Nº 1 EM GUIMARÃES
RE/MAX GO
QUINTÃ - GUIMARÃES

Guimarães, agora!

edição nº.: 11 / Março de 2020 preço.: 30€ assinatura anual
periodicidade.: mensal director.: José Eduardo Guimarães

#ficaemcasa
#vaitudoficarbem

Um vírus que nos atormenta

Guimarães confronta-se com um inimigo invisível

Solidariedade e sentimento

Hospital enriquecido com dádivas privadas

Ruas e praças vazias

Uma inquientante calma urbana

Domingos Freitas

"O vírus provocou um tsunami nas nossas vidas"

Carlos Alpoim, director da Urgência do HSO

"Nós estamos preparados para o pior"

Instituto Ciências da Vida e Saúde (UM)

Tem capacidade não aproveitada para fazer testes de rastreio

EDITORIAL

VÍTOR OLIVEIRA
vitor.oliveira@guimaraesagora.pt

Guimarães contra as epidemias

Há, em Guimarães, um local de culto dedicado a um santo intercessor contra epidemias. Uma capela na freguesia da Costa alberga São Roque, protetor contra a peste e padroeiro dos inválidos, cirurgiões e de diversas profissões ligadas à medicina. São Roque surge representado em trajes de peregrino. Um dos seus joelhos é geralmente mostrado com a perna desnudada, sendo aí visível uma ferida da peste bubónica na Europa. A chaga distingue-o de todos os outros santos. Como complemento, um cão aparece a seu lado trazendo-lhe na boca um pão. No Século XIV, São Roque visitou Roma onde rezava diariamente sobre o túmulo de São Pedro e onde também curou vítimas da peste. Na viagem de regresso a Montpellier, ao chegar a Piacenza, foi ele próprio contagiado pela doença, que o impediu de prosseguir a sua obra de assistência. Para não contagiar alguém, isolou-se na floresta próxima daquela cidade. Diz a lenda que teria morrido de fome se um cão não lhe trouxesse diariamente um pão e se da terra não tivesse nascido uma fonte de água com a qual matava a sede. Mais localmente, no Século XVI, muitos vimaranenses refugiaram-se na zona de São Roque para fugirem à peste e estarem mais perto do santo protetor das epidemias. Em 2020, desde este mês de março, a Sineta da Capela de São Roque tem tocado três vezes ao dia: 08h58, 12h58 e 18h58. É o Toque das Trindades, o convite à oração, que se repete à mesma hora na Igreja da Costa. Em todo o mundo, a *"festa de San Rocco"* celebra-se a 16 de agosto.

Conectados, iguais, pequeninos e humanos!

OUTRO PONTO DE VISTA...

JOSÉ EDUARDO GUIMARÃES
je.guimaraes@guimaraesagora.pt

A pandemia provocada pelo COVID19 foi um autêntico soco na nossa condição humana, impulsionado com tanta força e violência como aqueles que *Cassius Clay* desferia nos seus adversários, nos combates de boxe que disputou. Todos nós tememos, de medo, de inquietude, na condição de presos em liberdade, a que fomos submetidos à força. E condenados sabe-se lá se pela natureza ou por um erro humano, num qualquer laboratório científico, onde se trabalha para abater homens e mulheres, num passivo populacional, quando a ciência devia estar, antes, ao serviço da humanidade. Todos os dias, ao olhar ao espelho, quando lavávamos a face, o que reflectia-mos era uma sensação de desespero, de incredulidade, de impotência. E a nossa imagem no espelho apenas nos queria dizer, afinal, quanto vivemos conectados neste mundo, quanto somos todos iguais e pequeninos e que tinhamos desleixado a condição de humanos, em detrimento de valores inócuos, de falta de solidariedade, de riqueza mal repartida e outros erros que tais. Fomos submetidos a um esforço de introspecção - forçado - mas que pode ser benéfico se esta paragem no tempo e na vida, nos trouxer de novo a capa de humanidade que havíamos despido, por ganância e dinheiro, por querer vencer a todo o custo, numa competição frenética que nos tirava a vida, os amigos, a decência, o orgulho e nos colocava num avião qualquer, em velocidade supersónica, rumo ao abismo. Afinal, o COVID19 apenas teve o mérito de nos travar, no nosso ímpeto de animal brutal que nos faz esquecer quanto somos bons e humanos. Sim, essa igualdade cidadã, essa vontade de viver a vida sem fugir do trabalho mas apenas da correria louca que a sociedade nos impele a tomar sempre o meio de transporte mais rápido, esquecendo-nos facilmente de que também podemos chegar ao mesmo fim e ao mesmo destino por outras vias, meios e sem calcar ou maltratar o nosso irmão - humano - com que vivemos, que vive cá, como nós, independentemente da sua longitude ou latitude, neste hemisfério tão mal tratado na sua essência e no seu intímo. Confrontamos a natureza, agredimo-la, e ela deu-nos respostas, com os acidentes naturais que nos acontecem; não nos saciamos com a cobiça da devastação de florestas, com a poluição de rios. E o ambiente transtorna-se e rasga as suas regras e leis, desfazendo o que construímos mal. Poucos admitiam que a globalização que nós portugueses iniciamos - com o nosso pioneirismo marítimo, dando novos mundos ao mundo - traria também consequências nefastas, por nos colocar numa corrida, qual competição desenfreada, na busca do melhor só para nós, Afinal, o vírus, mostrou-nos que estamos todos próximos, conectados pelas tecnologias, ligados pela condição de humanos e que para além da nacionalidade, da língua que falamos, da cor da nossa pele, estamos condenados a viver juntos, todos!

PROTAGONISTAS

VÍTOR MAGALHÃES
Foi o primeiro num movimento solidário

A solidariedade virou sentimento em Guimarães. As contribuições em espécie e em dinheiro permitiram ao Hospital receber equipamentos que com o dinheiro do Estado levariam anos a serem adquiridos. Esta solidariedade é uma característica dos vimaranenses e é prática corrente na sociedade, mesmo para outras causas.

EQUIPA HSO
200 prontos a dar o seu melhor

O serviço de Urgência preparou-se para o combate do COVID19, transferindo parte dos serviços para novas instalações, e montando uma equipa destinada a receber doentes contagiados pela doença e que foram sendo internados numa segunda urgência, no exterior, uma equipa dedicada e preparada para fazer o melhor num quadro de dificuldade.

SOLIDARIEDADE
Organizada e não avulsa

A solidariedade nem deve ser um acto avulso, nem uma bandeira. Tem de se organizar e não pode ser um acto espontâneo de um indíviduo ou grupo. Por norma, o Município está preparado para pelos seus serviços e estruturas, poder dar a resposta adequada. Não pode haver solidariedade alternativa, nem ser uma moda, sobe pena de se perder os contributos dados.

JOANA PALHA
Vice-presidente da Escola de Medicina

A FRASE "..."

"Estamos disponíveis e preparámos-nos para dar o nosso contributo para combater esta pandemia, podemos fazer mais testes diagnóstico e com mais turnos".

O Instituto de Investigação em Ciências da Vida e da Saúde (ICVS), da Escola de Medicina de Braga, preparou-se para fazer testes, à média de 200 por dia. Porém, a sua entrada ao serviço nesta luta, deu-se primeiro servindo os hospitais de Braga e Guimarães, lares de idosos e também realizou testes a pedido de outras entidades. Naquele Instituto estão várias mulheres investigadoras de Guimarães, e entre elas Isabel Veiga, uma *"mulher na ciência"*, como foi recentemente reconhecida. Não fora a implantação e centralização em Lisboa, de acções, comandos e decisões, no âmbito do combate ao vírus e o ICVS e os seu 80 voluntários, teriam entrado mais cedo nesta luta, aproveitando-se a sua competência para o rastreio de possíveis infectados.

MUDAMOS
VIDAS DE DIA
PARA DIA!

Rua Teixeira de Pascoais nº 614 (Quintã)
Azurém - 4800/073 Guimarães
Tel. (+351) 253 488 800
Fax. (+351) 253 488 801

www.remax.pt/go

Nº 1 EM GUIMARÃES

RE/MAX® GO

QUINTÃ - GUIMARÃES

RECRUTAMOS **CONSULTORES IMOBILIÁRIOS** COM OU SEM EXPERIÊNCIA

- √ ELEVADOS RENDIMENTOS
- √ AUTONOMIA
- √ LIBERDADE
- √ RECONHECIMENTO

AGARRE A OPORTUNIDADE!
MARQUE JÁ A SUA ENTREVISTA

✆ 911 060 288
jpscarvalho@remax.pt

CONSTRÓI
AQUI A TUA
CARREIRA DE SUCESSO!

LÍDER MUNDIAL EM SERVIÇOS IMOBILIÁRIOS
ELASTIMART - Mediação Imobiliária, Lda. - AMI 8597

HUMANUM EST

Da ficção do filme à realidade do vírus

Luz da humanidade brilha no meio da escuridão

Texto de: José Eduardo Guimarães

▶ O que os nossos olhos viam em filmes, sentimo-lo agora na pele e na alma: hospitais esgotados, avenidas desertas, pessoas enjauladas nos seus domicílios, polícias nas ruas, a vida em suspenso, pessoas a deixarem este mundo sem um último afecto, uma morte justa e um funeral condigno.

O vírus puxou por nós, lembrou-nos a humanidade perdida ou escondida, que há em todos nós e que tem sido desbaratada por uma vida frenética, vivida em contra relógio, sujeita às regras duras da economia, fustigada por injustiças sociais, desfeiteada pelo preço e pelo valor do dinheiro, por conflitos raciais e tudo quanto é desumano.

De facto, a vida parou para podermos fazer uma reflexão, enquanto a natureza se refaz dos erros do homem, com as ameaças ao ambiente, devorando recursos naturais até à exaustão, tentando mostrar ao homem como caminha rapidamente para o precipício. E para a extinção.

Hoje, em casa, lendo livros, ouvindo música, vivendo cada um no seu canto, confinados ao nosso lar, executando tarefas domésticas, partilhando e reforçando sentimentos e amizades; com a informática, via *internet*,pelo computador ou pelo telemóvel, a não permitir o isolamento total aos outros, ao mundo, evitando um apagão da humanidade, constatamos como era inevitável a nossa extinção, não pela via natural, mas pelo suicídio colectivo marcado pela inveja, pela guerra sem cartel na economia, pelas agressões ao nosso habitat.

Estamos com a vida em suspenso, qual tv em *stand by* ou computador em pausa, escrutinando o caminho futuro: se o mesmo de um passado recente ou se um novo que garanta uma vida melhor aos nossos filhos e vindouros.

Apesar de alguns produtores e realizadores cinematográficos e roteiristas até, se assemelharem a visionários, antecipando a realidade futura, a verdade é que nem *Steven Spielberg, Francis Ford Coppola, Martin Scorsese* ou outros realizadores num qualquer filme podiam perceber o impacto humano e humanitário, em filmes que retratassem verdadeiramente a alma dos homens e mulheres, neste cenário de guerra contra um desconhecido, viajante clandestino no corpo de um qualquer ser humano, capaz de espalhar desgraça, miséria, morte e pânico.

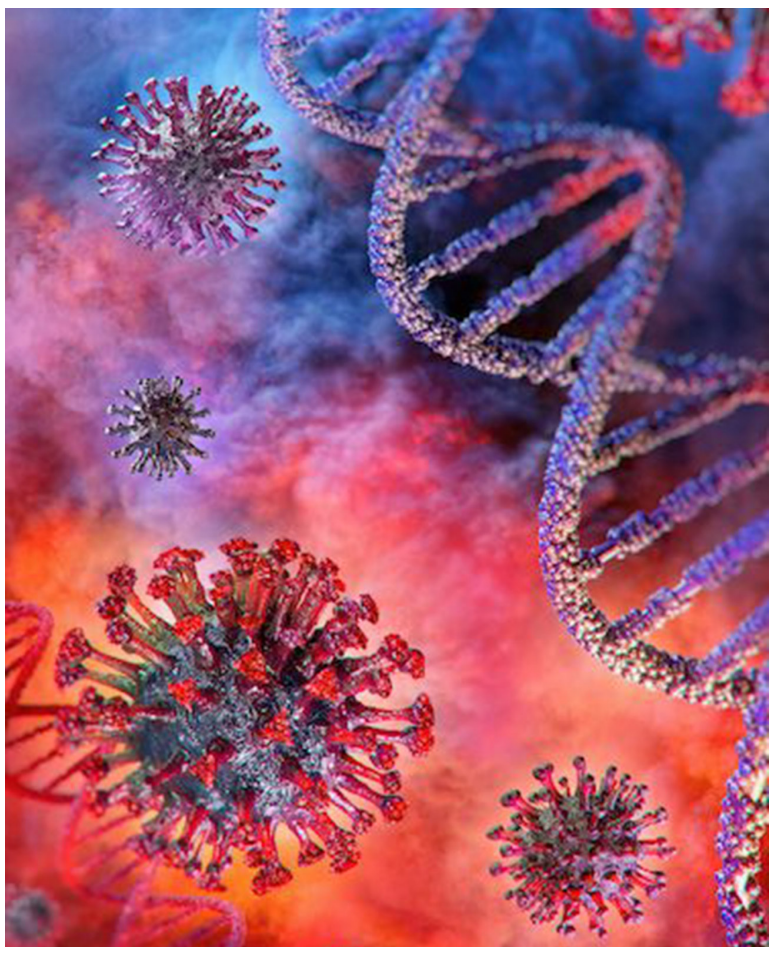
Esses famosos realizadores de cinema, imaginaram na perfeição o cenário, de ruas vazias, polícias na rua, gente escondida e presa em casa. Mas só um filme real, como este, lhes podia dar a dimensão da dor e o sofrimentos da humanidade, com milhares de mortes ao dia, como na China, em Itália e Espanha e agora nos Estados Unidos. Todos a cair como soldados numa guerra convencional.

Este drama surreal completaria certamente, de forma mais perfeita, o que vimos na tela de cinema como ficção - mais uma - que nunca admitimos como possível ou sermos capazes de vivenciar.

Claramente, *Coppola* e outros realizadores, hoje, tornariam a ficção do cinema, numa retrato verdadeiro, puro e duro, brutal, superdramático, juntando ao seu cenário real a devastação da natureza humana: com mortes prematuras, injustas, e pessoas a perderem-se em actos de suicídio, vícios, desespero e depressão.

Porém, terminariam a sua obra, exaltando a humanidade, qual sentimento que andamos a esconder, ao longo da vida, juntando os efeitos especiais que os raios de *"luz da humanidade a brilhar no meio da escuridão"* que se sentiram até agora nesta crise

A ciência ainda não descobriu como contornar o vírus Corona.



© Direitos Reservados

Juntando ao seu cenário real a devastação da natureza humana: com mortes prematuras, injustas, e pessoas a perderem-se...

TESTEMUNHO

com as doações generosas de material sanitário, equipamento médico, comida, alimentos, espectáculos de artistas ao vivo, na *internet*, pessoas a cantar à janela ou varandas dos seus prédios, em homenagem ao trabalho heróico dos profissionais de saúde, com o recrutamento de pessoal médico na reserva, até as aulas de *fitness* nos logradouros dos prédios, não esquecendo as aulas *online* ou destilarias de perfumes a produzirem, à pressa, álcool e líquido desinfectante e fábricas a confeccionarem roupas para médicos, enfermeiros e auxiliares e a produzirem ventiladores, num esforço enorme, voluntarioso, e humanitário.

Seriam estas histórias inspiradoras que chegamos a ver noutros acidentes - como incêndios, terramotos, inundações, tornados ou furacões - que nos juntariam em solidariedade colectiva, vigílias, concertos, em oração, e que, hoje, nos é impedido de fazer. ■

Departamento de Desenvolvimento do Território ● Divisão de Gestão Urbanística

CÂMARA MUNICIPAL DE **GUIMARÃES**

AVISO
PROCESSO N.º 286/14

FERNANDO JOSÉ BARROS PACHECO SEARA DE SÁ, Vereador da Câmara Municipal de Guimarães, com competências delegadas e subdelegadas para o efeito, faz público, em cumprimento do artigo 56.° do Anexo I da Lei n.° 75/2013, de 12 de setembro, que, por meu despacho de 2020/01/02, foram revogados os despachos de 2019/12/03 e 2019/12/04, relativos, respetivamente, à emissão do alvará de loteamento e à caducidade de todo o processo de loteamento n.° 286/14 em nome de GERMANO MONTEIRO CARNEIRO NETO - CABEÇA DE CASAL DA HERANÇA DE, sito no lugar de Casais, freguesia de Selho (S. Cristóvão). Para conhecimento geral se publica o presente Aviso em jornal local.

Paços do Concelho de Guimarães, 02 de Janeiro de 2020
O Vereador
(COM COMPETÊNCIAS DELEGADAS E SUBDELEGADAS PARA O EFEITO POR DESPACHO DO PRESIDENTE DA CÂMARA DE 19-10-2017)
Fernando Seara de Sá

Departamento de Desenvolvimento do Território ● Divisão de Gestão Urbanística

CÂMARA MUNICIPAL DE **GUIMARÃES**

AVISO
PROCESSO N.º 550/19

FERNANDO JOSÉ BARROS PACHECO SEARA DE SÁ, Vereador da Câmara Municipal de Guimarães, com competências delegadas e subdelegadas para o efeito, faz público, em cumprimento do disposto no n.° 2 do artigo 27.° Decreto-Lei n.º 555/99, de 16 de dezembro, na sua atual redação, e em conformidade com o despacho de 2020/02/10 vai proceder-se à discussão pública do pedido de alteração, para o prédio, lote n.º 76, alvará de loteamento n.° 14/01, localizado na rua 22 de fevereiro, freguesia de Creixomil, requerido em nome de João Pedro Sousa Mendes Cunha, que decorrerá pelo prazo de 15 dias úteis. Este prazo começa a ser contado após a publicação do aviso no jornal local. Durante a período de discussão pública, o processo n.º 550/19 estará disponível para consulta na Divisão de Gestão Urbanística. No decorrer daquele período, as reclamações, observações, sugestões e pedidos de esclarecimento apresentados pelos particulares deverão ser entregues na Divisão de Gestão Urbanística delas devendo constar a identificação do reclamante e qualidade em que o faz. Para conhecimento geral se publica o presente Aviso em jornal local.

Paços do Concelho de Guimarães, 10 de Fevereiro de 2020
O Vereador
(COM COMPETÊNCIAS DELEGADAS E SUBDELEGADAS PARA O EFEITO POR DESPACHO DO PRESIDENTE DA CÂMARA DE 19-10-2017)
Fernando Seara de Sá

COmVIDa

PAULO J. S. CRUZ

Apesar da história ter inúmeras referências a pestes e epidemias que, em épocas remotas, dizimaram percentagens muito significativas da população mundial, fomos crescendo e vivendo na convicção de que o progresso e a evolução da ciência permitiam afastar temores de um dia se voltar a viver uma situação dessa magnitude.

Nas últimas décadas fomos expostos a imagens cruas e duras – tantas vezes servidas em horário nobre – de surtos de SARS, de gripe A, de cólera, ou de dengue... Contudo, quase sem exceção, percecionámo-las como dizendo respeito a fenómenos distantes e circunscritos a determinados continentes.

Porém, a leitura de obras como *"A Peste"*, de *Albert Camus*, *"A ameaça"*, de *Ken Follett*, *"Inferno"*, de *Dan Brown*, ou *"Ensaio sobre a cegueira"*, de *José Saramago*, entre tantas outras, amiúde abalava essa confiança, fazendo-nos ponderar como seria terrível a inevitabilidade de a humanidade ter de, novamente, enfrentar fenómenos dessa gravidade.

Quando em dezembro de 2019 começamos a ser expostos a notícias provenientes da China, referentes a uma epidemia causada por um novo Coronavírus (SARS-CoV-2), cuja doença foi designada por COVID-19, estávamos longe de pensar que iríamos encarar uma pandemia desta proporção.

As últimas semanas foram verdadeiramente avassaladoras. Gravamos na retina imagens que não julgávamos possíveis ver nos dias de hoje e, no mais profundo do nosso íntimo, ecoou o pavor de um futuro sombrio e incerto.

Neste momento resta-nos a fé de, a breve prazo, conseguirmos, coletivamente, superar esta provação e a esperança de que o faremos conseguindo renovar a capacidade e a necessidade de passar a dar mais valor ao que realmente importa. ■

Professor Catedrático e Pró-Reitor da Universidade do Minho

© Direitos Reservados

REPORTAGEM

Director do Serviço de Urgência está a viver experiência *"única"*

"É sempre uma dúvida quando temos alguém à nossa frente"

▶ Carlos Alpoim, dirige uma equipa no HSO cujo esforço elogia, pela dedicação e tenacidade, e que tem dado uma resposta capaz, na ajuda aos doentes infectados e que necessitam de internamento. E agradece aos doentes não urgentes que continuem a deixar o hospital para quem precisa.

Carlos Alpoim, médico e cirurgião, director do serviço de urgência, do Hospital Senhora da Oliveira (HSO), vai recordar a pandemia do vírus Corona, como *"uma experiência única"* na sua vida profissional. Não a mais dramática porque, até agora, o universo de infectados, a necessitar de cuidados intensivos, está num nível satisfatório e adequado às potencialidades de um tratamento condigno aos pacientes. Nada comparável com o que se vive em Madrid, Bérgamo ou Nova York.

Na sua memória, o médico, guarda ainda o que lhe dizia o seu avô, *"quando era miúdo"*, por ocasião da gripe espanhola: *"as pessoas eram levadas, em carros de bóis, para o hospital, já de noite, para que a população não sentisse o que se estava a passar"*.

Cenário semelhante, Carlos Alpoim, não esperava nunca ver repetido na sua forma original nem nos seus efeitos na sociedade, com o impacto actual e social. E não acreditava que um vírus pudesse ganhar terreno, confinando o mundo, dada a evolução verificada na sociedade. *"Tudo é tão curto, hoje, no nosso planeta, as distâncias são tão próximas que as doenças conseguem propagar-se com tanta facilidade, pelo mundo inteiro"* - revela.

E o facto de o planeta ser hoje, não apenas a soma de parcelas de terras, povos e civilizações, distantes, entre si, que a globalização, entretanto implementada, aproximou, a verdade é que teve influência na disseminação do vírus, surpreendendo tudo e todos. *"Ninguém estava preparado ou sequer pensava que pudesse acontecer, apesar de nos ser exigido estar alerta e responder sempre com o melhor que temos"* - confessa Carlos Alpoim ainda a viver *"esta experiência diferente nas nossas vidas"*.

Apesar de estar na área que recebe *"os doentes e os diferencia, em termos de patologia e de destino a seguir internamente"*, o director do serviço de urgência confessa-se incrédulo por nunca ter previsto *"passar por uma coisa destas e que se pode repetir, infelizmente"*.

Agora, é a hora da emergência e da resposta com o objectivo de salvar vidas. E de dar esperança aos que estão em situações mais complicadas, nos serviços de cuidados intensivos.

E o HSO mostra-se preparado para cuidar o melhor possível dos pacientes infectados, apesar da turbulência vivida no serviço de urgência, em fase de reestruturação, de mudança para

E não acreditava que um vírus pudesse ganhar terreno, confinando o mundo, dada a evolução verificada na sociedade...

Funciona numa tenda a Urgência 2 só para pacientes COVID19 .

> Este vírus é, de facto, um obstáculo que nos permitirá crescer como profissionais, pois é nas dificuldades que podemos reforçar as nossas capacidades e competências.

© Direitos Reservados

novas instalações, ampliadas com novas áreas e com equipamentos novos.

"Ainda há pouco tempo, médicos, enfermeiros, pessoal administrativo e assistentes operacionais e outras pessoas que colaboram com o hospital, tinham feito um esforço enorme na mudança de parte da Urgência para novas instalações, de modo a que fosse possível continuar com obras, noutra parte do edifício, em ordem a que o serviço de Urgência possa dar outro tipo de resposta no seu quotidiano daqui por mais algum tempo" - revela Carlos Alpoim.

E, entretanto, surge esta pandemia que voltou *"a exigir da equipa que mais de perto trabalha no serviço de Urgência, um redobrado esforço, que tenho de elogiar"*. O médico confessa o seu orgulho em liderar *"um conjunto de homens e mulheres, muitos vimaranenses, que diariamente mostram amor à camisola, num período difícil, de risco elevado, antes e no pós-Covid19"*.

Entusiasmado com o espírito de equipa que reina na Urgência, Carlos Alpoim, evoca o lema adoptado pelos enfermeiros *"se isto fosse fácil, não era para nós"* para dar nota de que *"a situação não é fácil quando se tem de dividir os pacientes, uns com suspeitas e sintomas, num lado, e outros já infectados, noutra"*, o que exige uma rotina não estabelecida, que muda e se adapta, para poder corresponder ao que esperam os pacientes.

O vírus Corona, por ser invisível, desconhecido, sem qualquer aparência à vista, sensibilidade ao toque, de dimensões não mensuráveis, do universo dos nanos, exige cuidados redobrados, um alerta permanente e uma prática irrepreensível por parte dos profissionais de saúde. *"Este vírus é, de facto, um obstáculo que nos permitirá crescer como profissionais, pois é nas dificuldades que podemos reforçar as nossas capacidades e competências"*. E sem dúvidas revela: *"todos nós, que estamos nesta luta, temos dado uma resposta capaz, em cuidar dos pacientes que chegam ao hospital"*.

O *"exército"* do Hospital para combater o Corona está mobilizado e preparado. São cerca de 200 pessoas, com prática e rotina, de algumas situações difíceis e complicadas. *"Registo o esforço destes "soldados da medicina" que dão tudo pelas gentes de Guimarães e arredores"* - declara o médico e cirurgião que também teve de mudar de hábitos.

© Marco Jacobeu

Carlos Alpoim lidera uma equipa de 200 pessoas.

"Até agora, para além de director do serviço de urgência, também era cirurgião, operando casos oncológicos" mas a crise do Covid19, alterou *"imenso"* a rotina de quase metade do Hospital. E revela: *"Neste último mês, não faço mais nada do que ser apenas director do serviço de urgência, de manhã à noite, sem saber se hoje é domingo, segunda ou terça-feira"*.

> "Registo o esforço destes "soldados da medicina" que dão tudo pelas gentes de Guimarães e arredores.

Habituados a atender cerca de 480 pessoas por dia, os serviços de urgência se já eram *"a porta principal"* dos doentes que recorriam ao HSO, são agora uma espécie de plataforma Covid19.

Carlos Alpoim agradece aos que recorriam à Urgência, o terem recorrido aos serviços de saúde primários, para tratar dos seus problemas, reduzindo para metade a afluência ao hospital. *"A população tem respeitado o apelo que fiz e isso permite-nos só pensar em quem está infectado por este vírus, a quem dedicamos tempo, espaço e equipamentos"*.

Apesar de reconhecer que o hospital está preparado e pronto para o que é urgente, o médico sente alguma *"apreensão"* pela outra metade que recorre ao hospital. *"Temos de continuar a tratar, todos os doentes que precisam de nós, por causa de outras doenças, os quais não podemos esquecer"*.

No seu contacto, diário, com doentes, o médico não escapou à síndrome Corona, que nos afecta a todos, no quotidiano, em gestos e atitudes, em casa, no supermercado, desconfiando da própria sombra: *"é sempre uma dúvida quando temos alguém à nossa frente, saber se tem ou não Covid19 ou se é um portador"*. Este risco é, porém, assumido, por brio profissional, numa guerra entre o vírus e o homem, escondido no corpo de quem *"é o nosso paciente"*, pessoas, afinal, *"para quem trabalhos todos os dias e a quem nos dedicamos a vida inteira"*. Neste dilema, o que pensa um médico? *"Ser cuidadoso, rigoroso no uso de medidas de protecção, para evitar o pior, ou seja ser um veículo de doença"*. É que a seguir a um paciente, vem outro e assim sucessivamente e nesta cadeia de atendimentos, o vírus pode viajar de paciente para paciente, ou de médico para um paciente.

Os próprios médicos e todo o pessoal que *"convive"* com um serviço de urgência em estado de guerra, aceleram inconsciente, mudanças de rotinas e comportamentos, quando há alguém que está em estado de emergência e chega à porta do hospital. *"Temos a tendência para ir logo a correr, ver o estado do paciente e se essa já era um rotina, agora é também uma preocupação, reagindo com cuidado e com mais protecção individual"*. ■

URGÊNCIA
A porta principal da entrada no Hospital tem registado um movimento acima do normal.

REPORTAGEM

Carlos Alpoim *"verte uma lágrima"* pelos seus colegas italianos

"Nós estamos preparados para o pior"

▶ Ainda sem casos dramáticos, a segunda urgência do HSO, instalada numa tenda, tem condições - pessoal e equipamentos - para tratar os pacientes de Covid19, mesmo reconhecendo que o vírus seja um Cavalo de Tróia instalado em qualquer paciente.

O HSO preparou-se para uma afluência de doentes, superior ao normal. Com uma rotina diária, de atendimento a chegar às 500 pessoas, o serviço de urgência tornou-se exclusivo de casos urgentes comuns e para os suspeitos do Covid19.

Tudo o que era passível de adiamento foi protelado: consultas externas, tratamentos, visitas. Os serviços do hospital passaram a servir quem deles realmente precisa. Mesmo depois da reestruturação e ampliação da urgência, e da chegada de novos equipamentos.

Houve um investimento num segundo hospital - temporário e amovível - instalado numa tenda, por onde entram os doentes suspeitos de Covid19, o que constitui uma segunda urgência, operacionalizada convenientemente com pessoal e equipamentos. E com segurança bastante para doentes e pessoal. O bloco operatório foi *"mobilizado"* como área de cuidados intensivos, face à redução das intervenções cirúrgicas. E a ordem é fazer apenas cirurgias urgentes - do foro oncológico, de estados infecciosos, vasculares - por problemas de circulação - e de ortopedia.

Ainda no capítulo de investimentos, para além do hospital tenda, a administração deu atenção à compra de material novo, adaptou outro, e com os contributos da sociedade civil, das doações de empresários, empresas e cidadãos, reuniu o que era necessário para uma resposta adequada ao que pode ser uma solicitação anormal dos serviços hospitalares por causa da pandemia do vírus Corona.

Para Carlos Alpoim, as medidas de isolamento também funcionaram como uma arma contra o vírus. Esse confinamento explica os números de atendimento e de casos registados por infecção do Corona. Apesar de continuar a crescer o número de casos, em Guimarães, a situação mantém-se controlada, também pela dedicação dos profissionais, dos meios existentes, e da afluência à urgência. O hospital segue a regra geral de que só os casos mais complicados são internados, podendo o tratamento do vírus ser feito em casa de cada suspeito, mesmo enquanto se aguardam os resultados dos testes.

"Há casos melhores e há casos piores", é assim que o director do serviço de urgência do HSO responde quando lhe perguntamos se há casos dramáticos a registar. *"Alguns* - sublinha - *entram pelo seu próprio pé, outros entram pela sala de emergência, como noutras situações. Nós estamos preparados. O HSO sempre teve condições para receber e continua a ter"* - confirma, deixando no ar a satisfação de que *"haveremos de ficar melhor quando as obras acabarem, em termos de infra-estruturas, de equipamentos"*.

Porém, Carlos Alpoim, aceita que doentes com patologias de risco - cardíaca ou respiratória - possam sujeitar-se a complicações quando suspeitos de Covid19, o que eleva o estado de alerta do hospital. *"Mas isso é a vida de um serviço de urgência"* - esclarece sem drama.

Sobre números, o director do serviço de urgência não esclarece, nem informa. Nem sobre óbitos - um, em Guimarães, ao momento em que o entrevistávamos.

Em tom de desdramatizar, as consequências por este vírus desconhecido, Carlos Alpoim acredita que tal como aconteceu com a gripe, tudo será diferente quando houver uma vacina. *"Se assim não fosse as mortes, por causa da gripe seriam muito maiores, todos os anos"* - atalha, encarando a situação com naturalidade porque, afinal, o que é mesmo grave nesta pandemia é o alastramento do vírus que se espalha fortemente entre a população se não forem tomados os cuidados necessários.

Com a vacina, a mortalidade associada ao vírus Corona será controlada e só as pessoas com mais debilidade ficarão sujeitas a um tratamento hospitalar, sempre com o risco inerente a cada pessoa.

Carlos Alpoim não enjeita falar do drama humano que é ver gente a morrer por esta infecção. Mas encara este combate com naturalidade, defendendo a ideia de que *"isto é como a história do Cavalo de Tróia. Não sabemos se o inimigo está à nossa frente ou, às vezes, dentro de nós"*.

Encara esta luta com racionalidade e afectividade, o que nem sempre é possível, em situações de emergência. Mas sabe que quem está em medicina ou na enfermagem, é por vocação. *"Não há ninguém que escolha a profissão de médico ou de enfermeiro que não deseje tratar do outro: o paciente. É nesse momento de dificuldade, de quem cuidamos, que temos de deixar tudo de lado. E sinto isso, em todos os que fazem parte da equipa fantástica com quem tenho trabalhado. E alargo, o conceito de equipa à administração que faz o que é possível fazer, à direcção clínica, a toda a gente que quer ultrapassar e vencer as dificuldades quando elas aparecem"*.

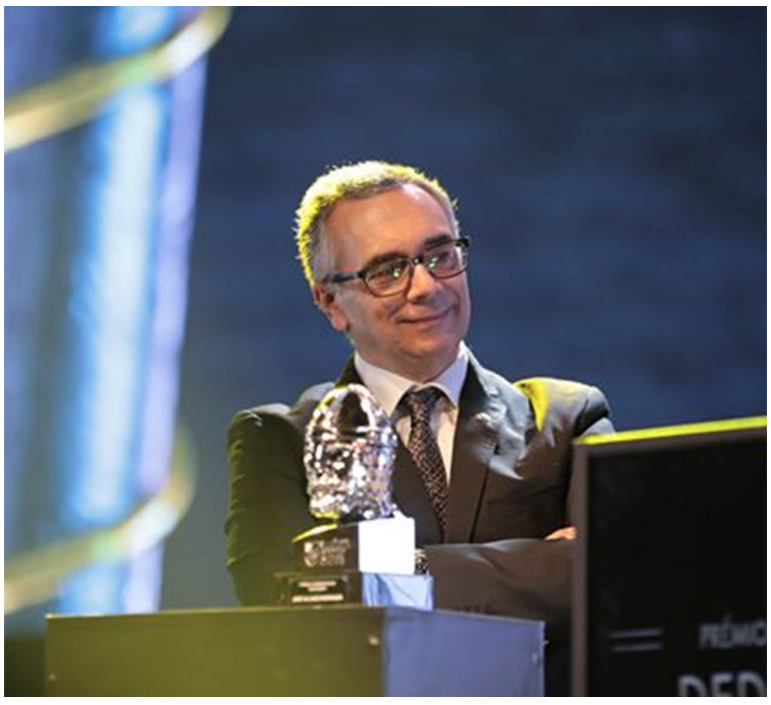
Na campanha contra o vírus, tudo muda rapidamente. As normas da DGS, a afluência de doentes. *"E vamo-nos adaptando"* - confessa o médico. *"No início de Março* - revela - *por muito que nos tivéssemos prevenido - e o nosso hospital fê-lo - com quase um mês de trabalho, tudo está a correr de acordo com a previsão estabelecida. Mas sempre com o inesperado a acontecer"*.

Por isso, quando todos dizem que *"o pior ainda está para vir"*, a pergunta é: como será o pior? Carlos Alpoim, afirma sem dúvidas: *"nós estamos preparados para o pior"*.

"Eu acredito - continua - *que por muitos bons resultados que venhamos a ter, vamos ter de continuar a prestar cuidados deste tipo. É por isso que acho importante que a população continue a ter um comportamento exemplar, não apenas em Portugal, como em Guimarães"* - revela.

Esta pandemia tem exigido muitos dos profissionais de saúde. O director do serviço de urgência, não foge à sua missão, nem responsabilidade. *"Todos os dias, de manhã à noite, estou no hospital, já não sei - desde o primeiro fim de semana de Março - quando é Domingo, Segunda ou Terça-feira. Antes, logo de manhã via, perto do Castelo, muitos turistas, agora só um ou dois, o que é sinal de que as pessoas têm cumprido com o recolhimento, evitando assim inundar os serviços do hospital, que só podem prestar um bom serviço, se não houver aglomerações. Não tenhamos dúvidas de que nenhum hospital aguenta lidar com todos ao mesmo tempo, seja aqui ou na Itália, em França ou na América"* - afiança o médico. ■

O comportamento da população tem agradado a Carlos Alpoim.



© Marco Jacobeu

TESTEMUNHO

Como encontrar sentido no meio de algo sem sentido?

HELENA MACHADO

Sou uma pessoa que se considera bastante positiva. O meu copo está sempre meio cheio, vejo o lado positivo das coisas, e tento manter a disposição mesmo em situações de stress. Mas se me perguntam se tem sido fácil viver confinada às paredes de casa, a minha resposta é NÃO. Tento, desde o primeiro dia, levar esta situação com bastante positividade, até porque não estou sozinha e preciso de manter uma criança de 6 anos ocupada e com rotinas, mas a verdade é que, na maior parte dos dias, o desânimo toma conta, com os dias a serem muito longos e demasiado iguais. Levantamo-nos cedo, preparamos juntas várias tarefas, mantemo-nos ocupadas com as tarefas de casa, tarefas de escola, muita brincadeira, e as várias *vídeo calls* que tornam as distâncias mais curtas e por momentos nos fazem esquecer a realidade.

No meio disto, ainda me esforço sempre por manter o trabalho atualizado, fazendo o possível à distância, sabendo que nem sempre poderei ser eficiente. Não estou minimamente preparada para trabalhar a partir de casa, com uma criança a exigir atenção. Não consigo estar focada a 100% em nada. O facto de esta situação ser generalizada leva a que todos os clientes compreendam atrasos, cancelamentos, adiamentos, até porque a maior parte destes atrasos decorre dos nossos fornecedores se encontrarem fechados, e por isso nada podemos fazer. Mas não deixa de ser frustrante que o trabalho árduo que começa a dar frutos tenha caído por terra, de um dia para o outro, sem aviso.

A minha maior dificuldade nestes dias (e porque já levo 20 dias de confinamento) prende-se com o facto de não ver a luz ao fundo do túnel: não há uma data para que a realidade volte a ser a rotina diária do acorda- sai para trabalhar/infantário-regressa a casa. A mesma rotina de que tantas vezes me queixo mas que me faz muita falta. Sei também que no regresso, nada voltará a ser como dantes: as pessoas não serão as mesmas, a percepção que temos do outro será diferente, a realidade estará transformada. O que a sociedade nos pedirá no fim desta situação será exigente: mais trabalho, mais empenho, mais vontade, mais sacrifícios. Não será fácil para ninguém. Desiluda-se quem acha que quando isto acabar a normalidade se imporá rapidamente: não vai acontecer. Teremos de ser resilientes, capazes de ver a normalidade e trabalhar por ela. Só juntos conseguiremos dar a volta por cima e impor, não a normalidade pré-março de 2020, mas uma nova normalidade, onde seremos mais solidários, mais tolerantes, mais abertos ao mundo, ao outro, mais conscientes do nosso papel na sociedade, na nossa comunidade.

Mas para que a nova normalidade aconteça, é preciso ficar em casa, confinada às minhas quatro paredes, sabendo que o importante é manter a saúde: a minha, a dos meus, a da sociedade que me rodeia. Só com saúde seremos capazes de trabalhar com empenho e afinco para que o futuro nos seja risonho e possamos voltar ao dias de conforto que tanto nos custaram a conquistar. Mesmo que os dias nos pareçam longos, que a luz ao fundo do túnel teime em aparecer, que as saudades dos nossos apertem, que os abraços de quem amamos nos façam falta, sejamos resilientes até ao fim. Tudo isto passará! ■

Sales Department, Rosacel.

© Direitos Reservados

Let's Stay Home é o lema da Allcost…

ÂNGELA CADEIA

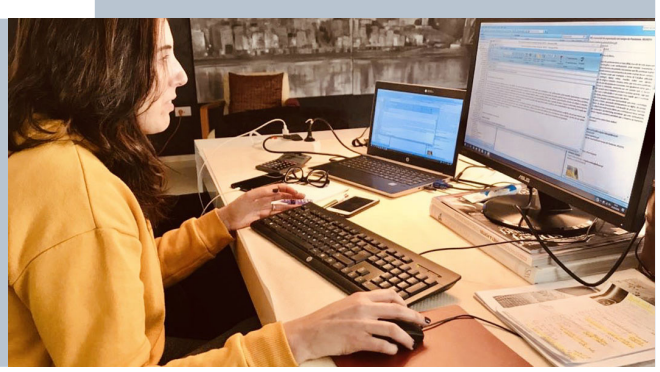
Ser comercial em tempo de pandemia torna-se mais difícil, mas não de todo impossível. Estando todos nós restringidos a um confinamento social mundial, basicamente o comercial tenta encontrar durante este período, mecanismos que lhe permitam manter o contacto com o mercado externo com perspetivas de poder usufruir desses contatos num futuro próximo. Tivemos assim que readaptar a forma de trabalhar, utilizando ferramentas como catálogos digitais *online*, reuniões *online* com clientes, apresentações virtuais de artigos e coleções. Estamos certos que esta crise pandémica implicará também para nós um abrandamento económico, mas igualmente certos que a vontade de lutar e vencer e sobretudo, mantermo-nos em contato com os nossos clientes, nos permitem encarar com o otimismo possível o próximo período. Algo que temos vindo a verificar com o teletrabalho é um maior foco naquilo que é essencial importante: a resposta rápida, efetiva e próxima para cada cliente.

Devemos assim encarar esta situação como uma oportunidade para rever a estratégia em termos comerciais para o futuro, apostando definitivamente no digital, até porque mesmo que as fronteiras se abram brevemente a deslocação de pessoas será mais reduzida. Felizmente a Allcost tem vindo neste último ano a estruturasse nesse sentido através da sua equipa Comercial e de Marketing permitindo que este confinamento obrigatório tenha o menos impacto possível e permitam que a empresa se mantenha em produção.

O futuro é incerto, mas todos juntos vamos fazer melhor!

Em teletrabalho há 3 semanas! ■

Export Sales Director, Allcost.



© Direitos Reservados

Guimarães, agora!

PROPRIEDADE.: Crónicaprazível Unipessoal, Lda. | CONTRIBUINTE Nº.: 514 766 026
CAPITAL SOCIAL.: 1000 euros | EMAIL.: cronicaprazivel@gmail.com
GERENTE E DETENTOR DO CAPITAL SOCIAL.: Eduardo A. Guimarães
ESTATUTO EDITORIAL DISPONÍVEL EM.: www.guimaraesagora.pt/estatuto-editorial

COLABORAM NESTE NÚMERO.: Alberto Martins, Álvaro Oliveira, Carlos Fonseca, Helena Sousa, Miguel Leite, Paulo Castelo Branco, Ricardo Costa e Vítor Oliveira.

FICHA TÉCNICA
EDITOR E DIRECTOR.: José Eduardo Guimarães
DESIGN.: Eduardo André

SEDE, ADMINISTRAÇÃO, REDACÇÃO E EDITOR.: Rua Dª. Maria Faria Ramos, 452
São Torcato 4800-881 Guimarães
geral@guimaraesagora.pt

PUBLICIDADE/ASSINATURAS.:
publicidade@guimaraesagora.pt
assinaturas@guimaraesagora.pt
+351 93 117 39 15

IMPRESSÃO.: UniPress - Vila Nova Gaia
DEPÓSITO LEGAL Nº.: 453168/19
REGISTO NA ERC Nº.: 127 216
TIRAGEM.: 10 000 exemplares

SOLIDÁRIOS POR SENTIMENTO

Um ramo de flores que se manda à namorada…

A solidariedade tem rostos

Texto de: José Eduardo Guimarães

▶ Foi espontânea, assumiu-se como sentimento, repetiu-se - porque a solidariedade manifesta-se noutras formas - foi exemplar. Um grupo de empresários quis saber as necessidades do Hospital e comprou o equipamento em falta e que era mesmo uma necessidade. E evitou caso como Pedrógão Grande, não dando dinheiro para um saco sem fundo.

No Norte, a solidariedade tem rostos, é sentida, espontânea, muitas vezes - percebe-se a resposta de quem dá - é sim, antes de ser pedida ou expressa. Quem dá, nunca espera receber, nem passa recibo. É algo humano que se aprende, desde pequeno, pelos seus progenitores, também eles solidários.

Homens e mulheres, oferecem o que podem, mesmo em tempos de crise; empresas e empresários, estão sempre a doar, de forma solidária.

Basta ver os cartazes das festas populares e dos grupos desportivos - que anunciam os seus jogos. Estão colados nas portas dos cafés, em locais públicos.

Ali se vê, quem apoia a Festa de S. Tiago, o Clube Operário de Campelos, o Xico de Holanda e assim sucessivamente, em todas as freguesias.

Até nas actividades culturais ou no apoio à edição de livros, os vimaranenses apoiam, num gesto de solidariedade, todos os anos, umas vezes mais e outras menos.

Também as instituições sociais recebem. Se pudéssemos somar os contributos que são dados por empresas, empresários, e simples cidadãos, o bolo teria uma expressão monetária tão grande quanto os corações de quem dá. E mesmo a Igreja também tem direito a esta solidariedade expressa em várias formas.

Quem é que diz não, a um pedido ou solicitação?

MAIS VALIA
As dádivas dos empresários, em espécie, serviram para colmatar necessidades de equipamentos.

Não há estatísticas mas o que se nota é que há sempre uma vontade de ajudar. Até quando a crise é mais severa. Muito ou pouco, todos dão com prazer. Sem trocas, por amizade, por consideração, pelo objectivo. O provérbio *"para este peditório já dei"*, é, nestes casos invertido e ao ser praticado torna-se no *"para este peditório, dou sempre"*!

O vírus Corona não veio despertar esta solidariedade. Antes, reafirmou-a, sem vaidades, mobilizou-se sem qualquer pedido. Todos queriam dar, pela causa, porque ver pessoas a morrer, despidas de qualquer dignidade, sem um funeral decente, quantas vezes com o padre e um familiar presente - como na Itália - deixa marcas e faz soltar o ser humano que há em nós e o que tem de melhor: o amor ao próximo.

E, mais brutal e desumano ainda, é ver partir um ente querido, sem uma despedida formal, um adeus sincero e comovido, com um beijo e muitas vezes um adeus chorado, que nos faz tantas vezes revoltar intimamente porque a morte é um corte fatal na nossa aliança com a família e com os amigos. E com este mundo.

Todos nós, nos sentimos atónitos, comovidos, impotentes, ao ver partir - aqui, em Espanha ou na Itália - tanta gente surpreendida e atacada, de soslaio, à traição, sobretudo os mais idosos ou aqueles cujo sistema imunitário é mais frágil. Ao princípio era assim, mas depressa o Corona se tornou num atirador de elite, qual *sniper* que procura o seu alvo, entre a multidão, sejam eles velhos ou novos, homens ou mulheres.

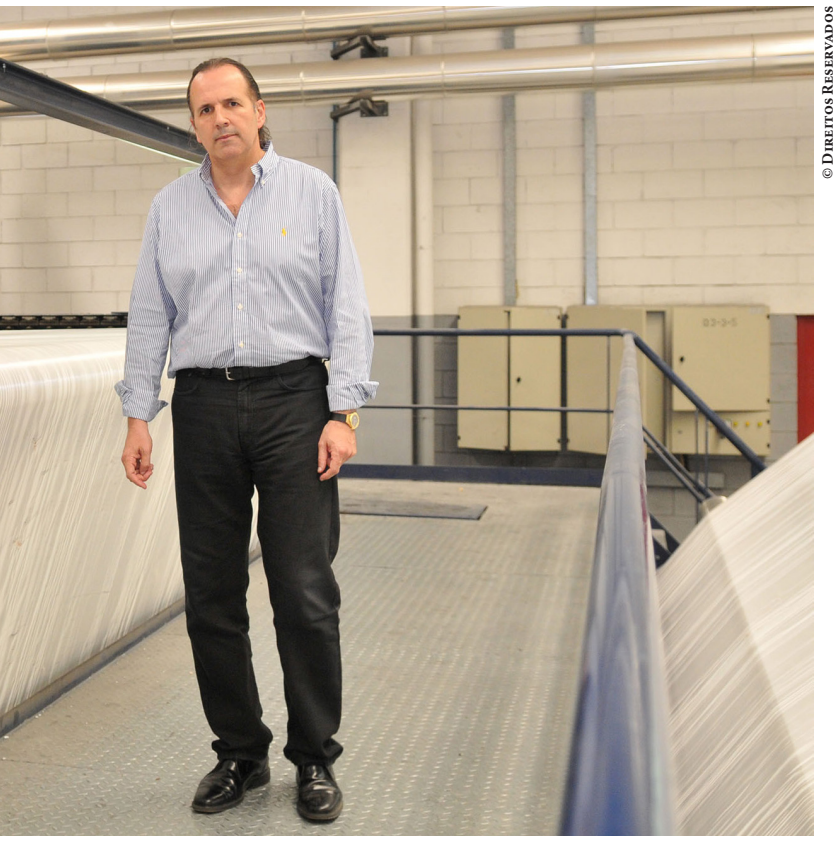
Apesar da sua benignidade, o vírus espalhou o caos, a incerteza, porque ninguém sabe se ele está atrás da porta, na tampa de uma mesa, na fruta do supermercado, no papel de jornal, enfim, em tanta causa, sem dar a cara e nos enfrentar. É, pois, um *"bicho"* cobarde, que não nos deixa ripostar. Só o tempo lhes faz frente, só a nossa imunidade o confunde e derrota. Nesta luta, todos somos pequeninos, até a ciência descobrir a arma letal para o derrotar. Até lá, é o sofrimento, a desconfiança, o cuidado, o lavar as mãos...

Vítor Magalhães deu o pontapé de saída na ajuda ao Hospital.

© Direitos Reservados

"Ninguém estava preparado para este drama, também na América havia falta de ventiladores nos hospitais, fragilidades no sistema de saúde."

SOLIDÁRIOS POR SENTIMENTO



© Direitos Reservados

Vítor Abreu e Endutex contribuiram com donativo.

© Direitos Reservados

Joaquim Almeida aliou-se a outros empresários.

Ana Pinheiro deu força ao apoio da Mundotêxtil, de Vizela.

Em Guimarães, a solidariedade saiu à rua, com diversas expressões e sentimentos, de forma organizada ou informal. Tornou-se uma bandeira de algum voluntarismo, mas deixa no seu rasto uma tremenda solidariedade - qual união que nos devia cimentar, para sempre.

O seu primeiro alvo, foi o Hospital Senhora da Oliveira - uma estrutura de saúde - a merecer melhor atenção do Estado, em plano de igualdade com outros hospitais do país.

Veio ao de cima, a falta de equipamentos, de material sanitário e outro mais especializado para a Unidade de Cuidados Intensivos (UCI), onde tendem ficar os doentes em risco. Com o voluntarismo habitual - também português - lá chegaram máscaras, desinfectantes, viseiras, lençóis, num primeiro impulso.

Depois, Vítor Magalhães, empresário, homem de Guimarães, deu o pontapé de saída, na concretização da solidariedade, oferecendo 10 ventiladores, a bóia de salvação para os infectados internados ou não na UCI.

A seguir, outro grupo de empresários e gente identificada com a cidade e a força vimaranense: José Arantes e Amélia Costa Marques - individualmente - e com um segundo apoio das suas empresas Combitur e Francisco Vaz da Costa Marques e Filhos SA; Joaquim Almeida (Têxteis JFA), Empresa Industrial Sampedro, Fábrica de Tecidos Carvalho, Mundotêxtil (Vizela), Domingos de Sousa & Filhos e J. Pereira Fernandes.

Este agrupamento de empresas e empresários juntou 300 mil euros. E para evitar casos iguais a Pedrógão, solicitou ao Hospital uma lista com os produtos que estavam em falta e eram necessários: camas, seringas, écografo portátil, videolaringoscópicos, ventiladores invasivos, equipamentos e instrumentos com utilidade numa Unidade de Cuidados Intensivos.

"A intenção não foi dar por dar", nem assumir uma doação como *"uma vaidade"*. O objectivo foi mesmo dar para servir, neste momento crítico.

Durante duas semanas, houve uma troca de listas entre este grupo e o Hospital, de modo a saber o que era necessário e quem podia fornecer aqueles equipamentos e em que prazo. Chegou mesmo a haver diálogo entre quem doa e paga e quem fornece, num contacto directo e sem intermediários estranhos.

O processo de compra e venda foi transparente, os fornecedores contactados, numa prática de verdadeiro mecenato, a ajuda foi prestada, o equipamento adquirido, com os empresários a pagarem directamente o material que era prioritário.

Ou seja, camas, seringas, ventiladores e restante material prioritário chegou ao Hospital Senhora da Oliveira com a mesma paixão, o mesmo sentimento, a mesma emoção e o mesmo amor de quem entrega um ramo de flores à namorada...

Este acto de ajudar foi um impulso e uma reacção humana. *"Ninguém estava preparado, para este drama, também na América havia falta de ventiladores nos hospitais, fragilidades no sistema de saúde"* - revela um dos empresários. E justifica a acção porque *"toda a gente que dá, é de louvar"*.

A seguir, outro vimaranense, Vítor Abreu, administrador da Endutex, em nome da sua empresas e dos seus colaboradores faz uma doação de 50 mil euros, de modo a ajudar na compra de outro material.

A solidariedade espalhou-se e estendeu-se a outras empresas, pessoas, famílias, num rodopio solidário que junta bairrismo, emoção, vontade de vencer, e luta contra o vírus. ■

José Arantes organizou solidariedade dos empresários.

© Direitos Reservados

Fátima Sousa confirmou apoio de Domingos de Sousa & Filhos.

VIDA IRRECONHECÍVEL

O que nos sobra é a natureza pujante e colorida

A inquietante calma urbana

▶ O vírus Corona tornou-nos eremitas nas nossas próprias casas, ainda que com mais luxos, música, televisão e internet. Não vivemos por penitência, religiosidade ou misantropia, mas sentimo-nos viver no deserto, contemplando o nosso isolamento, o contraponto que marca a distância de uma vida frenética, competitiva, extenuante, a que estávamos habituados.

O meu amigo, também, vizinho, Joaquim está à janela, perscruta o verde que se espraia no horizonte e que os seus olhos podem ver, desde sua casa.

Aceno-lhe e ele vem até à porta da garagem que dá para a rua. Ficamos distanciados, socialmente, para evitar que um espirro, ou uma gotícula de saliva, se espalhe, pelo ar, e acerte no alvo errado.

É um dia qualquer de semana, já não me lembro de qual. O tempo parou com este episódio do folhetim Covid 19. Também não importa.

Uma sensação estranha se apodera de mim, cuidando da distância entre nós, ao mesmo tempo que procuro saber qual é a direcção do vento. Observá-mo-nos, não como alguém que já vive perto, a escassos metros, há mais de três décadas, mas como potenciais portadores do vírus. É isso que nos vem à cabeça.

É estranho mesmo, este desconfiar de que algum de nós pode estar infectado. Por isso, a conversa, é circunstancial, incipiente, curta, como quem foge ao diálogo, porque o nosso instinto, impele-nos para a solidão da nossa habitação. Ao contrário de outros tempos, em que caminhando, depois do jantar, a conversa durava e abrangia a actualidade e o nosso modo de olhar a vida e o mundo.

Nem eu, nem o Joaquim éramos assim. Ele reagiu da mesma forma, sem dizer nada. Fugimos um do outro, com um até logo.

Vim para casa, e conversando com os meus botões, disse para mim: tu não estás infectado, nem com os sintomas que a DGS definiu para um quadro clínico infeccioso.

Reagi a esta infecciosidade instintiva, que marca o nosso comportamento, a nossa natureza, o nosso modo de dizer, falar e de estar. E com o telemóvel na mão liguei-lhe.

Cada um na sua janela, virados para a rua - uma estrada movimentada, separados por uma centena de metros, lá conversamos com o vírus a tomar conta das nossas preocupações.

"As estatísticas disparam e as pessoas continuam na rua, este vírus é mesmo solitário, obriga-nos ao isolamento, a parar" - disse-lhe para abrir a conversa.

Ele respondeu: *"É pior do que isso, torna-nos presos em liberdade, há uma pulseira electrónica na nossa perna, que nos limita os movimentos"* - diz de sua justiça.

Neste diálogo, retomo o encontro breve, na rua, à porta. *"Sabe Joaquim, o que me incomoda é que esta infecção também afecta os nossos comportamentos, andamos como baratas tontas, ao som do fique em casa, use máscara, mas não abuse"*. E disse-lhe, com tanto conselho, de é assim e não é assim, até *"já sinto uma comichão estranha, à volta do nariz, algo que eu pressinto, seja consequência, de ouvir na televisão, não ponha a mão na boca, no queixo, nos olhos"*.

"Essa cócega invisível" - reafirma o meu vizinho - *"é mais sugestão, do que real, é próprio de algum medo que o facto de não sabermos onde pára o vírus se instala no nosso cérebro"*.

Continuamos, mais uns minutos na conversa, pondo o vírus de lado, e visando outras coisas.

No entretanto, fui ao supermercado, para compras normais. Não sou de açambarcar, de encher a mala do carro com papel higiénico. Tudo normal, na conta certa, pensando que quando tudo acabar acaba para todos.

Chego e coloco-me no meu lugar, na fila à porta do supermercado, identificado quem é que me antecede na ordem. Não me ponho atrás de ninguém, nunca ultrapassei ninguém; na caixa, a cena repete-se, voltamos a aproximar-mo-nos, uns dos outros. E quando for a minha vez de entrar, faço-o naturalmente, respeitando a ordem do supermercado: *"por cada cliente que saí, entra outro"*.

Lá dentro, ninguém quer saber de distâncias, então junto ao talho, as pessoas aglomeram-se como se o vírus fosse uma invenção. Ninguém põe ordem no atendimento. Tiro a senha e ponho-me à distância.

Depois das compras, vou dar *"uma volta"*, saio de casa, de fato de treino, caminho em redor do Santuário de S. Torcato, e retorno a casa, meia hora ou pouco mais, depois.

A paisagem não é um cenário de guerra, de casas abatidas por bombas, e cujos escombros ainda ficam de pé, mas um lugar onde não há vida nem pessoas. A tão famosa bomba de neutrões que deixa os edifícios de pé e mata as pessoas, afinal, é o

"Sabe Joaquim, o que me incomoda é que esta infecção também afecta os nossos comportamentos, andamos como baratas tontas..."

Os espaços urbanos estão subnutridos da presença do ser humano.

VIDA IRRECONHECÍVEL

vírus Corona. Quase não vejo um cão, ou outro animal qualquer. O vento sopra leve na minha cara, dou mais uns passos e vejo o parque infantil enfeitado com as cores branca e vermelho, a igreja fechada, nenhum café aberto. Não há ninguém para dizer bom dia ou boa tarde. Nem à janela dos prédios.

Só no lar de idosos, vejo alguns idosos à janela do seu quarto. É o único sinal de vida que vejo nesta hora, para além de um outro carro que passa, com uma ou duas pessoas.

O terreiro de S. Torcato sempre foi um lugar animado, com festas, arraiais, gente grande e miúdos que ali passam o tempo. Agora é um lugar frio, sem alma e torna-se apenas recordação, do passado. Sim, este cenário de inquietante calma urbana, incomoda. Mas não tanto como nas grandes cidades europeias. Por aqui ainda vemos o movimento das folhas das árvores a mexer com o vento, contemplamos o verde dos campos, sentimos o odor de flores que brotam na Primavera e, para nosso gáudio, ouvimos o chilrear dos passarinhos, atarefados com a construção dos seus ninhos.

Ninguém sabe o que vem seguir e quando isto acaba. O futuro é agora algo mais estranho, do que no nosso tempo de crianças ou jovens.

Passo pela padaria, onde os clientes são atendidos a toque de caixa, é pegar no pão, pagar e sair. Ali, ainda em Dezembro, de manhã, alguns idosos sentavam-se à mesa, a tomar o pequeno almoço. Agora com a limitação de número de clientes no interior, não dá para mais. O único diálogo permitido é o *"bom dia"* e fecha-se logo a boca.

Já ninguém quer saber de futebol, de política, da vida do vizinho. O que importa agora é a saúde a única prioridade e já não é o trabalho. Esse continua a ser a tarefa - e a missão - de uns tantos: médicos, enfermeiros, pessoal auxiliar, bombeiros, forças de segurança, padeiros e pasteleiros, farmacêuticos, e funcionários do posto médico, trabalhadores da construção civil. Nesta calma, por vezes, silenciosa, até já perdi a memória de ver um autocarro dos transportes públicos. Se antes já eram poucos, agora são mesmo raros.

Só a mulher da drogaria vende sementes de plantas que havemos de comer: tomate, alface, couve e pouco mais. Mas será por pouco tempo, porque o tempo de emergência vem aí.

Pois, ainda se joga o totoloto, compra-se uma raspadinha, mas o *placard* já não é o jogo popular que era quando havia desporto em acção.

Agora, só se vê gente e movimento nas filas dos supermercados, no posto médico, no talho, na farmácia. Sem incidentes. De repente, há mais respeito pelo outro. Mas o silêncio é cortante, andamos de luvas, desinfectamos as mãos com álcool ou gel, usamos a máscara - nem todos -, poupamos nas palavras e nos cafés fora de casa.

É tudo quase como comida sem sal ou outro tempero. Os nossos hábitos mais básicos, quase nos foram negados, a nossa condição humana humilhada, em nome da protecção colectiva e da segurança individual.

Depois de esticar as pernas, tomar ar, retorno a casa. A tv espera-nos, a EDP ganha, ao chegar lavamos as mãos e gastamos mais água do que habitual, para o bem da Vimágua, que não baixa os preços, como alguns pretendem. Apenas nos deixa pagar as contas mais tarde 20 dias.

© Direitos Reservados

> Para alguns, meus vizinhos, a rotina é mais do mesmo, submetidos à ditadura dos quatro canais generalistas...

Para alguns, meus vizinhos, a rotina é mais do mesmo, submetidos à ditadura dos quatro canais generalistas. Para outros é tempo de ler, rever fotografias antigas, tratar do jardim, consultar. E com a TV à frente, sobra tempo para um filme, ou ver um canal espanhol, italiano ou inglês e outros tais incluídos no pacote da NOS. Se calhar ver o *National Geographic*, é bem melhor do que ver a Júlia Pinheiro ou outros que tais.

Também mergulhamos em pensamentos, ou viajamos, virtualmente, com a ajuda do *Facebook*, pelas pequenas tricas ou alguma actualidade. Há ainda uma oportunidade para a poesia, quer trocando poemas com os nossos amigos do *Facebook*, quer lendo os nossos melhores poetas portugueses. Também penso nas mulheres das confecções, que com garra, trabalham, sabendo que sem organização o contágio pode deixá-las em casa.

Enfim, vivemos todos uma vida de rico, sem riqueza, nem alegria porque a nossa vontade era mesmo trabalhar e concretizar alguns projectos, sentir a economia a girar, sem pôr em causa o nosso futuro. Nisto também as desigualdades nos marcam: há quem esteja a trabalhar arduamente, com a preocupação de ter filhos em casa, sem fazer nada, para manter fábricas operando e a maioria retida, sem contribuir para a riqueza nacional que vai ser distribuída, a torto e a direito, pelos milhões que apareceram agora, para isto e para aquilo.

Um dia depois de outro, deixa-nos em casa, a coberto da propagação do vírus, com a estranha sensação de não saber por onde anda ele, onde se aloja, quem o transporta. Não é um sufoco mas uma atribulação.

Nesta nova vida de eremitas, todos nós nos sentimos presos, ainda que a liberdade esteja na soleira da porta. Mas vivemos angustiados pela desconfiança, da nossa sombra, do ar que respiramos, da companhia dos que nos são próximos, sempre a lavar as mãos em sabão azul ou rosa, a lembrar outros tempos.

Enquanto isso, não nos esquecemos da chacina que abateu sobre europeus como nós, os espanhóis e italianos. Se gostamos das reportagens que por lá fazem, jornais e tv's inglesas, em que o drama fala por si, e nos faz arrepiar e até interrogar: em que mundo vivíamos nós, afinal, até agora? E que nos mostra quanto todos somos pequeninos, mesmos os mais poderosos ou ricos, e que o Corona nos classifica e coloca num nível de igualdade total.

Quanto sofrimento vemos à distância, apenas por imagens, sem ouvir o som do choro, sentir a perda de familiares, de pessoas a morrer sem dignidade humana, rapidamente colocados em contentores instalados, à porta do hospital, onde o frio conserva a morte, de corpos embalados em sacos de plástico, a caminho do crematório ou da incineração.

Que tristeza! Que dor! Esta chacina humana, destrói a sociedade moral e sentimental que construímos, assente num universo onde crianças, jovens, adultos e idosos podem e devem viver em unidade familiar, onde se cimentam valores, onde se implanta educação e respeito, onde os valores mais ricos da nossa civilização passam de geração em geração, de família em família. E onde todos cabem sem necessidade de segmentação em que a natureza cumpre o seu papel de selecionador, escolhendo quem vai e quem fica, todos a seu tempo, sem controle humano. Esta força da natureza todos a respeitamos e aceitamos. Mas o vírus intrometeu-se entre nós e a natureza e quer destruir os elos mais fortes que unem os seres humanos, a nossa espécie e a nossa civilização.

Neste cenário, quase assistimos a um desagregar da Europa - um projecto de união bem concebido, construído com avanços e recuos, agora infectado por inimigos da força colectiva da Europa, populistas que pretendem estoirar com um projecto só para conquistarem o voto de desinformados e incautos eleitores. Sim, porque a União Europeia, nem tem sucedâneo nem alternativa.

Agora, resta esperar pelo impacto da paragem da economia, de empresas que podem não se salvar nesta onda de pressão quase tectonica, de milhares de postos de trabalho que se podem perder, de riqueza que se pode destruir com ajudas diversas que não são para todos.

E de perceber onde estava tanto milhão escondido que pode não ser suficiente para as necessidades que vamos ter. ■

© Direitos Reservados

ENTREVISTA

Convicção de um médico de saúde familiar

"O vírus provocou um tsunami na nossa vida"

▶ Domingos Freitas é médico de família na Unidade de Saúde Familiar de Serzedo, que está na primeira linha de identificação do vírus. Reconhece que o Corona vai mudar muitos dos nossos hábitos de vida.

GA! - O vírus Corona mudou as nossas vidas e rotinas...
DF - Sim e profundamente, com as medidas de confinamento decretadas. De uma forma generalista, teremos este ano três períodos: até Junho, neste condicionamento violento das nossas vidas, quer profissional, familiar e social; no segundo período, que poderá corresponder ao período de verão veremos como se poderá comportar o vírus em época de temperaturas elevadas; depois teremos o novo ciclo de inverno com o período gripal habitual associado a COVID19. cuja dimensão desconhecemos. Neste período de tempo esperamos ter melhor conhecimento do comportamento do COVID19, perceber que tipo de imunidade poderá criar, na certeza que tem grau de contagiosidade muito elevado e com consequências catastróficas.

GA! - O combate não é contudo medicamentoso?
DF - De acordo com as recomendações em vigor, num primeiro momento em que se está infectado mas com sintomas leves, o tratamento é feito em casa e isolado. Se houver aparecimento de dificuldade respiratória o tratamento é hospitalar e de acordo com a situação clínica poderá ser necessário escalar até a unidade de cuidados intensivos. Ainda não há tratamento específico anti-viral para o COVID19.

GA! - Trata-se, afinal, de uma luta entre o indivíduo e o vírus?
DF - Sim. Aliás esta é uma regra geral: a luta entre agressor (vírus ou outro agente infeccioso) e as defesas do nosso organismo que são o nosso sistema imunitário. Há pessoas que, pela sua condição de saúde ou outras, a sua capacidade de defesa está comprometida por isso estão mais frágeis e vulneráveis. São estas pessoas que mais sofrem. Neste caso ainda não há vacinas que nos possam ajudar a aumentar as defesas, resta-nos a prevenção: evitar contactos e higienização rigorosa.

GA! - Quem é infectado e curado, passa a estar imune?
DF - Ainda não há evidências de que assim seja. Há a expectativa de que haja alguma resposta do nosso sistema imunitário. De que tipo? Com que capacidade protectora? Temos que aguardar e aprender.

GA! - Acredita que este Corona, seja um "*um bicho de laboratório*"?
DF - Não creio. A ciência tem estudado muito a evolução dos microorganismos e sabe-se que, no processo natural de evolução, há microorganismos que passam a barreira da espécie. Em particular os vírus, ao longo dos tempos, passaram das plantas para os animais e daí para a espécie humana. O exemplo mais conhecido recentemente foi o vírus da gripe das aves que passou a infectar os tratadores. Esta situação foi controlada, nessa altura, com o abate massivo de aves.

GA! - Este vírus tem a síndrome da solidão, da imprevisibilidade, da cobardia, ataca implacavelmente...
DF - Sim. Neste caso é totalmente

> "Perceber que tipo de imunidade poderá criar, na certeza que tem grau de contagiosidade muito elevado."

ENTREVISTA

Domingos Freitas é médico numa Unidade de Saúde Familiar.

© Direitos Reservados

diferente, determinado pela velocidade galopante do contágio e pelas consequências catastróficas que provoca. A luta contra este COVID 19 inclui impor medidas muito drásticas que ninguém imaginava sequer equacionar. Mas a ciência terá, com certeza, resposta. Infelizmente não temos prazos, mas a solução virá mais cedo ou mais tarde. Em tempo de emergência reforças as defesas e evitar contágios.

GA! - Porém, nesta pandemia...
DF - O que estamos a viver é equivalente a um *tsunami*, temos que evitar a destruição do primeiro impacto, mas vai-nos atingir a todos. Mesmo com menor impacto, mas todos vamos *"molhar os pés"*. Os que estão menos afectados tem que cuidar dos que mais precisam.

GA! - O isolamento social, continua a ser o melhor antídoto, para combater estes vírus?
DF - Infelizmente é assim. É a medida essencial para evitar a explosão de contágio. E todos temos que participar é muito difícil aceitar. Nós somos um ser gregário. O nosso estilo de vida inclui promover a socialização. Temos como adquirido que a nossa vida é gerida segundo as nossas decisões. Neste caso temos que submeter os nossos desejos a razões de importância maior que é a nossa saúde e a nossa sobrevivência.

GA! - Como se define este calendário de ataque ao vírus?
DF - A estatística aí está: número de infectados, número de internados, número de doentes em cuidados intensivos, número de mortes, número de curados, número de casos em vigilância, etc... sempre números trágicos.

> "O que estamos a viver é equivalente a um *tsunami*, temos que evitar a destruição do primeiro impacto..."

GA! - Contudo, há já casos que precisam de explicação?
DF - Sim. Houve um doente infectado com sintomas ligeiros a fazer tratamento em casa que recuperou ao fim do tempo estimado, e que vivia com a esposa que não apresentou qualquer sintoma, esta não foi infectada. Porquê? Ainda não se sabe. Sorte? Não parece. Sob um ponto de vista simples a conclusão pode ser: o seu sistema imunitário consegui vencer o vírus ou o seu sistema de defesa derrotou o vírus.

GA! - O Corona veio numa época onde ainda persistem doenças respiratórias, como as rinites, sinusites e outras.
DF - Estamos habituados a associar as doenças virais ao tempo frio, ao inverno. As gripes são doenças do inverno. A vacina da gripe recomenda-se em Outubro. Como será este caso? Em primeiro lugar como se vai comportar no tempo de verão? E depois, no inverno, associada às outras viroses? Vai ajudar na sua extinção ou propagação?

GA! - Como médico de uma Unidade de Saúde Familiar, como acha que o sistema de saúde pode responder?
DF - O sistema de saúde esta todo mobilizado. Está a responder adequadamente, desde as estruturas locais até aos hospitais. Apesar do cumprimento de regras implementadas no sentido de impedir a disseminação e contágio, a actividade clínica continua. As consultas não urgentes são reprogramadas. A capacidade hospitalar está mais alocada a pandemia. No entanto não há só pandemia. O hospital e as outras estruturas de saúde não encerraram para o resto das necessidades. Houve ajustes e mudanças no funcionamento. Mas a vida tem que continuar. Há crianças a nascer, há acidentes ou necessidades a que o hospital continua a dar resposta. Tudo o que é rotina tem que ser tratado na rede primária, para não sobrecarregar o sistema hospitalar. Existe pressão enorme a nível hospitalar, sobre todos os seus profissionais, das suas estruturas com quem todos temos de ser solidários e todos empenhados neste combate. E vamos vencer e seguir em frente.

> "Existe pressão enorme a nível hospitalar, sobre todos os seus profissionais, das suas estrututras com quem todos temos de ser solidários."

GA! - Como sente um médico de família, o impacto do vírus?
DF - É como uma fase de estágio, de diagnosticar e propor, se for caso disso, um tratamento hospitalar para situações que se tendem a agudizar. Felizmente, que sentimos apenas uma ondulação ligeira ao efeito *tsunami* a que se pode chegar depois se a onda atingisse proporções enormes. A normalidade de uma unidade de saúde familiar também teve de se ajustar à nova realidade, com menos consultas, uma racionalização de serviços, um atendimento diferenciado e por telefone, de modo a não produzir aglomerados de pessoas nas instalações. Mas ainda assim com muita atenção ao doente. Continuamos a trabalhar no horário completo, a tratar de assistir crianças e fazer consultas domiciliárias, uma vez que há quem precise desses serviços. ■

INVESTIGAÇÃO

Começou a operar em 6 de Abril por iniciativa própria

Capacidade do ICVS da Escola de Medicina da UM pode ainda aumentar...

Texto de: José Eduardo Guimarães

▶ Pode fazer mais de 200 testes por dia, graças ao equipamento que possui e a uma equipa de 80 investigadores voluntários que testam, a partir de amostras colhidas com uma zaragatoa, a presença de material genético do vírus responsável pelo COVID-19.

O Instituto de Investigação em Ciências da Vida e da Saúde (ICVS), da Escola de Medicina da Universidade do Minho, está a dar um contributo importante ao rastreio da população na detecção da infecção provocada pelo vírus que causa a COVID-19. Foram já feitos mais de 1000 testes nos seus laboratórios.

O ICVS começou por articular a sua acção com os Hospitais de Braga, Guimarães e Viana do Castelo mas rapidamente começou a trabalhar em rede com outras unidades de saúde e instituições do Minho, nomeadamente com as Câmaras de Braga e Guimarães. E com os lares de idosos, de modo especial.

Hoje, são feitos cerca de 200 testes por dia. Joana Palha, vice-presidente da Escola de Medicina, salienta que *"estamos disponíveis e preparámos-nos para dar o nosso contributo para combater esta pandemia"*. E realça: *"podemos fazer mais testes diagnóstico e com mais turnos"*, graças aos 80 voluntários, todos

INVESTIGAÇÃO

investigadores, das unidades da Universidade - ICVS, Centro de Engenharia Biológica, Centro de Biologia Molecular e Ambiental, Centro de Biologia Funcional de Plantas, Instituto de Ciência e Inovação para a Biosustentatibilidade, Departamento de Física. *"É muito reconfortante que estes jovens investigadores tenham mostrado a sua disponibilidade para mostrar as suas competências técnicas de modo a testar o maior número de pessoas"*- diz com satisfação.

Os investigadores, no ICVS, detectam a infecção do COVID-19 através de um processo de identificação de material genetico do vírus, servindo-se da técnica *gold standard RT-qPCR*. Um processo mais moroso do que os testes rápidos baseados na detecção por anticorpos (o mesmo princípio que os testes para HIV), mas com uma resposta mais precisa sobre a presença do vírus.

O manuseamento deste tipo de amostras requer um nível de segurança laboratorial elevado ao qual o ICVS está preparado uma vez que também neste instituto se estuda outros agentes infeciosos que levam a doenças como a tuberculose ou a malária. As melhores práticas internacionais, de detecção de viroses, estão a ser seguidas no ICVS. *"É um teste simples, não sendo tecnicamente difícil detectar se uma pessoa é portadora de um vírus activo"* - assegura Joana Palha.

Sobre resultados e incidências, Joana Palha não revela números, pois, os resultados são entregues às entidades que requisitam os testes.

A vimaranense Isabel Veiga, é uma das investigadoras que preparou o modelo operacional do procedimento para o diagnóstico do COVID-19 no ICVS em que o manual de procedimentos, colocado à disposição da comunidade científica, pode ser utilizado por institutos que não tenham definido o seu modo de agir, no trabalho com este vírus.

Os passos, para se alcançar um diagnóstico que responda a uma questão nuclear: o indivíduo é ou não portador do COVID-19, são descritos em 79 páginas, escritas em inglês.

Mas há mais mulheres investigadores, de Guimarães, voluntárias neste trabalho de testar a população. Entre elas Fernanda Marques, Eduarda Correia e Ana Freitas.

"Em termos simples, este teste baseia-se primeiramente na extração de todo o material genético presente na amostra, seguido de uma técnica molecular, RT-qPCR (sigla em inglês para transcrição reversa seguida de uma reação em cadeia da polimerase)*, que deteta a presença do vírus na amostra através de sondas complementares a partes do genoma do vírus, definindo assim se a pessoa está ou não infetada. O nosso principal contributo como investigadores, é o de complementar os laboratórios de diagnóstico nacionais que neste momento se deparam com escassez de kits de deteção próprios para uso em equipamentos mais automatizados e de processamento de grande número de amostras. O nosso conhecimento base, como biológos moleculares, permite-nos formular o nosso próprio kit com reagentes alternativos, reagentes estes que podem ser de produção 100% nacional. É um trabalho mais manual, mas que permite um diagnóstico contínuo e com a grande vantagem de se fazer um teste muito mais barato"* - revela Isabel Veiga.

Na Universidade do Minho, os investigadores voluntários, que se dedicam a este trabalho de detecção do COVID-19, são da área da biologia molecular com competência no uso desta técnica nos seus trabalhos de investigação. Porém, esclarece Isabel Veiga, nesta situação *"o que estamos todos a aprender é a fazer um trabalho de diagnóstico, muito diferente de um trabalho de investigação, que exige de todos nós muita coordenação em equipa, responsabilidade acrescida e por ser um trabalho em série, torna-se assim mais intenso mas igualmente fiável"*.

> Os investigadores voluntários, que se dedicam a este trabalho de detecção do COVID-19, são da área da biologia molecular...

O laboratório do ICVS está dotado do equipamento necessário e de investigadores para fazer mais. Neste momento, *"estamos já a testar utentes dos lares da região, para além de indivíduos encaminhados das unidades prestadoras de cuidados de saúde* (hospitais e agrupamentos de centros de saúde)*"* - afirma.

Se a comunidade científica fosse, mais cedo, envolvida no diagnóstico de detecção do vírus, muitos mais idosos e a comunidade em geral, já teriam sido rastreados, evitando casos mais dolorosos e cenários assustadores entre a população mais idosa.

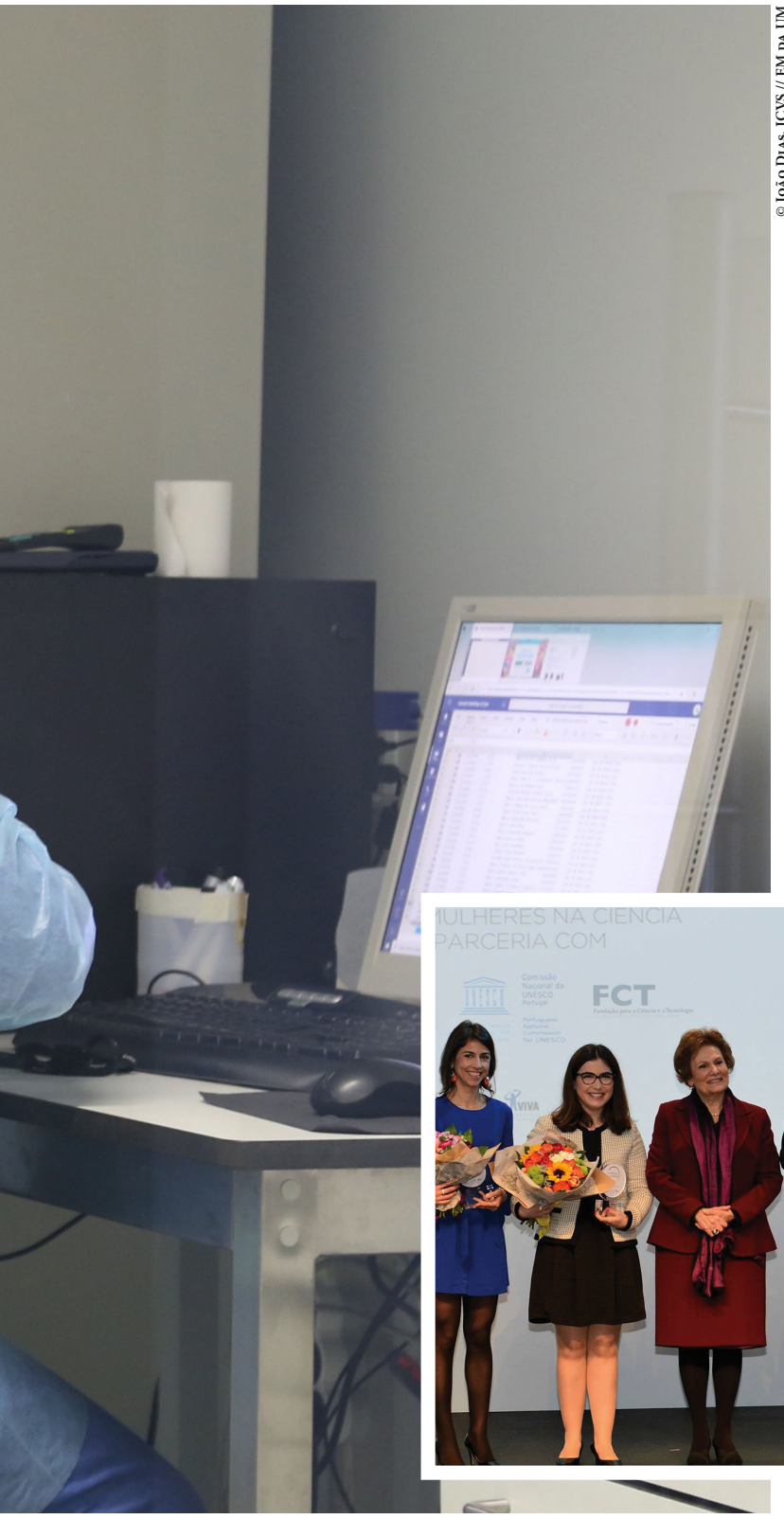
E se esta comunidade de investigadores, não tomasse a iniciativa, de se colocar ao serviço da região, a sua entrada ao serviço nesta luta contra o vírus ainda seria mais retardada, o que não é de todo compreensível, uma vez que as Universidades portuguesas estão dotadas do conhecimento desta técnica de diagnóstico e por consequência estariam preparadas mais cedo para dar o seu contributo, com meios humanos e técnicos.

O que está a fazer o ICVS no Minho, também o fazem outros institutos universitários no Porto, em Coimbra, Lisboa e Algarve. Todos se apresentaram ao serviço, por iniciativa própria, o que leva a pensar que o governo não reconheceu no início o potencial de investigação destes institutos neste cenário de guerra contra um vírus invisível.

O ICVS só começou a fazer testes a sério, depois de 6 de Abril, quando já estava disponível, há mais tempo sobretudo para ajudar os utentes dos lares de idosos.

Integrado na escola de Medicina, da UM, o ICVS foi criado em 2003, com o objectivo de melhorar a saúde humana por meio de pesquisas na área das ciências da vida. Os seus domínios de investigação são microbiologia e infecção, as neurociências, ciências cirúrgicas e saúde das populações. No âmbito da Tecnologia da Saúde, o instituto tem um consórcio com grupo 3B's, instalado no AvePark.

Uma equipa de 250 investigadores trabalha no ICVS, cujos trabalhos foram já publicados em mais de uma centena de publicações internacionais científicas *"top level"*/ano. ■



© João Dias, ICVS // EM da UM

Isabel Veiga (à direita) com Marcelo Rebelo de Sousa.

COVID19

Protecção Civil com reforço de verbas

Rede social de emergência apoiar mais vulneráveis

▶ A Câmara mobilizou um conjunto de instalações para abrigar pessoas mais vulneráveis e sem tecto. E tem uma lista de outros espaços que possam servir para alojar pessoal médico que tenha de fazer recolhimento em situações de contágio

É um plano de contingência habitacional, visando utilizadores diversos: os sem-abrigo, que não deverão ficar na rua, neste período de isolamento social. Num dos edifícios da Cercigui, na zona da Costa-Margaride, foi montada uma residência para cerca de 20 pessoas, devidamente equipadas com camaratas, instalações sanitárias, espaços de recreio.

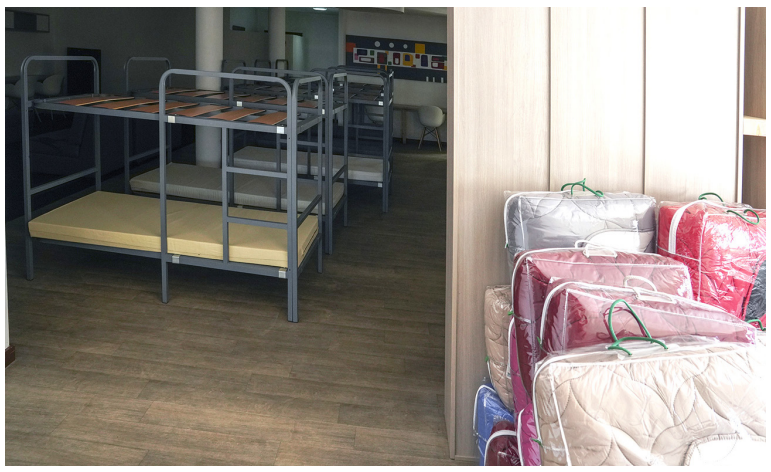
Em Candoso S. Martinho, na antiga escola, agora convertida em espaço cultural, as instalações foram adaptadas para receber pessoas em recuperação, e que sejam portadoras de vírus. Ou para idosos, sem condições habitacionais próprias e que precisem de recolhimento.

Outro espaço que serve para ser utilizado em período de quarentena, é o Seminário do Verbo Divino, também com valências mínimas e que pode receber pessoas afectadas pelo vírus. Sempre com a condição de não terem condições próprias de habitabilidade adequadas a um tempo de isolamento.

Os serviços de Saúde e o Serviço de Acção Social da Câmara estão em sintonia de modo a poder utilizar estes espaços se assim for necessário.

Igualmente, o serviço de Acção Social do Município, programa a constituição de um grupo de voluntários que possa ajudar em tarefas de acompanhamento dos mais vulneráveis, com distribuição de alimentos e entrega de refeições, numa acção coordenada com a Fraterna e com a Cruz Vermelha local.

Espaço Cercigui com condições dignas.



© Município de Guimarães

A ideia é constituir uma rede de apoio social de emergência, para dar respostas prontas e básicas a pessoas isoladas ou em vulnerabilidade no concelho, a que se juntam para além da Câmara e da Cruz Vermelha outros parceiros da Fraternidade Nun'Alvares, CNE, Casa da Juventude e *White Angels* e outros grupos informais.

Sob o lema *"Agarra-te à vida, por ti, por mim, por nós!"*, a Rede de Apoio Social de Emergência assegurará a distribuição de alimentos e a disponibilização de medicamentos, bem como apoio psicológico quando este se mostrar necessário.

O presidente da Câmara, anunciou, que o orçamento da Protecção Civil será reforçado, por uma verba a rondar o milhão de euros, de modo a assegurar os encargos decorrem da operação Covid19 que trará transtorno às pessoas e ao seu modo de viver.

A ideia é proteger a saúde dos cidadãos e dos agentes públicos, situação que será sempre uma prioridade. ■

"Todos com Todos" junta instituições de Guimarães

O Vitória Sport Clube e a Liga dos Amigos do Hospital Senhora da Oliveira, em sintonia com a Câmara Municipal de Guimarães, e em representação das gentes de Guimarães, desenvolvem uma campanha *"Todos com Todos"*, que visa a criação de uma conta bancária para onde podem ser encaminhadas todas as comparticipações financeiras que particulares, empresas e instituições pretendam efetuar no sentido de serem adquiridas mais fardas, mais máscaras, mais camas articuladas, mais produtos de higiene de todo o género para que os profissionais do nosso Hospital Senhora da Oliveira e estruturas de saúde complementares enfrentem a pandemia provocada pelo COVID2019 nas melhores condições de segurança e eficiência.

Neste momento complexo que a nossa sociedade enfrenta, mais do que discutir, importa agir, perante as complexidades inesperadas e imprevisíveis que o Serviço Nacional de Saúde enfrenta face à pandemia provocada pelo COVID19.

Apesar de terem sido adquiridos ventiladores, equipamentos complementares e acessórios, sem dotação orçamental, num rasgo arriscado e louvável do Hospital, são necessárias mais fardas, mais máscaras, mais camas articuladas, mais produtos de higiene de todo o género. ■

Departamento de Desenvolvimento do Território ● Divisão de Gestão Urbanística

CÂMARA MUNICIPAL DE GUIMARÃES

AVISO
PROCESSO N.º 1209/16

FERNANDO JOSÉ BARROS PACHECO SEARA DE SÁ, Vereador da Câmara Municipal de Guimarães, com competências delegadas e subdelegadas para o efeito, faz público, em cumprimento do disposto na alínea a) do n.° 2 do artigo n.° 78.° do Decreto-Lei n.° 555/99, de 16 de dezembro, na sua atual redação, que a Câmara Municipal de Guimarães, emitiu em 2020/01/06, o ALVARÁ DE LOTEAMENTO N.º 1/20, em nome de FRANCISCO RICARDO LOPES FERNANDES, cartão de cidadão n.° 12151945, NIF 217295614, residente na rua da Carreira de Baixo, n.° 621, união de freguesias de Prazins Santo Tirso e Corvite, concelho de Guimarães, através do qual é licenciada a operação de loteamento e as respetivas obras de urbanização, que incidem sobre o prédio sito na rua da Portelinha, união de freguesias de Selho São Lourenço e Gominhães, descrito na Conservatória dos Registos Predial, Comercial e Automóveis de Guimarães sob o n.° 1056/Selho S. Lourenço e inscrito na matriz predial urbana sob o artigo n.° 891, da união de freguesias Selho S. Lourenço e Gominhães. Área abrangida pelo Plano Diretor Municipal.

OPERAÇÃO DE LOTEAMENTO COM AS SEGUINTES CARACTERÍSTICAS:
- Área do prédio a lotear: 4.337,00m2
- Área total de construção: 662,00m2
- Volume total de construção: 2.383,20m3
- Número de lotes: 2, com as áreas de 1.546,00m2 e 2.626,00m2
- Número de pisos máximos: 1
- Número de lotes para habitação: 2
- Número de fogos total: 2
- Área de cedência para o domínio público municipal 165,00m2 de terreno, destinados a baía de estacionamento, de acordo com a planta arquivada nos serviços da Câmara Municipal. Para conclusão das obras de urbanização foi fixado o prazo de 2 anos. Para conhecimento geral se publica o presente Aviso em jornal local.

Paços do Concelho de Guimarães, 06 de Janeiro de 2020
O Vereador
(com competências delegadas e subdelegadas para o efeito por despacho do presidente da câmara de 19-10-2017)
Fernando Seara de Sá

Departamento de Desenvolvimento do Território ● Divisão de Gestão Urbanística

CÂMARA MUNICIPAL DE GUIMARÃES

AVISO
PROCESSO N.º 1050/18

FERNANDO JOSÉ BARROS PACHECO SEARA DE SÁ, Vereador da Câmara Municipal de Guimarães, com competências delegadas e subdelegadas para o efeito, faz público, em cumprimento do disposto na alínea a) do n.° 2 do artigo 78.° do Decreto-Lei n.° 555/99, de 16 de dezembro, na sua atual redação, que a Câmara Municipal de Guimarães emitiu o aditamento de licença n.° 1/2020, ao loteamento licenciado pelo alvará n.° 31/88, através do qual é licenciada as alterações aos lotes A e B, que incidem sobre o prédio sito no lugar de Lamadárias, união de freguesias de Arosa e Castelões, requerido em nome de ANTÓNIO JOSÉ GONÇALVES HENRIQUES, portador do BI n.° 00813701, NIF 130950602, residente no lugar de rua Luís de Camões n.º 2203, união de freguesias de Arosa e Castelões, concelho de Guimarães. Foi aprovado por despacho do Presidente da Câmara, Domingos Bragança, datado de 2019/10/23 e meu despacho datado de 2019/11/20, respeita o disposto no Plano Diretor Municipal e consiste na regularização de um armazém de apoio ao comércio/serviços e casa das máquinas levado a efeito no lote A, regularização de um armazém de apoio ao comércio/serviços levado a efeito no lote B e a alteração das áreas de implantação, construção e volume de construção nos edifícios levados a efeito nos respetivos lotes. O lote alterado (A) mantém a área inicial (950,00m2) e destina-se a um edifício com 2 pisos acima da cota soleira, para máximo de 1 fogo, 1 comércio/serviços e 1 armazém de apoio ao comércio/serviço e de casa das máquinas. Está descrito na Conservatória dos Registos Predial, Comercial e Automóveis de Guimarães sob o n.º 428/Castelões e inscrito na matriz predial urbana sob o artigo n.° 346. A área máxima de construção e o volume máximo de construção são de 425,90m2 e 1.451,35m3, respetivamente. O lote alterado (B) mantém a área inicial (950,00m2) e destina-se a um edifício com 2 pisos acima da cota soleira, para máximo de 1 fogo, 1 comércio/serviços e 1 armazém de apoio ao comércio/serviço. Está descrito na Conservatória dos Registos Predial, Comercial e Automóveis de Guimarães sob o n.° 429/Castelões e inscrito na matriz predial urbana sob o artigo n.° 348. A área máxima de construção e o volume máximo de construção são de 425,35m2 e 1.440,00m3, respetivamente. Para conhecimento geral se publica o presente Aviso em jornal local.

Paços do Concelho de Guimarães, 10 de Janeiro de 2020
O Vereador
(com competências delegadas e subdelegadas para o efeito por despacho do presidente da câmara de 19-10-2017)
Fernando Seara de Sá

OPINIÃO

Paulo Castelo Branco
Arquitecto
paulo.branco@guimaraesagora.pt

Os dias em que a Terra parou

Confinado ao recolhimento doméstico (...), ponderei sobre a utilidade de lançar aos leitores redundâncias sobre o momento parecendo-me que, a visão de um arquitecto, muito pouco acrescentaria ao já amplamente divulgado - sobretudo quando não é sobre cidades e paisagens, mas sobre uma Planeta em sofrimento, que urge ponderar. Perante o presente desafio torna-se-me obrigatório escrever como pessoa de pessoas simples ou poderosas e da sua condição individual e colectiva perante uma pandemia cujas causas e efeitos são tudo menos claros. Iremos ultrapassar este momento mas não é nada cedo para reflectir sobre esses *"Cisnes Negros da Modernidade"* – imagem usada por António Costa Dias aludindo a *Karl Popper* - que irão assolar mais vezes as águas, as terras e os céus dos pobres ou ricos, solidários ou egoístas, com fogos incontroláveis, fome, doenças e guerras... se nada mudar. O tipo de vida contemporâneo, paradoxalmente individualista e massificado, desequilibrou um planeta sobrepovoado confinando a riqueza a menos de 1% da população. O sistema neoliberal cultua o Ter, inventa necessidades, desmata florestas, polui o mar e o ar, origina guetos de indignidade sanitária. Os Poderes, concentrados em oligarquias e corporações situacionistas - das quais não nos libertamos - vão abrindo portas a reacções populistas que dividem sociedades, erigem muros, negam evidências ambientais e até o problema que vivemos. Parece pois estar-se numa encruzilhada, num colete-de-forças economicista, tecnocrático, fiscalista e legalista em que uma ínfima infração ao Código da Estrada é Crime perante uma Justiça corrompida, uma Bolsa omnipotente, uma Indústria de Armamento promotora de guerras ou Farmacêuticas suspeitas de serem parte do problema... Inúmeras vão sendo as teorias da conspiração atribuindo este pesadelo a esta ou aquela Potência, multiplicando-se as acusações - há até livros, filmes e conferências onde se previa tudo isto e mesmo o nome da coisa... Sem demérito para os *"visionários"*, quedo-me por citar parte de um artigo de Rui Pedro Antunes no Observador de 20 de Março - *"Especialistas ouvidos pela CNN explicam que foram as mudanças no comportamento humano – a destruição dos habitats naturais acompanhada de um grande fluxo de pessoas que existe no mundo – que permitiram que chegassem aos humanos doenças que antes se ficavam pela natureza e que atingiam apenas animais."* Talvez isto seja parte de uma verdade que, julgo, se resume numa simples frase – fragilização da biosfera. Fustigados pela insolidariedade internacional, pelas assimetrias generalizadas, maus hábitos alimentares, baixos níveis de educação e sentido critico, vivemos desencantados uma crise de Valores que nos fez esquecer o Ser e cujos efeitos vamos pagando caro. Urge, celeremente, repensar a forma como gerimos o nosso ecosistema económico, social e natural e como deverá ser a Vida, nos seus delicados e complexos contornos, depois destes desencantados dias em que a Terra parou.

> Urge, celeremente, repensar a forma como gerimos o nosso ecosistema económico, social e natural e como deverá ser a Vida...

OPINIÃO

Miguel Leite
Fisioterapeuta
miguel.leite@guimaraesagora.pt

"Qualquer atividade física é melhor que nenhuma"

Vivemos dias atribulados nas nossas rotinas diárias, em que muitos de nós se encontram sobretudo em distanciamento social (objetivo profilático e responsável determinado pela Direção Geral de Saúde devido à pandemia COVID-19) em suas casas, e por isso, limitados nas suas atividades de vida diária. Esse *"confinamento"* inerente a um determinado espaço físico pode trazer alguma tendência para o sedentarismo e estados depressivos, e cabe a cada um de nós a responsabilidade de que tal facto não suceda, para bem da nossa saúde física e emocional. Como tal, é fundamental mantermos uma atividade física regular para potenciar toda a funcionalidade do nosso corpo (constituído por múltiplos sistemas) e consequente bem-estar geral. A realização de mobilidade articular e muscular global passa por gestos simples como levantar/sentar, subir e descer escadas, realizar tarefas domésticas (aspirar, varrer, brincar com os filhos (as) entre outras), que pelo simples facto de interromper longos períodos de repouso e apesar de serem consideradas *"atividades leves"* (quando comparadas com exercícios vigorosos) sempre que realizadas ao longo do tempo trazem vantagens inequívocas à nossa saúde. Tal situação contribui para um gasto energético progressivo e para uma homeostasia positiva do nosso sistema corporal. Não devemos nunca negligenciar uma vida fisicamente ativa, prevenindo dessa forma o aparecimento de *"estados de enfermidade"*, como sendo, a doença coronária, a hipertensão arterial, o acidente vascular cerebral, a diabetes tipo II, a obesidade, a patologia cancerígena, a depressão, a existência de quedas, entre outras. A nossa funcionalidade cardiorrespiratória necessita de estímulos concretos e constantes que passam por atribuirmos mobilidade ao nosso estilo de vida. A existência de novas tecnologias cada vez mais intuitivas na sua utilização, permitem também uma série de aulas elaboradas por profissionais do exercício e saúde devidamente credenciados, que orientam a realização de diferentes tipos de treino, com o objetivo de potenciar uma atividade diária regular e consequente bem-estar de quem as realiza, sendo direcionada para todo o tipo de idades. Lembrem-se, fomos *"desenhados"* para o movimento, por isso, devemos manter a nossa condição física e cognitiva sempre dinâmica e desperta ainda mais numa situação tão inesperada na qual vivemos nos dias de hoje. Sejamos todos conscientes e juntos cresceremos em saúde.

> É fundamental mantermos uma atividade física regular para potenciar toda a funcionalidade do nosso corpo e consequente bem-estar...

10 000

EXEMPLARES

Guimarães, agora!

ANUNCIE AQUI:

+351 93 117 39 15 | 96 986 11 82

publicidade@guimaraesagora.pt

www.guimaraesagora.pt