

Prática esportiva e qualidade de vida

Rômulo Vasconcelos de Albuquerque
Juiz da 6ª Vara Cível Residual de Arapiraca

O Conselho Nacional de Justiça (CNJ) instituiu um grupo de trabalho com o objetivo de discutir a saúde dos magistrados e funcionários da Justiça brasileira e realizar um diagnóstico de quais problemas de saúde afligem o Judiciário e as doenças que são criadas pelas novas estruturas desse Poder. Ao final dos trabalhos, o grupo elaborou um relatório com a proposta de instituir uma Política de Atenção Integral à Saúde de Magistrados e Servidores.

Nessa política, foram sugeridas: a criação de indicadores padronizados para conhecer e monitorar as condições de saúde de magistrados e servidores; uma meta nacional voltada à promoção da saúde de magistrados e servidores; coleta de informações sobre as estruturas e atividades médicas atualmente existentes nos tribunais, a fim de conhecer sua realidade nessa área; promoção da formação e atualização científicas e integração entre os profissionais de saúde que atuam no Poder Judiciário; entre outras iniciativas.

Pois bem, sabemos que os juízes brasileiros enfrentam, quase em sua totalidade, a angústia de ter que decidir a cada dia, de forma mais célere, os milhares de conflitos que a sociedade brasileira enfrenta. Para isso, é necessário se desdobrar no cumprimento de suas atividades, atendendo as partes, realizando audiências intermináveis, despachando e sentenciando uma infinidade de processos que tramitam sob sua responsabilidade.

Toda essa agitação e a falta de tempo para sequer realizar suas refeições e, quando consegue, muitas vezes totalmente fora dos horários, além das cobranças de toda ordem e a consequente vida estressante, afetam cada dia mais seu estado de saúde.

Ao tratar da ansiedade, sob o ponto de vista de como enfrentar este mal do século, Augusto Cury¹, um dos psiquiatras e escritores mais renomados da atualidade, com a venda de mais de 20 milhões de livros no Brasil, publicado em mais de 60 países, debate e defende que a Síndrome do Pensamento Acelerado (SPA) é um dos sintomas mais penetrantes no eu do ser humano na atualidade.

Num dos trechos da sua obra, o escritor observa que há muitas classes de profissionais voltadas para a sustentabilidade do funcionamento da sociedade que têm uma sobrecarga de trabalho inumana. Entre elas, a dos juízes e a dos promotores de justiça. “É surpreendente que os governos federal e estaduais do país não atentem para a qualidade de vida desses diletos profissionais”, salienta Cury.

Pensando em toda essa abordagem, tanto a Associação dos Magistrados Brasileiros (AMB), no âmbito nacional, como a Associação Alagoana de Magistrados - ALMAGIS, a nível local, estão incentivando os magistrados à prática de atividades esportivas. Ambas as instituições vêm realizando eventos esportivos, nas diversas

¹ 1 - CURY, Augusto. Ansiedade - **Como Enfrentar o Mal do Século**. Editora Saraiva. 2013.

modalidades, tais como futebol, tênis, atletismo e outras, visando incluir a magistratura numa vida mais saudável.

Tanto é assim, que, além dos campeonatos de futebol que promove durante todo o ano, a AMB, realiza também jogos reunindo diversas categorias do esporte, como é o caso dos VII Jogos Nacionais da Magistratura, que vai acontecer no período de 27 de abril a 3 de maio de 2015, tendo como sede a cidade de João Pessoa, no estado da Paraíba, onde teremos a participação tanto de magistrados como de seus familiares. Aproveito, aqui, para deixar meu estímulo aos magistrados alagoanos suscitando a participação no evento de tão grande importância para a classe, seja no aspecto do conagraçamento com a magistratura de todo o país, ou no aspecto da inclusão das atividades esportivas.

Neste ano de 2014, a ALMAGIS também seguiu a linha de incentivo ao esporte e passou a oferecer inscrições para magistrados interessados em participar de corridas de rua. A ideia é interessante e motivadora e foi aprovada pelos colegas magistrados. Mesmo aquele, que nunca se imaginou numa corrida, começou a pensar na possibilidade e arriscou os primeiros quilômetros.

Felicitemos as iniciativas das Diretorias Executivas e dos Conselhos Deliberativos de nossas entidades de classe ALMA-GIS e AMB, por suas iniciativas envidando esforços para que os magistrados brasileiros exerçam a prática esportiva, buscando desta forma uma melhor qualidade de vida, cuidando de sua saúde, como verdadeiro exercício de cidadania, conforme preceitua a Organização Mundial de Saúde – OMS.

Por fim, como cristão, o magistrado necessita entender que ele deverá cuidar de seu corpo, pois segundo a palavra do Criador, no livro I Coríntios, capítulo 6, versículo 19: “Acaso não sabeis que o vosso corpo é santuário do Espírito Santo. Cuidemos, pois, de nossa saúde, praticando atividades esportivas para desta forma, melhor desempenhar nossas atribuições”.