

JÁ PRECISO DE ÓCULOS PARA
LER



Presbiopia: quando os braços já não
alcançam



Dear **Folk** Books
BRIAN ALEXIS PARKER

CONTEÚDO

Carta da casa (antes de esticar o braço)	5
Prólogo: O cardápio das 21h40	7
Etapa 1: A negação	9
Etapa 2: A raiva	12
Etapa 3: A negociação	15
Intervalo 1: Os óculos da farmácia	18
Intervalo 2: Vinte-vinge-vinge	21
Intervalo 3: O que disse a mãe	24
Etapa 4: A depressão (versão leve)	27
Etapa 5: A aceitação (com armação vermelha)	30
Epílogo I: As regras dos óculos	34
Epílogo II: O Téó e o cardápio	35
Guia de bolso para braços cansados	37
Obrigado por ler	39

Carta da casa (antes de esticar o braço)

Existe uma idade, entre os quarenta e os quarenta e poucos, em que os braços deixam de alcançar. A gente segura o cardápio do restaurante cada vez mais longe, aperta os olhos, vira o celular, pede a alguém que "leia isto rapidinho" e jura que é por causa da má iluminação.

Vários amigos e amigas me contaram, entre risadas, como passaram por isso. As histórias eram tão parecidas que as juntei numa só, com uma protagonista a quem vou chamar de Carmem. A Carmem é uma personagem composta, com os nomes e os detalhes trocados para proteger todo mundo. Os tropeços dela, por outro lado, você com certeza vai reconhecer.

Eu não sou oftalmologista nem oculista. Tenho ideias demais, às vezes tantas que sufocam, e uma fraqueza pela letra miúda que me faz perguntar quem a escreve e por quê. Escutei, organizei e confrontei com fontes sérias. Este livro conta a história da Carmem Rolim, quarenta e cinco anos, e de como ela passou pelas cinco etapas de aceitar que precisava de óculos para ler, com humor, ternura e alguns dados úteis sobre a presbiopia, essa condição tão comum que quase todos vivemos e quase ninguém menciona em voz alta.

Aviso: este livro combina humor com informação geral. Não substitui uma consulta com um profissional de saúde visual. Se você notar mudanças bruscas na visão, clarões, manchas ou dor nos olhos, procure um médico imediatamente.

E uma promessa: aqui ninguém ri de precisar de óculos. Rimos do braço esticado, que já é outro assunto.

No fim de várias etapas você vai encontrar uma seção chamada **Para fazer hoje**, com duas coisinhas: uma para pedir a alguém e outra para praticar por cinco minutos. Não precisa fazer todas. Se uma só te servir, o livro já valeu a pena.

Prólogo: O cardápio das 21h40

Numa noite de sexta-feira, a Carmem e o marido, o Téo, entraram no restaurante favorito deles, um italiano pequeno com velas nas mesas e um cardápio impresso em letra minúscula. Um garçom entregou os cardápios com um sorriso.

A Carmem abriu o dela. Olhou. Esticou o braço. Afastou um pouco mais. Inclinou a cabeça. Apertou os olhos.

— Tudo bem? — perguntou o Téo.

— Perfeito — disse ela, com o cardápio na altura do ombro.

— Você está lendo?

— Estou... admirando o design.

— Carmem, está de cabeça para baixo.

Olhou. Estava de cabeça para baixo.

Naquele momento ela percebeu algo que fazia meses que tentava não ver: as letras tinham fugido. Não de uma vez, mas aos poucos, como os convidados que vão embora de uma festa sem se despedir. Primeiro, os rótulos dos frascos. Depois, as mensagens do celular com pouca luz. Agora, o cardápio.

— Pede por mim — disse, fechando-o com dignidade.

— O que você quer?

Esta foi uma amostra grátis

Se você gostou, o livro completo tem 42 páginas e é baixado na hora em PDF. Tem garantia de 14 dias.

Garanta o seu aqui:

[**https://dearfolkbooks.com/b/Bbcpq**](https://dearfolkbooks.com/b/Bbcpq)