

Números da vida e da morte

275

Em 2015, nasceram 275 crianças de mães residentes em Leiria, apontam os dados do Instituto Nacional de Estatística. Nesse mesmo ano, registaram-se também em Leiria, 651 óbitos. O envelhecimento da população fica evidente perante o saldo negativo entre nascimentos e óbitos.

65%

Segundo dados do Observatório Português para os Cuidados Paliativos, em Portugal 82% das pessoas morre depois dos 65 anos. Na região de Leiria, 65% das mortes ocorre em contexto hospitalar

25%

A mortalidade decorrente de doenças crónicas incuráveis é elevada: uma em cada três pessoas morre de doença cardiovascular, uma em cada quatro (25%) de cancro e uma em cada dez de doenças respiratórias



A equipa do “Aqui Contigo” leva a música a pessoas em estado terminal Foto: SAMP

Projeto inovador quebra tabus e leva a música a doentes terminais

A morte é ainda tabu. Acompanhar os momentos finais com música, será, porventura, um mais gordo tabu. Mas o projeto “Aqui Contigo”, que a SAMP – Sociedade Artística Musical dos Pousos fez nascer em 2015, arrisca enfrentar os tabus. Com resultados encorajadores.

“A maioria dos nossos contemporâneos recusa a própria ideia da morte porque o mundo que nos rodeia não nos ensina a morrer. Tudo é feito para esconder a morte, para nos incitar a

viver sem pensar nela”, aponta Raquel Gomes, coordenadora do projeto “Saúde com Arte”, da SAMP. E é precisamente inserido no Projeto Saúde com Arte, que surge esta inovadora abordagem, “numa tentativa de olhar a morte de outra forma”.

O som e a música são as ferramentas num programa “essencialmente dedicado a idosos acamados dependentes e pessoas em estado terminal de vida”, explica. Na prática, a SAMP “tomou consciência que a

atual sociedade que integramos está preparada para cuidar dos filhos mas não para cuidar dos pais”, adianta. Não faltam modelos “para nos ensinar a nascer e crescer, e tão poucos para nos ensinar a envelhecer e morrer”.

Com uma década de experiência de sessões artísticas para idosos, “concluimos que são as pessoas em estado terminal que mais precisam de uma presença sonora quando não processam nenhum outro sentido”, refere Raquel Gomes. O projeto pas-

sa por visitas semanais a estas pessoas em estados terminais e durante 15 a 20 minutos existe uma partilha musical levada a cabo por equipas especificamente preparadas para estas intervenções e que Raquel integra. O Aqui Contigo, “não pretende ajudar alguém a melhorar a sua saúde, a recuperar da doença, mas sim ajudar alguém a ser até ao fim, e também a deixar seguir-se no caminho de uma forma tranquila, seja esse alguém um bebé, uma criança, um jovem, um adulto ou um idoso”, salienta. Um bebé “que acabava de nascer logo com os seus dias, muito curtos, contados” ou uma criança de oito anos “que acabou por falecer após várias intervenções cirúrgicas” foram alguns dos casos acompanhados. Mas foram muitos mais os casos. A equipa, explica Raquel Gomes, aprende com estas intervenções. A respiração, o som emitido, a cor, a temperatura, a intensidade do aperto da mão, mas também as lágrimas, são alguns dos sinais a levar em conta. “É igualmente com as famílias que temos aprendido muito, como o quão nos mostram ser importante a nossa presença junto do seu ente querido e as diversas emoções e sensações que partilham connosco”, adianta ainda.

A importância dos detalhes

Sara Martins é animadora do Lar Emanuel, em Leiria. Por lá, o “Aqui Contigo” também já chegou. Se a morte é um tabu que urge combater, no lar há outro preconceito que Sara Martins se apressa a desmontar: “este não é um local onde se vem para morrer, vem-se para viver”. Aliás, atendendo que a vida adulta é passada a correr, “é um privilégio termos uma velhice mais longa, porque temos mais tempo para nos descobrirmos”, reforça.

Mas quando o final de vida chega, o projeto que traz a música para a preparar, é algo que vê como muito positivo. “Mesmo que nem sempre se saiba se [a pessoa] está consciente, tem sido muito importante e benéfico, mesmo para a família”. No seu



Esta dinâmica [nas sessões do “Aqui Contigo”] permite criar uma nova relação e nova forma de viver a situação, com a aceitação de que há algo que ainda se pode dar”

Sara Martins
animadora no Lar Emanuel (Leiria)

entender, “dentro do que existe é o melhor que pode fazer, eles são incríveis”. Animadora no lar, sabe e sente a morte que chega por vezes. Os pequenos gestos, os sinais, as memórias, ajudam-na a lidar com essa realidade incontornável. No “Aqui Contigo”, conta que encontrou uma característica que valoriza e que passa pelo questionamento sobre a vida. A equipa, explica integra pessoas que têm “algo de extraordinário porque apresentam uma outra perspetiva que, aparentemente, é inútil”. “Qual é a utilidade de trazer a música e cantar a quem está a morrer? É completamente inútil. Bendita é essa inutilidade, porque é essa inutilidade que faz a vida”, remata. Sara Martins lembra que são os laços afetivos, os detalhes, as memórias e sensações que trazem a felicidade. Tem a sua experiência no lar para o comprovar. No local onde se acrescenta vida, saber viver também assenta em potenciar essas aparentes inutilidades que, afinal, lhe dão sentido.