



# MEJ

MOVIMENTO EUCARÍSTICO JOVEM

**Brasil**



## **Roteiros Mensais para Grupos**

**ABRIL 2022**

**PROFISSIONAIS DA SAÚDE: CUIDAR E SER  
CUIDADO**

## 04º Roteiro 2 – ABRIL 2022

---

### PREPARAR O ENCONTRO

---

**TEMA:** PROFISSIONAIS DA SAÚDE: CUIDAR E SER CUIDADO

**LEMA:** “O ESPÍRITO DE SERVIÇO É O MOTOR QUE IMPULSIONA O TRABALHO DOS PROFISSIONAIS DA SAÚDE”

#### **ILUMINAÇÃO BÍBLICA:**

##### **Eféios 5,29-30**

Além do mais, ninguém jamais odiou o seu próprio corpo, antes o alimenta e dele cuida, como também Cristo faz com a igreja, pois somos membros do seu corpo.

##### **[Mateus 8, 16-17](#)**

Ao anoitecer foram trazidos a ele muitos endemoninhados, e ele expulsou os espíritos com uma palavra e curou todos os doentes. E assim se cumpriu o que fora dito pelo profeta Isaías: "Ele tomou sobre si as nossas enfermidades e sobre si levou as nossas doenças".

#### **Objetivos:**

- Refletir sobre o importante papel desempenhado pelos profissionais da saúde;

- Compreender a importância dos cuidados com a própria saúde;
- Identificar ações cotidianas que podem colaborar com a saúde pessoal e das pessoas ao redor.

---

## INTRODUÇÃO

---

### **PROFISSIONAIS DA SAÚDE – EXEMPLOS DE SERVIÇO E CARIDADE AO PRÓXIMO**

No dia 7 de abril é celebrado o Dia Mundial da Saúde. A data é comemorada em todo o mundo por meio da realização de campanhas que objetivam a conscientização das pessoas sobre os diversos aspectos da saúde. Tão importante quanto refletir e conscientizar as pessoas em relação aos cuidados com a saúde é, também, conscientizar em relação ao importante papel que os profissionais da saúde desenvolvem diariamente nos hospitais, nas linhas de frente no combate a diversas doenças.

Nesses últimos dois anos em que enfrentamos a pandemia da Covid-19, percebemos e reconhecemos o papel inestimável que os médicos, os enfermeiros, e tantos outros profissionais da saúde tiveram. Muitos trabalharam sem parar e, até mesmo, além do seu turno de trabalho, para

oferecer um atendimento de qualidade aos pacientes infectados, buscando novos tratamentos, pesquisando uma vacina ou um remédio, que controlasse o vírus e o avanço da doença.

Os profissionais da saúde, silenciosamente, testemunham que o serviço à vida define a medicina, salvaguardando-a como um dom, vigiando e cuidando, a fim de que a vida cresça e se desenvolva em todo o arco da existência. Escutando o pedido de socorro dos que sofrem, os profissionais da saúde exercem as atitudes samaritanas do ver, sentir compaixão e cuidar, testemunhando os sinais do compromisso da caridade para com o próximo.

O espírito de serviço é o motor que impulsiona o trabalho dos profissionais da saúde, fazendo com que o paciente, o doente, não seja apenas um indivíduo anônimo ou uma enfermidade, mas um ser humano que precisa ser reconhecido em sua dignidade. Por isso, é parte integrante do serviço da medicina o ofício de ser guardião da vida, que é o nosso bem maior. O objetivo principal dos médicos é sempre curar e melhorar a qualidade de vida do paciente, buscando a excelência na defesa e valorização da vida. Na realização desse ideal, eles exercem atos inimagináveis de bravura e de compaixão, alimentados pelo desejo instintivo de ajudar a quem precisa.

Para que os profissionais da saúde possam devolver o seu serviço com qualidade, eles precisam dos equipamentos de proteção individual, mas nem sempre esses equipamentos estão disponíveis, e mesmo assim os médicos desempenham o seu trabalho humanizado, cuidando das relações interpessoais que contribuem para a saúde e o bem-estar dos pacientes.

Em vista do importante papel que os profissionais da saúde desempenham, devemos sempre os colocar em nossas orações. Rezar pelos profissionais da saúde, é também, um ato de amor pelos enfermos e pelos que trabalham na linha de frente pela cura. O Papa Francisco tem rezado pelos profissionais da saúde que, muitas vezes, colocam em risco suas próprias vidas para salvar as pessoas, e tem pedido para que façamos o mesmo.

Nos momentos de cansaço e dificuldades, quando parece que todo esforço é insuficiente, os profissionais da saúde devem escutar as palavras do Papa Francisco que nos diz: “Abraça o Senhor para abraçar a esperança. Essa é a força da fé, que liberta o medo e dá esperança”. (Momento Extraordinário de Oração em 27 de março de 2020).

---

## PALAVRA DE DEUS

---

A compaixão de Cristo para com os doentes e suas numerosas curas de enfermos de todo tipo são um sinal evidente de que "Deus visitou o seu povo e de que o Reino de Deus está bem próximo. Jesus não só tem poder de curar, mas também de perdoar os pecados: ele veio curar o homem inteiro, alma e corpo; é o médico de que necessitam os doentes. Sua compaixão para com todos aqueles que sofrem é tão grande que ele se identifica com eles: "Estive doente e me visitastes" (Mt 25,36). Seu amor de predileção pelos enfermos não cessou, ao longo dos séculos, de despertar a atenção toda especial dos cristãos para com todos os que sofrem no corpo e na alma. Esse amor está na origem dos incansáveis esforços para aliviá-los.

Segue a passagem bíblica do Eclesiástico que nos aconselha sobre a questão médica.

#ficadica: não deixe de cuidar bem da sua saúde! Ela é um presente dado por Deus!

### **Médico e Doença** ([Eclesiástico 38, 1-15](#))

Honra o médico, porque ele é necessário,  
pois foi o Altíssimo que o criou.  
De Deus lhe vem a sabedoria  
e do rei ele recebe presentes.

A ciência do médico  
o faz andar de cabeça erguida,  
e ele é louvado entre os poderosos.

Da terra, o Altíssimo criou os remédios,  
e quem é prudente não os despreza.

A água amarga não se tornou doce  
por meio de um pedaço de madeira,  
para que os homens reconhecessem  
o poder de Deus?

O Altíssimo deu aos homens a ciência,  
para que pudessem honrá-lo  
por suas maravilhas.  
Com elas, o médico acalma a dor  
e o farmacêutico prepara os produtos;  
assim suas obras não ficam inacabadas  
e a saúde se difunde sobre a Terra.

Filho, se adoeceres, não te descuides,  
mas reza ao Senhor e ele te dará a cura.  
Evita as faltas, conserva puras tuas mãos  
e purifica teu coração de todo pecado.

Oferece incenso, a oblação de flor de farinha  
e a gordura das vítimas,  
conforme tuas possibilidades.

Recorre depois ao médico,  
pois foi o Senhor que o criou;  
e não esteja longe de ti,  
porque necessitas de seu serviço.

Há casos em que a cura está nas mãos dele.  
Também eles rogarão ao Senhor,  
para que os guie no diagnóstico certo  
e faça acontecer a cura.

Peca contra o próprio Criador  
aquele que quer mostrar-se valente  
diante do médico.

---

## SUGESTÃO DE AMBIENTAÇÃO

---

Organizar um espaço com imagens de profissionais da saúde, notícias que relatem o dia a dia desses profissionais que poderão ser lidas e compartilhadas antes da dinâmica. Preparar canetas e pequenos pedaços de papel onde os jovens poderão escrever mensagens (em uma parede na sala ou em outro local estratégico e de fácil acesso); fita adesiva para fixar os pedaços de papel, caso esses não sejam autocolantes. Levar a oração final pelos profissionais de saúde impressa. (O material deve ser previamente selecionado pelo coordenador do encontro, de acordo com a idade e realidade de cada grupo).

Preparar data show ou aparelho semelhante para apresentação do Vídeo da Música **“Laços” - Homenagem aos profissionais da saúde**

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=iEozXRkqgzY>

Providenciar o impresso da oração final e oração do dia do aplicativo Click To Pray, caso os jovens não tenham o aplicativo no celular para esse momento.

---

## DINÂMICA

---

### **“DINÂMICA DA ÂNCORA DOS SENTIMENTOS”**

Cuidar da própria saúde é um ato de amor e de respeito consigo e com os profissionais da saúde que, constantemente, incentivam e pedem que as pessoas estejam sempre atentas a questões de saúde. Tão importante quanto a saúde do corpo, é a saúde da mente. Muitas pessoas e profissionais da saúde ficaram abalados com todo o impacto causado pela pandemia vivenciada mundialmente. Além disso, diversos são os momentos de estresse ao longo do dia (nas escolas, trabalho, entre outros). Manter-se com a mente saudável em momentos de crise é extremamente importante. Segue como sugestão uma dinâmica que pode ser compartilhada e desenvolvida em diversos ambientes: igreja, casa, trabalho, escola etc.

Nessa dinâmica o grupo criará “âncoras” para serem lidas em momentos de crise - são mensagens escritas pelo próprio grupo. A ideia é ter à disposição do grupo um quadro de mensagens escritas em Post-it, que servirão para renovar a motivação e as forças nos momentos em que pessoas se sentem desanimadas.



## OBJETIVO:

- Ajudar os jovens a identificarem e buscarem motivos externos para encontrar sua motivação interna através de “âncoras”.

## MATERIAL:

- Blocos de Post-it 76 x 76 (ou semelhantes – pedaços de papel cortados em quadrados)
- Caneta hidrográfica preta ou colorida
- Durex/fita adesiva/dupla face, para fixar os papéis, caso estes não sejam colantes.

Clique [aqui](#) para baixar: [E-BOOK DINAMICAS PROF DENISE POST-IT](#)

**TEMPO APROXIMADO:** 15 minutos

## DESENVOLVIMENTO:

Apresente a proposta ao grupo explicando que essas âncoras são para serem lidas em momentos de crise ou quando alguém do grupo estiver desanimado. A ideia é que a pessoa vá até a parede,

leia as mensagens deixadas lá para se inspirar, buscar motivação e reunir novas forças para não desistir.

DICA: Ao iniciar a dinâmica, receba o grupo numa sala ao som de músicas instrumentais ou pode ser a música “Laços”, indicada como sugestão para o encontro.



Explique o porquê do termo “âncora” e seu significado:

Para os marinheiros a âncora significa o último refúgio de esperança numa tempestade. A âncora simboliza a estabilidade diante do conflito. Da mesma forma, os pensamentos e os sentimentos precisam de uma âncora para os momentos atribulados nos quais estamos vivendo.

Levante com o grupo o estado emocional que desejam ancorar: coragem, motivação, calma, determinação, tranquilidade...

Peça que o grupo escolha uma figura a ser construída usando Post-it (uma seta, um arco íris, um coração...) em uma parede na sala ou em outro local estratégico e de fácil acesso.



---

## SUGESTÃO DE MÚSICA

---

### **Laços - Homenagem aos profissionais da saúde**

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=iEozXRkqzY>

Laços, composta por Gabriel Moura e gravada por Nando Reis e Ana Vilela, foi criada para homenagear todos os profissionais da saúde. A canção é um hino à empatia e traz versos como "se importa com alguém que nem conheceria" e "máximo respeito a você que faz", que simbolizam perfeitamente a relação paciente e profissional da saúde.

### **LETRA DA MÚSICA**

**Laços (part. Ana Vilela)**

[Nando Reis](#)

Quem cuida com carinho de outra pessoa  
Se importa com alguém que nem conheceria  
Quem abre o coração e ama de verdade  
Se doa simplesmente por humanidade  
Se coloca no lugar do outro, sente empatia  
Você que vai à luta e segue sempre em frente  
Enfrenta os desafios que o destino traz  
A vida é preciosa todo mundo sente  
Afeto e compaixão a gente sempre entende  
Máximo respeito a você que faz  
Laços de ternura e aliança  
Hão de ser a diferença  
O impossível pode acontecer

Só amor é capaz de dar a vida  
E encontrar uma saída  
Pra esperança vir de novo a cada novo amanhecer

---

## GESTO CONCRETO

---

Buscar de maneira especial, ao longo deste mês, conforme pedido do próprio Papa Francisco, rezar pelos médicos e profissionais da saúde que dedicam suas vidas em favor da população e dos doentes. No dia 7 de abril comemora-se o Dia Mundial da Saúde, assim, pode-se propor ao grupo, em algum dia do mês de abril, uma missão de conscientização em relação aos cuidados com a saúde pessoal. Muitas vezes esquecemos que o que fazemos com nossos corpos tem um impacto direto em nossa alma.

O catecismo da Igreja Católica nos diz: *“O homem, embora seja de corpo e alma, é uma unidade. Através de sua própria condição corporal, ele resume em si os elementos do mundo material. Por meio dele, eles são trazidos à sua perfeição mais alta e podem elevar sua voz em louvor dado livremente ao Criador. Por essa razão, o homem não pode desprezar sua vida corporal. Antes, ele é obrigado a considerar seu corpo como bom e a honrá-lo, pois Deus o criou e o ressuscitará no último dia”* (CCC 364).

O corpo é templo do Espírito Santo e o corpo foi resgatado por Cristo a alto preço. É suficiente isto para que o corpo mereça

cuidado... Devemos cuidar do corpo como forma de evangelizar, de mostrar que nosso corpo reflete o que temos por dentro, o bem que a palavra e a vida e comunhão com Deus proporciona.

Uma alimentação sadia, boas horas de sono, boas leituras, boas amizades, enfim, o bem que Deus nos faz deve ser transmitido e vivido.

---

## ORAÇÃO

---

A oração pela saúde é um ato de amor pelos enfermos e pelos que trabalham na linha de frente pela cura.

### **Rezemos juntos**

Senhor meu Deus e Pai, nos colocamos em tua presença neste momento para confiar em tuas mãos todos os profissionais da área da saúde. Abençoa Senhor a cada profissional, cada enfermeiro, médico, auxiliares, cuidadores, a todos que cuidam da saúde ou do bem-estar físico de alguém. Traz paciência a eles, que em nenhum momento eles venham a perder a calma e tratar com indiferença alguém necessitado. Que eles tenham amor pela profissão, mas acima de tudo, que eles tenham amor pelo próximo e venham a cuidar com amor, respeito e dedicação das pessoas que estiverem sob seus cuidados. Dá força a eles para suportarem todas as dificuldades que essa profissão trás, sabedoria para lidarem com todos os tipos de paciente, tanto os bons quanto os que muitas vezes chegam irritados pela dor e tantos outros motivos. Pai derrama as tuas bênçãos, sobre cada um desses profissionais, capacita-os cada vez mais. Amém

Rezemos juntos a oração do Click To Pray desse dia (manhã, tarde ou noite). Pai Nosso... Ave-Maria. Glória ao Pai...

**REFERÊNCIAS:**

Catecismo da Igreja Católica – 364

Dinâmica: [E-BOOK DINAMICAS PROF DENISE POST-IT](#)