

## Quem se preocupa com os cuidadores de idosos e doentes crónicos?



HERNÂNI CANIÇO\*

**T**emos vindo a abordar o ciclo da vida, quanto à realização pessoal, à família, aos amigos, ao trabalho, à sociedade, aos estilos de vida e às morbilidades, que concluímos hoje relativamente à forma como a acção dos cuidadores de idosos e doentes crónicos lhes é prejudicial à sua vida pessoal, profissional e familiar, e o grau de importância que lhes é atribuído pelos cidadãos.

Hipócrates (460-377 a.C.) referia que “A vida é curta, mas a arte longa”.

Analisaremos a redução da capacidade intelectual e de estudo e de novas oportunidades, a interferência com a vida profissional, a alteração da motivação, empenho, dedicação e afecto para os idosos e doentes crónicos, a redução da capacidade económica e a falta de apoio dos cuidados continuados da rede pública.

A redução da capacidade intelectual e de estudo e de novas hipóteses de qualificação, graduação e emprego para os cuidadores, pode ser considerado importante, pela ocupação do tempo que seria imprescindível para a formação ou exercício, pelo impedimento de aquisição de novos conhecimentos e práticas, ou pela ausência de controlo de memória, concentração e atenção. Ou pode ser tido como pouco importante, pela graduação da importância na relação trabalho / família, pela desmotivação para evolução e progressão no trabalho e emprego, ou pela falta de oportunidades e custos de progressão académica.

A interferência com a vida profissional, suas responsabilidades e compromissos do cuidador, pode ser vista como importante, por limitar o desempenho e produtividade exigida ou pretendida, por originar incumprimento laboral com as respectivas consequências, ou pelo risco de desemprego tout court. Ou pode ser olhada como pouco importante, por o cuidador dar mais prioridade à família que à vida profissional, por haver monotonia

de vida profissional sem estímulo, ou por haver noção de atitude de compromisso como irrelevante.

### Relação emocional

A alteração da motivação, empenho, dedicação e afecto para os idosos e doentes crónicos, pode ser julgada como importante, porque há ocupação e tarefas de apoio aborrecidas, por haver inadequação ao tipo de apoio necessário, ou pelo grau de afectividade real restrita. Ou pode ser apontado como pouco importante, por haver alternativa de institucionalização, pela ausência ou perturbação do afecto, ou pela idade e doença do cuidado sem haver relação emocional do cuidador.

A redução da capacidade económica, com menos remuneração e menos regalias para os cuidadores, pode ser encarada como importante, por limitar a capacidade económica dos cuidadores, por impossibilitar outros consumos desejáveis e despesas de outro âmbito, ou por impedir trabalhos adicionais e suplementares rentáveis. Ou pode ser classificada como pouco importante, pela suficiência e autonomia económi-

ca do cuidador, por haver recursos financeiros utilizáveis que são da pessoa cuidada, ou por não dar prioridade ao valor material.

A falta de apoio dos cuidados continuados da rede pública, pode ser marcada como importante, por haver responsabilidade do Estado não adequada, pela qualidade de cuidados necessária não estar disponível, ou pela impossibilidade prática do cuidador em prestar cuidados. Ou pode ser reputada como pouco importante, pela existência e usufruto de serviço público em rede, por não haver necessidade de utilização do serviço público em cuidados continuados, ou pelo desejo do cuidador e da pessoa cuidada em manter-se em instalações domiciliárias próprias.

E é assim o ciclo da vida, em nossa opinião, variável consoante os envolvidos e apreciadores, pessoas e cidadãos.

Claude Bernard (1813 - 1878), mais um dos deuses e demónios da Medicina, de Fernando Namora, quando agonizante, dizia: “É pena isto ter acabado”. É a vida.

(\* ) Médico

## A ponderar durante o processo de elaboração do plano da Estação de Coimbra

**F**oi com grande descrição que a Câmara Municipal de Coimbra (CMC) tornou pública, finalmente, a apreciação que fez das participações submetidas durante o período de Participação Preventiva do Plano de Pormenor da Estação de Coimbra (PPEC). Por questões menos importantes, o Instagram do Município de Coimbra e o Facebook do próprio Presidente da Câmara são inundados de posts informativos. Mas neste caso, nem um único post em qualquer uma destas redes, o que leva a pensar que o Executivo da CMC não considera suficientemente importante a sua divulgação.

Porém, o relatório da ponderação das participações está disponível no site da CMC. Numa página difícil de encontrar, é certo, mas todos podemos consultá-lo. Ele é um relatório de 43 páginas para as 27 participações submetidas, sendo cada uma apreciada com uma ficha de uma página em que é feito um exercício de síntese ingrato: para cada uma das participações, apresenta um sumário de questões apresentadas por cada requerente, com a correspondente ponderação.

É um exercício de síntese ingrato porque as questões e/ou sugestões apresentadas pelos re-

querentes não foram todas atendidas, isto é, a CMC escolheu as que considerou que deviam ter uma reacção e ignorou as restantes. Ora, isto levanta legítimas dúvidas. De facto, porque é algumas questões não mereceram uma apreciação?

Naturalmente, uma afirmação destas só pode ser feita por quem conhece as participações apresentadas ou por quem submeteu alguma(s), como é o caso, sabendo, assim, que algumas questões e/ou sugestões feitas ao Executivo da CMC foram desconsideradas ou que algumas foram deturpadas. Apesar da facilidade enorme em tornar públicas todas as participações, o Executivo da CMC prefere mantê-las com um acesso reservado e, assim, criar dúvidas: quantas e quais questões, ou sugestões, terão sido deturpadas? Quantas e quais questões, ou sugestões, não mereceram resposta ou reacção da CMC? Porquê?

### Logo se vê...

Por exemplo: porque é que o Executivo da CMC não disse se entende que está a reforçar o sentimento de que a cidade é uma construção democrática, tendo em conta que as soluções urbanísticas do PPEC foram feitas desde Janeiro de 2023,



ADELINO GONÇALVES\*

antes de os cidadãos fazerem as suas sugestões ou pedidos de informação? Porque é que o Executivo da CMC não disse se considera que é importante e saudável para a construção democrática da cidade, tomar decisões relativas à circulação rodoviária e à sua infraestrutura com base em estudos científicos, e tornar pública a defesa de ideias sobre questões polémicas que podem causar perturbações nas forças vivas da cidade, sem que essas ideias tenham fundamentos científicos?

Será por isso que a CMC encerra o relatório de ponderação das participações dizendo que “o Regime Jurídico dos Instrumentos de Gestão Territorial (RJIGT) não determina, nesta fase, a obrigatoriedade de ponderação e resposta aos interessados”, ou seja, procurando brilhar, dizendo que ponderou as participações apenas porque quis, pois o próprio RJIGT tem “falhas”... Mas diz mais: também diz que considera “que a par-

ticipação pública é fundamental para a qualidade da proposta final do plano e que deve ocorrer ao longo do processo de elaboração”.

No entanto, a ponderação que se repete mais vezes ao longo do relatório é: “A ponderar durante o processo de elaboração do plano”, ou seja: “logo se vê. Para já não temos qualquer opinião”. Mas logo se vê, quando, como e com quem? Que entendimento de participação pública é este?

Se tivermos por referência a definição de participação que nos dá o European Institute for Public Participation, “como um processo deliberativo, no qual os cidadãos interessados ou afetados, as organizações da sociedade civil e os atores governamentais são envolvidos na elaboração de políticas antes da respetiva tomada de decisões; entendendo-se que a deliberação significa um processo de discussão ponderada com base num dar e receber de razões para as escolhas a fazer”, quem é que se sente, em Coimbra, como parte integrante das soluções urbanísticas do PPEC e do(s) programa(s) que ele contemplará?

(\* ) Arquitecto e membro do Movimento Cidadãos por Coimbra

## LÁ FORA



## Brrrrrr

JOANA GIL

**N**ós, portugueses, vivemos convencidos de que temos um clima fantástico. E temos mesmo. Imensos dias de sol, um Verão maravilhoso, um Inverno curto e não excessivamente severo. Segundo a classificação de Köppen-Geiger, o clima português é temperado, com Verões secos e quentes (a Sul) ou amenos (Norte e Centro Litoral). Já o da Bélgica é também temperado, mas sem estação seca e com Verões amenos. Tudo aponta para que Portugal, não sendo um paraíso tropical, seja ao menos um local onde não se passe frio. Nada mais errado. Como todos sabemos, as temperaturas podem descer significativamente em Portugal no Inverno. Pegando em Coimbra, constatamos que as temperaturas mínimas oscilam no Inverno entre 6° e 7°. Se quisermos chegar à ponta do distrito, na Pampilhosa da Serra, as mínimas chegam aos 5°. O que vale é que esse frio é de pouca dura, e que decorrido o Inverno nos esquecemos alegremente do frio que nos debilitava em Janeiro.

Mas essa amnésia colectiva não apaga os factos: Portugal é um dos países da Europa onde se sofre mais com o frio. Há dias, um colega perguntava-me que tipo de sistema de aquecimento tinham as casas em Portugal e ficou chocado quando lhe expliquei que boa parte das casas não têm qualquer sistema de aquecimento: as pessoas simplesmente compram aquecedores para aquecer esta ou aquela divisão. Num país onde 20% das pessoas dizem que não conseguem aquecer as suas casas no Inverno, receio que a realidade seja ainda pior, já que para muitos portugueses ter uma ou outra divisão mais quente já é suficiente para considerarem que “aqueceram a casa”. Não há especialista sobre o tema que não refira o problema da falta de isolamento das casas portuguesas. Julgo que o elevadíssimo preço da energia ajuda a explicar o resto. Um curioso estudo conduzido no Reino Unido mostrou até o paradoxo do isolamento: no seguimento de várias medidas financiadas publicamente para melhorar o isolamento, na expectativa de com isso diminuir o consumo de energia, os consumos... aumentaram! Finalmente, as pessoas sentiam que valia a pena aquecer a casa, porque ficava mesmo quente. Em Portugal, o mau isolamento combinado com energia cara e baixos rendimentos são a combinação fatal para um Inverno que acaba por ser praticamente tão frio dentro de casa como fora dela.

Quando fiz Erasmus em Espanha, admirei-me ao ver que todos os quartos que procurei para me alojar, mesmo os mais simples e humildes, dispunham de aquecimento central. Foi o meu primeiro grande embate com a questão do conforto térmico (ou falta dele...) no meu país. Agora já não me surpreende que certos estudantes Erasmus que vêm para Portugal digam que gostaram muito de tudo mas que no Inverno passaram frio. Uma vez em Lisboa um taxista russo disse-me que gostava muito de Portugal, mas que o que mais lhe custava era o frio. “Aqui nas casas está frio, frio, frio!”, dizia-me o homem que me falava dos 30 graus negativos que às vezes enfrentava na sua terra natal. Um amigo de Oliveira do Hospital que há muitos anos vive lá fora, em destinos que oferecem Invernos tão rigorosos como Berlim ou Edimburgo, diz-me que nunca passa tanto frio como quando vem a Portugal no Inverno. Há dias, uma jovem portuguesa que vive há pouco mais de um ano em Bruxelas partilhava comigo como as férias de Natal e o regresso ao seu Alentejo tinham sabido tão bem, incluindo por causa do Sol – “mas passei tanto frio dentro de casa”, rematava ela.

Querer estar quente e confortável tem de deixar de ser visto como um capricho. O frio que se passa nas escolas e em casa prejudica as aprendizagens de crianças e jovens (quem se consegue concentrar com os pés gelados e o corpo a tiritar?). Os números mostram com clareza que o frio aumenta a mortalidade, não só por coincidir com a circulação mais intensa de vírus respiratórios, mas também por desequilibrar a condição de saúde de idosos ou doentes crónicos. Até quando vamos continuar a ignorar este problema nacional?