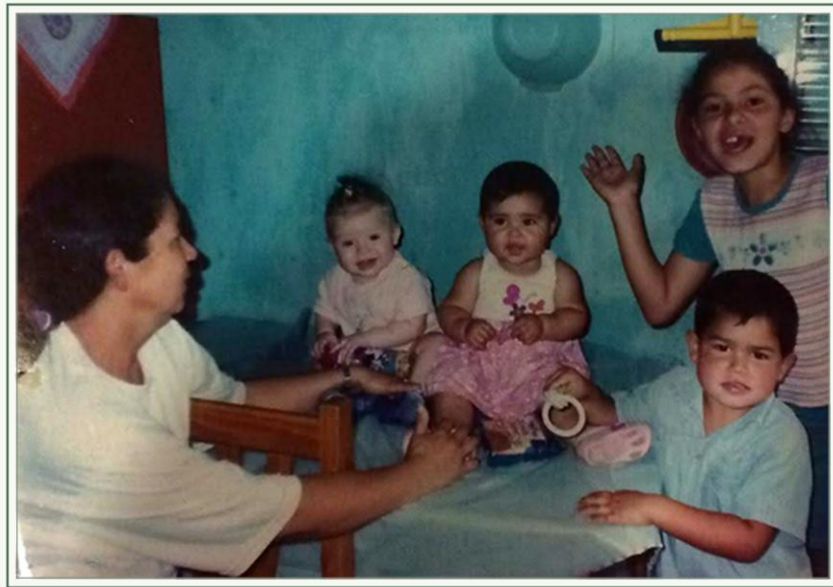
LULA

Kawane Vitória Dias de Goes
Leticia Domingues Maia
Maria Isabella Mendes Luiz

Eu sou o Luiz Saturnino dos Santos Neto, conhecido como Lula. Tenho 26 anos e sou pai de dois meninos, José (10 anos) e Isaac (3 anos). Sou casado com a Dayane Saturnino, que trabalha fazendo penteados. Eu sempre fui uma pessoa extrovertida e trabalho desde os meus 12 anos. Sempre fui independente e apaixonado por motos. Tive uma infância boa, era muito feliz, porém não lembro de quase nada de datas comemorativas ou de brincadeiras devido ao acidente.

Como minha mãe mora no sítio, quando criança, eu ficava mais na casa da minha irmã Lucélia, mais próxima da cidade.

Infância com minha irmã e sobrinha



Parei os estudos aos 15 anos, devido a um momento de rebeldia que eu estava vivendo. Meu cunhado, Ivanildo, nessa época, disse para eu "dar um tempo" no trabalho, pela falta de responsabilidade. Eu era bem agitado, gastava meu dinheiro com bebida. Era trabalhador, porém sem juízo. Por conta disso, fui para outro trabalho com meu pai, na lenha.

Luiz na infância



Nesse período, me relacionei com a mãe do meu primeiro filho, aos 16 anos. Fui pai de um menino lindo chamado José Victor. Separamos antes de eu saber que ela estava grávida e sigo atualmente na guarda compartilhada. Depois de meses, conheci minha esposa, Dayane. Ela está comigo até hoje, mesmo diante de todas as dificuldades, me fazendo amadurecer, ser mais responsável e me ajudando no crescimento do meu filho mais velho e nunca "soltando minha mão".

Luiz com o primeiro filho



Aos 18 anos, voltei a trabalhar com meu cunhado, pelo fato de as coisas não terem dado certo com meu pai, porque nunca tivemos uma relação boa, já que ele me abandonou aos 5 anos e nunca ajudou a minha mãe em nada. Meu cunhado

sempre foi como um pai para mim, e, assim, ele me deu mais uma oportunidade de voltar a trabalhar com ele.

Nesse momento, eu já morava com a minha esposa no sítio junto com a minha mãe. Minha rotina era acordar, ir para a cidade de moto todos os dias de manhã e voltar à noite. Meu *hobby* era andar na minha moto. Ganhei-a do meu cunhado pelo meu esforço diário no trabalho. Eles foram os que mais me ajudaram e sou eternamente grato pela vida deles.

Luiz com sua moto que era sua paixão quando mais novo



Aos 20 anos, no dia 3 de fevereiro de 2020, eu saí do sítio para trabalhar, e no caminho, sofri um AVC hemorrágico que causou a minha queda de moto. Nesse dia, minha esposa quase foi comigo, mas resolveu ficar em casa de última hora. Pouco depois, meu cunhado e minha mãe chegaram para avisá-la do acidente. Fui levado para a Santa Casa, mas como o caso era grave e os médicos não tinham certeza da extensão do dano, fui transferido para o Hospital Regional de Sorocaba com a minha mãe me acompanhando, com um aviso de que eu poderia não resistir até lá. Minha esposa, minha irmã e meu cunhado estavam superapreensivos e nervosos com medo de acontecer o pior. No caminho, a situação foi crítica: eu tive três paradas cardíacas. Chegando lá, os médicos disseram que se eu passasse daquela noite, eu poderia ficar "vegetando" em uma cama para o resto da vida. Graças a Deus, isso não aconteceu. Fiquei 11 dias em coma induzido, sem reagir a nada. Além do AVC, eu tinha escoriações graves pelo rosto, braço e ombro, devido à queda. Além disso, tive uma pneumonia bacteriana, agravando o meu quadro.

Ainda no hospital, a fisioterapia entrou na minha vida pela primeira vez, com os profissionais do plantão fazendo exercícios na minha perna e usando bolinhas com "espinhos" para tentar recuperar minha sensibilidade. Não só nisso, mas também fazendo exercícios para o meu pulmão. Diante disso, minha esposa, minha irmã Lucélia, meu cunhado, minha mãe e minha irmã Madalena, que mora em Sorocaba, ficavam todos os dias ali, me visitando, indo e voltando. Eles foram os que mais me ajudaram e sou eternamente grato pela vida deles.

Quando acordei, a realidade era dura: eu não tinha mais coordenação motora no braço e na perna direita; as sequelas eram visíveis. No começo, eu não reconheci ninguém, estava com um olhar de perdido. Depois de uns 3 dias, eu reconheci o meu cunhado e minha esposa. Depois disso, fui reconhecendo mais pessoas que estavam à minha volta.

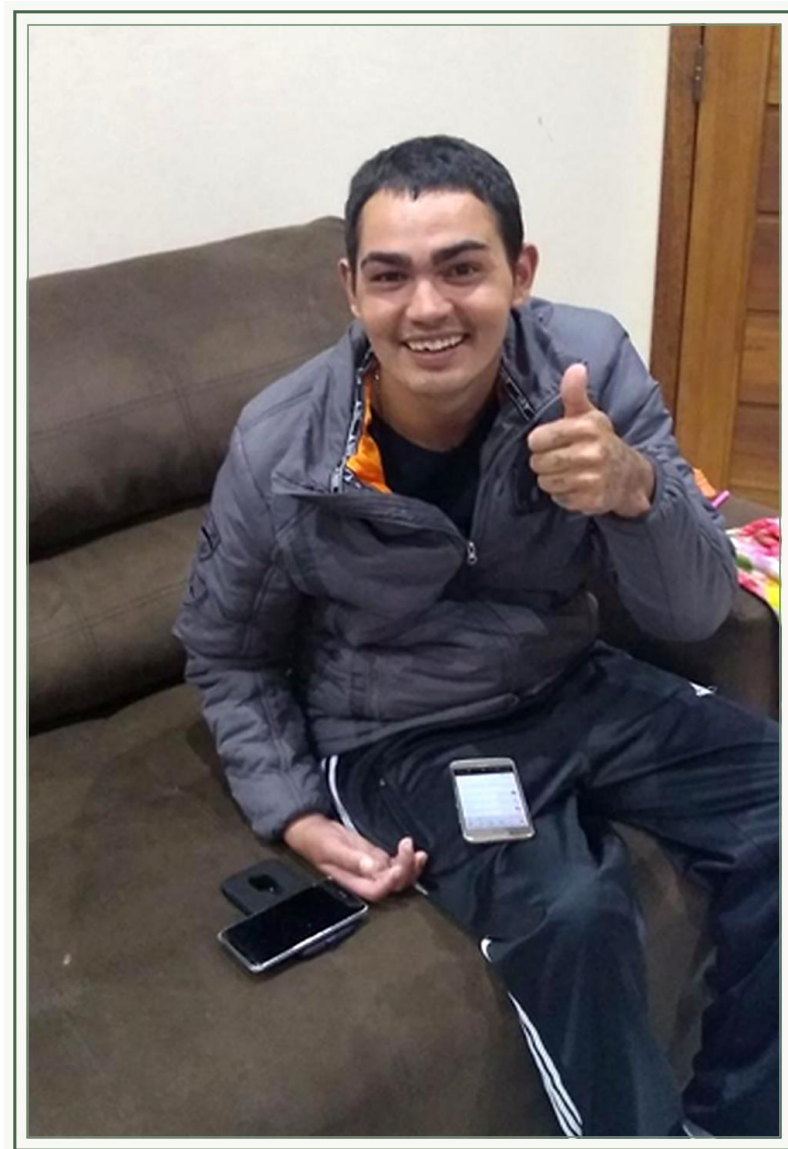
Luiz no hospital após o acidente



Recebi alta depois de longos 26 dias, mas a luta estava apenas começando. Eu não falava, usava fraldas e minha alimentação era apenas líquida, tinha que bater no liquidificador tudo. Perdi 50kg. Fiquei muito fraco. Eu não tinha forças nem para levantar da cama. Para me virarem, era preciso um jeito especial, para não me machucar. Eu nasci de novo.

Assim que cheguei em casa, estava assustado, não conseguia assimilar tudo o que estava acontecendo, então minha família não perdeu tempo e já fomos atrás de fonoaudiologia e fisioterapia. Também continuei fazendo acompanhamento no neuro que faço até hoje. Tive que tomar muitos remédios fortes no início porque estava muito agitado. Logo que comecei a comer, me engasgava muitas vezes, e, por isso, só depois comecei a comer coisas mais sólidas.

Luiz quando chegou em casa



Na fisioterapia, fazia 2 sessões por semana. Foi aí que conheci a Josiane (a Jô) e a Dra. Paloma, que foram anjos na minha recuperação. No início, eu não tinha força no tronco, ficava encostado na cadeira de rodas e alguém precisava me segurar para eu não cair. A fonoaudiologia também foi uma marca bem importante na minha vida, pois me fez voltar a falar.

A fisioterapia não ajudou só a mim, mas também a minha esposa, era ela quem me dava banho e tinha muita dificuldade para me tirar da cama. As fisioterapeutas ensinaram a ela o jeito certo de me pegar, de me virar e de me passar para a cadeira de banho. Aos poucos, elas me ensinaram a me virar sozinho, sem depender tanto da ajuda dela.

Um dos momentos mais marcantes foi o dia em que consegui me levantar do chão sozinho, foi uma vitória tão grande que a fisioterapeuta, e todos que estavam ali, choraram de emoção. Outra vitória foi o primeiro dia em que me colocaram nas barras paralelas, segurei firme com as mãos e com ajuda, consegui dar os meus primeiros passos. Sai dali muito feliz e tive a certeza de que a fisioterapia seria tudo para mim.

Antes o meu pé não ficava reto para pisar e eu não conseguia subir escadas ou erguer o braço. Hoje eu consigo fazer os dois. Mais de um ano e meio depois, consegui realmente andar sozinho.

Registro na fisioterapia



Depois de um ano, mais ou menos, teve um acontecimento que eu não conseguia parar de rir, mesmo em situações que não era para rir. Eu não conseguia controlar, aí que eu fui novamente no neurologista e ele afirmou que isso era uma sequela, a risada, porque o AVC afetou o meu lado emocional e, por isso, essa mudança no comportamento.

Uma coisa difícil também foi na criação do meu filho mais velho, depois do AVC. Como eu ficava de cadeira de rodas, foi muito difícil para mim me aceitar porque me ver daquele jeito sem conseguir fazer nada sozinho e ver o José brincando "para lá e para cá" e não poder brincar com ele. Com o Isaac, eu já me sinto bem melhor porque eu me aceito do jeito que sou.

O desafio também foi psicológico. Eu sempre fui muito ativo, então me ver naquela situação foi muito difícil de aceitar, fiquei nervoso, frustrado e houve momentos em que quis desistir, achando que ficaria daquele jeito para sempre. A fisioterapeuta me ajudou a me acalmar e a entender que tudo tem seu tempo. Hoje sou uma pessoa mais calma e recuperei a minha independência.

Luiz e seu filho José após receber alta



Antes, para ocupar o meu tempo, eu vivia cuidando do terreno e do rio lá no sítio onde eu morava. Como eu comecei a trabalhar desde muito cedo, nunca consegui ficar parado; se não tenho o que fazer, o desânimo bate forte. Sabendo disso, meu cunhado, Ivanildo, até comprou uns peixes para eu cuidar e passar o tempo, tentando me manter ativo. Mas a cabeça não parava. Sofria muito com a questão de depender da minha esposa para me locomover. Uma coisa que mexeu bastante comigo foi na minha autoestima, como homem. Agora eu já

estou me aceitando mais, mas antes, uns dois, três anos depois do ocorrido, eu acordava e pensava: O que eu vou fazer? Eu estava perdido e achava que nunca mais iria trabalhar. Eu também estava com medo do preconceito que podia sofrer pelas minhas limitações que, querendo ou não, sofro até hoje.

Em 2022, comecei a fazer bancos com restos de madeira e a coisa foi crescendo. Passei a pedir *pallets* usados nas empresas aqui de Pilar e acabei montando uma marcenaria. Fazia muitas coisas e divulgava no *Insta*. Eu fazia de tudo um pouco para ajudar nas despesas de casa. O problema é que só a minha aposentadoria não estava dando conta, já que eu tenho pensão do meu filho mais velho para pagar e aquela responsabilidade de ser o "homem da casa". Mesmo com o lucro da marcenaria baixo e as coisas difíceis, eu não desisti e continuei firme no formão e na serra.

Tudo mudou com a enchente. A água subiu e eu, minha esposa e meu filho mais novo tivemos que sair às pressas da nossa casa própria no sítio. Viemos para a cidade morar de aluguel. Foi um baque. Tive que parar o trabalho na marcenaria, porque na cidade o barulho das máquinas incomoda os

vizinhos. Lá no sítio, eu não tinha esse problema, mas aqui foi um impasse.

Bancos produzidos pelo Luiz



Foi aí que em 2024, meu cunhado, vendo a minha situação, me chamou para voltar a trabalhar com ele na borracharia. Eu já conhecia o serviço de ponta a ponta, pois trabalhei com ele desde a minha adolescência. Ele sabia que eu precisava reforçar a renda, até porque minha esposa trabalha com penteados para eventos e a gente precisava de uma renda a mais. O Ivanildo não tinha me chamado antes porque, morando no sítio, a logística era quase impossível. Como eu dependo da minha esposa para me locomover, o caminho de ida e volta para a cidade ficava muito difícil. Nisso foi minha virada de chave, mudou totalmente minha situação, me senti vivo de novo, me senti normal, com uma expectativa maior de que poderia dar uma vida melhor para minha família através do meu trabalho.

Foi aí que tive que começar minhas adaptações, pois meu lado direito é travado. Apesar da grande melhora que tive na fisioterapia, não recuperei 100%. Com isso, tive que aprender a fazer tudo com o braço esquerdo e assim até hoje sigo me dedicando e aprendendo cada dia mais.

Luiz trabalhando na borracharia



Um novo hábito que adquiri para minha vida, foi fazer exercícios em casa. Comecei em julho de 2025, eu acordo às 5h da manhã, faço 1h de exercícios e meia hora de bicicleta adaptada que eu mesmo fiz. Fiz também meus próprios pesos com cimento, como se fosse de academia. Comecei a fazer isso pela minha saúde, porque estava muito acima do peso e não tinha mais autoestima. Já emagreci 14 kg, apenas no treino e

na dieta, me esforçando sempre e melhorando a minha autoestima.

Luiz e sua academia própria



Hoje sou uma pessoa independente, tenho meu trabalho para sustentar minha casa e me sinto um homem realizado, mesmo com minhas limitações. Me sinto bem comigo mesmo, ainda mais agora que eu estou sendo homem de verdade, pai de família, fora da casa da minha mãe. Agora sou uma pessoa bem melhor, mais responsável, cumpro com os horários, tento ser um pai e um marido melhor para minha família e menos orgulhoso.

Meu desejo para meu futuro é que eu volte o movimento da minha mão atrofiada e que eu consiga andar de carro para me locomover, para ser independente totalmente.

Momentos de atendimento fisioterapêutico



Se eu pudesse dar um conselho a quem está a passar por isso diria: não desista, apesar das situações difíceis, seja forte e corajoso. Os fisioterapeutas estarão lá para te ajudar em tudo, tanto na parte física como na parte emocional, e isso é algo de que precisamos muito, sem eles eu não seria o que sou hoje.

Para a minha esposa Dayane, eu desejo que ela continue sempre sendo a mãe e esposa incrível que ela é, porque ela é uma mulher muito forte, muito corajosa, apesar de tudo o que ela passou.

Família completa



Sou muito grato por tê-la em minha vida, por ela estar sempre do meu lado. Ela é a razão da minha vida, desde que a conheci, mas mais ainda, depois que estava na cadeira de rodas, ela nunca soltou minha mão.

Para a minha mãe Rosana, minha irmã Madalena, minha irmã Lucélia, meu cunhado Ivanildo e toda a sua família, vocês foram anjos na minha vida, eu amo tanto vocês.

Luiz com a mãe e a família, a irmã Lucélia, o cunhado Ivanildo



Obrigada por estarem comigo em todos os momentos da minha vida, mas principalmente nesse. Sei que, às vezes, posso não ser o melhor irmão ou melhor filho, mas estou lutando para melhorar. Vocês são a razão de eu estar de pé hoje. Se eu falhei algum dia, eu peço perdão. Eu amo vocês.

JOSIANE – FISIOTERAPEUTA DO LULA

Meu primeiro contato com o Luiz foi logo quando eu comecei a atender. Foi um dos meus primeiros pacientes na clínica onde eu trabalhava, e literalmente, meu primeiro paciente com AVC.

O Luiz chegou logo depois que ele saiu do hospital. O médico prescreveu a fisioterapia e a família foi muito rápida e o levou até lá. Eu ainda tinha muita insegurança, muito receio em atender, mas eu também tinha muita vontade de reabilitar e poder ajudá-lo, mostrar tudo o que eu tinha aprendido. Então, foi com o Luiz que eu aprendi que, além da técnica, da teoria, eu iria precisar demonstrar muita paciência e coragem.

Ele chegou quieto, trazendo muita insegurança e muita tristeza. Ele veio de cadeira de rodas, um rapaz supernovo, debilitado, com a esposa dele. Porém, ele veio com muita vontade de voltar a viver.

Eu sabia que o Luiz ia precisar de uma grande ajuda, que o nosso trabalho ali na fisioterapia iria ser árduo. Porém, sabia que iria ser leve, porque eles eram pessoas muito boas. A Daya, esposa dele, estava ali sempre com a gente.

O que eu sempre admirei no Luiz era a alegria dele. Ele nunca desistiu, mesmo precisando adaptar os treinos, nunca estremeceu, nunca ficou nervoso. Ele ria e falava para a Daya: "Eu vou conseguir". Eu sempre admirei essa alegria, essa força de vontade dele.

Não teve apenas um dia marcante no atendimento do Luiz, na realidade foram vários, porque todas as conquistas dele foram muito importantes para a gente. Quando o Luiz ficou em pé e conseguiu dar o primeiro passo, foi uma vibração na clínica. Todo mundo ficou muito feliz, foi muito bom. Ele ficou muito contente, tanto que tremia e não conseguia dar o outro passo de tanta alegria. Outra vez foi quando ele entrou de cadeira de rodas e conseguiu ir embora segurando na mão da Daya. Para a gente foi uma alegria tremenda, ele desceu a rampa da clínica só dando a mão para a mulher dele. Então ficamos muito contentes, e a partir desse dia, o Luiz só ia caminhando para a clínica. Nós falamos para ele: "Luiz, a partir de hoje a gente não aceita você mais de cadeira de rodas aqui. Chega!". A força de vontade dele era espetacular, acredito que ele nunca mais se sentou na cadeira de rodas.

A convivência com o Luiz me mostrou que a vida pode mudar em questão de segundos. Mas cabe a nós termos consciência de que, mesmo com as dificuldades, temos a obrigação de aprender a agradecer a Deus, estarmos contentes, confiantes de que tudo vai dar certo. A persistência do Luiz era contagiante na clínica onde trabalhávamos, porque as pessoas

que estavam ali, com ele, ficavam admiradas. Era nítido isso nele e na família. Eu acredito que isso nos ajudou bastante a ver que, nessas horas, contamos com a família, com Deus e com a nossa força de vontade.

A mensagem que eu deixo para todos os meus pacientes e para todos os pacientes que precisam de uma reabilitação é que, mesmo sendo pequena, cada mudança é uma vitória. O processo de recomeçar, às vezes, de mudar tudo, não é fácil, mas temos que ter força em continuar tentando todos os dias. Superar limites não acontece de um dia para o outro, mas é incrivelmente maravilhoso ver as mudanças acontecendo. É o que eu falo para os meus pacientes, às vezes, precisamos da chuva para ver o arco-íris, porque nem tudo está perdido.

PALOMA – FISIOTERAPEUTA DO LULA

O Luiz veio para gente bem debilitado no começo. Ele foi um caso que já ficou internado por muito tempo, então teve toda a complicação da internação. Quando ele chegou, a mobilidade dele era bem reduzida e a fala também. Ele veio naquela fase hipotônica do AVC, que a gente fala que parece uma "boneca de pano": você levanta os membros e eles caem,

principalmente o membro superior. Foi um primeiro contato bem desafiador; por mais que eu seja da área de neuro e especializada, eu sabia que seria um trabalho longo para ele conquistar os movimentos.

Um momento muito marcante foi quando ele começou a realizar a marcha sozinho, conseguindo usar o membro afetado, pegar um peso e levantar o braço. A Daya, esposa dele, fez um vídeo de superação do começo, de quando ele estava internado até os primeiros passos, e isso toca muito a gente. Por mais que a gente estude e saiba do poder da fisioterapia, ver essa superação marca muito.

O que eu mais admiro é a persistência e a força de vontade dos dois. A Daya foi fundamental no dia a dia, sempre acreditando que ia dar certo. É muito bonito ver a história deles, tanto na superação do AVC quanto na chegada do bebê. Eles têm uma garra imensa.

A gente aprende com cada paciente e com o Luiz não foi diferente. Ele é um menino novo com a vida toda pela frente e, mesmo passando por tudo isso, vinha todo dia com um sorriso no rosto, pronto para novos desafios. Ele sempre teve aquele olhar para o futuro e a esperança de que ia dar certo. Às vezes,

atendemos pessoas que não estão tão graves, mas não têm esse otimismo. Ele, desde o começo, mostrava no olhar que ia fazer dar certo. O Luiz é um exemplo de que podemos contornar e superar as dificuldades. Ele realmente nasceu de novo.

A mensagem que eu deixo para quem está em reabilitação é que esse é um trabalho de "formiguinha". É preciso ter paciência, um dia após o outro. Especialmente nos casos neurológicos, as mudanças aparecem nos pequenos detalhes: começar a movimentar o braço, segurar uma colher, conseguir pegar um copo. O importante é não desistir e ter fé para acreditar que tudo vai dar certo.

Ter paciência e fé é essencial. O Luiz e a Daya provaram que o amor e a união vencem. Quando soubemos da gestação e depois vimos o bebê, foi uma alegria imensa para toda a equipe. Eles superaram muito e, para nós, é muito gratificante ter feito parte dessa evolução.

ELISEU

Erick Kauã da Silva

Vitor de Freitas

Gabriel Tiburcio Simões de Paula

Eu nasci com um problema no coração. Com 14 anos, já sabia o que era uma cirurgia de verdade, o cheiro de hospital, o peso de acordar diferente de como você entrou. Saí daquela operação dependente de um remédio anticoagulante para o resto da vida. Na época, a gente não pensa muito no "resto da vida", a gente só quer voltar a jogar bola, voltar para a escola, voltar a ser normal. E foi o que eu fiz. Voltei.

O problema é que com o tempo eu fui descuidando. Remédio todo dia é uma chateação, e quando a gente se sente bem, parece que não precisa mais daquilo. Fui deixando de lado, empurrando com a barriga. Não foi falta de aviso, foi teimosia mesmo, daquele jeito que a gente só entende depois que a conta chega.

E a conta chegou. Num período em que minha esposa Vilma estava grávida da nossa filha Emily, eu comecei a passar mal, a sentir a perna inchar de um jeito estranho. A gente foi ao

médico fazer um ultrassom, e a médica chamou a Vilma de lado. Eu nem imaginava o que estava por vir. A médica disse a ela que eu estava com trombose no coração, que não podia dirigir, que podia ter um AVC a qualquer instante. Disse para chamar alguém para me levar direto ao cardiologista.

Eu olhei para a Vilma e ela estava tentando segurar o susto. Grávida, sozinha comigo ali, tendo que absorver aquela notícia e ainda me manter de pé. Meu cunhado apareceu para nos ajudar. O cardiologista me medicou e a gente ficou aguardando, torcendo para o coágulo se dissolver.

Por um tempo, melhorou. Eu fui para casa, tomei os cuidados e a vida continuou. Mas eu sou teimoso. Passei um tempo me cuidando, depois fui descuidando de novo. E foi quando o AVC veio de vez.

Uns dias antes, eu tinha sentido muita dor de cabeça e muita dor de barriga. Mas eu ignorei. A vida estava andando, o trabalho estava em dia e eu não queria parar. Continuei. Dois dias depois, eu estava na igreja, no meio do culto, quando as dores voltaram, mas, dessa vez, não tinham nada de suave. Foram chegando com força, tomando conta de tudo. E depois disso, não me lembro mais de nada.

A Vilma me contou o que aconteceu: eu caí. Um coágulo havia entupido uma veia no cérebro, e aquilo danificou várias regiões ao mesmo tempo, a fala, o andar e o pensamento. A mão esquerda parou de funcionar. A perna voltou só um pouco, e mesmo assim não é a perna de verdade, é mais o "jogo do quadril", porque as veias em si não trabalham mais como antes. Eu saí do hospital com um laudo médico dizendo que nunca mais ia andar, que nunca mais ia me mexer. Quando eu ouvi isso, só pensei uma coisa: "Como assim não vou mais?".

Aquilo me acendeu. Peguei esse "trem" para resolver.

A Vilma sempre disse que eu aceitei bem a situação, melhor do que ela esperava, melhor do que muita gente que passa por coisa parecida. Ela me conta que a própria mãe dela, que também teve AVC, sofreu muito, chorava, ficava irritada o tempo todo. Eu não. Eu não tenho paciência para ficar esquentando a cabeça com o que não posso mudar. Se alguém começa a falar muito de doença, eu saio de perto. Não porque tenha medo, é porque prefiro olhar para frente.

Mas olhar para frente, naquele começo, não era fácil.

Eu tinha sido sempre o sustento da família. Trabalhei a vida inteira, desde cedo. Fui serralheiro, construí meu negócio

com as próprias mãos, dei conta da casa, da família, dos filhos. E de repente eu estava numa cama, sem conseguir falar, sem conseguir andar, sem conseguir ser quem eu sempre tinha sido. Isso pesa. Mesmo para quem não esquenta a cabeça à toa, isso pesa.

A fisioterapia começou logo que eu cheguei em casa, uns dez dias depois da internação. A Vilma me conta que no começo a gente foi a uma clínica particular, cara, mas o atendimento era individual, e isso fez toda a diferença. O fisioterapeuta conseguia prestar atenção em cada movimento que eu tentava fazer, corrigir na hora, me incentivar. Eu não falava quase nada ainda, mas ele conseguia tirar algumas palavras de mim.

Depois fomos para a fisioterapia oferecida pelo setor público. Era diferente, muita gente de uma vez, e a atenção tinha que ser dividida. Às vezes, a Vilma precisava ajudar a colocar as talas no meu braço, os aparelhos de choque. Dava um choquinho e a mão abria. Era estranho, mas funcionava, só na hora do estímulo eu conseguia abrir a mão. Hoje eu entendo melhor o que estava acontecendo: o cérebro precisava de sinais para lembrar que aquele músculo ainda existia.

Eu fiquei seis meses na cadeira de rodas. Seis meses é muito tempo para quem nunca parou. Depois vieram a bengala de quatro pontas, as consultas, os exercícios, a insistência diária. E então veio a hidroterapia.

Eliseu e Vilma em um evento familiar (ele de terno, bengala na mão e sorriso no rosto)



A hidroterapia foi, sem dúvida, o que mais me transformou. Eu faço questão de dizer isso. Três anos dentro d'água, e ela foi responsável por oitenta por cento da minha melhora. Foi na piscina que eu saí da cadeira de rodas de vez. Passei da bengala de quatro pontas para a de um pé só, e

depois soltei a bengala completamente, porque recuperei o equilíbrio na água primeiro.

A Vilma morria de medo no começo. Ela não podia entrar na piscina comigo, ficava na beira me observando, com o coração na mão, porque o chão molhado era traiçoeiro. Eu usava meia antiderrapante, mas às vezes escorregava mesmo assim. Mais de uma vez eu disse que ia morrer ali. Mas não morri. Os fisioterapeutas de lá eram muito prestativos, usavam colchões e boias, e me davam o apoio que eu precisava para ir além do que eu achava que conseguia.

Perceber os resultados foi o que me fez não desistir. Não é fácil manter a disciplina quando a evolução é lenta, quando o corpo não obedece como você manda, quando você se sente criança aprendendo tudo de novo. Mas cada passo que eu dava dentro daquela piscina era uma prova de que o laudo médico não era a última palavra.

Fora da fisioterapia, o dia a dia tinha os seus desafios próprios. Um deles era o banho. Eu tinha vergonha, queria me virar sozinho, e brigava quando a Vilma tentava me ajudar. Os fisioterapeutas falavam para ela deixar eu me virar — que criar autonomia fazia parte da recuperação. Mas ela tem o coração

grande demais para ficar parada do lado de fora. No fundo, eu entendia. A gente só briga com quem ama.

Outro desafio que ninguém espera é o que acontece com o sistema nervoso quando você fica ansioso. Quando eu fico nervoso, a gagueira entra, o corpo trava, a perna amarra e não vai. É como se viesse um trauma e eu parasse no lugar — viro uma estátua. Em casa ou na serralheria eu ando quase normal. Mas na frente da igreja, com muita gente, a coisa muda. A Vilma já caiu na rua tentando me segurar quando eu travei no caminho, a bolsa voou longe. Hoje a gente vai de carro e ela me deixa na porta. Aprendi que não adianta tentar me apressar quando isso acontece, tem que deixar no tempo da minha cabeça. Se me deixam ir devagarzinho, eu chego.

Renovar a carteira de motorista foi uma batalha à parte. A examinadora não queria renovar de jeito nenhum, dizia que eu não tinha condições físicas ou neurológicas. A Vilma foi junto, entrou junto, respondeu junto, e a examinadora brigou com ela: "Quem vai responder é ele!". No final, a Vilma implorou. Prometeu que eu teria cuidado, que só usaria o carro para ir e voltar de perto. E eu dirijo com atenção. Devagar, mas dirijo. Isso também é liberdade.

Com o tempo, a fisioterapia foi virando mais manutenção do que evolução. Os médicos explicam que, após um ano do AVC, o que melhorou, melhorou. O que não voltou, dificilmente volta. Então o trabalho passa a ser não regredir, não atrofiar o que você já conquistou. Eu tive uns três fisioterapeutas ao longo desse tempo. Confesso que cansei. Não é que eu quis desistir, é que as pernas não obedecem mais do mesmo jeito, e a cabeça fica difícil de manter focada.

Porque essa é outra coisa que o AVC muda: o pensamento. Eu era um serralheiro experiente. Sabia tudo do negócio, cada detalhe de cada estrutura, cada medida, cada ferramenta. Hoje eu não tenho mais aquele pensamento de querer fabricar nada. A mão esquerda não responde. Aprendi a comer com a direita, mas como mal. A memória oscila, eu esqueço coisas do dia a dia com facilidade, mas lembro de fatos antigos com clareza total. É assim: o recente escorrega, o antigo fica.

Tem uma coisa, porém, que eu aprendi a fazer com o corpo que me surpreende até hoje. Às vezes, estou deitado e começo a pensar na perna. Se eu foco muito o pensamento nela, ela começa a mexer sozinha, o cérebro manda o sinal. Mas

é difícil manter o foco. Se eu não penso, ela não mexe. É uma luta constante entre a mente e o corpo, e eu tenho que escolher todo dia entrar nessa luta.

Quanto ao trabalho, os meus filhos Guilherme e Júnior assumiram a empresa. E olha, ela cresceu. Tem loja, faz estruturas grandes, coberturas de escolas, obras que eu nunca cheguei a fazer no meu tempo. O Júnior cuida de mim, faz tudo por mim, e eu ajudo como posso. Reformei o barracão onde é a loja com o meu dinheiro de aposentado, fiz empréstimo, deixei com dois banheiros. Fiz tudo o que podia. Hoje não cobro aluguel, porque sei que eles têm dívidas, e o Júnior me dá o suporte que eu preciso. É uma troca justa.

Quando eu olho para o que eles construíram, sinto orgulho. Um orgulho que não cabe direito no peito. O que eu pude deixar para os filhos, eu já deixei. Já dei o que tinha que dar.

Se você me pede uma mensagem para quem está no início de tudo isso, para quem acabou de sair do hospital com um laudo pesado na mão, sem saber se vai voltar a andar, a falar, a ser quem era, eu digo o seguinte: o derrame mexe com tudo em volta. Mexe com você, mexe com quem você ama,

mexe com a sua identidade, com o seu orgulho, com a sua rotina. Não adianta fingir que não mexe. Mas também não adianta parar. O segredo, pelo menos para mim, foi fazer muita fisioterapia e a hidroterapia, principalmente. Trabalhar a fala, mesmo que seja difícil, mesmo que dê nervoso, mesmo que você se sinta criança de novo. Não desistir. É força de vontade. Eu melhorei muito porque quis muito no começo. Esse querer é o que separa quem avança de quem fica parado.

Eliseu e Vilma (depois de tudo, seguimos de pé, juntos)



Hoje eu estou aqui, firme e forte. Não sou o mesmo Eliseu de antes do derrame, isso eu sei, e já fiz as pazes com isso. Mas sou um Eliseu que anda, que dirige, que vai à igreja, que vê os filhos trabalharem e cresce por dentro. Um Eliseu que aprendeu que o tempo da cabeça é o tempo que importa. E que quando a gente vai devagarzinho, a gente chega.

DONA ROSE

Gabriely Brito Queiroz
Julia Satiro Gentile

Meu nome é Rosângela Brito da Silva, tenho 68 anos e nasci no estado do Espírito Santo, na cidade de Colatina. Tive uma infância simples, mas muito feliz. Desde pequena, sempre fui muito ativa. Gostava de brincar na rua, subir em árvores, andar de bicicleta e jogar bola, estava sempre em movimento. Sempre fui curiosa, inquieta e cheia de energia. Nunca gostei de ficar parada, e isso me acompanhou por toda a vida.

Com o passar dos anos, continuei sendo uma pessoa ativa e sempre procurei cuidar da minha saúde. Na vida adulta, porém, com os afazeres domésticos e as responsabilidades, nunca tive muito interesse em exercícios físicos voltados ao cuidado da mente e do corpo. Depois que meus filhos saíram de casa, já com mais idade e por sempre ter gostado de nadar, comecei a fazer aulas de natação e a me preocupar mais com minha alimentação. A natação me trouxe muitos benefícios: me ajuda a relaxar, dá mais disposição para o dia a dia e me faz sentir viva.

No início daquele ano, eu estava cheia de planos e expectativas, como todo começo de ano costuma ser. Acreditava que seria um ano muito bom. Seguia minha rotina normalmente, cuidando da casa, da minha família e das minhas atividades diárias, sem imaginar que tudo poderia mudar de um momento para o outro.

Era um dia comum. Eu tinha acabado de voltar da casa do meu filho, que mora em outra cidade. Passei o dia com ele, foi um momento simples, mas muito especial. Quando cheguei em casa, já era final de tarde e eu estava bastante cansada. Resolvi descansar um pouco no sofá antes de me deitar.

Algumas horas depois, começou uma chuva muito forte. Aos poucos, percebi que a água estava começando a entrar na minha casa. Levantei-me rapidamente, sem chinelo, sem nenhuma proteção, e fui até a porta do balcão para fechá-la. Foi nesse momento que tudo aconteceu. Ao caminhar até lá, escorreguei e sofri a queda mais brusca da minha vida. Resultado: fracturei o fêmur.

Na mesma hora eu soube que tinha quebrado. Já havia sofrido outras quedas ao longo da vida, mas aquela dor era completamente diferente de tudo o que eu já tinha sentido. Era

uma dor profunda, intensa, insuportável. Não consegui me levantar. Gritei por ajuda, mas pedi que ninguém me mexesse, porque eu sabia que poderia piorar a situação.

Quando o Corpo de Bombeiros chegou e me colocou na maca, cada movimento parecia rasgar o meu corpo. No trajeto até o hospital, passei muito mal, fiquei extremamente enjoada e vomitei várias vezes dentro da ambulância. Foi um momento de desespero, medo, dor e muita insegurança. Ali eu já sentia que minha vida mudaria a partir daquele instante.

No hospital, veio a confirmação: o fêmur estava quebrado. O ortopedista precisou realizar o procedimento para reduzir o osso, e aquela foi, sem dúvida, uma das maiores dores que já senti na vida. Passei muito mal. Foi extremamente difícil.

Cicatriz cirúrgica pós-operatória de fratura de fêmur



Minha filha caçula, Eliane, esteve ao meu lado o tempo todo. Durante toda a internação, minhas filhas se revezaram para ficar comigo. Dormiam ao meu lado, me ajudavam na alimentação, na ida ao banheiro, nos cuidados mais simples do dia a dia. Aquilo foi essencial não só fisicamente, mas emocionalmente. Eu me sentia acolhida, amparada e amada.

Meus filhos também estiveram presentes com visitas, carinho e apoio. Recebi muito afeto de familiares e amigos. Todo esse amor me deu forças para continuar.

Depois da cirurgia e da alta hospitalar, começou uma nova fase: a reabilitação. Ainda no hospital, a fisioterapeuta já me orientava sobre a importância de movimentar o joelho. O médico reforçava constantemente que eu precisava dobrá-lo, mesmo com dor. No primeiro retorno, ele chegou a forçar essa dobra novamente. Doía muito, mas comecei a entender que aquilo fazia parte do processo.

Em casa, precisei usar cadeira de rodas. No começo, não foi fácil aceitar. Mas o mais difícil foi a cadeira de banho. Eu não me sentia segura. Foi um dos momentos em que mais me senti dependente e, para alguém que sempre foi independente, isso foi muito doloroso. Coisas simples, como se levantar da cama,

ir ao banheiro, tomar banho ou me vestir, passaram a ser grandes desafios.

Comecei a fisioterapia domiciliar no dia seguinte à alta. Foram dez sessões voltadas para a mobilidade do joelho e o fortalecimento da perna. Após os exercícios, aplicava bolsa de gelo para aliviar dor e inchaço. Era um processo dolorido. Antes da fisioterapia, eu até me sentia tranquila, mas durante os exercícios a dor vinha intensa, e permanecia por um tempo depois. Mesmo assim, fui entendendo que cada movimento era um passo em direção à minha recuperação.

A evolução foi lenta. Exigiu paciência, esforço e força de vontade. Mas eu segui. Hoje já se passaram cerca de 100 dias da cirurgia. Faço fisioterapia duas vezes por semana e me esforço diariamente. Dentro de casa, já consigo preparar nossa comida com cuidado e retomar algumas atividades. Tudo acontece devagar, no meu tempo e isso me mostra o quanto estou evoluindo.

Antes, eu fazia exercícios por prazer. Hoje, faço por necessidade e pela minha independência. A fisioterapia virou um compromisso comigo mesma.

Na clínica, comecei a usar a bicicleta. No início, não conseguia completar a volta do pedal, e isso me frustrava. Mas não desisti. Respirei fundo, enfrentei a dor, insisti. Até que, um dia, consegui completar a volta inteira. Pode parecer pequeno para quem vê de fora, mas para mim foi uma das maiores vitórias dessa caminhada. Senti uma alegria imensa como se estivesse recuperando um pedaço de mim.

Voltar para a piscina também foi emocionante. A água sempre foi meu lugar de leveza e liberdade. Hoje já consigo nadar novamente, mesmo com limitações. Ainda não atravesso a piscina inteira como antes, mas sigo tentando. Cada movimento carrega esforço, esperança e superação.

Usei andador, depois passei para a bengala. Cada etapa exigiu muito de mim fisicamente e emocionalmente. Hoje consigo andar de bengala dentro de casa, e isso é motivo de muita alegria. Cada passo representa força e superação.

Ao longo desse processo, aprendi que precisamos das pessoas. Sempre fui independente, mas essa fase me mostrou o valor da família. Minhas filhas foram incríveis. Meus filhos estiveram presentes. Meus netos trouxeram leveza com visitas

e carinho. Meu marido foi essencial: cuidou da casa, da comida e de mim, com dedicação diária.

Também sou profundamente grata à fisioterapia e à minha fisioterapeuta. A fisioterapia vai além dos exercícios: envolve apoio, incentivo, paciência e confiança. Ter uma profissional acreditando na minha recuperação fez toda a diferença.

Ainda estou em reabilitação e sei que há um caminho pela frente. Minha vida talvez não volte a ser exatamente como antes, mas sigo dando o meu melhor. Tenho aprendido muito sobre gratidão, paciência e fé.

Registro do processo de recuperação na fisioterapia



Minha família, a fisioterapia e minha fé em Deus têm sido fundamentais. É Ele quem me dá força nos dias difíceis.

Se eu pudesse deixar uma mensagem para alguém que está passando por um processo de recuperação, diria: não desista. Pode ser lento e dolorido, mas com persistência, apoio, fé e força de vontade, é possível evoluir.

Eu sigo assim: um dia de cada vez, uma conquista de cada vez, sempre em frente.

FISIOTERAPEUTA DA DONA ROSE

Acompanhar o processo de reabilitação da Rosângela foi uma experiência muito positiva e gratificante para mim como fisioterapeuta. A Rosângela passou por uma cirurgia delicada e, após o procedimento, ficou praticamente dois meses com pouca mobilidade e com muitas limitações, o que poderia ter dificultado bastante o processo de recuperação.

Quando iniciamos o processo de reabilitação, ainda havia bastante limitação de movimento, fraqueza muscular e insegurança para realizar alguns movimentos. Por isso, no início, o trabalho foi mais voltado para posicionamento, controle de dor, ganho de mobilidade e orientações para que ela também realizasse alguns cuidados e exercícios simples em casa. Antes mesmo de ser liberada para exercícios mais ativos, eu deixei algumas orientações de posicionamento, como manter o joelho em alguns momentos flexionados e em outros momentos alongados, utilizando um rolo para posicionamento, para ajudar na mobilidade e evitar rigidez.

Desde o começo, a Rosângela sempre foi muito dedicada e muito responsável com tudo o que era orientado. Tudo o que eu pedia, ela fazia. Isso é algo que sempre chama a

atenção, porque muitos pacientes, quando sentem dor ou desconforto, acabam deixando de fazer os exercícios, ficam com medo, desanima ou fazem apenas quando o fisioterapeuta está presente. Mas a Rosângela sempre fez os exercícios em casa, seguiu as orientações e sempre se mostrou muito comprometida com a própria recuperação.

Conforme as sessões foram evoluindo, fomos progredindo também com os exercícios, trabalhando mais fortalecimento muscular, mobilidade articular, equilíbrio e retorno das funções do dia a dia. Mesmo quando sentia dor ou dificuldade, ela não desistia, ela continuava tentando e sempre colaborava muito durante as sessões, o que ajudou muito na evolução do tratamento.

Essa não foi a primeira vez que acompanhei a reabilitação da Rosângela, e mais uma vez ela se mostrou uma paciente muito comprometida, dedicada e parceira durante todo o processo. E o resultado disso apareceu muito claramente na evolução dela. Para se ter uma ideia, em cerca de 10 sessões nós conseguimos alcançar resultados que normalmente seriam esperados em aproximadamente 20

sessões de fisioterapia. Ou seja, a evolução dela foi muito mais rápida do que o esperado.

Isso mostra muito como a reabilitação é um trabalho em conjunto entre fisioterapeuta e paciente. Não depende só do profissional aplicar as técnicas, mas também depende muito do paciente seguir as orientações, fazer os exercícios em casa, ter paciência com o processo e entender que a recuperação acontece aos poucos, respeitando cada fase.

A Rosângela foi um exemplo muito bonito de comprometimento com a própria recuperação, de responsabilidade e de força de vontade para melhorar. Como fisioterapeuta, é muito gratificante acompanhar pacientes assim, que confiam no trabalho, se dedicam ao tratamento e participam de verdade do processo de reabilitação. Isso faz toda a diferença no resultado final e na recuperação do paciente.

VILLA

Júlia Corrêa de Paula Leite
Marina Coutinho Nielsen
Roberta Gonçalves da Silva

Meu nome é Luiz Villa, tenho 73 anos. Formei-me em Arquitetura no ano de 1975 e, logo depois, iniciei minha trajetória profissional na prefeitura. No primeiro ano da faculdade, eu alimentava o sonho de projetar grandes castelos. Com o tempo, essa visão mudou completamente. Naquela época, eu também carregava a ideia de que pessoas ricas eram difíceis e pouco interessantes, um pensamento que hoje reconheço como um claro preconceito. Ainda assim, repetia para mim mesmo que não queria dedicar minha vida a construir castelos para gente rica.

Durante o curso de Arquitetura e Urbanismo, fui descobrindo que a arquitetura ia muito além de casas e edifícios. Tratava-se de um campo vasto, profundamente ligado à vida na cidade. Tudo ao nosso redor podia ser pensado e desenhado: uma geladeira, um fogão, uma cadeira, uma mesa. Até mesmo a maçaneta de uma geladeira podia nascer de um

projeto de design. Essa descoberta ampliou meu entusiasmo e minha compreensão da profissão.

No terceiro ano, consegui um estágio na Prefeitura de São Paulo, onde morava. Minha rotina era intensa: estudava pela manhã e, à tarde, trabalhava no departamento de planejamento. Ali, compreendi que planejar significava cuidar da cidade em sua totalidade, envolvendo ruas, fluxos e organização urbana. Acabei atuando em um setor voltado ao transporte por ônibus, o que me proporcionou uma visão prática do funcionamento da cidade.

Após a formatura, fui efetivado como arquiteto e permaneci na prefeitura por mais três anos. Nesse período, também me casei. Minha primeira esposa foi minha colega de faculdade, e eu tinha grande amizade com seu irmão, que também era arquiteto. A arquitetura fazia parte da história daquela família: o avô, o pai e outros membros seguiam a mesma profissão. Meu sogro exercia forte influência na prefeitura e, após a separação, acabei deixando o cargo.

Segui, então, um novo caminho profissional. Passei a trabalhar com móveis, desenhando peças em uma fábrica. Em busca de novos desafios, ingressei em uma fábrica de alumínio,

em Guarulhos, onde desenvolvia cadeiras de praia, móveis e utensílios domésticos, como painéis. Permaneci ali por oito anos, consolidando minha experiência em design e produção industrial.

Em determinado momento, senti vontade de empreender e decidi abrir uma oficina de motos. Assim nasceu a MV Motos, em sociedade com Mendonça, um colega que também havia deixado a fábrica. Instalamos a loja na avenida Juscelino Kubitschek, em São Paulo, um local estratégico para o negócio. A oficina oferecia diversos serviços e produtos: manutenção, venda de capacetes, roupas e acessórios, além de lavagem e reparo de motores. Entre 1982 e 1991, mantivemos a atividade, comprando e vendendo motos. Não era uma vida fácil, mas conseguimos sustentar a família com dignidade.

Com a mudança na administração municipal e o início de obras na região, incluindo a construção de um túnel sob a avenida Juscelino Kubitschek durante a gestão de Jânio Quadros, optei por vender a loja. A partir daí, passei a trabalhar como serralheiro, projetando e executando portões, estruturas metálicas e peças em ferro e alumínio, especialmente para clubes. Dediquei-me a essa atividade por cerca de quatro anos.

Posteriormente, iniciei uma nova fase, voltada à construção de galpões. Graças ao contato que mantinha com oficinas de automóveis, aproximei-me de profissionais ligados à Renault, o que contribuiu para expandir minhas oportunidades nesse setor.

Hoje, vivo principalmente do aluguel de galpões, embora continue ativo em novos projetos. Tenho trabalhos em andamento na cidade de Itu, onde também construo casas para um condomínio. Paralelamente, cultivo um interesse pessoal pelo desenho e produzo *cartoons* como forma de expressão.

Caricatura feita por Villa



Sou pai de dois filhos e avô de quatro netos, entre eles dois gêmeos e duas meninas. Ao olhar para trás, reconheço a diversidade de caminhos que percorri. Certa vez, ao relatar minha trajetória, ouvi de um senhor que, para ter feito tudo aquilo, eu deveria ter vivido muito mais do que aparentava. Levei essa observação como um reconhecimento da intensidade da minha jornada.

A maior paixão da minha vida sempre foi andar de moto. Já tive uma moto pequena e uma grande, e continuar pilotando é um objetivo que mantenho, inclusive como motivação para a fisioterapia. Não quero levar uma vida sedentária, pois acredito que todos precisamos de um propósito. Hoje, mantenho apenas a moto pequena, que ainda consigo utilizar, e é com ela que sigo, inclusive para minhas sessões de fisioterapia.

Pilotar moto é uma motivação a mais para Villa seguir com a fisioterapia



Em setembro, sofri um acidente que mudaria significativamente minha rotina. Estava subindo por uma corda, que normalmente chamamos de cabo. Tratava-se de um equipamento com capacidade para suportar até uma tonelada. Na época, eu pesava cerca de 120 quilos, o que, em teoria, tornava impossível que ela se rompesse. No entanto, era uma corda antiga. Eu possuía outra, mais nova, e poderia tê-la escolhido, mas acabei optando pela mais desgastada. Durante a subida, o cabo se rompeu.

Caí de lado e fracturei a cabeça do fêmur. Fui levado de ambulância, em caráter de urgência, ao hospital. Após analisar o raio-x, o médico foi direto ao ponto e recomendou a colocação de uma prótese, considerando minha idade. No dia seguinte, a prótese foi providenciada e a cirurgia realizada.

Retornei para casa poucos dias depois, já conseguindo dar alguns passos, embora com dor intensa, especialmente durante a noite. O período de recuperação foi exigente. Permaneci cerca de vinte dias acamado e precisei reaprender atividades básicas, como andar e tomar banho. Inicialmente, utilizei um andador por cerca de quinze a vinte dias; depois passei para as muletas e, atualmente, utilizo apenas uma

bengala. Todo esse processo começou há aproximadamente seis meses.

Nesse período, minha esposa foi meu principal apoio. Situações como essa mobilizam toda a família, e essa presença faz diferença na recuperação. Ela esteve ao meu lado em todos os momentos, ajudando na alimentação, trazendo água e realizando massagens que amenizavam o desconforto.

Entre as dificuldades enfrentadas, uma das mais marcantes foi a necessidade de realizar funções básicas ainda na cama, algo extremamente desconfortável e difícil de aceitar. Houve muitos dias desafiadores, e percebi como é comum que as pessoas desanimem diante de situações assim, quando, na verdade, a persistência é fundamental.

Em outubro, eu já apresentava uma recuperação bastante satisfatória. Fazia fisioterapia com um profissional indicado e evoluía rapidamente. Cheguei a subir escadas com mais facilidade do que hoje e até voltei a dirigir. No entanto, em uma sexta-feira, durante uma sessão, ocorreu um episódio que interrompeu esse progresso. Eu estava deitado quando o fisioterapeuta propôs um exercício. Ele segurou minha perna e a pressionou, levando o joelho em direção ao peito. Acredito

que aquele movimento ainda não era adequado para o meu estágio de recuperação. A prótese se deslocou, provocando uma dor intensa e imediata.

Esse foi, sem dúvida, o momento mais marcante de todo o processo de fisioterapia, infelizmente por um motivo negativo. Após o ocorrido, o profissional deixou de manter contato. A pessoa que havia feito a indicação também se afastou.

Decidi, então, continuar o tratamento em casa, com o auxílio de um novo fisioterapeuta, Matheus. Algum tempo depois, senti necessidade de sair mais, retomar o convívio social e voltar a circular pela cidade. Passei a frequentar uma clínica, onde conheci Eric, meu atual fisioterapeuta.

Momento de lazer



Hoje, entendo que um dos aspectos mais importantes da fisioterapia é a escuta atenta e o respeito aos limites de cada pessoa. Cada corpo responde de uma maneira, e o tratamento precisa ser conduzido com sensibilidade, adaptação e responsabilidade.

MATEUS – FISIOTERAPEUTA DO VILLA

Meu primeiro contato com o Luiz Villa foi marcado pela recepção muito acolhedora dele e da esposa. Ao mesmo tempo, era evidente a aflição dos dois diante de tudo o que haviam vivido ao longo do processo de fisioterapia. Quando cheguei à casa deles, Luiz já estava havia quase trinta dias deitado na maca, em razão de uma complicação ocorrida durante a recuperação cirúrgica. Existia um medo muito grande em relação aos movimentos que precisariam ser realizados durante a reabilitação.

Eles eram extremamente simpáticos, mas carregavam um receio compreensível de que uma nova complicação pudesse acontecer. Sabiam da importância da fisioterapia para uma boa recuperação, porém ainda estavam abalados pelas dificuldades enfrentadas anteriormente. Mais do que limitações físicas, havia também uma insegurança emocional que precisava, aos poucos, ser reconstruída.

No início do tratamento, percebi que seria necessário adaptar constantemente a condução da fisioterapia. Muitos movimentos e exercícios, mesmo importantes para a recuperação, geravam medo e insegurança, principalmente

pela preocupação de que uma nova complicação pudesse ocorrer. Precisei transformar várias vezes a forma de conduzir os exercícios e encontrar estratégias que transmitissem mais confiança e segurança ao Luiz e à esposa. Essa adaptação foi fundamental para que ele aceitasse melhor o tratamento, aderisse ao processo de reabilitação e, aos poucos, recuperasse não apenas a marcha, mas também sua funcionalidade e autonomia.

Um dos momentos mais marcantes para mim foi o dia em que ajudei o Luiz a entrar no carro novamente. Depois de tanto tempo sem conseguir sair de casa, ele me perguntou quando voltaria a entrar em um carro. Naquele dia, ele já apresentava uma melhora importante e conseguia andar com o auxílio de muletas. Fomos até a garagem, e eu o ajudei a encontrar a posição mais segura e confortável para entrar no veículo, reclinando o banco e ajustando tudo com cuidado. Depois disso, demos uma pequena volta pelo condomínio.

Foi um momento muito especial, porque percebi ali que Luiz estava reconquistando algo que ia muito além da capacidade de entrar em um carro. Ele estava recuperando parte da própria liberdade. Depois de tanto tempo limitado e dependente por causa da fase mais difícil da recuperação, voltava a sentir que poderia retomar, aos poucos, a vida que tanto valorizava. Ele ficou muito feliz naquele dia, e eu também.

O que mais admiro no Luiz é a forma leve com que encara a vida. Durante nossas sessões, ele compartilhou muitas histórias, experiências e negócios dos quais participou ao longo da trajetória dele. Sempre falava sobre tudo com tranquilidade, mesmo ao recordar momentos difíceis. Existe nele uma serenidade rara, uma maneira calma e positiva de enxergar as situações, mesmo diante das dificuldades.

Apesar de todos os desafios do processo de recuperação, Luiz escolheu atravessar esse período de forma leve e agradável. Estar na presença dele foi algo muito especial para mim, porque despertou também a vontade de aprender a lidar com as dificuldades da vida com mais leveza. De certa forma, enquanto eu contribuía com sua recuperação física, ele

também me ensinava sobre serenidade, resiliência e perspectiva.

A mensagem que deixo para as pessoas que enfrentam um processo de reabilitação é que nunca deixem de acreditar na própria recuperação. É importante manter uma atitude positiva e não desistir de cuidar do corpo e da saúde, mesmo nos momentos mais difíceis.

Insistam no tratamento e procurem profissionais de saúde que acompanhem essa trajetória com responsabilidade, sensibilidade e humanidade. Busquem atravessar esse período da forma mais leve possível, mas sempre dando o melhor de si, porque o resultado transforma vidas. A recuperação devolve autonomia, felicidade, possibilidades de trabalho, lazer e convivência. Meu conselho é simples: continuem buscando melhorar um pouco a cada dia, porque os benefícios que vêm depois fazem todo o esforço valer a pena.

ESTUDANTES QUE ACOMPANHARAM OS PACIENTES

Alunas e alunos do 1º período do curso de graduação em
Fisioterapia da Universidade de Sorocaba (Uniso).

**Ariel Lara
Signorette Leite**

larasignorette@outlook.com



**Erick Kaua
Da Silva**

erickcaua2411@gmail.com



**Emanuelle Akemi
Susuki**

mannususuki@gmail.com



**Fernanda Passos
Moia**

fernanda.moia50@gmail.com



**Gabriel Tiburcio
Simões De Paula**

gabrieltiburciodepaula@gmail.com



**Gabriely Brito
De Queiroz**

gabybritoqueiroz01@gmail.com



**Giovanna Baeza
Fernandino**

giovannafernandino@gmail.com



**Hugo Pasin
Neto**

hugo.pasin@prof.uniso.br



**Isadora
Piccinatto**

isadorapiccinatto@hotmail.com



**Julia Camily
Rosa Leite**

juliacamilyrleite@gmail.com



**Júlia Corrêa
de Paula Leite**

juliacorreapl@gmail.com



**Julia Satiro
Gentile**

juliasgentile@gmail.com



**Kawane Vitória
Dias De Góes**

kawanegoes45@gmail.com



**Letícia Domingues
Maia**

leticiamaiadomingues0@gmail.com



**Luiza Akemi
Harada Ferreira**

luizaakemi.lulu@gmail.com



**Maria Isabella
Mendes Luiz**

mariaisabella.mlui@gmail.com



**Marina Coutinho
Nielsen**

marina.cnielsen@gmail.com



**Nicole Barbosa
Meira**

barbosameiran@gmail.com



**Roberta Gonçalves
da Silva**

roberta.goncalves.silva123@gmail.com



Vitor De Freitas

vifreitas2207@gmail.com





UNISO

(Filiada à Associação Brasileira das
Universidades Comunitárias - ABRUC)

Missão da Universidade de Sorocaba

“Ser uma Universidade Comunitária que, por meio da
integração de ensino, pesquisa e extensão, produza
conhecimento e forme profissionais, em Sorocaba e
região, para serem agentes de mudanças sociais, à
luz de princípios cristãos.”

uniso.br

