

Categoria: Comunidade

1º lugar: **Quando a Loucura Aprendeu a Falar** - Zélia Lino de Moraes

Quando a loucura chegou,
eu me recolhi no quarto.
Primeiro chorei.
Depois gritei.

Gritei o grito preso
de uma vida inteira.
De personas impostas.
De afetos negados.
De silêncios obrigatórios.

Gritei de desespero.
De solidão.
De carência.
De rejeição.

Chorei pelo colo que nunca recebi.
Pelo olhar que nunca encontrou
abrigo para existir.

25 anos escrevendo histórias em liberdade
E então deitei.

Tema: "A liberdade também se escreve."
Deitei dentro de mim
uma pequena alma marcada
por feridas sem nome.

Um vazio se instalou no peito,
mais tarde chamado de depressão.

A vontade de seguir
foi sendo engolida
pelos buracos abertos no coração,
aquilo que chamaram de ansiedade.
Vieram as crises de choro,
os tremores,

o medo,
a vergonha de existir
fora do controle.

E sentado nesse espaço
existia um superego severo,
dominando a vida
de um eu ferido,
impedido de existir plenamente.

A loucura não tinha direção.
Era norte, sul e centro.

Foi meu centro.

Um centro escondido e disfarçado.
Escuro.
Acumulado ao longo dos anos.
Silencioso.
Comprimido.
Até o dia em que explodiu.

Explodiu.

E ao me reconhecer naquele abismo,
eu me agredi, anos escrevendo histórias em liberdade
me joguei no chão,
quis morrer,
quis destruir a mim mesma. “A liberdade também se escreve.”

Peguei uma faca.

Não tive coragem
de fazer nada além daquilo.

Mas a loucura estava ali,
me espiando,
esperando que eu perdesse o controle.

E eu perdi.
Perdi no espetáculo emocional.

Na exposição da minha dor.
Na vergonha de mostrar
o meu fora de si,
sem direção,
sem saber mais para onde ir.

Uma dor tão grande
que gritava por socorro.

Enlouquecida por ter sido exposta
na jaula com leões,
carregando um ego frágil,
vínculos frouxos, partidos ou projetados.

Porque a loucura
não nasceu naquele dia.

Ela vinha antes.
Muito antes.

Talvez desde os primeiros meses.
Talvez desde o ventre.
Talvez antes disso.
Vai saber.

Já existia uma rejeição infantil silenciosa,
plantando em mim a fragilidade
de quem aprende cedo
mais a sobreviver
do que viver.

Tornando-me presa fácil
para predadores mal-intencionados.

Agora a dor transbordava
na praça pública,
depois de anos escondida
no vazio existencial.

Então vieram os nomes.

Chamaram de depressão.
Chamaram de ansiedade.
Chamaram de transtorno.

Mas aquilo era apenas o resultado.

Depois do surto,
julgaram,
expuseram,
medicaram.

Mas quase ninguém perguntou
há quanto tempo

a minha alma
estava gritando em silêncio.

Até que um dia
alguém escutou.

Sem grades.
Sem amarras.
Sem me apagar para me salvar.

E pela primeira vez
a loucura não foi prisão. escrevendo histórias em liberdade

Foi um pedido de cuidado. "A liberdade também se escreve."
De escuta.
De humanidade.

Porque existem dores
que não precisam de manicômios.

Precisam apenas
de alguém que permaneça
quando o mundo inteiro
vai embora.

2º lugar: **Entre Grades e Vozes: Um Grito Por Um Cuidado Humanizado** - Sérgio Cirilo dos Santos Alves

Lutar é um verbo,
Então precisa de ação,
A Luta Antimanicomial
É uma causa de superação.

Superar a cultura manicomial
Que aprisionou e fez sofrer muita gente,
Tratar com humanidade o sujeito em sofrimento mental
Deve ser uma atitude urgente.

O Sistema Único de Saúde
O nosso querido SUS,
Chegou para prestar um serviço nobre,
Atendendo do rico ao pobre.

25 anos escrevendo histórias em liberdade
O SUS tem seus princípios
Vou citar os mais falados “A liberdade também se escreve.”
Universalidade, Integralidade e Equidade
São esses os mais citados.

Quando traz a universalidade
É para servir a todos
Sem discriminação e preconceito,
Pois todos temos direito.

Ao falar de Integralidade

Pense em um serviço integral,
Ouvindo aos usuários,
Pensando além de um sistema assistencial.

E tratando em Equidade
Que busca reduzir a desigualdade,
Lembre-se também de justiça
Que é de suma prioridade.

Qualidade do serviço é o que queremos
É preciso promover mudanças na organização,
Possibilitando melhoras na qualidade dos cuidados oferecidos,
Atendendo todos os níveis de atenção.

Como estrutura do SUS
Temos a Rede de Atenção Psicossocial,
Que busca garantir aos usuários
Um serviço humanizado e integral.

Tema: “A liberdade também se escreve.”
Quem está em sofrimento psíquico,
Precisa ter cuidado em liberdade,
Aprisionar não é a solução
Para quem precisa de dignidade.

3º lugar: **O cuidado verdadeiro** - Maria Eduarda Macena

"Louco não se prende, precisa cuidar."

Foi essa a frase que me fez pensar,
Que entre grades frias, silêncio e dor,
nasceu uma luta em nome do amor.

Nos velhos manicômios havia abandono,
gente sem voz, sem afeto e também sem sono.

Trancavam as histórias, feridas e emoção,
como se sentir fosse erro ou prisão.

Mas de Maceió surgiu luz verdadeira,
Nise da Silveira, mulher pioneira.

Trocou o choque pela sensibilidade,
ela fez da arte caminho pra liberdade.

Com tinta, carinho, escuta e atenção,
mostrou que há vida em cada expressão

E mostrou que a empatia batia em seu coração.

Que o sofrimento não tira valor,
e ninguém se cura sem cuidado e amor.

Onde havia medo, ela fez florescer voz,
mostrando que o humano vive em todos nós.

Ser livre é existir sem ser condenado,
é ter seu sofrimento também escutado.

Mas a luta ainda precisa crescer,

há quem sofra calado sem apoio pra viver.

Falta acolhimento, respeito e inclusão,

falta abrir mais portas e estender mais a mão.

Que caiam os muros da exclusão cruel,
ninguém merece viver sem céu.

A luta resiste, insiste em viver:

por uma saúde mental que saiba acolher.

Categoria: Estudante

1º lugar: **O DIREITO AO PRÓPRIO NOME** - Jussimara lima da Silva

Se isso é loucura, o mundo está cheio de espelhos falando sozinhos.

Quem nunca respondeu a si mesmo no corredor do mercado?

Quem nunca chorou sem aviso na fila do pão?

Se isso é loucura... estamos em coro.

Houve um tempo de grades e jalecos frios,

onde não existiam rostos — apenas números.

Gente em corredores cinzentos, sem voz,

reduzida ao silêncio de fichas e comprimidos,

como se sentir fosse falha de origem.

Mas sentir não cabe em prontuário.

Vaza pelas bordas do nome que tentam fixar,

fica no intervalo entre o que se diz

e o que ainda se aguenta dizer.

Até que um dia a lei bateu na porta pesada:

— Abre. Ainda tem alguém aí dentro?

E o ferro respondeu com um som antigo.

Não eram sombras.

Eram vidas represadas por excesso de contenção,

corpos que, enfim, reclamavam o direito de ocupar a luz.

As portas cederam devagar, como quem desaprende o medo.

Porque cuidado não se sustenta em solidão administrada,

nem em silêncios organizados.

Liberdade também pede chão:

nome inteiro dito sem tropeço,

rosto que não precise se defender do próprio gesto.

Às vezes, o que salva é só alguém dizendo:

— Você ainda está aqui?

e ficando tempo suficiente

para ouvir a resposta que demora a nascer.

Que revolução estranha:

ninguém mais precisa desaparecer para caber.

Hoje, a existência tem corpo, história e nome —

e, principalmente, o direito de não ser apagada.

E se alguém ainda procurar a tal sanidade perfeita,

que encontre, em vez de resposta, um rosto.

Um lugar que não seja mapa, mas chão:

onde o silêncio não seja falta de voz,

mas o tempo necessário

para a vida aprender, de novo, a dizer o próprio nome.

25 anos escrevendo histórias em liberdade

Tema:

“A liberdade também se escreve.”

2º lugar: **Saindo dos Muros** - Maria Dominique Oliveira Fonseca

Saí hoje dos muros
mas ainda escuto portas
batendo dentro de mim.

Carrego nos pulsos
as marcas invisíveis
de quem já foi chamado
mais pelo diagnóstico
do que pelo nome.

Lá dentro, o tempo não andava.
Pingava lento
como torneira esquecida
num corredor sem janelas.
Os dias tinham gosto de remédio dissolvido
e silêncio obrigatório.

Aprendi a falar baixo
para não parecer crise.
Aprendi a chorar escondido
para não virar contenção.
Aprendi que, às vezes,
a solidão usa jaleco branco
e anda com chave no bolso.

Mas hoje...

hoje eu atravessei o portão.

E o mundo parecia grande demais
para quem passou anos
cabendo numa cama estreita.

O vento tocou meu rosto
como quem pede desculpas pela demora.
As árvores não perguntaram
o meu CID.
Os pássaros não exigiram laudo.
A rua apenas me deixou passar.

Pela primeira vez em muito tempo,
ninguém contou meus comprimidos
antes de dormir.

Ninguém apagou a luz
da minha existência
às oito da noite.

Ainda tenho medo.
A liberdade também assusta
quem foi treinado para obedecer grades.
Mas existe uma coisa nascendo aqui dentro —
algo entre coragem e recomeço.

Descobri que não sou
o quarto fechado,
o surto,
o prontuário,
a crise narrada por terceiros.

Sou alguém.
Inteiro.
Humano.

E se hoje caminho devagar,
é porque reaprender a viver
também é tratamento.

A luta antimanicomial
não é só derrubar hospitais.

É devolver voz
a quem foi reduzido ao silêncio.
É entender que cuidado
não combina com abandono,
nem afeto combina com prisão.

Hoje eu saí dos muros.
Mas o que realmente me libertou
foi descobrir
que existir
não deveria nunca
ter sido motivo de cárcere.

3º lugar: **INVENTÁRIO DO QUE NÃO SE PODE TRANCAR** - Jussimara lima da Silva

Disseram que o mundo terminava no portão.

Do lado de dentro, o tempo não era sol ou chuva,

era o intervalo entre a gota no copo e o sono que não vinha por querer.

Houve uma época em que os homens eram lidos como arquivos:

contavam-se os surtos, as faltas e os miligramas,

mas ninguém perguntava pela cor favorita ou pelo medo de morrer.

Pois o prontuário é uma mentira que tenta caber uma vida.

O sujeito — esse que você agora tenta avistar —

não é o que está escrito na ficha amarelada pelo descaso.

Ele é o que vaza.

É a poesia que nasce no muro cinza,

é o riso que explode onde só deveria haver silêncio,

é a teimosia de quem, mesmo cansado, ainda nada contra a maré do esquecimento.

A lei abriu as portas, mas a liberdade é um chão que se constrói.

Não basta o cadeado partido se o olhar do outro ainda é cela.

Cuidado não é cercar; é sustentar o abismo que é ser humano.

É permitir que a dor tenha nome, sobrenome e endereço.

É entender que a saúde não mora na norma,

mas no direito de ser inteiro, com todos os seus cacós.

Hoje, não contamos mais números. Contamos histórias.

A reforma não é de tijolos, é de reconhecimento.

É o espanto de descobrir que, sob o jaleco ou sob o estigma,

batem corações que precisam da mesma coisa:

um lugar onde o silêncio seja escolha, e não mordaça.

Um lugar onde ninguém precise sumir para ser, finalmente, visto.

Categoria: Trabalhador(a) do SUS

1º lugar: **INSANIDADE** - Eduardo Henrique Magalhães dos Santos

Insanidade é o vento que sopra sem rumo,
Que leva a mente a dançar em espirais,
É o eco de vozes que se perdem no sumo
Das sombras que crescem em rituais.

É o riso solto no silêncio pesado,
Onde a lógica desfaz seus nós,
É o grito mudo, o olhar alucinado,
Que encontra sentido no caos e no pós.

Insanidade é andar na linha tênue
Entre o real e o que se imagina,
É pintar o mundo em cores que fluem,
E transformar o simples em obra divina.

Mas é também o abismo profundo,
Onde a razão se desfaz, sem se encontrar,
É o medo que ecoa no fundo,
E a paz que se perde ao tentar respirar.

Insanidade é fogo que arde por dentro,
Que queima o que resta de calma e razão,
É o ciclo vicioso que prende e sustenta,
A alma que vaga sem direção.

Porém, nas entrelinhas do louco, há beleza,
Uma forma estranha de ver o além,
É na insanidade que a mente, sem presa,
Recria o mundo e se faz refém.

E assim, no labirinto de si,
O insano caminha, sem nunca parar,
Pois na insanidade, é onde ele é feliz,
E no caos encontra o seu lar.

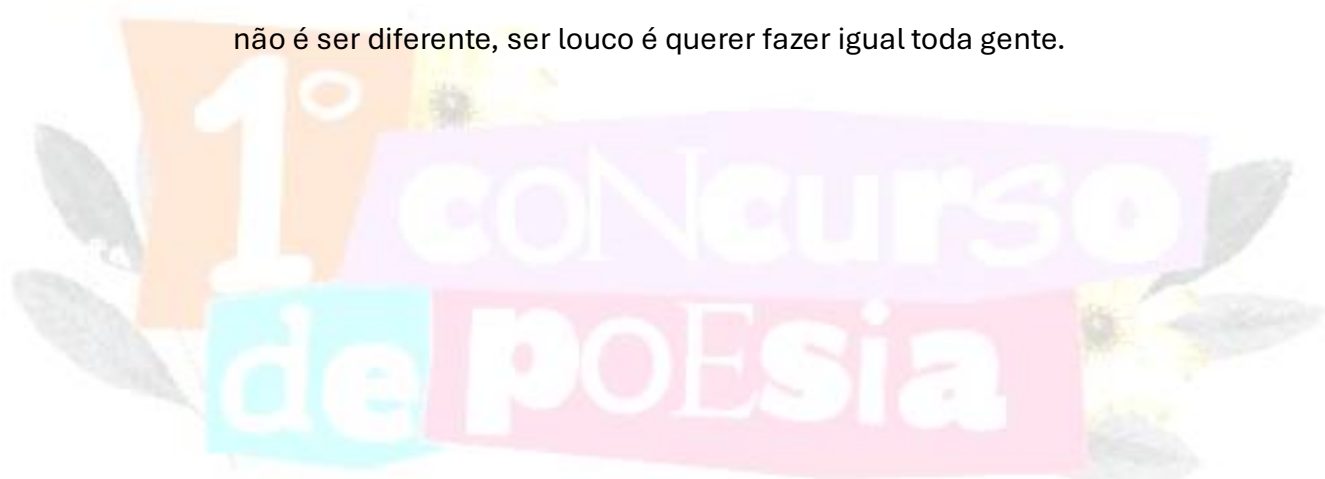
2º lugar: **Nau dos Sãos** - Isaiany da Silva

Se pudesse reescrever do passado, um novo Nau, chamaria de Nau dos Sãos.

Poria nele um tanto de gente pra cantar alegremente que ser diferente é normal.

No lugar de derivar à distância mar adentro, traria para perto das margens, e daria a liberdade de gritar que loucos não são.

E nesse espaço de direito, reconheceriam sem preconceito, que ser louco não é ser diferente, ser louco é querer fazer igual toda gente.



25 anos escrevendo histórias em liberdade

Tema:

“A liberdade também se escreve.”

3º lugar: **Sem título** - Anna Clara Silva Lima

O lar é meu peito

Este chão é meu leito

Olhe bem onde pisa

A malha é fina



25 anos escrevendo histórias em liberdade

Tema:

“A liberdade também se escreve.”

Categoria: Usuários da RAPS

1º lugar: **Na crise da mente** - Maria Aparecida Conselheiro

O que pensar

O que falar

O que fazer

Como agir

Como ver

Como atender

Como decidir

Como reagir

O porquê do choro

O porquê do não dormir

Por que não comer

Por que não viver

Por que crise nervosa

25 anos escrevendo histórias em liberdade

Tema:

“A liberdade também se escreve.”

Por que não parar, porque

Quando ela vem,

De que jeito ela é

Crise é crise

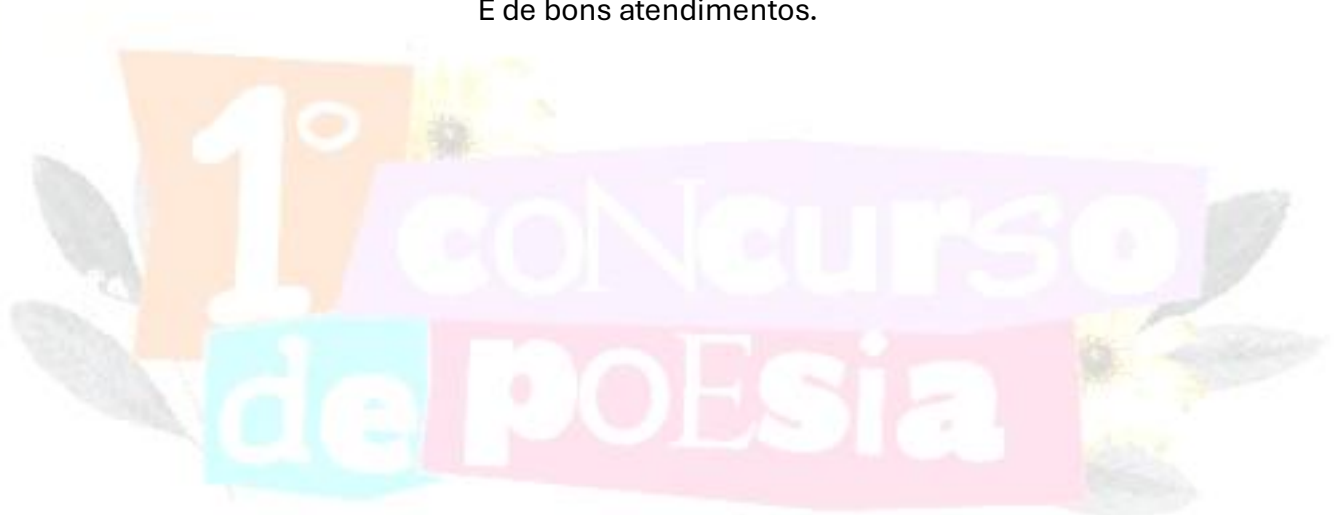
E quando é da mente

Há os que, como, quando e o porquê.

2º lugar: **CAPS** - Maria Aparecida Conselheiro

CAPS

Casa de aconchego,
Casa de acolhimento,
Casa de alimentação,
Casa de medicamentos,
Casa de amizades,
Casa de companheirismo,
Casa de namoros,
Casa de casamentos,
Casa responsável
E de bons atendimentos.



25 anos escrevendo histórias em liberdade

Tema:

“A liberdade também se escreve.”