

# reexistir

Narrativas em contexto de pandemia





reexistir

## **FICHA TÉCNICA**

**AUTORES\_** Ana Lopes | Júlio Paiva | Maria José Vicente

**ILUSTRADORES\_** Filipe Carneiro | Lara Luís | Lisa Teles | Maria Frias | Mariana, a Miserável  
Paulo Fernandes | Rita Correia | Sara Feio

**DESIGN\_** Augusto Pires

**EDIÇÃO\_** EAPN – Rede Europeia Anti-Pobreza/Portugal | Rua de Costa Cabral, 2368 | 4200-218 Porto  
Tel. 225 420 800 | Fax: 225 403 250 | E-mail: geral@eapn.pt

**EDIÇÃO GRÁFICA\_** makeup design, Lda.

**TIRAGEM\_** 300 exemplares

**DATA DE EDIÇÃO\_** 2020

**ISBN\_** 978-989-8304-58-2

**DEPÓSITO LEGAL\_**

Narrativas em contexto de pandemia

# Índice

09

Prefácio

13

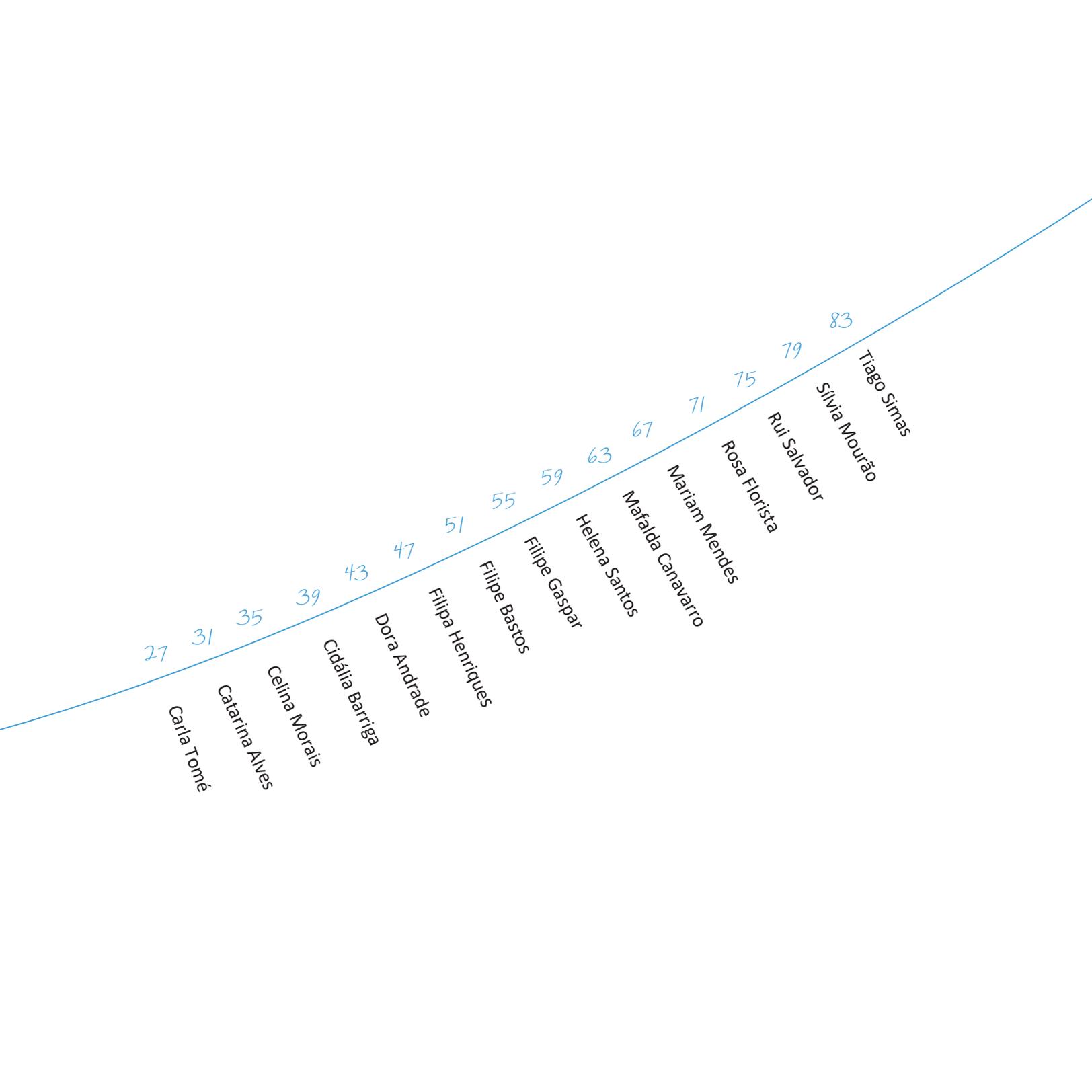
Agradecimentos

15

Introdução

21

Narrativas de (RE)Existência





De tudo ficaram três coisas...

A certeza de que estamos começando...

A certeza de que é preciso continuar...

A certeza de que podemos ser interrompidos antes de terminar...

Façamos da interrupção um caminho novo...

Da queda, um passo de dança...

Do medo, uma escada...

Do sonho, uma ponte...

Da procura, um encontro!

*Fernando Sabino*



# Prefácio

Se à partida tivesse que dar um título a este Prefácio talvez escolhesse duas simples palavras: Participação e Envolvimento.

Porventura serão palavras gastas, mas considero-as cheias de significado e plenas de promessas, pois sem elas esta publicação não alcançaria o seu pleno sentido, nem, quiçá seria viável.

Elas ganham ainda mais sentido neste estranho tempo de pandemia que atravessamos, em que uma pequena "coisa" chamada coronavírus virou as nossa vidas, a sociedade de que fazemos parte e o mundo inteiro, gerando desconfiança e medo e golpeando os seres humanos no que eles têm de essencial: a sua saúde e bem-estar, atingindo o cerne da vida coletiva: as relações interpessoais, familiares, sociais e até profissionais.

O ser humano define-se como um ser em relação. Somos um ser dependente e associativo. É na relação, é no vínculo que nos construímos como pessoas e criamos a nossa identidade. É assim que aprendemos, evoluímos e nos realizamos. Não é possível manter por muito tempo situações de confinamento pois muitas vezes é sinónimo de isolamento e até de solidão, como se percebe por alguns testemunhos.

A EAPN, como tem vindo a fazer ao longo dos seus quase 30 anos de existência, continua comprometida, participativa e presente na vida quotidiana das pessoas, famílias e comunidades, escutando, observando, compreendendo e dando voz aos seus anseios, necessidades e propostas, sempre prosseguindo o seu objetivo ético na construção de uma sociedade mais justa e equitativa, dispensando uma particular atenção aos cidadãos mais desfavorecidos, vulneráveis socialmente ou vítimas da pobreza e exclusão social.

RE(EXISTIR) concretiza essa forma da EAPN exercer o seu compromisso para com as pessoas e famílias mais atingidas pela pandemia, indo ao seu encontro, escutando-as no relato das suas histórias de vida, dos seus anseios e propostas de futuro.

Vivências singulares, mas paradoxalmente comuns a muitas outras nas suas consequências sociais e económicas e até psicológicas.

Gostaria, por isso de fazer eco dessas vivências partilhadas na primeira pessoa.

“A situação financeira agravou-se, o quadro relacional piorou criando situações próximas da depressão”.

“O meu avô, residente num Lar, chorava porque não percebia o facto e pensava que tinha sido abandonado”.

“As relações interpessoais e sociais foram destruídas. Criou-se um abismo na sociedade e nas relações entre pessoais”.

Mas também foram ditas frases que nos devem fazer refletir.

“Ninguém é intocável. É necessário cultivar a humildade”.

“A importância de as pessoas serem mais tolerantes, mais respeito, sobretudo pelo outro”.

“A pandemia veio ensinar-nos que podemos passar pelas pedras, contornando-as e adaptando-nos às coisas”.

E quanto ao futuro?

“Devíamos estar mais unidos e o fundamental agora é sairmos desta pandemia, com saúde, vontade de fazer coisas novas, com vontade de ajudar o outro”.

"Calma....muita calma”

“A confiança, o sentimento de segurança que permita fazer a vida mais normal possível e, na perspectiva de futuro”.

Depois destes testemunhos de vidas difíceis onde apesar de tudo se mantêm vivas a esperança e a determinação, acrescentaria às minhas duas palavras iniciais a palavra Confiança e ainda outra de que tantos de nós têm dado provas, Coragem. Coragem para prosseguir. Coragem para fazer por nós e pelos outros e até coragem para pedir ajuda quando dela necessitamos.

Será possível assim fazer “.....da interrupção um caminho novo” .....

Joaquina Madeira  
Direção da EAPN Portugal



# Agradecimentos

Esta publicação não seria possível sem um conjunto de intervenientes que desde o primeiro momento abraçaram com dedicação e empenho esta iniciativa.

Em primeiro lugar queremos agradecer aos/às cidadãos/ãs, mulheres e homens, que partilharam as suas histórias e que incorporam esta publicação. O nosso sincero agradecimento e reconhecimento pelo facto de terem partilhado os seus testemunhos de resiliência e de terem aberto as portas das suas vidas: Carla Tomé; Catarina Alves; Celina Morais; Cidália Barriga; Dora Andrade; Filipa Henriques; Filipe Bastos; Filipe Gaspar; Helena Santos; Mafalda Canavarro; Mariam Mendes; Rosa Florista; Rui Salvador; Sílvia Mourão; Tiago Simas.

Em segundo lugar um agradecimento especial aos/as ilustradores/as que através do seu trabalho deram cor a esta publicação, apresentando imagens que sintetizam e interpretam as narrativas partilhadas. Por isso, o nosso agradecimento a todos/as os/as ilustradores/as que iluminaram esta publicação: Sara Feio, Lara Luis, Lisa Teles, Maria Frias, Mariana Miserável, Rita Correia, Filipe Carneiro e Paulo Fernandes.

Não poderíamos deixar igualmente de agradecer a todas as pessoas que nos apoiaram ao longo deste trabalho, fazendo a ponte com os/as protagonistas desta publicação e incentivando a equipa para a sua concretização.

Finalmente, um agradecimento a todos/as os/as cidadãos/ãs anónimos/as que, durante este período, resistiram e superaram todas as adversidades que a pandemia provocou. Um agradecimento especial, a todos/as os/as profissionais, voluntários/as e outros/as cidadãos/ãs que estiveram sempre na linha da frente e sempre ao serviço do Outro, acreditando no seu potencial e comprometendo-se na luta diária contra a pandemia e em garantir os principais bens e serviços à comunidade.

O NOSSO MUITO OBRIGADA!



# Introdução

A EAPN Portugal tem vindo a promover a cidadania e a participação dos/as cidadãos/ãs através de movimentos de cidadania ativa e participativa, pois participar é criar oportunidades para dar voz aos/às cidadãos/ãs e promover e implementar ações de intervenção social com as pessoas. Neste sentido, e no contexto da pandemia que assolou o mundo, considerou-se pertinente dar visibilidade aos reais impactos que a pandemia teve no dia-a-dia das pessoas, através de narrativas que refletem as suas vivências, emoções, receios e as suas angústias durante e após o confinamento.

Partimos para esta iniciativa com a consciência que a pandemia teve impactos diferenciados de acordo com os territórios, a idade, a situação económica e social vivenciada antes da pandemia pelos diferentes grupos de pessoas. Temos igualmente consciência que este acontecimento mundial provocou, por um lado, o agravamento das situações de vulnerabilidade já existentes e, por outro lado, remeteu um número significativo de cidadãos/ãs para situações de fragilidade e vulnerabilidade até então desconhecidas pelos/as mesmos/as.

(RE)Existir surge com o objetivo de mostrar que todos/as os/as cidadãos/ãs, de uma forma ou de outra, viram as suas vidas “viradas do avesso”, os seus sonhos e os seus projetos de vida adiados. Projetos de vida que ficaram comprometidos pela incerteza que caracteriza o contexto atual.

É um livro que nos apresenta histórias, testemunhos reais contados na primeira pessoa e que nos dá conta da dimensão que a pandemia Covid-19 teve na vida de alguns/mas indivíduos/as. Trata-se de uma incursão sobre as suas vivências, uma visão sobre os impactos da pandemia, os (seus) significados e as suas complexidades.

(RE)Existir é um espaço de partilha e de encontro com quinze pessoas (11 mulheres e 4 homens) em torno das dificuldades, desafios e impactos de uma pandemia da qual a História não tem memória. Uma pandemia que colocou em causa os direitos humanos, a relação com o Outro, a forma de vermos o Mundo...

15 Pessoas provenientes de várias partes do país, constituem os/as protagonistas desta publicação, partilhando as suas histórias, nas quais, acreditamos, muitas outras pessoas irão rever-se. Por isso, este livro não contempla “rostos”, mas sim ilustrações, que refletem as emoções imbuídas nos seus discursos e as suas lutas diárias. Ilustrações inspiradas nas histórias que lhes são atribuídas, dando cor e vida aos /as protagonistas e aos cenários envolventes.

Haveria muitas mais histórias para partilhar, mais situações para apresentar, mas consideramos que esta publicação e em concreto, os casos aqui retratados, demonstram com clareza e na sua essência as desigualdades, as fragilidades, a vulnerabilidade com a qual a pandemia nos surpreendeu e que de certa forma são transversais a todos/as.

(RE)Existir deixa-nos inúmeras pistas de trabalho e de reflexão, pois este olhar das pessoas é por si só um instrumento que reflete a realidade vivenciada mas também um conjunto de mensagens e de alertas para o mundo (cidadãos/ãs e entidades políticas).

Num Mundo em permanente Mudança....



“Dentro de nós há uma coisa  
que não tem nome,  
essa coisa é o que somos.”

José Saramago  
(Ensaio sobre a Cegueira)





# Narrativas de [re]existência



“Histórias,  
Com inícios e recomeços  
A cada começo, uma nova esperança”



As narrativas que se seguem mostram a vulnerabilidade e a fragilidade que caracterizam o período atual provocado pela pandemia Covid-19. Uma pandemia que assolou o mundo e que deixa marcas na geração atual, mas terá igualmente, consequências nas gerações futuras e que ficará na história da Humanidade.

Narrativas que mostram a capacidade de resiliência dos/as indivíduos/as num período de grandes adversidades e incertezas, mas também de aprendizagens. Aprendizagens que incidem na solidariedade, na união, no respeito pelo Outro e num mundo cada vez mais global.

Acreditamos que estamos perante pequenas partes de grandes histórias que ainda têm muito por deslindar, pois temos consciência que ainda estamos muito longe de ter uma perceção real dos impactos desta pandemia.

Algumas formas de entender e de viver a pandemia Covid-19 estão evidenciadas nas narrativas que se seguem, das quais os/as seus/suas protagonistas consentiram em partilhar connosco e com os leitores as suas experiências e interpretações sobre as vivências desta pandemia.

Convidamos todos/as a lerem os testemunhos que se seguem, no sentido de não ignorarmos os desafios dos novos tempos que exigem uma permanente readaptação e uma forte coesão social.



# Carla Tomé

Carla tem 44 anos, é divorciada, reside em Castelo Branco, possui o 12.º ano de escolaridade e trabalha como ajudante de ação direta numa instituição de solidariedade social local direcionada para o apoio à deficiência mental. Tem um contrato de trabalho sem termo com a instituição e vive sozinha com o filho adolescente que é estudante no ensino profissional.

Carla acredita que, de certa forma, a pandemia afetou todas as pessoas e no seu caso em particular, com a quarentena imposta pelo facto de trabalhar numa instituição, acrescida das aulas online do filho, criou um “cenário” que considera “triste e que afeta toda a gente, independentemente de continuar a trabalhar ou não...” tanto mais que, não tendo contacto com amigos, família e com a sociedade em geral, esta situação: “afeta todos ...”.

"As consequências mais diretas, no seu caso, foi ter o seu filho em casa com aulas online, já que apesar de ter todas as ferramentas, preferiria claramente ter aulas presenciais... ". A situação foi mais complicada pelas características do curso, que possui uma componente prática importante e não considera que seja a mesma coisa: “realizada em casa...para além disso fazia-lhe falta o convívio com os colegas e amigos”. Apesar de tudo, considera que a escola esteve bem no apoio aos alunos e aos pais, tendo em conta a situação atípica.

Para além de trabalhar na instituição, tem outro emprego numa empresa de limpezas, que reduziu substancialmente o seu volume de trabalho durante a pandemia, assim, Carla viu o seu rendimento muito reduzido.

Avalia de forma positiva os serviços de saúde, uma vez que no seu caso a pandemia coincidiu com um problema de saúde pessoal e considera que foi: “bem tratada e com um bom atendimento...” por parte de uma junta médica a que foi chamada e mesmo ao nível do fornecimento de medicação: “apesar de tudo creio que gerimos bem esta situação...”.

Ela e o filho estiveram cerca de dois meses sem ver os familiares mais próximos, porque um deles é doente de risco: “foi horrível! Afeta a parte psicológica ...”, mas considera que este tempo em que esteve só com o filho: “acabou por ser bom, acabámos por falar de coisas que já tinham passado há muito tempo...”. A Internet e as redes sociais deram o restante apoio necessário para falar com amigos e outras pessoas.

A situação de baixa médica prévia à pandemia – com início em fevereiro – obrigou ao recurso a uma instituição para apoio alimentar. O rendimento familiar disponível não deixou outra solução: “ precisei de apoio... só mesmo na alimentação, trazem o que te dão nem sempre têm tudo o que a pessoa precisa, a não ser no cabaz do mês, apesar de tudo... o pouco que é, jeito faz...”. O apoio monetário complementar, vem da família e de amigos, que quando precisa ajudam para pagar a renda da casa, a água e a luz e outras despesas. Carla não procurou moratórias, nem tem uma opinião muito favorável a este tipo de solução de emergência, uma vez que: “quando isto acabar... vou ter que pagar tudo na mesma...” e não quer criar “uma bola de neve de dívidas”, questionando o futuro do seu trabalho, particularmente do seu segundo emprego (precário) não sabendo se conseguirá fazer face a essas despesas e como tal, não acha que as moratórias ajudem. Carla prefere recorrer à ajuda da família, à qual pode pagar de outra forma e noutras condições. No período de confinamento trabalhou num projeto enquanto voluntária na confeção de máscaras, juntamente com outras pessoas, incluindo a sua mãe e uma vizinha. Essa experiência “ajudou muito a descontraír a mente... acho que na minha mão passaram mais de 300 máscaras!...”

Carla já tinha passado por uma situação complicada na vida e conseguiu recuperar: “já tinha tudo certinho, contas, trabalho, etc. e depois... foi horrível ter de ficar fechada e tudo isso... é reviver memórias antigas. Psicologicamente ficamos muito afetados...”. Teve que retomar a medicação para ajudar a superar a situação e assume que por vezes: “é necessário pedir ajuda, perder a vergonha ... no meio desta pandemia, não era mau termos um extra, para além do médico de família, como um psicólogo... isso iria ajudar quando as pessoas entrassem numa fase menos boa da vida...”.

Na fase inicial da pandemia teve que comprar os materiais de segurança (máscaras, álcool-gel...) e isso também pesou no orçamento familiar. A doença incapacitou-a mais de um mês e teve de ser o filho a fazer compras, pagamentos e outras deslocações, pois não tinha possibilidade de contar com os restantes familiares devido ao confinamento.

O isolamento social (distância de família e amigos); o trabalho (porque o “toque e o abraço” para quem trabalha na área da deficiência mental é fundamental) e o acesso à alimentação (pelo menos na parte inicial do confinamento) foram os maiores “desafios” que Carla enfrentou. Mas destacou também a adaptação ao uso de materiais diários de segurança (máscara, álcool-gel), hábitos de uso de diferente vestuário em casa e fora de casa; valorização das redes sociais para poder falar com as pessoas, inclusivamente as que não se vêem há muito tempo e acima de tudo... dar valor à vida!

A atuação das entidades responsáveis (DGS, Governo) é: “boa numa fase inicial, mas depois as coisas correram mal...”. Considera que a saúde deveria ser prioritária em relação à economia e a informação não foi “precisa e conclusiva, pois havia muita confusão... não nos transmitiram confiança...”.

“Ninguém é intocável...”. Para Carla, este é o mote. A sociedade deveria entender bem isto e cultivar valores como a humildade: “... valorizar o que temos...”.



# Catarina Alves

Catarina tem 57 anos, é casada, possui uma licenciatura em Línguas e está, há 8 anos, institucionalizada num equipamento social do distrito da Guarda.

Refere que a pandemia da Covid-19 teve grandes impactos na vida das pessoas em geral e também na sua própria vida, principalmente no que diz respeito à possibilidade de sair da instituição (estar com amigos e passear) e de participar em iniciativas de solidariedade das quais fazia parte. Mas a maior implicação foi sem dúvida o facto de a “minha família deixar de cá vir e eu não poder ir a casa de férias e isso incomoda, incomoda muito e mexe muito comigo!”. Para fazer face a este confinamento recorreu sobretudo à realização de chamadas telefónicas mas salienta que isso não é suficiente e que não substitui o contacto presencial.

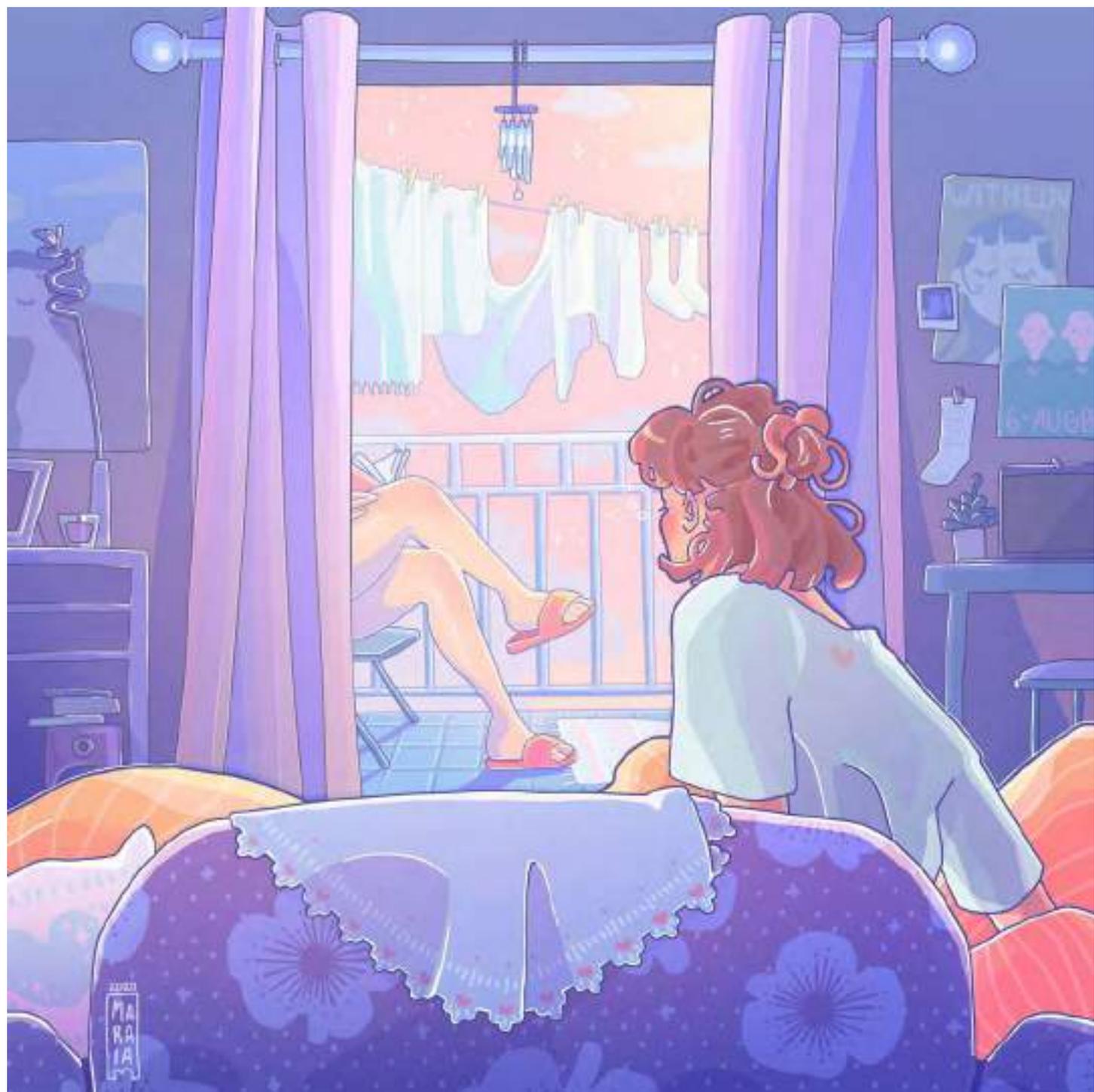
Aliás, na própria instituição onde reside, houve mudanças em termos de rotinas e de dinâmicas a começar, desde logo, pelos técnicos de acompanhamento que entraram em regime de espelho/rotatividade e que foram alocados unicamente a determinadas áreas de internamento. Os próprios utentes foram divididos por grupos e por espaços específicos dentro da instituição promovendo o isolamento, a diminuição da circulação das pessoas pela casa e a concentração dos utentes. A nível

peçoal, Catarina ficou impossibilitada não só de sair para o exterior como também de conviver e relacionar-se com as pessoas da própria instituição com as quais convive diariamente. “As pessoas foram divididas por unidades e por isso não posso ver metade das minhas amigas internas e tenho saudades de falarmos, de discutirmos livros e depois a sala onde eu estava tinha várias atividades e agora estão lá outros e não posso lá ir. Por isso, todas as atividades que fazia, inclusive, o uso do computador não tenho agora acesso e isso afetou-me bastante. Falta-me as outras pessoas e as atividades que eu fazia por toda a casa.” A situação de confinamento ganha, segundo Catarina, outra dimensão quando estamos perante um caso de institucionalização, verificando-se não apenas um isolamento e distanciamento para o exterior (familiares e amigos) mas também dentro da sua própria “casa”, afetando e muito as relações sociais e o bem-estar emocional. “Para mim tornou-se mais difícil conter as emoções ou não ficar irritada com as outras pessoas que estão comigo diariamente”.

Contraindo o vírus ou alguém da sua própria família constitui uma das preocupações de Catarina, a par de eventuais sequelas/consequências que as pessoas infetadas possam vir a ter. Elege a retoma da economia nacional e a necessidade de apostar na criação de emprego como os principais desafios da pandemia.

Consciente de que as medidas implementadas resultaram até certo ponto, considera que neste momento a pandemia está a destruir várias áreas de negócio e está a afetar de forma geral todas as pessoas.

Acredita que deve existir um esforço real para que os cuidados médicos, as vacinas e os medicamentos sejam distribuídos a todas as pessoas para que todos tenham acesso a uma saúde de qualidade. Acredita também “que o planeta vingará-se dos habitantes que o destroem” e por isso defende a necessidade de medidas que promovam o combate da poluição e que a pobreza deve ser repensada desde a base, de forma a alterar as diferenças sociais que existem.



# Celine Morais

Celine, 29 anos, é solteira, designer industrial, licenciada pela Universidade da Beira Interior. Trabalha numa área ligada à inovação, numa empresa de média dimensão e tem um contrato de trabalho sem termo. Reside com os seus pais numa freguesia de Albergaria-a-Velha e tem o seu posto de trabalho em Águeda. Esteve em teletrabalho de 14 de março de 2020 até ao final desse mês, tendo entrado em lay-off total a partir dessa data e presume que a situação se mantenha ainda durante mais algum tempo.

Antes disso trabalhou durante seis anos numa outra empresa “que adorava” e saiu por desejar um melhor salário, o objectivo era conquistar a sua independência face aos pais. Considera que todos os seus planos se desmoronaram, pois de momento, aufero pouco mais que o salário mínimo (já com os “cortes”). Para Celine o facto de ter o salário reduzido pelo lay-off e ainda fazer descontos é perfeitamente injusto e “não faz sentido absolutamente nenhum”. O orçamento familiar sofreu uma redução substancial. A mãe, que trabalha num hospital e recebe o salário mínimo, foi “obrigada” a meter baixa médica por ser considerada uma pessoa de risco. O pai de Celine, por sua vez, trabalha numa multinacional e teve “férias forçadas”. A determinada altura a mãe de Celine “foi obrigada a ir trabalhar” porque o vencimento com os cortes era extremamente baixo e mesmo sendo considerada “grupo de risco” sentiu a necessidade de contribuir para o orçamento familiar.

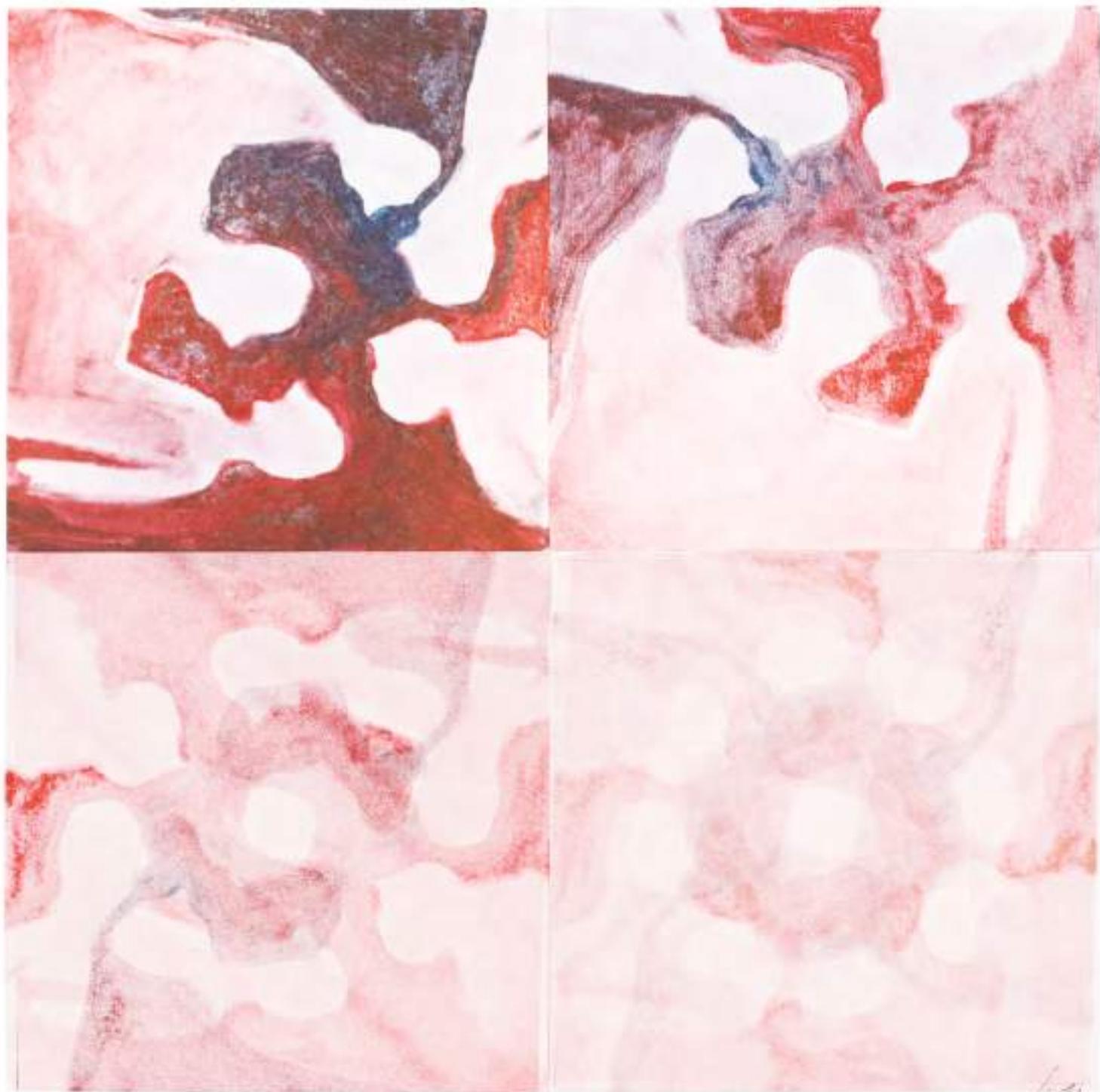
Celine tinha a esperança de sair de casa dos pais, ansiava por ter a sua autonomia e independência económica, mas fala com angústia na dificuldade de arrendamento na zona e na total incapacidade para suportar uma despesa desse tipo. Considera que esta situação é generalizada à maioria dos jovens que trabalha, mas que auferem salários que não lhes permite a independência face aos progenitores. A pandemia agravou ainda mais a situação e “não vê pura e simplesmente saída” para uma situação de autonomia, que considera “que deveria ser natural, sair de casa dos pais aos 30 anos e com emprego estável”.

A situação pandémica provocou muitos danos e afetou sobretudo as relações sociais, “isolei-me, quando até deveria espairecer um pouco, mas tenho receio de sair”. Quando a família teve de viver o confinamento em conjunto criaram-se situações complicadas, quer a nível emocional, quer a nível económico. Com a situação financeira da família a agravar-se, o quadro relacional piorou, criando inclusivamente situações próximas da “depressão”. A mãe de Celine, pertencente a grupo de risco e a trabalhar num hospital, fazia inclusivamente horas extraordinárias face ao volume de trabalho neste local. Nesse período nunca foi testada, pondo em risco a própria família. Por outro lado, o avô, que tinha recentemente sido integrado num lar de idosos e que sofre de Alzheimer “...não percebia o facto de não o visitarem e chorava porque pensava que tinha sido abandonado pela família”. As visitas quase diárias da sua irmã (casada, com filhos) foi o maior contributo para ajudar a combater o isolamento e a reforçar os laços de família. De resto, o “arrumar coisas que nunca foram arrumadas, pensar em coisas que nunca se pensam, traçar objetivos” foram as estratégias que contribuíram para: “passar o tempo, elevar a autoestima para enfrentar a situação...”. O medo esteve presente, particularmente nos cuidados com a mãe, que para além de trabalhar numa situação de risco, ainda espera pela clarificação de um problema (mais um...) de saúde que foi adiado pela emergência da pandemia.

A situação de confinamento provocou danos em toda a sociedade, mas Celine considera que: “...trouxe alguma coisa de bom...a nível ambiental, menos consumismo, a união forçada entre as famílias, acabou por ser vantajoso. Assim podem dar algum valor a alguns profissionais, como os da educação”. O menos bom, talvez: “as depressões que provocou nas pessoas, a deterioração das relações sociais.” Celine destaca o papel da solidariedade anónima de tantas pessoas que desde a emergência da pandemia surgiram para dar apoio a todos os níveis: “... é surpreendente o número de pessoas que se disponibiliza para dar apoio a diversos níveis e isso é muito bom, parece até que as pessoas agora pensam mais nos outros e não apenas em si...”.

Vivendo numa pequena localidade realça alguma “negligência e abuso por parte de algumas pessoas... não havia grande controlo, havia cafés e estabelecimentos abertos, a polícia está relativamente longe, o uso das máscaras não era generalizado, muita gente facilitava...”. Opinião diferente em relação às grandes cidades. Parece-lhe que aí as coisas eram mais controladas e as pessoas respeitavam mais. Considera que o desconfinamento foi “cedo demais, deveria ter durado pelo menos mais duas semanas. O governo só pensou a nível económico e agora temos estes casos absurdos! Para o Estado, a saúde não está em primeiro lugar, está sim a economia...”. Para Celine a abertura de fronteiras e a admissão de turistas, distingue duas fases: uma inicial onde as coisas correram bem, mas depois a gestão posterior e a pressão para abrir a economia teve como consequência os casos que surgiram posteriormente. Destaca, igualmente, o sentido de responsabilidade dos cidadãos que: “ainda antes de o governo decretar, as pessoas já o praticavam (o confinamento)... agora tudo descarrilou com o desconfinamento precoce, imposto pelo Estado...”.

A grande lição que podemos retirar é, que “a nível político não passamos de um número e o nosso Estado não se preocupa com os casos das pessoas, as suas dificuldades, mas temos obrigatoriamente de pagar os nossos impostos”. O positivo disto é “tirarmos tempo para nós”.



*W. de Kooning*

# Cidália Barriga

Cidália, 46 anos, casada, tem 3 filhos e reside em Évora. Possui o 12.º ano de escolaridade e está a trabalhar como empregada de limpezas, sem vínculo contratual. Está inserida numa família constituída por 5 elementos.

O grande impacto da pandemia Covid-19 junto deste agregado familiar foi à diminuição de rendimentos mensais, tendo-se verificado “uma quebra de 70% em abril e em maio de cerca de 50%. Mas em abril foi o descalabro!”. Esta quebra prende-se com o facto de o seu marido ter visto a sua atividade profissional suspensa, sendo remetido para uma situação de layoff em virtude de trabalhar na área da restauração (cozinheiro). Além do marido, uma das filhas ficou desempregada, “o contrato dela ficou suspenso sem direito a remuneração, eu nem sabia que isso era possível! Ficou suspenso durante dois meses e depois retomou agora em junho, em formato de teletrabalho. Ela trabalha num call center e é possível estar em teletrabalho”. A filha trabalha há um ano nesta empresa, apenas em part-time e o restante período era assegurado num hotel da cidade. A situação de pandemia ditou o encerramento do hotel, tendo passado a tempo inteiro no call center. “Ela tinha dois empregos, um ficou em standby e o outro... A nível remuneratório ela perdeu tudo nos dois primeiros meses. Mas tínhamos a esperança que o call center continuasse e continuou graças a Deus!”.

Cidália, por seu lado, trabalha maioritariamente em escritórios e com as pessoas em casa, em regime de teletrabalho viu também serem dispensados os seus serviços. Apenas retomou a sua atividade em maio, agora com mais horas e com mais exigências de acordo com as orientações da DGS. “Antes da pandemia ia duas vezes por semana e agora vou 4. O meu maior receio é que não me paguem as horas que dei a mais!...”.

Em abril este agregado composto por quatro pessoas foi confrontado com a existência de apenas o rendimento do filho mais velho, tendo sido necessário negociar com o senhorio o pagamento da renda da casa. “Assim, toda a bolsa de poupanças que estávamos a conseguir ter, foi-se e ainda temos uma caução relativamente à renda para repor”.

Com a filha mais nova em ensino a distância, a gestão do espaço familiar e das próprias dinâmicas de cada elemento, exigiu uma readaptação e uma reinvenção das rotinas. “Muitas vezes foi difícil conciliar estas dinâmicas num ambiente familiar onde há pessoas que falam constantemente umas com as outras, outros que arrumam a louça e outros cumprem horários de trabalho. No início tive de me adaptar aos barulhos que eu fazia e aos horários de todos!”.

Cidália reconhece agora o quanto esta situação mexeu “e muito” consigo e que teve mesmo alguns sinais físicos de que algo não estava assim tão bem como achava “...agora para o fim da quarentena dormia muito mal, pois era levantar de manhã e esperar que viesse a noite seguinte e isso acabou por afetar o meu sono”.

Cidália considera que são uma família unida e resistente às diferentes adversidades, encarando sempre as dificuldades com um sorriso no rosto: “o meu filho diz que somos uns disfuncionais normais. Somos uma família que gosta de brincar e que faz a festa toda. Neste período passamos muito tempo juntos e despertou o lado mais louco de cada um de nós e isso foi bom. Foi uma forma de ultrapassar em família toda esta situação”.

Para fazer face ao isolamento dos restantes familiares e amigos, recorreram às redes sociais e foi uma oportunidade de reativar relações de amizade “esquecidas até então” e de conhecer novas pessoas. “A esse nível acho que as redes sociais ajudaram muito, sobretudo a que as pessoas não se sentissem tão sós”.

No campo da solidariedade, Cidália e a sua família constituíram um grupo de apoio a pessoas idosas, entre abril e maio, no que diz respeito às compras evitando dessa forma a deslocação dos mais idosos aos supermercados. “Apoiámos algumas pessoas nas compras dos supermercados e falávamos também um pouco com elas. Havia uma senhora que esperava ansiosamente esse momento da semana, em que

recebia as compras e às vezes não era muita coisa e não eram compras muito necessárias. Era apenas para eu ir lá e falar um bocadinho comigo”.

Gerir as suas emoções e dos restantes elementos do agregado familiar foi outras das áreas que exigiu alguma atenção no seio familiar, pois de forma geral, o estado emocional ficou muito instável devido às inquietudes que assolavam a mente de Cidália. As inquietudes incidiam em “pagar as contas... e se esta situação se ia prolongar por muito mais tempo, pois se o meu marido e a minha filha não tivessem voltado ao trabalho, não íamos conseguir pagar as contas, não íamos conseguir comprar comida para casa! Quanto mais a situação se prolongasse, quanto mais tempo levássemos a recuperar o mínimo de normalidade, mais difícil ia ser suportar ou manter a minha casa”. Mas Cidália considera-se uma mulher forte e que nunca perde a esperança, tendo a sua situação melhorado sobretudo com o regresso do marido e da filha ao trabalho com um horário completo.

Quanto às medidas que foram definidas para combater a pandemia, considera “que houve um grande esforço por parte do governo, de ajudarem a entender as dificuldades que as pessoas iriam passar. Eles tentaram prevenir ao máximo aquilo que as pessoas iriam precisar e tentaram dentro das possibilidades atender a essas necessidades. Apesar de ouvir dizer que as pessoas não conseguiram aceder em tempo útil a essas medidas”.

A maior lição que podemos retirar de toda esta situação é, para Cidália, que “podemos abrandar sem parar porque muitas vezes aquela corrida contra o tempo não é muito necessária”. Considera que tudo tem um propósito na vida e que quando as coisas acontecem “muitas vezes não devemos lutar contra elas. A pandemia veio ensinar-nos que podemos passar pelas pedras, contornando as pedras e adaptar-nos às coisas.”

Cidália deixa-nos a sua mensagem: “o ser humano consegue adaptar-se a tudo e nós conseguimos ultrapassar todas as dificuldades. Às vezes temos de mudar os hábitos, não se agarrar a hábitos velhos e ter sempre aquela capacidade de adquirir novos hábitos. De adquirir novas formas de caminhar e se tivermos essa mentalidade, nós conseguimos caminhar por todos os caminhos que nos sejam apresentados”.

SARA  
FEIO



# DORA ANDRADE

Dora tem 54 anos, é casada, tem uma filha, reside em Ílhavo e possui o 9º ano de escolaridade. Desempenha atividade profissional como empregada doméstica em várias casas particulares. Por isso, uma das dimensões onde sentiu grandes mudanças foi efetivamente ao nível profissional, já que os seus serviços foram suspensos em determinadas “casas” devido ao regime de teletrabalho por parte dos seus empregadores e também pelo receio de terem pessoas externas aos seus agregados familiares a circular dentro das suas próprias habitações, um espaço muito limitado de confinamento.

“Antes de isto estar assim, eu ia para 13 casas diferentes! Mas agora as pessoas têm receio até porque algumas pessoas são mais idosas e constituem grupo de risco”. Os serviços que foram mantidos tiveram presentes outros cuidados, sobretudo, casas com grande dimensão. Das 13 casas onde trabalhava, apenas deu continuidade ao seu trabalho em 3 ou 4, vendo o seu rendimento mensal diminuir, de forma drástica. Dora salienta que, para fazer face ao atual contexto, valeu-se das poupanças efetuadas antes da pandemia, assim como da pensão de invalidez que o marido auferiu por doença. Como se encontra numa situação de economia informal, sem acesso a possíveis apoios, Dora não recorreu à Segurança Social nem a nenhum dos apoios disponibilizados neste período.

Entretanto devido a um problema de saúde, foi obrigada a interromper por completo a sua atividade profissional, sendo sujeita a uma breve cirurgia durante o mês de junho e atualmente está a retomar a sua atividade aos poucos.

A situação pandémica provocou-lhe algumas preocupações e inquietudes, sobretudo “o medo de as pessoas prescindirem dos meus serviços e no fundo ainda tenho (medo)... pois nós ainda não vencemos esta guerra”. Mas acredita que a vida continua e que vamos conseguir superar esta situação.

Durante o período do confinamento, em termos de relações sociais, não houve muitos contactos, porque sentia que as pessoas não estavam confortáveis com isso, mantendo-se afastados dos amigos e dos restantes familiares.

A falta de recursos financeiros, sobretudo o não acesso a bens de primeira necessidade e a dificuldade no acesso a serviços (finanças, EDP, entre outros) são, segundo Dora, os principais desafios que a pandemia provocou. Considera positivas as medidas definidas para combater a pandemia a nível nacional, no entanto, adianta que as pessoas nesta fase já estão a facilitar e “abrandar” nas medidas de proteção individual. “Quando começaram a abrandar o confinamento para as pessoas começarem a ter alguma normalidade, as pessoas relaxaram e desvalorizaram tudo o que tinha sido feito para trás e começaram a fazer coisas que não se devia fazer”. Conclui referindo o empenho do governo nas medidas que foram tomadas. Critica, todavia, as pessoas pelas suas atitudes em geral uma vez que também têm responsabilidades nesta matéria.

Em termos de aprendizagens considera que é fundamental saber lidar com esta nova realidade, sobretudo em termos de convivência social no que diz respeito à higienização dos espaços e à aglomeração de pessoas. “Aprendemos também que certas coisas que gostávamos de fazer não podemos fazer, para não nos acontecer a nós o que acontece aos outros: ficar infetados, ir para os cuidados intensivos e... perder a vida”.

Para Dora, a grande lição que podemos retirar deste contexto é a união entre as pessoas e os povos. “Eu pensava durante o confinamento que as pessoas iam ficar mais unidas umas com as outras e não foi isso que aconteceu. Eu gostava que as pessoas percebessem um bocadinho isto que nos aconteceu e que está a acontecer mundialmente como uma oportunidade para serem mais unidas, e não são... Cada um olha para o seu umbigo. Isto devia fazer as pessoas serem mais amigas umas das outras e ajudarem-se.”



# FILIPA HENRIQUES

Filipa tem 28 anos, é solteira, tem 2 filhos (um com 2 anos e outro com 5 meses) e possui o 12º ano de escolaridade. Encontra-se recentemente desempregada e reside em Santarém.

Filipa trabalhava como empregada de balcão numa pastelaria, mas com a pandemia e após ter minar a licença de maternidade ficou desempregada. “Quando em junho contactei a entidade empregadora, fui informada que ele não tinha dinheiro para me pagar e tinha lá uma pessoa a trabalhar com ele, mas só a fazer as horas de maior afluência e que para me pagar a mim o tempo inteiro não tinha capacidade para me pagar o ordenado. E então houve supressão do posto de trabalho por carência económica”. Tem familiares próximos que vivenciaram situação semelhante, neste caso particular “a minha mãe estava de baixa e como o contrato terminava agora, foi despedida. Não foi renovado o contrato. Estava no refeitório de uma fábrica que perdeu várias unidades e não tinha formas de renovar os contratos”.

Filipa ainda não sentiu os reais impactos da pandemia ao nível dos rendimentos, pois esteve a receber da Segurança Social visto estar em licença de maternidade – “por um lado, calhou bem eu estar de licença porque permitiu preservar um pouco mais os meus filhos e sabia que chegava àquele dia e que estava lá o dinheiro da segurança social.” No entanto, acredita que a partir deste momento a situação do agregado familiar vai ser diferente.

Para fazer face ao confinamento e tendo presente que tem dois filhos muito pequenos, a relação com os familiares era mantida através das redes sociais, sobretudo videochamadas, e com “visitas à janela para evitar aproximações”. Este período constituiu uma oportunidade para o avô interagir mais com as suas crianças, visto que está em Angola e tinha vindo a Portugal de férias. Como não conseguiu regressar a Angola, mantém-se ainda em Portugal. “Por isso, acabei por estar mais com o meu pai, assim como as crianças aproveitaram mais o avô”. Em termos de relações de amizade, a situação é mais complicada até para salvaguardar as crianças. “A maior parte das minhas amigas ainda não conhecem o mais pequenito e estivemos separadas. Aliás só estivemos juntas uma vez e porque uma das minhas amigas perdeu a mãe”. Filipa elege como desafios desta pandemia, o desemprego que, no seu entender, se vai prolongar até voltarmos ao normal. “Mesmo que agora vá trabalhar, vai haver sempre medo, se tiver que lidar com o público. Ter que colocar os miúdos no infantário é um medo inevitável. Por muito que pense que não podemos viver com o medo, há sempre o receio de ficarmos infetados e que os meninos também sejam infetados. Temos sempre esse receio”. Considera por isso que todos nós temos “de enfrentar um dia de cada vez e temos de ter sempre os maiores cuidados”.

Mesmo sem muito conhecimento sobre as medidas implementadas pelo governo português Filipa acredita que: “houve uma tentativa de ajudar os portugueses, não sei se foi conseguida porque já tenho lido comentários de pessoas a queixarem-se que ainda não receberam o dinheiro do layoff. Eu como estou um bocadinho fora porque estive de licença acabo por não ter uma ideia precisa das mesmas”.

Afirma que “nunca demos valor à liberdade que tínhamos. Acabamos por estar privados da nossa liberdade. Claro que foi para a nossa proteção. Damos valor a coisas que antes não dávamos como por exemplo um abraço. Para nós era tão banal chegarmos e abraçar uma pessoa que não dávamos o devido valor.”

Apesar de ter já passado situações complicadas na sua vida e de: “se ter tornado um pouco fria”, Filipa considera-se uma pessoa de afetos. Por isso, a mensagem que gostaria de deixar é que “devemos dar mais valor aos afetos, apesar de estarmos proibidos de os demonstrar fisicamente. Dar valor ao que temos, dar valor à nossa liberdade. Damos mais valor às pequenas coisas...”



XXZ 3-4

# FILIFE BASTOS

Filipe tem 36 anos e é gestor de qualidade numa empresa metalomecânica localizada na região Centro do país, numa cidade que vive ao ritmo da indústria e dos seus ciclos de produção. É solteiro, sem filhos, licenciado em Engenharia Química, tem um contrato de trabalho sem termo e vive em Águeda com a família, composta por mais dois familiares.

O lay-off parcial a que foi sujeito, afetou também outro familiar (trabalhador na mesma empresa) e naturalmente o rendimento global da família ressentiu-se, tendo em conta que as despesas se mantiveram. No seu caso particular teve de recorrer a algumas poupanças e alguns projetos tiveram de ser adiados, por exemplo: intervenções ao nível da saúde dentária e outros que já estavam previstos. Considera que devido a este contexto esses mesmos projetos podem ter sido: “hipotecados por quatro ou cinco anos”. Filipe habita num concelho fortemente industrializado, mas onde não se registaram muitos casos de infeção. O lay-off imposto a si e ao outro membro da família, implicou a paragem total – uma vez que as profissões exercidas não permitiam teletrabalho – e a empresa manteve apenas o estritamente necessário para o funcionamento. O impacto financeiro traduziu-se em cerca de metade do que a família auferia em termos de rendimentos (deduzidos os descontos de cerca de dois terços do salário em regime de lay-off) para além de não ir trabalhar, não recebeu o subsídio de alimentação, que considera como: “fazendo parte do salário de quem trabalha”. Tem esperança de “regressar ao trabalho, a correr bem, em Setembro” tendo consciência que a empresa produz basicamente para exportação e não vê grande possibilidade de regressar ao trabalho antes desse período.

As relações familiares não foram afetadas, apesar de reconhecer que “é algo estranho para quem está habituado a ver-se no princípio e no final do dia”. O tempo era passado entre atividades domésticas e lúdicas. De resto, viveu o confinamento com muito poucos contactos sociais físicos extra familiares, continuando a rever amigos através de plataformas e redes sociais. Teve um amigo “próximo” infetado mas não na empresa onde trabalhava e onde existiram alguns casos. Um outro amigo foi infetado no hospital numa consulta de rotina ao filho recém-nascido. Durante todo o período de confinamento manteve apenas contactos online e mais recentemente voltou a “ter uma vida social dentro dos possíveis...”

Águeda é um polo industrial importante e embora não pertença a uma grande área metropolitana possui características interessantes do ponto de vista populacional. Filipe destaca o papel do tecido empresarial na “ajuda às instituições ... que até podem estar a fazer publicidade encapotada” mas não querendo fazer juízos de valor, diz que esta ajuda é muito visível na comunicação social local. A Câmara Municipal, por exemplo, disponibilizou uma verba para fornecer materiais de proteção à população (retirada do fundo da festa que o concelho organiza em julho e que por força das circunstâncias não se vai realizar). A solidariedade entre vizinhos também foi visível na sua comunidade. Por sua conta também participa (e participou...) em movimentos solidários, refere que na sua empresa onde faz “parte da equipa de primeiros socorros” e colabora ativamente nas ações de sensibilização e de informação para colegas e suas famílias.

Durante o confinamento, não teve necessidade de recorrer a nenhum serviço de saúde. Não viu consultas suspensas – exceto uma ida ao dentista que foi adiada - por se ter registado um caso de Covid-19 relacionado com esse consultório. E considera que, localmente, os serviços funcionaram bem, embora o hospital de Águeda esteja bastante deficitário em termos de serviços, mas este é um processo que, segundo Filipe, vem decorrendo muito antes da pandemia e a deslocação e supressão de serviços para Aveiro e Coimbra tem prejudicado bastante a população do concelho, além do encerramento dos hospitais e serviços privados de saúde “não faz sentido nenhum em termos de prestação de cuidados de saúde às populações, num contexto de crise...”.

Ao nível emocional refere: “a irritação das pessoas e acima de tudo o medo, não da pandemia em si, mas pelo que virá. Estávamos a assistir, no final de 2019, a algum progresso, falava-se em aumento de salários... e isso traz sempre melhorias para o poder de compra das pessoas e para as suas vidas”. Recorda

a possibilidade (patente na sua comunidade) do encerramento de empresas e conseqüente aumento do desemprego e a capacidade das pessoas para “sobreviver... é daí que vem o medo”. Águeda é uma zona industrial e Filipe calcula que no pós-lay-off muitas empresas podem não abrir. Refere igualmente que muitas delas já não renovaram contratos, muitas trabalham quase exclusivamente para exportação e a incerteza relativamente ao desenvolvimento da economia para exportação, fará claramente com que muitas encerrem e/ou despeçam uma parte significativa do pessoal.

Antevê como grandes desafios: a recuperação da economia (importante para um contexto de cidade e concelho industrial, onde a população ativa é maioritariamente absorvida pela oferta de trabalho nesta área); o reatar das relações “normais, uma vez que para já ainda não é muito normal”, não crê em grandes mudanças na vida social e irá certamente acontecer um grande “...retrocesso em termos económicos, talvez uns quatro ou cinco anos até chegarmos ao ponto onde estamos, por exemplo quem quiser comprar casa, nos próximos tempos pode esquecer, os bancos não têm dinheiro e vamos ser nós que vamos pagar a injeção desse dinheiro nos bancos e ele vai ser certamente retirados dos salários”.

Filipe fala de “sonhos adiados”, não apenas de “grandes sonhos, mas sonhos mais simples, como viajar ou a possibilidade de tirar umas férias”. Refere a possibilidade de casais que pensam ter filhos e que isso vai levar ao adiamento desses projetos: “vão todos pensar muito bem”. Considera que a mudança de mentalidades é muito difícil e que ao fim de algum tempo as pessoas voltam a “velhos hábitos”. A não ser que tenha sido diretamente afetada a própria pessoa individualmente, a consciência coletiva é mais difícil de adquirir.

A atuação das entidades responsáveis oscilou entre o “estar bem e dar informação útil” e “menos bem... na definição dos timings de confinamento e desconfinamento. Tivemos sorte”. Filipe adianta que a gestão da crise pandémica não foi a melhor e o governo deveria ter controlado melhor as coisas logo no início. Ficam aprendizagem sobre a gestão dos serviços de saúde para situações futuras e a salvaguarda do serviço nacional de saúde e da educação porque: “uma pessoa informada faz melhores escolhas, para ela e para a sociedade”. No futuro os dinheiros públicos devem ser melhor geridos, para que se possa apostar nestes dois pontos essenciais: a educação e a saúde.

SARA  
FEIO



# FILIFE GASPAR

Filipe tem 37 anos, é solteiro, nasceu na República Democrática do Congo. É português, tem formação universitária incompleta numa área artística. É trabalhador independente, trabalha numa escola profissional e também em teatro – igualmente como independente – para uma companhia que parou com os espetáculos logo após o surgimento da pandemia.

Vive só e a emergência do confinamento, repercutiu-se a vários níveis, mas principalmente na sua “condição financeira, porque no início de março, tinha uma série de projetos na área artística e também na formação e tudo parou... financeiramente houve um grande buraco, criei uma expectativa de receber x dinheiro e... tudo desaparece! Ainda assim a escola permitiu-me estar em teletrabalho”. A família alargada está emigrada e planeava uma reunião em torno de um evento em conjunto, que foi naturalmente suspenso, a solução encontrada foi o contacto através das redes sociais: “também senti o isolamento, como toda a gente...”. A ligação a um serviço de voluntariado de ação social serviu para colmatar o isolamento: “foi uma vantagem, mas foi uma vantagem que não é bonita, porque era bom que não fossem necessárias essas ações...”.

Filipe considera que a resposta que a Segurança Social deu aos trabalhadores independentes não foi a melhor: “o valor que recebi era muito baixo e não dava para pagar as despesas. Por isso, tive de pedir a moratória de renda, mas a moratória tem repercussões. Os duodécimos têm de se pagar, não é uma supressão da renda! No fundo é criar um empréstimo e não um apoio da segurança social aos senhorios. Só usei um mês, se fosse mais tempo não podia suportar...”. Por outro lado, Filipe refere que não ficaria livre para arranjar outra habitação mais “em conta” e estaria sempre vinculado a essa moratória. Neste sentido, espera que os preços das rendas baixem e sabe que quem estiver vinculado a essa moratória: “... não poderá mudar... é altamente injusto, para quem ficou sem rendimentos...” Claro, que a situação deveria ter em conta as condições dos senhorios: “embora muita gente esteja a pagar preços especulativos...” Fez também aquilo que chama: “opções de poupança, comprando apenas o essencial... porque não tenho ideia quando poderei voltar a trabalhar...”.

Pelas características do seu trabalho, não vai ter rendimento nos meses de agosto e setembro, mesmo assim não tem certezas e refere que vai ter de pagar a Segurança Social: “ ... tive apoio da Segurança Social, mas tive que pagar a do semestre anterior, não sei como vai ser no próximo trimestre...porque vou ter de declarar também este valor ”.

Compreendendo a situação, Filipe acha que a pandemia despoletou algo de novo e que exigiu muito dos responsáveis. Opta por não fazer grandes críticas, mas acha que já começa a ser necessário “soluções melhores...”. Considera que a atividade artística esteve quase cem por cento parada, para uma profissão que já é precária “e que sempre foi...”. Tem a ideia que a arte ainda continua a ser vista como “subsídio-dependente”, uma acusação que poderiam fazer a outras instituições... “como o Ministério da Educação, ou o da Saúde, como se os artistas andassem atrás de um subsídio. Os artistas querem é cultura financiada, como é a educação ...ninguém diz que andamos a investir dinheiro na educação que é para pagar aos professores...”. Para Filipe deve-se combater este tipo de discurso, porque a cultura é um bem essencial, porque promove pensamento crítico e coesão social.

Pessoalmente conheceu pessoas que tiveram Covid-19. Só indiretamente teve conhecimento de outras que foram vítimas da pandemia: “familiares de amigos, que não conhecia...”. Refere um caso, mãe de uma amiga que é espanhola mas vive em Portugal há muito tempo e que perante o falecimento “não pôde ir ao funeral porque as fronteiras estavam fechadas...”.

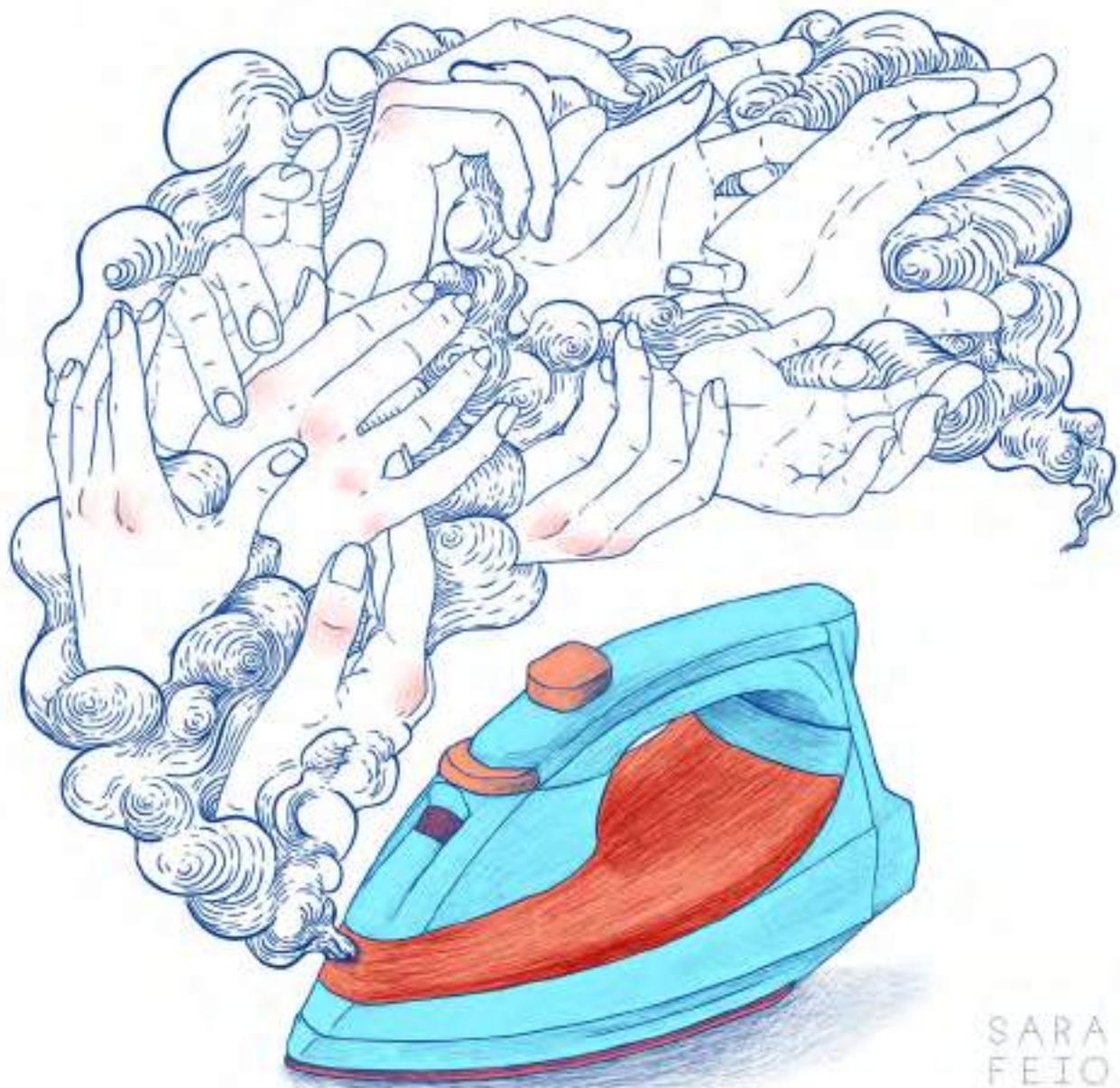
O voluntariado é algo muito presente na vida de Filipe, quer através da associação a que pertence quer “por iniciativas online, relacionadas com redes de apoio informais como por exemplo um movimento dos trabalhadores do sexo, que ficaram totalmente parados... as pessoas têm tendência a ignorar, mas existem, chama-se MTS (Movimento dxs trabalhadorxs do sexo) e criei um grupo de whatsapp de apoio, com amigos ... e fiquei encarregado de receber os donativos, fazer as compras e distribuir os géneros”. Refere que tem conhecimento que muitas pessoas fizeram algo parecido (redes informais de apoio) e outros grupos de apoio a pessoas mais vulneráveis, mesmo de pessoas que “nunca tiveram nada com movimentos sociais...”.

Faz um balanço muito positivo do funcionamento dos serviços de saúde, pela experiência que teve de ajuda a outras pessoas, uma vez que pessoalmente nunca precisou: “muito simpáticos e competentes... estiveram à altura do que se esperava apesar da pandemia”. Conseguiu gerir bem as emoções durante o período do isolamento, muito pelo apoio do trabalho de voluntariado que fez. Considera que o isolamento teve “processos interessantes”, já que é uma situação que provoca ansiedade por motivos de incerteza da retoma da atividade profissional, mas também “pela situação financeira e mesmo por motivos mais políticos, porque podem surgir movimentos não muito saudáveis para a democracia de perda de liberdade... embora esta perda de liberdade foi para o nosso bem...”.

Coloca a “participação social ativa, que foi aumentada pela pandemia, o que posso fazer como cidadão” entre os desafios provocados pela pandemia. Os desafios fazem parte dos seus objetivos de vida.

Na atuação dos serviços responsáveis, considera a resposta da Direção-Geral de Saúde: “muito boa, de uma forma geral, o governo tomou decisões positivas e tiveram efeito, mas as medidas mais específicas já não são assim tão bem avaliadas...”. Dá o exemplo da gestão do lay-off, nos trabalhadores liberais, particularmente na área da cultura: “... cuja gestão é um descalabro... mas já o era antes, o tecido cultural em Portugal está miserável...”. Considera igualmente que os poderes locais não agiram da melhor forma durante este período na área cultural, assim como ao nível “dos trabalhadores em geral e das pequenas empresas ...”.

Resta-nos a lição sobre a “importância do serviço nacional de saúde, independentemente de alguns defeitos na sua gestão...”. Fica também – na sua opinião - a “promoção da cidadania e das redes de apoio, dos movimentos cívicos, porque o Estado somos nós ....”. O consumismo desenfreado é outra das suas considerações. “... Houve sem dúvida um impacto colectivo” e deve ser feito um investimento na educação, “o reforço da escola pública... a educação deve ser libertadora de contextos sociais complicados, tal como ficou agora demonstrado...”. A resolução do problema da pandemia exige uma solução global e sobretudo, uma reflexão sobre a forma como devemos repensar as relações entre pessoas, Estados e estilos de vida.



SARA  
FEIO

# HELENA SANTOS

Helena tem 53 anos, é viúva, tem 2 filhos (21 e 30 anos, respetivamente) e reside em Castelo Branco. Possui o 9º ano de escolaridade e está desempregada há 5 anos mas tem desenvolvido atividades profissionais sem vínculo contratual, como foi o caso da última experiência em que esteve a trabalhar num café, até ao momento em que o governo decretou o estado de emergência.

Para Helena, o grande impacto desta situação pandémica resume-se à perda da sua atividade profissional, visto que o café onde trabalhava acabou mesmo por fechar já na fase do desconfinamento, pois “um café tem muitas despesas a nível de luz, de água e de muitas outras coisas e se não tiver clientes, acaba por não se fazer dinheiro para pagar as despesas e por isso eu sabia que não ia durar muito tempo. E infelizmente a pandemia veio encurtar o período de vida do negócio”. Como não possuía vínculo contratual, Helena não recebeu nenhum tipo de apoio, nem teve direito a subsídio de desemprego. Apesar “de não ganhar muito dinheiro, pois eu recebia consoante as vendas e os dias, este rendimento fez-me muita falta”. Face a esta situação, Helena não baixou os braços e foi à luta, no entanto não é fácil neste período obter emprego: “agora passo a ferro, mas é pouca coisa. Dão-me pouco dinheiro mas já é alguma ajuda. Eu estava na apanha do cogumelo mas é uma grande exploração, pois não tenho direito a contrato. E sinceramente estou um pouco saturada, pois fico sempre nesta situação.”

Finalizado o estado de emergência, o filho mais velho viu também suspensa a sua atividade profissional, não lhe tendo sido renovado o contrato. “Já tinha feito dois contratos e o 3º era para ser até fevereiro mas não querem meter ninguém porque também não sabem o que vai acontecer e querem reduzir custos”. Se a remuneração que o filho auferia até julho, enquanto empregado de balcão, foi o que valeu a esta família durante o período do confinamento, a partir de julho a situação financeira desta família agravou-se. No entanto, a Helena acredita que as coisas poderão melhorar “pois o meu filho tem 30 anos, tem muitas competências é uma pessoa que lida com os computadores muito bem e de certeza que vai correr bem. Ele já está a pensar em fazer outras coisas porque ele sabe perfeitamente que não pode ficar parado”.

Paralelamente, o período de confinamento também foi uma fase muito difícil para Helena em termos de isolamento e de um certo afastamento físico com alguns familiares e amigos: “...foi muito difícil porque estou habituada a ir tomar café com as minhas tias e não foi fácil. A nível humano foi muito difícil”. Mas Helena também consegue ver alguns aspetos positivos nesta situação, pois teve oportunidade de conhecer melhor os seus filhos, “deu para lhes dar uma atenção que se calhar há muito tempo não lhes dava, deu para eu entrar mais em contacto com as redes sociais e com plataformas que eu desconhecia, para ler, para ouvir música... olhe para as minhas tralhas. Deu para me conhecer melhor e para eu fazer um balanço”.

Helena tem como principais preocupações e inquietudes os filhos e os familiares mais próximos, como por exemplo, o irmão que têm doenças crónicas. “O meu irmão ia lá todas as semanas almoçar ou jantar e deixou de ir porque eu tenho medo... Ele tem diabetes. Tenho saudades desse convívio”.

O principal desafio desta pandemia foi, segundo Helena, que “nós éramos felizes e não constatávamos isso. Nós tínhamos uma determinada vida e deixámos de a ter. O novo normal vai ser muito difícil”. A aquisição de novas rotinas e hábitos tão necessários no dia-a-dia e que muitas vezes é difícil de incutir junto de algumas pessoas e também de algumas instituições, como é o caso das que acolhem pessoas idosas.

Helena define-se como uma eterna insatisfeita e por isso considera que houve medidas que deviam ter sido definidas para pessoas que se encontram numa situação de maior fragilidade e vulnerabilidade, como por exemplo, as pessoas em situação de sem-abrigo. Considera também que a União Europeia poderia ter definido medidas em comum, mas que tal não aconteceu devido às diferenças que existem: “há uma certa discriminação entre os países do norte da Europa, em relação aos países do Sul da Europa. Os países do Norte da Europa acham que são mais inteligentes, que conseguem criar riqueza... Mas não é bem assim. Eu acho que somos pessoas, se calhar com uma personalidade diferente e temos de respeitar”.

Esta pandemia permitiu, no início, que as pessoas se aproximassem mas “hoje em dia acho que as pessoas estão um pouco intolerantes”. Por isso, considera que esta situação tornou as pessoas mais individualistas, não tendo consciência que as suas atitudes e os seus comportamentos influenciam os outros. Neste sentido, reitera a “importância das pessoas serem mais tolerantes, mais respeito, sobretudo pelo outro. Devíamos estar mais unidos e o fundamental agora é sairmos desta pandemia com saúde, com vontade de fazer coisas novas, com vontade de ajudar o outro. E calma.... É preciso ter muita calma”.



# MAFALDA CANAVARRO

Mafalda tem 65 anos, é divorciada, reside nas imediações de Santarém e possui um curso de secretariado do Instituto Novas Profissões (que equivale ao antigo grau de bacharelato). Teve um percurso profissional iniciado em França como babysitter, aproveitou para estudar francês, casou em Portugal e ficou a trabalhar na área do secretariado, numa Fundação em Lisboa.

Atualmente está reformada e faz voluntariado em várias instituições ligadas à igreja católica e na Liga Portuguesa Contra o Cancro. Tem alguma família próxima que trabalhou em regime de teletrabalho e apenas um sobrinho que está desempregado, mas que já mantinha essa condição antes do surgimento da pandemia. O filho – que trabalha num serviço público, também esteve em casa (não em lay-off) e já não “via a neta desde março”. Refere igualmente que não é justo reduzirem o rendimento, quer em lay-off, quer em teletrabalho, porque deixaram de ter acesso a “certas regalias que tinham ...e assim o ordenado foi reduzido...”. Mafalda constata que, para muitos dos membros da sua família alargada, a perda de rendimentos é um facto, quer estando em lay-off, quer em teletrabalho. No seu caso em particular não viu os rendimentos diminuídos, mas refere que esse é o principal problema da maioria das pessoas. Considera que algum “corte” na sua pensão de reforma “traria grandes complicações, porque tem de ajudar o filho e tem despesas fixas...”.

Mafalda já não tem filhos em idade escolar, mas tem a neta com 5 anos e a família espera outro filho: “ ... para agosto, vai correr tudo bem, mas não sei quando é que o vou ver... “. As relações familiares tornaram-se complicadas no período de pandemia: “... um vazio enorme... teve muita repercussão a nível dos afetos, os relacionamentos não vão ser os mesmos, as pessoas têm medo de se aproximar...”. Apesar do contexto adverso, Mafalda faz voluntariado e ajuda outras pessoas, combatendo a sua própria solidão, o sentimento de vazio e o distanciamento físico. Considera inclusivamente estes fatores (solidão e o afastamento das pessoas, a todos os níveis) como os maiores desafios desta pandemia. O voluntariado que tomou como “missão” após a reforma e “que foi muito bem aceite, aqui em Santarém” serviu de suporte psicológico e sentido de “cumprimento do dever”. Crê que o excesso de comunicação e o “esgotamento” do tema na comunicação social é muito negativo: “...não apenas em relação à pandemia... mas em geral a temas desagradáveis, guerras, mortes, excesso de futebol... Façam algo alegre e bem-disposto...!”.

Critica igualmente a gestão de dinheiros públicos no país: “... é só TAP, Novo Banco, isto tudo aflige-me e não sei onde iremos parar...”. Mafalda vai procurar superar todo este contexto e os efeitos da pandemia, numa ida à sua casa de praia, onde pode descansar e ler.

Deixa um apelo a que “as pessoas se portem melhor, fizessem aquilo que as autoridades pedem em termos de cuidados a ter e que fosse cumprido...”. É da opinião que essa atitude de relaxamento é transversal e atravessa toda a sociedade e todas as classes sociais – dá o exemplo, que viu na televisão – de uma festa a comemorar o 4 julho na Embaixada dos Estados Unidos em Lisboa: “ ...com cento e tal pessoas, numa atitude nada correta! Se os jovens não se podem juntar... eles deviam ser os primeiros a dar o exemplo”. Preocupa-a o facto de as pessoas, “passarem fome” por estarem em lay-off, haver setores da economia que estão “fechados”, como a hotelaria e isso coloca muitas pessoas numa situação de desemprego. Por outro lado, considera que a polícia deveria ter uma atitude mais vigilante e até mais autoritária “mas depois é sempre a polícia que paga ...”. A título de conclusão acha claramente que todos temos de contribuir para “acabarmos com isto”.



# MARIAM MENDES

Mariam, 35 anos, casada, licenciada em Educação, de origem paquistanesa, reside atualmente na Região Autónoma da Madeira (Funchal) e tem dois filhos. Desde que chegou a Portugal nunca exerceu uma atividade profissional devido às dificuldades em obter o reconhecimento do grau académico e formativo que possui. Mariam vive com o marido, os dois filhos (3 e 8 anos) e a sogra.

Mariam apesar de não se encontrar a exercer atividade profissional antes da pandemia Covid-19, viu os seus rendimentos familiares diminuídos porque o seu marido está a trabalhar na área da restauração, como empregado de mesa, tendo a entidade empregadora suspenso o seu contrato de trabalho durante o período do estado de emergência. Esta situação teve impacto significativo na gestão mensal do orçamento familiar deste agregado, pois houve necessidade de definir prioridades em termos de pagamento de serviços/bens fundamentais para a sobrevivência do mesmo. “Esta situação do lay-off fez com que tivéssemos de optar entre pagar a renda da casa ou assegurar a alimentação ou despesas de água, luz e gás. Nos meses de março e abril não conseguimos assegurar o pagamento da renda da casa e tivemos de recorrer à Segurança Social”.

Este contexto de pandemia alterou igualmente as rotinas e as dinâmicas familiares no que diz respeito sobretudo aos mais novos. A ausência de equipamentos informáticos dificultou o acompanhamento e a escola a distância, sendo este realizado através da televisão e de um tablet com acesso à Internet. Mariam considera que os professores poderiam ter apostado num acompanhamento mais individualizado ou em pequenos grupos de forma a ter presentes as especificidades e as necessidades de cada criança.

Mariam realça também como dificuldades desta pandemia, o isolamento e o distanciamento social, tantas vezes proferido pelos meios de comunicação social e pela Direção-Geral de Saúde, provocando junto das pessoas sentimentos de incerteza, receio, solidão. “Viver nesta pandemia, eu vi e senti na pele o que é viver com medo... isolamento, tal como outras pessoas ou grupos minoritários que experienciam situações deste tipo. É tão difícil viver numa sociedade em que há tanto isolamento!”

Este contexto é, segundo Mariam, propício a situações de saturação/cansaço das pessoas que passaram a estar sob o mesmo tecto 24 sobre 24 horas, mas também ao agravamento do individualismo apesar de existirem várias iniciativas de solidariedade social e de instituições que apoiavam pessoas numa situação mais vulnerável (ex. Garota do Calhau, o Banco Alimentar contra a Fome; a Câmara Municipal do Funchal e a Junta de freguesia de S. Martinho). Estas situações de cansaço foram superadas com o recurso aos novos meios de comunicação social nomeadamente, às redes sociais (ex. Facebook) e ao telefone.

Assim, na sua perspetiva “as relações interpessoais/sociais foram destruídas, criou-se um grande abismo na sociedade e nas relações entre as pessoas.” Por isso, definiu como desafios associados à pandemia, a utilização de equipamentos de proteção individual, sobretudo a máscara; o confinamento limitado ao espaço da casa e não estar em contacto presencial com as pessoas que lhe são mais próximas e queridas (familiares e amigos).

Considera que as medidas definidas para combater a pandemia poderiam ter sido melhores e mais abrangentes. A nível individual, esta situação permitiu a si própria ser mais tolerante e gerir melhor as suas emoções.

Como reflexão final considera que “as coisas que temos de enfrentar no futuro serão maiores do que aquelas que já passámos, pelo que temos que ser mais fortes fisicamente, emocionalmente e psicologicamente, para nos prepararmos melhor para as mudanças que teremos que enfrentar. Esta pandemia trará grandes mudanças para o mundo. As grandes potências mundiais vão deixar de o ser e vão dar lugar a outras e isto vai trazer grandes implicações na vida das pessoas e do mundo”.



*Walt*

# ROSA FLORISTA

Rosa tem 48 anos, é licenciada e reside em Vila de Conde com o companheiro. Desde Março de 2003, desenvolve a atividade profissional como florista, enquanto trabalhadora por conta própria, no concelho da Maia.

A Covid-19 teve impacto direto no seu negócio com 17 anos de existência e conseqüentemente esta situação teve repercussões no seu rendimento mensal. “Apesar da atividade de florista ser permitida durante o confinamento, não havia clientes porque as pessoas estavam confinadas em casa. Assim sendo suspendi a atividade durante 40 dias. O que quer dizer que durante esse período não tive rendimentos.” Paralelamente, Rosa desenvolve funções enquanto formadora em arte floral, ao abrigo de cursos ministrados pelo IEFP – Instituto de Emprego e Formação Profissional e também nesta área viu a sua atividade suspensa, visto que esta se baseia essencialmente no contacto presencial com os formandos. Esta última atividade é partilhada pelo companheiro, logo, houve repercussões ao nível dos rendimentos auferidos pelo agregado: “...houve uma diminuição drástica dos rendimentos. O meu companheiro, tem como rendimento alguns alugueres e esses foram reduzidos para metade. Por outro lado, a atividade de formadores que ambos exercemos, foi toda adiada, o que quer dizer que não tivemos qualquer rendimento por esse lado. Eu como suspendi a minha atividade de florista, também fiquei sem rendimentos”.

Para fazer face a esta situação, Rosa não teve acesso a apoios significativos, tendo acedido apenas aos apoios definidos para os trabalhadores independentes e a apoios existentes para as empresas locais concedidos pela autarquia. “Apenas tive apoio pelos SMAS da Maia que, às empresas locais, deram um desconto de 50% na tarifa fixa da fatura da água. Também não solicitei outros apoios porque, nos que estavam disponíveis, eu e a minha atividade não tínhamos enquadramento.” Viu-se forçada a articular com o senhorio do espaço onde tem a sua loja e com os seus fornecedores no sentido de negociar o alargamento dos prazos dos pagamentos das despesas.

Rosa descreve o período do confinamento como um período complicado e difícil de gerir: “...ficámos isolados. Ficámos apenas os dois, sem visitas sociais. Foi um período complicado porque estamos habituados a conviver com muitas pessoas: formandos, família e amigos. E de repente ficamos com todos esses relacionamentos cortados... foi tudo mantido à distância.” Realça igualmente os cuidados com familiares mais próximos que integram grupos de risco, não só pela idade mas também pela existência de algumas doenças crónicas que exigem cuidados redobrados e uma maior proteção em termos de contágio – “deixei de estar com a minha mãe; que por caso é uma pessoa autónoma, mas, como é diabética exige alguns cuidados. A minha sogra, habitualmente reúne os familiares mais próximos, todos os domingos ao jantar. Mas com a situação do isolamento social, esses jantares deixaram de acontecer.”

Os principais desafios da pandemia estão eleitos e segundo Rosa, refletem igualmente as suas inquietudes: “a sustentabilidade financeira (o conseguir pagar as contas), a confiança e o sentimento de segurança que permite fazer uma vida o mais normal possível e, por fim, a perspetiva de futuro”. Neste sentido, considera que o apoio governamental foi insuficiente e que é necessário um maior investimento, pois as empresas e as famílias encontram-se numa situação muito difícil e que ninguém está preparado para lidar com as consequências que a Covid-19 provocou na vida dos portugueses. “Muitas famílias e empresas estão com sérias dificuldades e os organismos públicos não têm meios que os ajudem. Ainda se recorre a entidades sociais (IPSS) e grupos de cidadãos voluntariosos para fazer face a necessidades ao nível da alimentação e necessidades básicas. Como ficam outros problemas como pagamentos de rendas, mensalidades de carros e outros pagamentos que são elevados e para os quais as famílias não têm rendimento?”

Consciente da situação vivenciada por muitas famílias, Rosa, juntamente com outros familiares, desenvolveu iniciativas de solidariedade para apoiar famílias que atualmente apresentam fragilidades e vulnerabilidades sociais. “A minha cunhada com algumas pessoas de Vila do Conde (eu e o meu companheiro, incluídos), organizaram um grupo que auxilia famílias com necessidades urgentes e para os quais as entidades oficiais não têm respostas imediatas.”

Este acontecimento que se vive a nível mundial revela, nas palavras de Rosa, “que nunca estamos preparados para enfrentar situações graves como o caso de pandemias. Não estivemos no passado e não estaremos no futuro!” Por isso, considera que a solidariedade é cada vez mais premente numa sociedade que de um dia para o outro viu as suas dinâmicas, formas de estar e de relacionamento com os outros alterados.

Deixa-nos por isso a sua mensagem: “...cuidar de cada um de nós mas pensar que somos uma comunidade e que temos de cuidar também dela: a solidariedade é essencial.”



# RUI SALVADOR

Rui, tem 49 anos, é solteiro, angolano, reside no Porto e encontra-se inserido numa família constituída por mais dois elementos: a mãe e o irmão mais velho. Rui possui o 9º ano de escolaridade e está a trabalhar numa instituição social (numa equipa de rua) há um ano.

A pandemia afetou bastante a sua atividade profissional no que diz respeito às dinâmicas e à relação com as pessoas para as quais trabalha, porque essa atividade é exercida tendo em conta uma forte componente de proximidade e de contacto presencial. Neste contexto, o contacto com as pessoas diminuiu passando a desenvolver o seu trabalho à distância e recorrendo às novas tecnologias: “Nessa altura todo o meu trabalho foi congestionado no sentido em que deixou de poder ser desenvolvido como era até aí. Ia trabalhar todos os dias e agora só vou uma vez por semana. Eu trabalho com uma população que é bastante vulnerável, pessoas com algumas patologias, que praticamente são consumidores de substâncias. Enquanto eu ia a casa deles todos os dias, agora vou uma vez por mês”.

Para além de desenvolver este trabalho de forma assalariada, também o faz por “amor à causa” e pela dignidade das pessoas, associando-se a instituições que estavam na linha da frente e no apoio a esta população mais vulnerável. Rui refere que este período foi dos piores dias de voluntariado que desenvolveu “porque encontrava muitas pessoas na rua que não cumpriam as regras. Não era por livre e espontânea vontade, era porque alguns serviços não permitiam que as pessoas pudessem ter as condições necessárias para se precaverem. Desde logo máscaras, álcool-gel e outros produtos”. Rui sempre desenvolveu este trabalho de voluntariado mas na fase do confinamento sentiu que não podia “virar as costas” a quem mais precisava de apoio, sobretudo da sua palavra amiga com que brinda todas as pessoas que encontra na rua.

Para ele, o grande impacto desta pandemia centra-se sobretudo na forma e na organização do seu trabalho com as pessoas. Um trabalho centrado sobretudo na proximidade, na relação com o outro e na confiança que estabelece com as pessoas. Proximidade que é tão fundamental e necessária num contexto e num período caracterizado por uma grande incerteza e insegurança: “foi muito chato porque eu não podia cumprimentar as pessoas, abraçar as pessoas que era uma forma que eu tinha de conseguir sensibilizar as pessoas. E isso no meu trabalho é o mais difícil, porque eles olham para mim como um par e o nosso trabalho é na base da proximidade.”

Rui define-se como uma pessoa de afetos e por isso considera que esta fase foi muito confusa do ponto de vista emocional. “Eu não consigo estar fechado, eu não consigo estar com uma pessoa que gosto e não poder tocar...mexe comigo! Eu ponho a mão nas pessoas e faço-o inconscientemente”.

Como principais inquietudes, identifica o bem-estar das pessoas que acompanha e a saúde da sua mãe pois esta já tem uma certa idade e pertence a um grupo de risco. Por isso, tinha a preocupação de assegurar os materiais e o equipamento de proteção individual para a sua família.

Pessoas ligadas a consumos ou em situação de sem-abrigo, são segundo Rui, das populações mais vulneráveis, logo, as medidas que foram definidas para combater a pandemia não tiveram em conta, também na sua opinião, estes grupos vulneráveis específicos. Neste sentido, defende que há muito a fazer e que “é necessário fazer de forma diferente com o objetivo de arranjar alternativas e oportunidades para todas as pessoas. (...) Deve-se apostar no trabalho em rede. Mais do que nunca é necessário juntar recursos para podermos chegar onde eles mais escasseiam ou não chegam. É preciso juntar os vários saberes e que os serviços sociais estejam ligados aos serviços de saúde”.

Rui é categórico quando afirma a necessidade de estarmos mais disponíveis para os outros: “Todos nós somos vulneráveis, somos frágeis e isto, mais do que nunca, mostrou-nos que é importante nós termos relação com os outros e valorizarmos essa relação de proximidade que existia antes disto tudo acontecer”. Por isso, apela a todos os cidadãos para a humanidade, para o respeito pelo outro pois “é preciso pessoas mais humanas, mais participativas... já nem falo em rede, mas que tenhamos mais amor... A sério, nos tratamo-nos mal, todos em geral... A grande mensagem é olhar para o mundo com o coração e não apenas com os olhos... (...)”.

# JUNHO 2022

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		



# SÍLVIA MOURÃO

Silvia tem 28 anos, é solteira, licenciada em Serviço Social e reside na Maia com o seu companheiro. Trabalha como manicure desde 2016. Não possui um espaço específico para a sua atividade, centrando-se sobretudo na realização da mesma ao domicílio. Quando questionada sobre o porquê desta atividade, Silvia refere “a dificuldade em arranjar trabalho na minha área e então optei por tirar o curso de unhas de gel e tive a ideia de criar uma página no facebook e de fazer trabalho ao domicílio porque assim posso andar por mais zonas e não estar sempre fechada no mesmo sítio”. No entanto, a pandemia Covid-19 apareceu de forma inesperada e abalou a sua atividade profissional.

A pandemia teve, em geral, implicações graves no dia-a-dia das pessoas e, no seu caso em particular, a mais sentida foi a nível económico: “... eu a nível económico tive mesmo que deixar de trabalhar porque eu tinha um contacto muito próximo com as pessoas. Tive um apoio da segurança social de 240 e tal euros por mês. O meu companheiro trabalha numa agência de música e deixou de haver concertos mas ele esteve em lay-off e foi basicamente o que nos safou”.

Silvia, tinha uma média de 25 clientes por semana, e de um momento para o outro ficou sem nenhum, pois as “pessoas alegavam que não queriam pessoas externas em sua casa, outras até foram as primeiras a entrar em quarentena porque tinham pessoas infetadas no trabalho e por precaução pediram para eu não ir. Depois houve ali uma altura que eu fiquei mesmo com muito medo e então fui eu que não quis estar a arriscar”.

A partir de 2 de maio, com o fim do estado de emergência, as pessoas voltaram a recorrer aos seus serviços com todos os cuidados que a DGS exigia. Contudo, as luvas e as máscaras já faziam parte do seu quotidiano, pois estes cuidados devem estar sempre presentes no tipo de atividade que desempenha, assim como a desinfeção de todo o equipamento utilizado. A única alteração verificada foi a higienização do calçado e alguns procedimentos à entrada das habitações das suas clientes, como por exemplo, tirar os sapatos à entrada e/ou utilização dos “pezinhos”.

Para além da redução dos seus rendimentos mensais, Sílvia viu alguns dos seus sonhos pessoais adiados por imposição da pandemia, designadamente, o seu casamento. Com agendamento para junho, Sílvia foi “obrigada” a cancelar a cerimónia apesar de já ter efetuado algumas despesas relacionadas com a mesma. “A este nível, a pandemia estragou-me o ano. Eu praticamente já tinha tudo organizado. Já tinha o vestido, o catering preparado, a decoração escolhida... tudo. Agora só daqui há dois anos.” Mas Sílvia está confiante e defende que 2022 será um ano em grande para si!

Seguiu as orientações da DGS em termos de isolamento social, mesmo em relação aos seus familiares, nomeadamente, a mãe e a avó, consideradas pessoas de risco. “Visitei a minha mãe uma vez e a minha avó, mas praticamente não estive com elas. Comunicamos por videochamada ... o meu avô também é todo dado às novas tecnologias e foi por aí”.

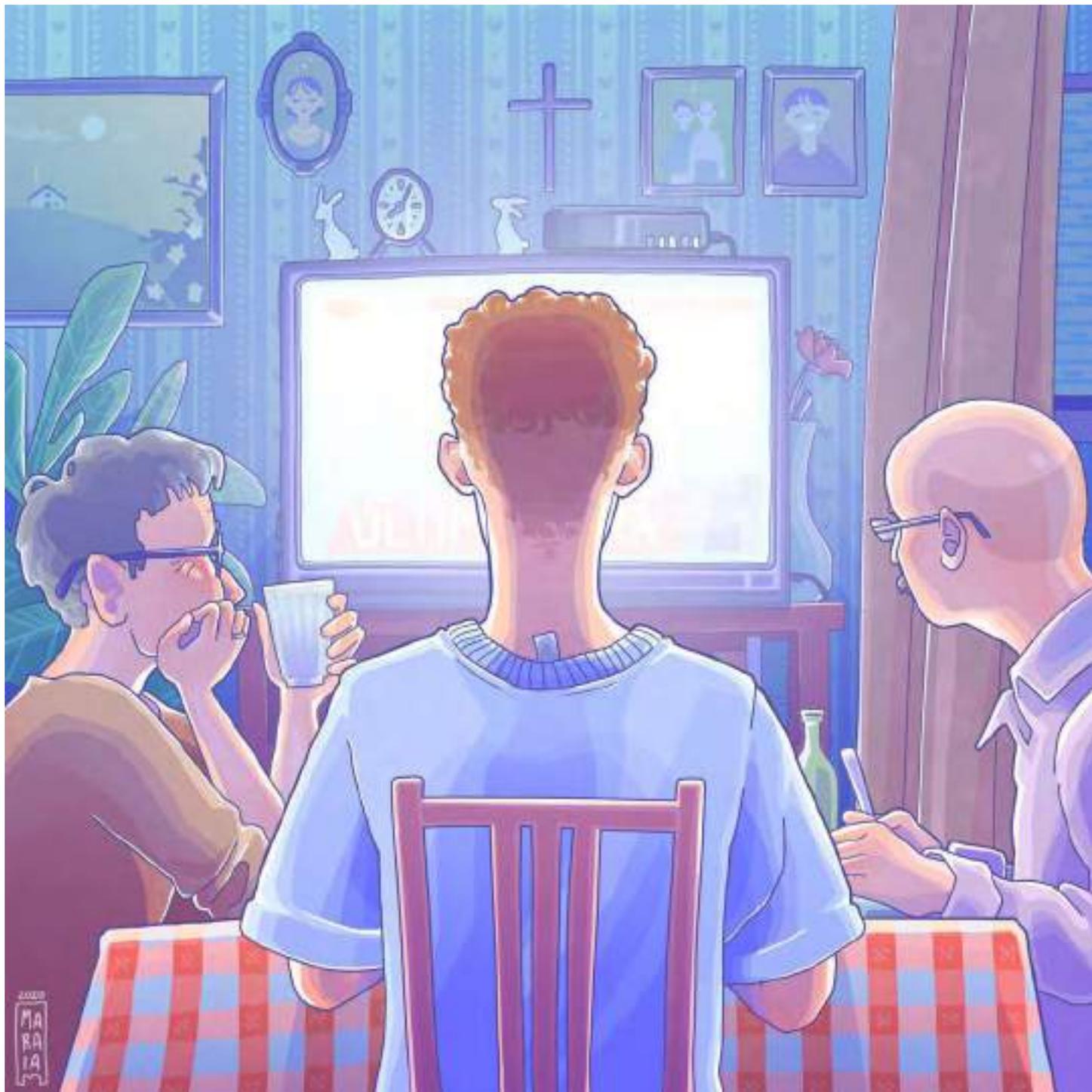
Reconhece que neste período surgiram muitas iniciativas de solidariedade para apoiar pessoas que necessitavam, mas Sílvia não recorreu a nenhum desses apoios, pois teve no companheiro o apoio que necessitava, mesmo a nível financeiro, se não... acredita que estaria atualmente numa situação muito complicada.

Sílvia sentiu uma grande angústia e stress emocional associado ao período de confinamento, sentimento que não será alheio o cancelamento do casamento e com o facto de estar fechada em casa. “Houve muitos stresses com a quinta por causa do pagamento que já tinha feito, devolver ou não devolver. Datas disponíveis. Se cancelávamos ou não. Foi mais por aí e foi de muito stress porque não sabíamos o que íamos fazer. Nós sabíamos que queríamos adiar, mas a quinta não estava a facilitar. E eu estava a tentar arranjar soluções e não foi nada fácil”.

Tendo presente todo este contexto, Sílvia defende que as pessoas enfrentaram desafios importantes pois “sentiram-se isoladas na sociedade, a nível económico e a nível psicológico também”. Desafios muitas vezes descurados e invisíveis para a sociedade, exigindo respostas mais individualizadas e adequadas às diferentes situações.

Sobre as medidas que foram implementadas para combater a pandemia, na opinião de Sílvia, “o confinamento devia ter sido antecipado. E acho que... quando acabou o confinamento, não deviam ter aberto tudo tão depressa, com por exemplo, as fronteiras. Acho que devia estar fechado mais algum tempo”. Relativamente aos apoios, defende que “estes ajudaram nalgum sentido mas não o suficiente porque o corte nos orçamentos familiares foi muito maior. Mas compreendo que o governo não possa ajudar mais porque Portugal em termos económicos não está preparado para uma situação com esta.”

De todas estas vivências, Sílvia destaca “que as pessoas deviam ser mais humildes, mais amigas e mais gratas pelo que têm porque há muitas pessoas que querem sempre mais, e mais, e mais e não olham para o lado. Há sempre pessoas que têm menos do que nós...”.



# TIAGO SIMAS

Tiago, 29 anos, solteiro, reside em Viana do Castelo com a família que é constituída por mais dois elementos: a avó e um tio. Tiago possui o 9º ano de escolaridade, está desempregado e encontra-se a frequentar um programa para jovens, promovido pelo IPDJ, durante cerca de dois meses.

Neste período de pandemia, o rendimento familiar não sofreu alterações uma vez que está dependente das (pequenas) pensões do tio e da avó, pensões estas que não sofreram alterações. O que mais o marcou foi a ausência de outros elementos da família mais alargada sobretudo no que diz respeito às visitas à avó que “...precisa que essas pessoas estejam mais próximas dela e agora estão afastadas”. O período de confinamento não trouxe problemas acrescidos a nível da saúde deste agregado, mas Tiago fala do medo que a avó tem quando se desloca ao centro de saúde ou ao hospital, destacando as teleconsultas para o apoio necessário.

Três gerações na mesma habitação e em confinamento, não constitui a fórmula ideal para os relacionamentos familiares, daí o julgamento inevitável de que “os primeiros tempos foram bastante difíceis, não temos muito em comum em termos de gerações, o facto de estarmos muito tempo juntos, causa mais um bocado de atrito Também para ser sincero tenho que dizer que não interagimos muito uns com os outros, tirando talvez a hora de jantar”. Tiago refere situações de confinamento entre familiares que não têm por norma conviver muito e o confinamento obrigou à convivência forçada. Neste contexto, as relações familiares podem tornar-se mais tensas e precárias, sendo difícil obter equilíbrios. Se em muitos casos isto pode ser “positivo”, no caso de Tiago é mais “negativo”. Descreve o quotidiano de confinamento como: “fazíamos as refeições juntos e depois... cada um ia para o seu canto da casa”.

Tiago confessa que a vida social, no seu caso, não mudou muito: “pouco faz a esse nível e a pandemia não mudou nada”. No entanto, refere o caso da avó que mantinha relações de vizinhança próxima e teve de enfrentar essa situação. Reconhece que praticamente nada fizeram para mudar a situação: “a vida social das pessoas em situação de pobreza, que são as com quem eu mais convivo, acabou, foram elas as mais afetadas, também a esse nível”. O mais relevante é a ausência de ações de solidariedade que foram divulgadas através dos meios de comunicação social e que diz não terem existido no seu bairro, nem sequer na cidade onde vive, critica: “... o cada um por si... cada um tratava da sua vida, aqui na minha zona não tenho conhecimento de iniciativas”. O papel das principais instituições de saúde e da própria sociedade civil, na sua opinião, não foi muito visível na sua zona, mas por outro lado, como não teve grandes problemas no que respeita ao acesso a consultas e ao fornecimento de medicação, considera que: “não houve grandes problemas... para ser sincero até acho que funcionou melhor de que em tempos normais”.

A forma como a comunicação social divulgou algumas notícias, aumentou muito o nível de preocupação da sua avó: “... estava extremamente preocupada... afetou-a bastante a nível psicológico, não tanto por ela, mas pelo resto da família”. Destaca o papel das “linhas de ajuda” na gestão do efeito psicológico da pandemia na população mais idosa e mesmo noutras pessoas, já que na sua opinião, o recurso a ajuda psicológica é sempre estigmatizante.

Tiago tem uma visão “cínica” sobre toda esta pandemia. A informação sobre a propagação da doença: “foi elevada a um nível que se calhar não era necessário... muitas das respostas que foram dadas durante a pandemia, não fazem muito sentido...”. Tem uma opinião negativa sobre muitas das medidas aplicadas, considerando-as desadequadas ao nosso país: “talvez fizessem sentido noutros países, mas aqui não...”.

Tiago tem também uma visão pessimista do futuro, que será agravado por muitas das medidas tomadas. Refere o aumento da pobreza e do desemprego, negócios que fecharam e que eventualmente não voltarão a abrir. Para as pessoas que atualmente já estão em situação de pobreza a pandemia agravará mais a sua situação, uma vez que “os pobres podem não ter nada no dia-a-dia, mas têm sempre as amizades e também a solidariedade e agora isso tudo vai ser retirado...”.

O poder político não foi coerente no discurso, nem na gestão da informação para a população. Para Tiago “não houve um discurso claro... e a informação dos media também não ajudou...”. O pior dessa cadeia de informação, foi a forma como ela foi transmitida, “... aparecia o responsável da OMS a dizer algo e a forma como essa informação era transmitida para os níveis mais abaixo, correu muito mal... Portugal se calhar não tinha condições para fechar a economia como fechou... deveríamos pensar pela nossa cabeça e pensar no país que somos, não devíamos tomar decisões a olhar para os outros...”.

Tiago “... não tem grandes histórias para partilhar, mas espera sobretudo retomar ao normal e não ao novo normal...”.







**EAN**  
PORTUGAL  
REDE EUROPEIA ANTI-POBREZA