

Carlos Vieira CB/DA Press

Romildo Marques e Sandra Costa são casados há oito anos

catando latinhas na rua e faz dezenas de flexões e barras na porta de casa. "Tem que fazer para não ficar parado, porque se encostou ali e não mexeu mais, a hora que vai pegar, ele não destrava", resume aos risos. Sandra, aposentada por idade com um valor baixo, revela o sentimento que revolta muitos idosos na capital. "A coisa que eu acho mais triste em Brasília é o etarismo. Os empresários acham que, por a gente ter 60 anos ou mais, nos tornamos completamente inválidos física e mentalmente".

A chegada à Legião da Boa Vontade (LBV) aconteceu em um momento difícl, após Sandra perder o último emprego como cuidadora de idosos e ver sua autoestima desabar. "Eu ficava recebendo ligação, porque fazia doações para o pessoal daqui, até que um dia eu disse: quem está precisando de ajuda agora sou eu", lembra ela, que chorava com a sensação de se sentir inútil. Ao conseguir atendimento, ela logo tratou de incluir Romildo na rotina para salvá-lo da ociosidade e da ansiedade.

Nas conversas, nas atividades físicas e nas oficinas de artesanato, a mente de ambos encontrou alívio. Sandra relata como a convivência diminuiu a tristeza: "A mente deixou de ter tanta tristeza. A autoestima estava muito baixa, por achar que eu era uma pessoa inútil, que não era capaz. Aqui, você vai aprendendo que sua vida não é a pior de todas, aprende a ter mais paciência e a dividir".

Superando as perdas

O peso da vida, contudo, traz marcas severas. Romildo carrega o luto dilacerante por ter perdido três filhas mulheres — duas delas falecidas com apenas sete dias de diferença em novembro de 2002, uma vítima de acidente de carro e outra de câncer. Para ele, a dor faz parte do ciclo implacável da vida, enfrentada com a sobriedade de quem sabe que o amanhã não pertence a ninguém. Mesmo assim, não nega o sofrimento. "Tudo passa, você tem que levantar a cabeça e sobreviver àquilo. Não tem outra alternativa", ressalta.

Enfrentando as cicatrizes do passado e as dificuldades financeiras do presente, o casal encontrou na LBV um ponto de ancoragem e uma rede de afeto. Convidando outros idosos a quebrarem o isolamento, eles deixam um recado direto: "Tem que vir pelo menos a primeira vez, porque vindo, não vai mais querer sair. Vai notar a mente aliviada, aquela pressão no peito diminuindo grandemente. Procurem uma entidade, um apoio desse, porque faz muito bem para a saúde mental da gente", finaliza.

