

## Ser livre

Dentre os direitos fundamentais para que a cidadania do adolescente seja respeitada, deve-se valorizar em primeiro lugar o direito à liberdade. Os jovens e adolescentes têm um anseio muito grande de liberdade, seja no modo de pensar, vestir, expressar, se informar, enturmar, divertir, e fazer escolhas por si mesmos.

Mas o que é "ser livre"? Muito comumente, os adolescentes têm uma visão idealizada de que os adultos são livres, pois fazem o que querem e eles, adolescentes, não o são. Querem, portanto, chegar logo à fase adulta para assim, conforme imaginam ou sonham, conquistarem a tão almejada liberdade. Acreditam que "ser livre" é fazer tudo o que sentem vontade, e a qualquer momento. Querem ser independentes da autoridade de seus pais, mas muitas vezes sem saber como alcançar este momento.

Mas será que nós, adultos, desfrutamos, de fato, desse privilégio? Por certo, é muito difícil vivenciarmos de forma idealizada toda essa liberdade ilimitada, já que a realidade externa nunca é a mesma que a sonhada internamente. Existem responsabilidades e obrigações a todos: adolescentes, jovens, adultos, idosos.

Assim sendo, para que o valor de liberdade seja internalizado pelos jovens, o equilíbrio, atenção e orientação tornam-se palavras chaves. O adolescente precisa ser, primeiramente, ouvido e corretamente orientado para que sua liberdade seja efetivamente conquistada e sem riscos fatais. Precisamos analisar as questões que envolvem a adolescência de uma forma mais ampla, sempre indo além do aparente. Precisamos, enquanto profissionais de saúde e educadores, entender bem o que é a adolescência e como tudo isso que hoje vivemos – as crises e incertezas de todos os âmbitos e, ao mesmo tempo, os avanços tecnológicos, com as novas formas de comunicar - está impactando nos adolescentes.

Há que preservarmos o potencial de livre-arbítrio nas suas opções e escolhas dos estilos de vida que significam sua liberdade, mas oferecendo uma mensagem de saúde ou de ajuda, quando necessário. Sem bloquear os caminhos e oportunidades saudáveis a esse adolescente, os chamados valores de resiliência.

Sim, precisamos criar campos e canais para que o adolescente possa expressar livremente suas opiniões e desejos, sem medo de ser punido por isso. Criar oportunidades de liberdade de expressão através de práticas de esporte, lazer, boa alimentação - trabalhar para que suas necessidades físicas e emocionais sejam atendidas. Basicamente são quatro pilares fundamentais que precisam ser alcançados, conhecidos como os 4 "C": pensamento crítico, comunicação pacífica, colaboração (no grupo ou em equipe) e criatividade.

O adolescente precisa do apoio e da proteção de toda a sociedade para sentir-se livre, o que inclui a família, a escola e o Estado. É vital, enquanto sociedade, construirmos mais oportunidades para o aprendizado e "pontes", onde o fator lucrativo não seja preponderante como, infelizmente, ocorre em grande parte dos programas televisivos, dos filmes, vídeos e jogos *online* direcionados a esta faixa etária com conteúdo e imagens distanciados das alternativas mais saudáveis. É importante propor mais políticas de saúde, de proteção social e ações de participação ou protagonismo juvenil, também nas comunidades, territórios e municípios.

O adolescente não é essa "máquina de problemas", conforme é espalhado pela mídia em muitos momentos. Precisamos vivenciar essa prioridade: a saúde do jovem e do adolescente. Não há nada mais libertador do que ter a consciência de entender, acolher e aceitar o outro como ele é, e deixá-lo seguir em busca de seu sentido de vida em liberdade.

Aqui ofertamos mais uma edição da *Revista Adolescência & Saúde* a você, querido (a) leitor (a), para mais conhecimentos e reflexões sobre a importância do respeito à liberdade de todos nós, com ética e responsabilidade. Uma boa leitura!

---

Evelyn Eisenstein \_ Editora científica

Felipe Jannuzzi \_ Editor executivo