



# SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DA GUARDA

Março 2015  
Trimestral  
Distribuição gratuita



**Mensagem de D. Manuel Felício  
Bispo da Guarda** ■ Pág.2

**Entrevista à Secretária Geral da  
Misericórdia da Guarda** ■ Pág.4

**Os desafios do novo QREN nas palavras  
de Manuel de Lemos, Presidente da União  
das Misericórdias Portuguesas** ■ Pág.8

# A Páscoa da Cruz Florida

Diz assim um dos hinos próprios do tempo da quaresma preparatório da festa da Páscoa:

*“Crescem nas asperezas do caminho pequenas flores brancas de esperança. Não podem os espinhos afogá-las, pois foi o amor quem as chamou vida”.*

E continua:

*“À semente do bem e da verdade mistura-se a cizânia do inimigo. Estende-nos, Senhor, a tua mão; salva do mal os corações feridos”.*

Celebrar a Páscoa para o conjunto dos irmãos da Irmandade da Santa Casa da Misericórdia da Guarda, na fidelidade aos princípios evangélicos, há-de, de facto, diante da cruz florida de Cristo Ressuscitado, contribuir para “salvar do mal os corações feridos”. Assim, esta Irmandade colabora na obra de Deus, interpretando os sentimentos do Seu coração de misericórdia, que não desiste de abrir sempre caminhos novos de esperança aos corações desanimados e, porventura, já abandonados na berma da estrada. É, de facto, essa a missão de qualquer Misericórdia – ir ao encontro dos desanimados e mesmo dos desesperados da vida, dos que já desistiram de lutar por viver com dignidade.

Por outras palavras, muito ao jeito do Papa Francisco, que esta semana cumpre dois anos de pontificado, é sair ao encontro das periferias, qual hospital de campanha, para atender todos os feridos da vida. E é isso que se espera também da Irmandade da Santa Casa da Misericórdia da Guarda. Cumpre o estatuto de todas as IPSS, mas tem de ir mais longe. Tem de

levar visível em todos os seus programas e actividades a marca da caridade evangélica. E esta marca é de todos os irmãos da Irmandade, mas tem de o ser principalmente de quantos, nos corpos sociais eleitos e homologados pela competente autoridade eclesiástica, se dispõem a servir a instituição sem qualquer outra recompensa que não seja o dever cumprido. Deve ser também a marca distintiva de todos os seus funcionários, incluindo os quadros superiores, que ao aceitarem os respectivos cargos, se comprometem a contribuir para a mais valia dos serviços da Misericórdia relativamente a todas as suas congéneres de intervenção social.

Pertence, de facto, à Irmandade da Santa Casa da Misericórdia e seus serviços de acção social contribuir para que, no deserto da vida de muitas pessoas e, como infelizmente estamos a verificar, em largas faixas da sociedade, sejam semeadas e cultivadas essas flores brancas de esperança, que os espinhos não poderão afogar pois são semeadas pelo amor de quantos se empenham na vida da Misericórdia.

A luta entre o trigo e o joio, dos espinhos contra as flores não acabará tão depressa quanto seria desejável, pois ela faz parte da condição humana. Mas no horizonte já se adivinham

os sofrimentos transfigurados pela cruz florida, representando o amor invencível de Cristo Ressuscitado que continua a oferecer a toda a humanidade razões novas de esperança.

† Manuel R. Felício, Bispo da Guarda



**Ficha Técnica** | Revista Trimestral

**Propriedade:** Santa Casa da Misericórdia da Guarda, Rua Francisco dos Prazeres, 7 - 6300-690 Guarda, Telf. 271 232 300, scmgnoticias@gmail.com; **Direção:** Mesa Administrativa; **Coordenação:** Teresa Gonçalves;

**Capa:** Foto - Procissão dos Passos na Guarda (arquivo da Foto Viriato)

**Execução gráfica:** Marques & Pereira, Lda.; **Depósito Legal:** 372896/14; **Tiragem:** 1000 exemplares.

A opção da grafia, observando ou não as regras do novo acordo ortográfico é inteiramente da responsabilidade dos autores dos textos.



# A Palavra do Provedor



A acção benfazeja da Santa Casa da Misericórdia só é possível com o altruísmo e a gratuitidade da acção dos membros dos órgãos sociais, designadamente da Mesa Administrativa e o trabalho dedicado dos nossos 180 trabalhadores e trabalhadoras e de outros dedicados colaboradores (designadamente médicos e senhoras que cuidam da Igreja), que nos ajudam a suavizar o sofrimento dos nossos doentes e a dar um aspecto digno às nossas Valências.

É um trabalho contínuo e desgastante, mas compensador, por concretizar as obras de misericórdia, razão de ser das Santas Casas da Misericórdia, nascidas há mais de cinco séculos, à "sombra" da Igreja Católica e sob protecção da Rainha D.<sup>a</sup> Leonor.

As Misericórdias prestam serviços que competem ao Estado, mas que este, se o fizesse, os prestaria com menos qualidade e a mais elevado custo. Alguém acredita que o Estado paga às Misericórdias, pelas camas nas Unidades de Cuidados Continuados, uma média de 80 e tal euros, quando bem

sabe que uma cama em hospital público custa cerca de 450,00€/dia?

Alguém acredita que o Estado paga às Misericórdias, por cada refeição servida a pessoas necessitadas e no âmbito do PEA (Plano de Emergência Alimentar), 2,50€/dia?

Alguém acredita que o Estado financia a Creche/Jardim de Infância por forma a que o saldo seja cronicamente negativo?

Claro que a Misericórdia, para além de se preocupar com a saúde, alimentação e outros aspectos materiais dos utentes e residentes, não descarta os interesses espirituais.

E, neste aspecto, o nosso capelão é atento e inexecedível. Prova disso, é a celebração da Eucaristia nos Lares da Vela e Guarda, com Confissões individuais sempre que necessário.

\*

O dia 19 de Março, foi (como sempre) um dia especial no Centro de dia da Guarda. Celebrada a Eucaristia pelo

Capelão, Sr. Cónego Matos, seguiu-se o almoço, naturalmente melhorado. Os Órgãos Sociais fizeram questão em fazer-se representar.

Todos manifestaram o desejo de rápidas melhoras ao utente Sr. Amadeu, até porque, sem ele, o Centro de Dia não é o mesmo.

\*

As Cerimónias da época quaresmal, nomeadamente as Procissões dos Passos e do Enterro do Senhor traduzem-se em momentos de sã religiosidade popular. O Povo da Guarda acorre sempre em massa para neles participar, em ambiente de recolhimento, sendo de destacar a habitual colaboração do Corpo Honorário dos Bombeiros Egitanenses.

O Provedor  
**Jorge Fonseca**

# Na primeira pessoa... Isabel Bandurra | Secretária Ge

**Isabel Bandurra, 49 anos, natural de Almeirim, licenciada em economia, aficionada do Capote Alentejano e do Botim Ribatejano, simpatizante no Inverno de umas descidas de ski numas encostas nevadas e de serões à lareira, ou no Verão, de um prato de caracóis! Praticante da cultura dos valores familiares, sonho com um mundo mais justo e menos hipócrita, e desejo que os meus sonhos se concretizem.**

**Não sendo natural desta zona, quando e como chegou à cidade. Qual foi o seu percurso profissional. Onde e em que área começou a trabalhar?**

**IB:** Desde muito nova que os meus pais me foram dizendo que a maior herança que me podiam deixar era uma formação superior como instrumento de trabalho.

Agarrada essa “enxada”, iniciei a vida profissional em 1992 na INDEP (Indústrias Nacionais de Defesa EP), indústria metalomecânica composta pela fábrica de armas e munições de grande calibre em Braço de Prata (FBP) e pela fábrica de munições de pequeno calibre (FNMAL) em Moscavide. Tive o privilégio de “assentar praça” no Gabinete de Controlo de Gestão, sob a alçada directa do Sr. Eng. Armando Jorge Martins Barreira, pessoa de elevada capacidade e competência e que sempre soube perceber que por trás de um profissional há também uma pessoa com todos os seus valores, mas também com algumas fragilidades. Este gabinete assessorava directamente o Conselho de Administração da fábrica. Por ali passavam todas as linhas estratégicas emanadas pelo Ministério da Defesa, desde o controlo mensal da sua actividade produtiva, com a elaboração do “Tableaux de Bord” destas duas unidades (FBP e FNMAL), a elaboração dos orçamentos anuais a submeter à tutela, até aos grandes projectos de requalificação/modernização do processo produtivo e seu controlo na execução.



Com a redução de efectivos, foi-me ainda entregue, em acumulação, a direcção do Gabinete de Informática o qual assumi numa fase bastante difícil da Empresa, devido à decisão governamental de desactivar a produção de munições

em Portugal.

É então que em Dezembro de 2002, me surgiu o desafio de vir para a Guarda, como Secretária Geral da Santa Casa, uma vez que nessa altura se sentia a necessidade de implementar uma gestão

# al da Misericórdia da Guarda



profissionalizada da Instituição, modernizando-a e tornando-a competitiva.

Apesar de difícil, a decisão de abandonar uma vida profissional e social de mais de 11 anos em Lisboa, decidi aceitar o repto, pôr fim ao contrato que me ligava à INDEP e, com o apoio familiar, nomeadamente do meu irmão (João Bاندurra), advogado, residente na Guarda desde 1989, fazer as malas e rumar à Alta Beira em 2 de Janeiro de 2003.

### Que conhecimento tinha da realidade das Misericórdias e da gestão neste tipo de Instituições?

**IB:** Das Misericórdias conhecia apenas a face visível do trabalho que desenvolvem. Trazia no entanto na bagagem, o conhecimento de que estas Instituições devem ser geridas de forma profissional, tendo por base uma estrutura de centros de custos, devido à diversidade das suas áreas de actuação, matérias que domino e que de forma insipiente se encontravam em utilização. Faltava-me a interiorização

da Missão da Instituição e o conhecimento dos objectivos da Mesa Administrativa, o que não me foi difícil de apreender, iniciando a gestão da Instituição sempre com respeito por esses desideratos.

### Quais as funções de uma Secretária Geral?

**IB:** De uma forma simplista, transcrevo a definição de Secretária Geral do ACT (Autoridade para as Condições do trabalho) que rege as Misericórdias, "Dirige exclusivamente, na dependência da Direcção, Administração ou da Mesa Administrativa da Instituição, todos os serviços; apoia a Direcção, preparando as questões por ela a decidir".

### Que alterações foram introduzidas com a sua entrada na Instituição?

**IB:** A principal alteração introduzida foi uma gestão profissionalizada da Instituição. As restantes alterações resultaram de directivas delineadas pela Mesa Administrativa, passando a existir um

interlocutor directo entre as diferentes valências e a Mesa; alteração de procedimentos administrativos, tornando-os mais completos e simples para posterior decisão; criação de procedimentos contabilísticos para um maior controlo dos recursos financeiros da Instituição; optimização e utilização de ferramentas informáticas já existentes mas que estavam a ser utilizadas de forma individualizada; optimização dos recursos existentes, centralizando-os, por forma a criarem economias de escala, nomeadamente a nível dos fornecedores, lavandaria e cozinha centrais.

### Na sua opinião, tendo em conta as actividades e o número de valências da Misericórdia, a equipa que faz a assessoria à Mesa e directamente ao Provedor é suficiente?

**IB:** Tendo em conta que a Mesa Administrativa é composta pelo Sr. Provedor, sete Mesários efectivos e três Mesários suplentes e que cada um dos elementos tem, a seu cargo, uma das valências, que a colaboração dos mesmos é uma mais-valia na gestão das valências, que em cada uma delas existe um Director e que ainda existe uma Coordenadora Geral que actua directamente com estes Directores, a equipa que assessoria a Mesa e o Sr. Provedor parece-me ser suficiente.

### É difícil a gestão das diversas valências da Misericórdia?

**IB:** Não!

### Que diferenças existem em relação a outras Instituições.

**IB:** A gestão da Misericórdia, é trabalhosa, exigente e complexa, porque exige um conhecimento variado das áreas que abrange. Basta dizer que é tutelada por três Ministérios: Segurança Social, Saúde

e Educação! Logo, exige uma atenção e actualização quase diária.

**Considera a actual gestão eficiente? O que se poderia melhorar ou modificar?**

**IB:** Se considerarmos que a gestão é uma actividade dinâmica, podemos dizer que a cada momento ela é eficiente, no entanto ela é alvo de melhorias e alteração de procedimentos sempre que se entenda por conveniente, ou quando as estratégias delineadas pela Mesa Administrativa assim o definam.

**Estando o seu trabalho focalizado nos números, na gestão, bem como na assessoria à Mesa Administrativa, haveria vantagens numa maior descentralização de funções, ou essa realidade já existe?**

**IB:** Como referi, a gestão é uma actividade dinâmica, logo também a descentralização de funções é um processo dinâmico e progressivo. Apesar de já existir, não implica que esse processo não possa ter uma maior abrangência. No entanto, em minha opinião, a descentralização implica a natural formação e a consequente responsabilização e isso depende da vontade e objectivos da Mesa Administrativa, que é o Órgão que define as linhas orientadoras da gestão da Instituição.

**Outra das funções que desempenha passa por todo um trabalho burocrático ligado à elaboração e apresentação de Projectos. Tendo em conta o próximo quadriénio, que grandes planos de acção, que grandes projectos estão programados?**

**IB:** O primeiro grande plano de acção que foi delineado para o próximo quadriénio é garantir a sustentabilidade da Instituição e tentar manter em funcionamento todas as suas valências. Para isso, a Instituição vai ter de estar atenta às medidas governamentais e às oportunidades daí decorrentes para actuações sociais e assim minimizar os efeitos do que lhe é desfavorável.

Os grandes projectos estão directamente ligados ao quadro comunitário



2020 com, numa primeira fase, a requalificação do Lar na Guarda e posteriormente o Lar na Vela.

**Quais pensa serem as maiores dificuldades da Misericórdia em termos de sustentabilidade das suas valências? Qual ou quais representam maiores “dores de cabeça” (traduzidas em números)?**

**IB:** No que respeita à sustentabilidade das valências, o que mais preocupa é o nível de taxa de ocupação das mesmas, uma vez que as verbas recebidas da tutela dependem directamente dessa relação. Este factor, correlacionado com o nível de exigências das tutelas no que concerne à disponibilização de meios humanos e físicos, em Instituições como a Misericórdia (que tem valências com muitos anos), torna-se preocupante o investimento necessário para o cumprimento de tais exigências.

Sem mais delongas, diria que, a maior dor de cabeça é o somatório dos custos com matérias vendidas e consumidas, os gastos com pessoal e os fornecimentos e serviços externos que por ano consomem cerca de 95% dos proveitos, deixando apenas 5 % para inovações e reestruturações.

**Neste momento, qual o número de utentes e residentes, assistidos pela Misericórdia em todas as valências?**

**IB:** Neste momento são 687, subdivididos em: Lares na Guarda e Vela 167;

Centros de dia na Guarda e Garda Gare 31; Creche e Jardim de Infância 27; ATL 52; Conservatório de Música 260; Unidade de Cuidados Continuados 37; Programa de Emergência Alimentar 20.

**Outra das áreas delicadas passa pelo número elevado de refeições que são servidas nas valências, refeições confeccionadas na cozinha central (na Vela). Qual o número de refeições diárias e o que mudou desde que se centralizou o serviço? Houve ganhos?**

**IB:** A cozinha central serve neste momento cerca de 550 refeições diárias. Fundamentalmente houve uma optimização de recursos humanos e recursos técnicos afectos às cozinhas existentes até à implementação da cozinha central. Se não vejamos: de 5 cozinhas existentes, passou a haver uma; de 7 cozinheiras passaram a existir 3; de 9 ajudantes de cozinha, passaram a existir 6; já para não falar nos recursos financeiros poupados a nível das manutenções de equipamento. Isto tudo, sem um único despedimento.

Os ganhos foram visíveis, criando economias de escala em diversas áreas, nomeadamente, como já referi, com a redução de manutenção de equipamentos, de custos com pessoal, de desperdícios em géneros alimentares, ou mesmo na facilidade e negociação de preços dos mesmos géneros.

**Dado o elevado número de refeições, é possível assegurar a qualidade?**

**Tem surgido, nomeadamente no Lar da Guarda e UCC (Unidade de Cuidados Continuados) algum descontentamento em relação às refeições. Essas queixas existem? Caso correspondam à realidade, como pensa a Misericórdia ultrapassar este problema?**

**IB:** Uma das premissas da Mesa Administrativa é a qualidade, motivos que levaram à implementação de todas as normas de HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points). No entanto, o ser humano, por natureza, é adverso à mudança, pelo que as insatisfações sejam normais. Importa saber se são reais e a sê-las, há que agir. Tal como a gestão, também esta actividade da Misericórdia é, e tem de ser, dinâmica, uma vez que não podemos ver os utentes todos da mesma forma, pois os seus ambientes de origem são díspares, já para não falar das suas idades! A cozinha serve utentes dos 4 meses até aos (bonitos) 102 anos.

Creio que, com a actuação séria que pauta esta Instituição, esta recente mudança e os seus efeitos, rapidamente passarão a uma falsa questão.

**Dos anos passados na Misericórdia, que olhar (crítico) tem sobre a Instituição onde trabalha? E na comunidade, que imagem tem a Misericórdia, na sua opinião?**

**IB:** Inicialmente em 2003, entendi que a Misericórdia era uma Instituição fechada sobre si própria. Com a abertu-

ra dos Cuidados Continuados (em 2006), em que foi pioneira com mais meia dúzia de Misericórdias, entendeu a Mesa Administrativa, que a sua equipa técnica tinha de colaborar de forma proactiva e ajudar outras instituições a desenvolver os seus projectos, abrindo os seus conhecimentos aos outros.

A comunidade de uma forma geral, ainda tem uma visão pouco esclarecida acerca da Misericórdia, pois é frequente ouvir-se dizer que “a Misericórdia é rica”, o que está longe da verdade. A Misericórdia da Guarda é uma Instituição que luta diariamente por uma gestão rigorosa e atenta às vicissitudes de pertencer ao sector social, em que apoiar os mais necessitados não tem retorno monetário.

**A Misericórdia da Guarda e outras Misericórdias, têm sabido adaptar-se aos novos tempos, às novas realidades, tanto a nível de gestão, como ao nível da comunicação?**

**IB:** Só posso falar do que sei, daí que afirmo apenas que a Misericórdia da Guarda tem feito um esforço para se adaptar aos novos tempos, sabendo que por vezes o esforço é muito grande, pois os custos são elevadíssimos e os resultados pouco palpáveis, mas significativos. Por exemplo: a criação de parte da rede interna de comunicação teve custos elevados, mas os resultados foram evidentes; a integração de todos os programas informáticos foi outro dos investimentos

pesados mas o seu resultado também foi notório; a criação da lavandaria e cozinha centrais, foram dois investimentos avultados mas que rapidamente demonstraram ganhos financeiros, quer pela optimização de recursos humanos quer pela optimização dos gastos com fornecedores ou mesmo pela diminuição dos desperdícios. Por tudo isto, entendo que a Mesa Administrativa da Misericórdia da Guarda, dentro das suas prioridades, tem sabido adaptar-se aos novos tempos, a todos os níveis.

**Como sente a cidade onde trabalha e que foi descobrindo ao longo dos anos? Como classifica o lugar e as pessoas?**

**IB:** Poderia responder simplesmente, como tenho feito em variadíssimas situações; “o meu balanço é positivo”, mas posso dizer mais. Tive alguma dificuldade em me adaptar ao clima e à dimensão da cidade, no entanto tive uma grande ajuda, lá volto ao apoio familiar, sim, com a ajuda do meu irmão, do meu sobrinho e da minha cunhada, fui alargando os meus contactos, integrei-me e passei a ver a cidade e as suas gentes de outra forma. Fiz amigos, abracei novos hábitos, aumentei o gosto pelos desportos de Inverno, apaixonei-me pela gastronomia e hoje, sem nunca renegar as minhas origens, já dou comigo a dizer acerca da Guarda “...A nossa terra...”.

Por: Teresa Gonçalves



**pousamed**

HIGIENE • SAÚDE • SEGURANÇA NO TRABALHO

pousamed@gmail.com

## Manuel de Lemos | Presidente da União das Misericórdias Portuguesas

# Os desafios do novo QREN (Quadro de Referência Estratégico Nacional)

**Tendo em conta o novo QREN (Portugal 20/20) quais são os projectos prioritários, aos quais as IPSS (neste caso as Misericórdias) se podem candidatar?**

**ML:** Pela primeira vez no quadro comunitário Portugal 20/20 há linhas específicas para o sector da Economia Social, sem prejuízo desse mesmo sector se poder candidatar a todos os restantes programas. Mas a formação, a capacitação, a inovação e a requalificação de equipamentos são obviamente linhas prioritárias de candidaturas.

**Ainda no âmbito do Portugal 20/20 quais são para as Misericórdias, as principais oportunidades e desafios?**

**ML:** As que referi acima, acrescidas da eficiência energética. Mas cada Misericórdia conhece melhor do que eu as suas necessidades e ambições e deve olhar para o quadro comunitário com essa perspectiva.

**Qual a data prevista para a publicação dos regulamentos do Programa Portugal 20/20?**

**ML:** A todo o momento. No sector da Agricultura até já foram publicados

**Neste Programa tem cabimento a requalificação de Lares e outras estruturas das Misericórdias, tendo em conta que algumas já não respeitam vários aspectos da legislação, por exemplo em relação a questões de segurança?**

**ML:** Com certeza, como já referi acima; desde que os equipamentos tenham mais de 10 anos.

**Existem estratégias conjuntas para que melhor se possam aproveitar os dinheiros dos fundos comunitários?**

**ML:** Sem prejuízo da autonomia de cada Misericórdia e das suas ambições, a UMP (União das Misericórdias Portuguesas) está a trabalhar com o Governo na possibilidade de desenvolver por Região estratégias conjuntas, na linha do que já se fez (e continuará a fazer) em sede de Formação.

**Existe o “perigo” dos dinheiros serem geridos pela CCDR Centro (Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional), por forma a serem distribuídos/canalizados pelas autarquias, em detrimento das IPSS (no caso Misericórdias)?**

**ML:** Não é uma questão de perigo! O que está legislado, está legislado! E tenho pela Senhora Presidente e pela sua equipa a maior estima e consideração. E sei bem das suas preocupações com as Misericórdias. Mas claro, se não houver candidaturas, não se vão perder os recursos...

**Qual a relação dos secretariados regionais e a CCDR Centro?**

**ML:** A UMP está a estruturar essa relação! Desde já pela via do Sr. Dr. Joaquim Morão Provedor da SCM de Idanha-a-Nova, membro de Secretariado Nacional da UMP e também profundo conhecedor dos mecanismos dos quadros comunitários, e pela participação nos diferentes fóruns da CCDR Centro (formais e informais).

**Qual o apoio que a UMP pode prestar às Misericórdias para melhor esclarecimento sobre a aplicação do novo QREN?**

**ML:** A UMP criou já uma estrutura



para esse efeito e que tem por único objectivo apoiar as suas associadas. Está já a funcionar, por exemplo, uma estrutura que informa as Misericórdias da abertura de candidaturas e esclarece dúvidas que se levantam. Ainda neste plano gostaria de referir que a UMP tem vindo a celebrar Acordos de Parceria com empresas credíveis, capazes de serem bastante úteis para as Misericórdias. A leitura atenta da informação veiculada a vários níveis é pois, extremamente importante.

**Na sua opinião, é a derradeira oportunidade? Estamos a falar de que valores (dinheiros comunitários) que podem ser aproveitados?**

**ML:** Não sei se é a última oportunidade! Até seria bom que fosse porque isso significaria que Portugal tinha atingido um nível de desenvolvimento a par dos países mais ricos da Europa! Em todo o caso, o que me parece importante é aproveitar cada oportunidade como se fosse a última.

Por: Teresa Gonçalves



## História

# Os primeiros tempos da Misericórdia da Guarda



Em artigo anterior desta revista, debruçamo-nos sobre as origens da Misericórdia da Guarda, uma questão sempre premente para todos aqueles que se têm dedicado à história da Santa Casa. Na altura, através de documentação inédita, podemos fazer recuar a sua origem a pelo menos Julho de 1542. Mas se por ora, na ausência de mais documentação conhecida, temos que nos contentar com essa data; não haverá grandes dúvidas que a sua longevidade é maior, atendendo a outros factos com ela inter-relacionados.

### ÁLVARO DA GUARDA

Álvaro da Guarda foi escudeiro de D. Manuel I e desempenhou a pedido do rei um papel fundamental na criação de Misericórdias. Percorreu o país, embora com especial relevo o Alentejo, no sentido de fomentar e divulgar a grande vontade que o rei tinha na sua erecção. Ora, será que este escudeiro cujo papel era criar Misericórdias nada tenha feito para que houvesse também uma naquela que era a sua terra natal? É que o seu poder e influência eram efectivamente grandes. Um dia, estando preso por um crime por ele pretensamente cometido, conseguiu fugir levando os ferros. Foi um acto de grande gravidade, mas, mesmo assim, depois de ter devolvido os ferros ao carcereiro, de tudo foi perdoado, por ter um passe que Dona Leonor, a fundadora das Misericórdias, lhe dera.

Também por essa altura, outro homem ligado à Guarda e da qual foi bispo, D. Pedro Vaz Gavião, (a quem se devem a maior parte das obras da sé), esteve envolvido na criação das Miseri-

córdias. O papa Alexandre VI concedeu-lhe mesmo, a 23 de Agosto de 1499, autoridade para agregar os hospitais pequenos que existiam nas dioceses de Lisboa, Coimbra e Évora em hospitais grandes, processo associado à formação das Misericórdias. Será que nada fez pela sede da sua diocese? E será que o bispo concordaria e o rei autorizaria a criação de uma Misericórdia em Almeida? Não se conhece a data exacta da fundação mas sabe-se de uma carta régia de D. Manuel I, datada de 11 de Dezembro de 1520, a autorizar Pero Garcia, morador em Almeida, a criar uma confraria da Misericórdia.

Por outro lado, embora não tenha havido um modelo único na criação de Misericórdias, a Guarda era sede de uma vastíssima diocese, uma das mais importantes do país, é óbvio que dificilmente escaparia à vontade real de aqui criar uma Misericórdia.

### AS PRIMEIRAS INSTALAÇÕES

Posta de lado, por ora, a questão do nascimento da Santa Casa, subsiste o problema da localização das suas primeiras instalações. Não foram, quase seguramente, junto da actual igreja da Misericórdia. Quando foi fundada, à semelhança do que aconteceu com as outras Misericórdias, não teria instalações próprias, construídas de raiz. Eram obras que demoravam muito tempo a ser feitas e ficavam caras. Ora, isto não se compadece com a situação que então se vivia: havia pressa na criação das Misericórdias e eram minguados os seus recursos. Nestas circunstâncias recorria-se a edifícios já construídos e que eram adaptados a esse fim. Se tratava

de uma capela, remodelava-se um pouco e acrescentava-se, e passava a igreja da Misericórdia. Quanto às instalações do hospital, sala de despacho, cozinha e outras que houvesse ficavam quase sempre na sua proximidade, como que abraçando a igreja.

Na Guarda, criada que foi a Misericórdia, havia que arranjar em primeiro lugar uma igreja decente para esse fim. Não foi difícil, aproveitando o legado de Simão Antunes de Pina.

Arranjar as restantes instalações é que não deve ter sido fácil, numa terra que sempre lutou contra a falta de casas. Assim sendo, devem ter lançado mão de um casario que ficava nas imediações das actuais ruas 31 de Janeiro, do Sol e General Póvoas. Razão pela qual durante muitos anos o local ficou conhecido por rua da Misericórdia Velha, como ainda hoje se encontra em muitos documentos, nomeadamente de compra e venda de propriedades. A proveniência de um importante conjunto de ossadas que no início da década de 80 ali foi encontrado, e tanto intrigou as gentes da Guarda e tanto deu que falar, seriam, em minha opinião, provenientes do cemitério privativo da Santa Casa. Como uma das obras de misericórdia era, como ainda hoje, dar enterro condigno aos que falecessem no seu hospital ou que sendo pobres as famílias não o pudessem fazer, tinham geralmente um cemitério privativo. Seria ali, naquele espaço, junto à rua 31 de Janeiro, que ficava o cemitério privativo da Santa Casa da Guarda; é mais uma evidência de terem sido ali as primeiras instalações da Misericórdia.

# Era uma vez um sonho... ao

*A aluna de guitarra Inês Aguiar, finalista do curso secundário de música (12º ano) no Conservatório de Música de S. José da Guarda, foi admitida no curso superior de música na Guildhall School of Music and Drama, em Londres, uma das mais prestigiadas escolas de música do mundo. Este resultado demonstra mais uma vez, a excelência do ensino ministrado no Conservatório da Guarda (valência da Santa Casa da Misericórdia).*

*Inês Aguiar, 17 anos, está no Conservatório há 8 anos a frequentar o regime articulado: tem excelentes notas. A descoberta, o interesse pela música começou em casa, por influência familiar. Agora ao que diz, agradece aos pais esse despertar.*

*Mais tarde, o desejo de Inês caminhou para o aperfeiçoar da arte, para dar a conhecer ao mundo a paixão que sentia pela música e pela guitarra. Seguir uma carreira artística é o sonho que a persegue. A viagem já começou! Vamos conhecer melhor a alma e o percurso de Inês, que em Setembro deste ano inicia uma nova vida académica, em Londres. A formação (Licenciatura) é de quatro anos.*



## **Quando e como é que despertou para a música?**

**IA:** O meu interesse pela música surgiu quando tinha 10 anos, apesar de esta estar desde sempre na minha vida, principalmente graças aos meus pais. O meu pai chegou inclusive, a estudar guitarra clássica no conservatório de Coimbra e a minha mãe cantou em diversos grupos de música. O meu tio é professor de flauta transversal e foi através da música que conheceu a minha tia. A música está “entranhada” no genes da minha família.

## **Porquê a escolha da guitarra?**

**IA:** A escolha da guitarra não foi uma decisão muito pensada. Antes de entrar para o conservatório o meu pai já me tinha ensinado algumas noções básicas do instrumento e terá sido por aí que a guitarra despertou o meu interesse.

## **Como foi o percurso no Conservatório?**

**IA:** Foi um percurso intenso onde reinam as palavras aprendizagem e

crescimento. Foi o melhor percurso que podia ter seguido.

## **O sonho de continuar estudos em Londres, foi difícil de concretizar?**

**IA:** Já diz o ditado “quem corre por gosto não cansa”. Penso que não será bem assim, que quem corre por gosto se cansa mais até do que quem corre por obrigação, pois quem corre por gosto quer alcançar sempre mais do que aquilo que já tem e está disposto a levar-se para além do seu extremo para alcançar o seu objectivo. Foi uma questão de concentração e o meu professor, Hugo Simões, ajudou-me bastante a manter a cabeça direccionada para o meu objectivo. Claro que as questões monetárias terão que ser muito bem geridas, dado que a situação financeira lá de casa não será a mais propícia a grandes gastos, mas é tudo uma questão de organização.

## **Ganhou uma bolsa! Recorde-nos o valor das propinas em Londres. Como foi este processo?**

**IA:** Já me candidatei à bolsa mas só

saberei os resultados em Abril. As propinas são de 9000 libras anuais. O processo de candidatura à bolsa foi extensivo pois há um requerimento pormenorizado de dados, no que diz respeito à minha situação financeira, familiar e até de uma previsão de quanto irei gastar para todo o ano a nível da alimentação, transportes, material escolar, entre outros.

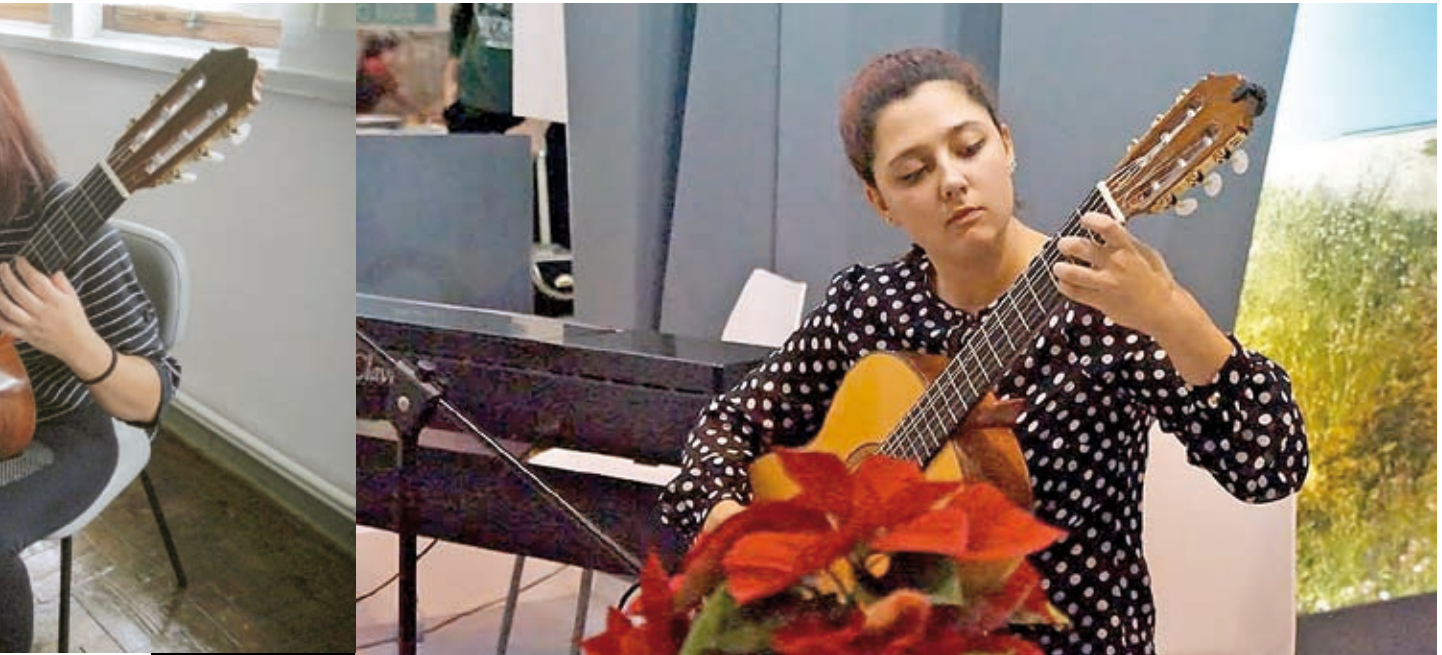
## **Fez as provas na Guildhall School of music and drama?**

**IA:** Sim, para concorrer à Guildhall School of Music and Drama tive que me deslocar até Londres.

## **Em que consistiram as provas e como correu a entrevista? O que lhe perguntaram e o que pensa ter corrido bem (além das suas notas), para ser admitida?**

**IA:** Fiz duas provas: uma onde toquei duas peças previamente preparadas perante dos júris, professores da escola, e uma prova/entrevista onde me questionaram sobre o meu conhecimento musical. Penso que demonstrei

# som da guitarra



ter algum conhecimento musical e que a minha prestação prática terá agradado aos professores. Foi um pouco intimidativo, pois eu sabia que era um momento que iria decidir o meu futuro.

## Pode recordar algumas das questões que lhe colocaram?

**IA:** Tanto numa prova como na outra me perguntaram de onde vinha e quais eram os meus objectivos em querer estudar na Guildhall. Na prova/entrevista propuseram-me a seguinte questão: "A música Clássica é para ser ouvida apenas por idosos e por pessoas desinteressantes" - como contestaria esta afirmação perante aqueles que concordam com ela?". Iniciei a minha resposta dizendo que quem pensa dessa forma não tem qualquer conhecimento a nível musical. De seguida ba-

seei-me na imagem figurativa de uma árvore para explicar a estas pessoas o percurso da história da música, começando por identificar as raízes como o início da música e os ramos como as diferentes variantes que surgiram da evolução musical.

## O que sentiu quando soube os resultados?

**IA:** Senti-me bastante realizada. Vi os resultados com o meu professor e tive que lhe pedir para rectificar o resultado pois não estava a acreditar. O resto do meu dia foi passado com um sorriso na cara.

## Descreva-nos a Escola em Londres. Que referências pode dar, para quem não conhece?

**IA:** É uma escola que ensina mais do que a vertente clássica, que é a que eu vou estudar. Ensina também Jazz. Não só ensina música como teatro. O actor do filme "007" que interpreta o papel de James Bond, Daniel Craig, estudou na Guildhall School of Music and Drama, por exemplo.

## Quais os seus objectivos futuros? Viver da música, ou conjugar a guitarra a outras artes?

**IA:** O meu objectivo principal é ser a melhor guitarrista que conseguir, segundo os meios que me são proporcionados pela Guildhall. Gostaria de poder viver da música e nunca ter de a conjugar a nada para sobreviver, apesar de estar sempre aberta a introduzir novas formas de arte na minha vida.

## Como vai recordar a sua primeira Escola (Conservatório da Guarda)?

**IA:** Irei recordar a minha primeira escola como um local de aprendizagem, não só dentro, como fora da sala de aula. Foi, e continua a ser, um espaço de crescimento pessoal e intelectual para quem o frequenta. Sinto que a melhor decisão que tomei foi ter entrado para o Conservatório e que esgotei toda a minha sorte com o professor de guitarra que me foi destinado. Vai ser com muita tristeza que deixo a minha segunda casa, mas com grande alegria que irei abraçar o novo mundo que me espera.

# Conservatório Música de S. José da Guarda

“Ensinar os analfabetos” é uma das catorze obras de misericórdia, em cuja prossecução também se fundamenta a génese das centenárias Santas Casas da Misericórdia.

Olhando à distância temporal que nos afasta do momento a que remonta a criação destas instituições, seria reductor cingir-mo-nos à interpretação literal desta obra espiritual, não levando em linha de conta o seu sentido figurado, de modo a integrá-lo no contexto atual, em que vivemos.

Passados mais de cinco séculos desde a fundação das Santas Casas, operaram-se, e bem, profundas mudanças na sociedade, às quais estas instituições não são alheias, antes pelo contrário, deram e continuam a dar importantes contributos, como é justa e unanimemente reconhecido. Também assim o foi no domínio educativo.

Dáí que, hoje em dia, não possamos entender o analfabetismo como sendo exclusivamente iliteracia, mas que devamos olhá-lo numa dimensão mais ampla, que inclua a necessidade de aquisição de competências pessoais e sociais a outros níveis, como é exigência dos tempos modernos, onde a formação ao longo da vida assume um papel preponderante, num contexto de saberes mais abrangentes e evolutivos, que necessitam atualização permanente.

É nesta perspetiva que devemos entender a existência do Conservatório de Música de S. José, enquanto valência do universo de intervenção social da Santa Casa da Misericórdia da Guarda.

Como sabemos, as Escolas do Ensino Artístico Especializado prestam um serviço público, ao garantirem formação no domínio artístico, assumindo-se igualmente como polos de dinamização social, cultural e económica das regiões em que inscrevem a sua ação.

Também nesse âmbito, o Conservatório de Música de S. José da Guar-



da tem como missão oferecer a toda a população do distrito da Guarda a possibilidade de frequência do Ensino Especializado da Música, serviço que vem cumprindo desde 31 de Agosto de 2002. Apesar da sua recente fundação, já conseguiu resultados extraordinários, afirmando-se como um Conservatório de referência a nível regional e nacional.

Quero lembrar que, a nível formativo, a instituição tem uma diversificada e completa oferta educativa, que se desenvolve em modelo de ensino supletivo, ensino articulado, com paralelismo pedagógico do ensino oficial, abrangendo ainda o ensino livre.

Nas modalidades em que presta serviço público de educação com paralelismo pedagógico, o Conservatório de Música de S. José recebe financiamento via DREC (Direcção Regional de Educação do Centro) e via POPH (Programa Operacional Potencial Humano), não beneficiando de qualquer outro tipo de apoio por parte de qualquer outra entidade pública.

E quando falamos de modelo de financiamento, tenho que referir mais uma vez que o Conservatório de Música de S. José da Guarda, no desenvolvimento da sua ação e na prossecução dos seus objetivos, presta um serviço público da maior relevância social, na medida em que responde de forma competente no preenchimento de uma lacuna formativa do percurso es-

colar das nossas crianças e jovens, na qual o Estado peca por omissão, nesta área geográfica do nosso território.

É pois inegável que o Conservatório de música de S. José da Guarda tem já um vínculo profundo no desenvolvimento social e na atividade cultural da região, permitindo que cerca de 300 alunos possam ter acesso ao ensino especializado da música e que alguns deles façam disso o seu futuro profissional, colaborando ainda com variadas instituições, em diversos eventos realizados neste concelho, noutras regiões do país e até no estrangeiro.

Nestas circunstâncias, seria pois compreensível que o Estado, através do Ministério da Educação e Cultura, pudesse responder perante o Conservatório de Música de S. José da Guarda, por forma a suportar a totalidade dos encargos que resultam do custo de formação dos alunos que o frequentam.

Contudo, não sendo isso possível, será necessário implementar medidas de ajustamento na estrutura de custos da valência, com impacto já na organização do ano letivo 2015/2016, que implicarão uma racionalização da oferta educativa, que pretendemos disponibilizar à população alvo que servimos, por forma a garantir o equilíbrio financeiro do Conservatório de Música de S. José, para que, assim, possa continuar a desempenhar o seu meritório papel no percurso educativo das nossas crianças e jovens, uma vez que não está ao nosso alcance alterar o atual modelo de financiamento público.

É este o grande desafio que se coloca, hoje, a esta instituição que, repito, se assume de referência no panorama cultural da Guarda e que ganhou uma significativa relevância social, bem expressa no número de alunos que a frequentam, nos resultados académicos obtidos e nas ações que desenvolve no âmbito da comunidade que serve.

■ Henrique Monteiro (Mesário)



Mais uma vez, o Conservatório de Música de S. José participa no Festival de Música da Beira Interior, organizado pela Scutvias-Autoestradas da Beira Interior.

O X Festival que começou no dia 14 de Março, tem ainda no cartaz apresentações em Abril, Maio e Junho.

Dia 18 de Abril a Orquestra de Câmara do Conservatório da Guarda, com direcção artística de Gustavo Delgado, apresenta-se no Auditório de Medicina da UBI (Universidade da Beira Interior) na Covilhã. Em destaque, peças dos compositores António Vivaldi, Carlos

Seixas, Joseph Haydn e Mozart.

O quarto e último Concerto do X Festival de Música da Beira Interior termina na Guarda dia 6 de Junho, no Grande Auditório do TMG (Teatro Municipal da Guarda) com o Concerto da Beira Interior onde também participa o Conservatório de S. José.

O concerto que encerra o Festival destaca a música clássica portuguesa, e tal como aconteceu no ano passado, será estreada uma obra, escrita especialmente para o Concerto da Beira Interior, e que será composta por Duarte Dinis Silva.

## O Luís António Severino deixou-nos...

Em finais de Dezembro morreu o Luís Severino, após um período de prolongado sofrimento no Lar da Misericórdia na Guarda.

O Luís foi membro da Mesa Administrativa nos mandatos 2003 /2005 e 2006 /2008, tendo assessorado a Mesa e o Provedor no respeitante às obras de substituição, manutenção e adaptação que decorreram um pouco por todas as Valências da Instituição.

Deu muito do seu tempo à Misericórdia e aos seus utentes/residentes e fê-lo gratuitamente (como, de resto, todos os membros dos órgãos da Instituição). Fê-lo com grande dedicação, apuro, dignidade e rigor, como era seu timbre, defendendo sempre o que lhe parecia melhor para a Misericórdia. A Mesa mandou celebrar Missa, em seu sufrágio, no passado dia 27 de Janeiro. Que Nossa Senhora das Misericórdias, a Senhora do Manto Largo, o tenha sob a Sua protecção.

**ICSP**  
INSTITUTO DE CONSERVAÇÃO  
E SALVAGUARDA DO PATRIMÓNIO

**Sudário**

CONSERVAR NO PRESENTE  
PARA PRESERVAR O PASSADO  
E TRANSMITI-LO AO FUTURO...

**INCI**  
INSTITUTO DE CONSERVAÇÃO  
E SALVAGUARDA DO PATRIMÓNIO

ALVARÁ DE CONSTRUÇÃO Nº69410  
Decreto - Lei n.º 12 - 2004, de 9 de Janeiro

**f** facebook.com/icsp.sudario  
**t** 918 243 319 - 964 152 641

# Creche e Jardim de Infância

## Momentos | Carnaval

Por ser uma festa tão divertida, o Carnaval/ Entrudo é festejado cada vez mais, por graúdos e miúdos.

É uma época de diversão e onde são permitidas brincadeiras, seguindo o provérbio popular “No Carnaval ninguém leva a mal”!

As crianças da Creche e Jardim de Infância da Santa Casa da Misericórdia participaram no desfile de Carnaval organizado pela Câmara Municipal da Guarda. Este ano o tema do desfile foi “COMMEDIA DELL’ARTE – ARLEQUINS E COLUMBINAS”, permitindo aos participantes diversificar e criar personagens associadas ao Carnaval de Veneza.

Excelente trabalho de preparação dos disfarces que ficou a cargo dos pais. Depois, no Jardim de Infância, as crian-

ças vestiram os disfarces de “JOKER” e foram maquilhadas de acordo com o disfarce. O resultado final foi espetacular, como podem ver nas fotografias.

Muita cor e risos marcaram o desfile de carnaval, acompanhado de *confettis* e serpentinas. Foi só alegria e diversão.

■ Helena Cameijo (Educadora de Infância)



**condente**  
CENTRO DE REABILITAÇÃO ORAL

Av. Cidade de Watterbury, 5A,  
6300-541 Guarda

DIR. CLÍNICA  
Dra. Liliana Mendes  
Dra. Catarina Milagre

SEGUNDA A SÁBADO:  
9H-20H

MARCAÇÕES:  
271-085 706

URGÊNCIAS (24H):  
963 441 372 / 968 454 388

Terapia da Fala  
Medicina Dentária Preventiva  
Dentisteria Operatória  
Dentisteria Estética  
Protese Removível e Fixa  
Ortopantomografia  
Teleradiografia  
Periodontia  
Endodontia  
Odontopediatria  
Sedação Consciente  
Cirurgia Oral  
Ortodontia  
Implantologia

# Lar na Guarda | actividades

## Janeiras

No dia de Reis, alguns residentes com veia poética, elaboraram quadras personalizadas para cada um dos companheiros do Lar. Residentes e funcionária vestiram-se a rigor (de Reis) e deslocaram-se aos serviços administrativos e Unidade de Cuidados Continuados, não só para cantarmos as janeiras, mas também para lhes levarmos um pouco de calor humano e boa disposição.

sacos plásticos, ou chapéus de palha para elaborarem todas as vestimentas necessárias.

O cortejo carnavalesco percorreu os espaços comuns do lar, tendo de seguida visitado os Serviços Administrativos, a Unidade de Cuidados Continuados e por fim, fez-se um pequeno desfile nas ruas circundantes ao Lar, nomeadamente as ruas da Caixa Geral de Depósitos, Segurança Social e Câmara Municipal da Guarda.

A festa terminou com um lanche convívio no refeitório do Lar, onde não faltou o bolo da noiva e claro *champagne*, para terminar o “Casamento Carnavalesco”.

Podemos dizer que o resultado superou as nossas expectativas, pois foi uma tarde de boa disposição, em que todos os figurantes mostraram vontade de repetir no próximo ano.

■ *Berta Ribeiro*  
(Educadora Social no Lar da Guarda)

## Carnaval

“Um Casamento Carnavalesco”, foi o tema escolhido para assinalar a data. Para a festa de Carnaval foram elaboradas e recolhidas as indumentárias e adereços necessários para o efeito. Alguns residentes puseram mãos à obra, utilizando diversos materiais, como



### SEJA **SOLIDÁRIO** AJUDE COM PARTE DO SEU **IRS/IVA** QUEM MAIS PRECISA

CONSIGNE **0.5%** DO SEU **IRS LIQUIDADO/15%** DO SEU **IVA SUPOSTADO** E AJUDE MUITOS GUARDENSES. COM UM SIMPLES “**X**” O ESTADO TRANSFERE AUTOMATICAMENTE A VERBA PARA A MISERICÓRDIA E ASSIM AJUDA A AJUDAR MAIS PESSOAS.

**NO MODELO 3, ANEXO H, QUADRO 9, BASTA MARCAR COM UM “X”** no campo – Instituições Particulares de Solidariedade Social ou Pessoas Colectivas de Utilidade Pública (art. 32º, nº6)

**A SEGUIR PREENCHA O QUADRO 9 COM O NIPC DA MISERICÓRDIA – 500 876 550.**

9		CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IRS / CONSIGNAÇÃO DO BENEFÍCIO DE 15% DO IVA SUPOSTADO	
ENTIDADES BENEFICIÁRIAS		NIPC	IRS IVA
Instituições Religiosas (art. 32.º n.º 4 da Lei n.º 16/2001, de 22 de junho)	<input type="checkbox"/>		
Instituições Particulares de Solidariedade Social ou Pessoas Colectivas de Utilidade Pública (art. 32.º n.º 6 da Lei n.º 16/2001, de 22 de junho)	<input checked="" type="checkbox"/>	901 5 0 0 8 7 6 5 5 0	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>



A SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DA GUARDA AGRADECE

# Lar na Vela | actividades

## CARNAVAL

Apesar de algumas localidades portuguesas apresentarem uma tradição carnavalesca mais viva do que outras, a verdade é que não há cidade, vila ou aldeia em Portugal que não festeje o Carnaval, com mais ou menos entusiasmo e alegria.

As máscaras encontram-se enraizadas no folclore da geração mais idosa e por isso, durante o mês de Fevereiro no Lar na Vela fomos reunindo os materiais para elaborar a decoração da valência e os fatos de carnaval.

O Baile de Carnaval foi no dia 15 de Fevereiro. A responsabilidade da animação musical foi entregue ao Sr. Vicente com o seu acordeão, da banda "Velhos Tempos". É notável a relação de amizade e convívio que este senhor mantém com os nossos residentes. Fica uma palavra de agradecimento também ao Sr. Provedor, Dr. Jorge Fonseca, por uma

vez mais se ter disponibilizado não só para convidar, como acompanhar o Sr. Vicente nestas actividades de animação.

Da alegria que compôs o Carnaval do Lar na Vela quiseram ainda fazer parte as crianças da catequese da paróquia da Vela, as catequistas, os familiares e amigos dos residentes, e como não podia deixar de ser, as funcionárias. Acabam por se revelar excelentes oportunidades para promover o convívio entre gerações.



## Dia dos Namorados

### Desde quando o Amor tem idade?

É na idade mais avançada que muitas vezes se descobre o valor do carinho, do sorriso, que descobrimos como precisamos de tão pouco para ganhar o dia... só um abraço, muitas vezes. Não é pela solidão, não é pelo abandono, não é pela carência. É pela atitude simples de alguém que nos ama que transforma o nosso dia e o faz valer a pena.

Foi no dia 14 de Fevereiro, dia de São Valentim que, afastando-nos da dimensão comercial procurámos no Lar na Vela valorizar o amor vivido pelos casais que aqui residem. Valorizar também o caminho por eles percorrido ajudando a reviver lembranças e emoções.

Envolvemos os residentes em geral e quase todos participaram de alguma forma na elaboração de uma pequena

lembrança que os maridos ofereceram às esposas.

Durante a Celebração da Palavra, na capela do nosso Lar, o Sr. José Pereira, residente na aldeia, sublinhou que

na idade madura, o Amor é encarado como uma jornada percorrida de mãos dadas, para superar amarguras, tristezas e até a saudade.

*Isabel Russo (Directora Técnica do Lar)*





# Pensamentos

P. Tó Carlos

## Máscaras e verdade

As pessoas sempre realizaram festas de carnaval ou similar. Esconder a própria identidade, para poder criticar ou agir impunemente, fez sempre parte do jeito para ficar incólume. Mais paradigmática, ainda, quando a provocação é dirigida aos poderosos. Hoje as máscaras, porém, são pouco provocatórias para os políticos. Eles próprios promovem ou apoiam essas festas e nelas investem dinheiros públicos. **A crítica e o sarcasmo estão domesticados.** O divertimento não é nenhum mal em si, antes pelo contrário. Mas, se for alienante ou indigno, é nocivo, julgo pensar.

Extra Carnaval, em manifestações públicas de protesto ou diversão, as máscaras também fazem parte das peças no baú da indumentária. O seu uso pode ser alheio à pretensa impunidade, especialmente em festas de elites, por interesses ou diversão, para seduzir, surpreender ou interrogar alguém, fazendo parte de um jogo de presença ou de atracção. O Carnaval e as máscaras são como que o resumo de toda a vida. A aparência em lugar da verdade.

Sob o véu desses costumes sociais, parece esconder-se uma realidade mais complexa, uma necessidade antropológica. **As pessoas têm dificuldade em aceitar a sua própria imagem, pelo menos em algumas etapas ou momentos da sua vida.** Às vezes aceita-se a imagem exterior mas não a interior. Outras vezes, é o invés. A rejeição ou aceitação, que os outros façam de nós, provocam as suas marcas, e a indiferença também.

No deserto da vida as máscaras são inúteis. *O deserto é o espaço da verdade. O deserto é também um lugar de solidão e vazio, onde falta o que é fundamental*

*para viver: a água, a vegetação, a companhia de outras pessoas, o calor de um amigo e até a própria vida.* Ali, cada um pode medir-se a si próprio e o infinito, a sua fragilidade, como grão de areia poeirenta, e a solidez da rocha, donde jorra água, enquanto mistério de Deus.

Parar e partir, escutar e olhar o coração, quais senhores em atenta vigília, faz parte da plenitude e do vazio, que – como percepção profunda do mistério de Deus e do homem – se podem experimentar, ao caminhar com igual identidade. O deserto é temível para o homem. Em tempos remotos, pensava-se que o deserto era a morada dos demónios.

Conduzidos pelo Espírito, que não se deixa *domesticar, renunciando a calcular e a controlar tudo, permitindo que Ele nos ilumine, nos guie, nos oriente e leve para onde deseja*, saberemos o que necessitamos em qualquer época ou momento, como Jesus conduzido pelo Espírito no deserto. *O discernimento exige, por vezes, longas esperas que cansam; o jugo suave e doce pode tornar-se pesado.* O equilíbrio e a resistência ficam sujeitos à prova das mais variadas tentações e miragens. Vencer é a alegria duma dignidade única, que exprime a harmonia com Deus, consigo mesmo e com a criação, para servir todos os outros homens e conviver com eles.

«Contra a corrente caminhamos, encontram-se nossas estradas. As máscaras, de um velho mundo, atrás de nós desfaleceram. Um forte vento de esperança, hoje passou no meio de nós, destruiu as barreiras e a todo o mundo anunciará: “Já nasceu a unidade entre os povos, construída por homens novos” (...).» A magia destes versos

duma canção dos *Gen* acorda sonhos da minha juventude. Hoje apetece-me cantar! Ainda me lembro da música, que, com a letra, abre em mim novos horizontes, novas formas de viver em sociedade e em Igreja.

**A poluição fundamental não é ambiental, mas é a dos nossos corações e das nossas inteligências, que teimam em manter-se em desequilíbrio.** A poluição cobre a exacta extensão do egoísmo dos homens, da má consciência do mundo *rico* e de um mercado *selvagem* sem ética. A verdade é que do Carnaval à Páscoa, passando pelo deserto, o *Ecce Homo* da cruz, que atrai todos a si, é o único troféu da Igreja; a ressurreição é a vitória última de qualquer homem e da sua identidade; o *magnificat* é o cântico mais elegante e expressivo de uma comunidade, o Povo de Deus. Somos imagem e semelhança de Deus, somos filhos e herdeiros de Deus. Desta condição brota toda a dignidade e direitos do homem. Não nos envergonhemos nem destruamos ou rebaixemos, em nós e nos outros, essa suprema imagem. De contrário, estaremos perante o único problema do homem.

Sempre fui e sou a favor da liberdade e do humor, mas não a qualquer preço. Não me revejo nem no *Charlie Hebdo*, que mata a fama ou rebaixa a dignidade de pessoas e instituições, nem no terrorismo ou em qualquer outra forma que humilhe, fira ou mate a vida humana. Aprecio mais a liberdade e o humor, que libertam, dignificam, estabelecem relações saudáveis entre as pessoas, instituições, povos ou nações. **Um mundo sem ética é um mundo desorientado e inumano.**

# Saúde Oral Sénior

## Problemas mais comuns com a idade

A maioria das alterações orais relacionadas com a idade, são consequência de fatores extrínsecos que atuam ao longo da vida, não podendo ser atribuídas de forma exclusiva à idade. A debilitação da saúde oral dos idosos deve-se, essencialmente, a cuidados médico-dentários diminutos e à negligência da higiene oral.

As patologias mais comuns que surgem com a idade são as cáries, principalmente as que afetam as raízes dos dentes e a doença periodontal, sendo as principais causas da perda de dentes. São ainda comuns as alterações na mastigação, desgaste dentário, cancro oral, xerostomia (diminuição do fluxo salivar e consequente sensação de boca seca) e dor crânio-facial. As mucosas tornam-se, muitas vezes, mais finas, surgem alterações na cor dos dentes e a percepção de certos sabores pode também ficar afetada.

A toma de determinados medicamentos como anti-hipertensores, anti-depressivos, entre outros, tem como consequência a diminuição do fluxo salivar, sendo necessários cuidados redobrados na escovagem e utilização de determinados produtos que promovam a produção de saliva, de modo a que a acção protetora da saliva atue na prevenção de patologias como a cárie dentária e a doença periodontal.

### Prevenção e cuidados

Após a ingestão dos alimentos forma-se uma massa constituída por bactérias constituintes da saliva e restos alimentares que aderem aos dentes, chamada placa bacteriana. É importante implementar práticas corretas de higiene oral, de forma a eliminá-la, tais como a escovagem dos dentes no mínimo duas vezes por dia, uma delas obrigatoriamente antes de deitar. A escova de dentes deve ser de textura macia, é um objeto pessoal e intransmissível, e deve ser trocada a cada 3 meses. O dentífrico utilizado deve conter flúor de modo a prevenir a cárie dentária. É ainda de grande importância a limpeza dos espaços entre os dentes com fio dentário ou escovilhão, e ainda a limpeza



da língua com um raspador lingual.

As próteses dentárias devem ser limpas diariamente com escova própria e sabão neutro ou outro produto destinado a esse efeito. Deve prestar-se especial atenção ao desgaste e desadaptação das próteses dentárias, pois podem ter como consequência alterações na mastigação, bem como desenvolver lesões orais. Devem ainda ser efetuados períodos de descanso, idealmente durante o sono, diariamente.

No caso dos idosos dependentes, poderá ser necessária a ajuda de familiares, cuidadores ou técnicos da especialidade de modo a garantir a prevenção.

As práticas descritas e a reduzida ingestão de açúcares são recomendadas não só a idosos, bem como à população em geral, contribuindo para a manutenção dos dentes durante toda a vida e para a manutenção de uma boa saúde oral.

Deve ainda realizar-se uma visita ao Médico Dentista pelo menos duas vezes por ano, de modo a identificar eventuais problemas orais existentes, e conhecer as soluções para cada caso, em função das necessidades de cada indivíduo. Os beneficiários do Complemento Solidário para Idosos podem ainda solicitar junto do Médico de Família apoio para a consulta de Medicina Dentária, mediante integração no Projecto de Saúde Oral para Pessoas Idosas, também conhecido como Cheque-Dentista. O fato de já não ter dentes naturais não o deve afastar do Médico Dentista, pois com o passar do

tempo podem surgir lesões na cavidade oral que não sendo controladas podem originar situações de malignidade. Associado à utilização de próteses dentárias podem ocorrer também infeções por fungos.

Outra razão da ida ao Médico Dentista poderá ser o sangramento excessivo das gengivas associado a dor e dentes com mobilidade. Quando a placa bacteriana não é eliminada corretamente, e com o decorrer do tempo, forma-se o tártaro, duro e rugoso, que danifica as gengivas e provoca numa fase mais avançada a mobilidade dos dentes, associada a dor. Com estes sintomas, deve visitar o Médico Dentista pois pode ser urgente efetuar algum tipo de tratamento como por exemplo a destartarização, de forma a eliminar o tártaro.

### Ida ao médico dentista

Na visita ao Médico Dentista deve informá-lo acerca dos medicamentos que toma e dos seus problemas de saúde, de modo a que todos os tratamentos decorram em segurança. Por um lado, alguns medicamentos podem apresentar consequências na cavidade oral; por outro, podem interferir com os tratamentos. O Médico Dentista tem assim as informações necessárias para informá-lo dos tratamentos que podem ser realizados, e em que circunstâncias, adaptando o plano de tratamento e a terapêutica à sua situação clínica.

Devemos manter o máximo possível os dentes naturais, efetuando os tratamentos necessários à sua boa conservação. Estes dentes poderão ser muito importantes na mastigação e no suporte de uma prótese removível, por exemplo. Quando não for possível por problemas como cáries extensas, doença periodontal, trauma, o Médico Dentista aconselhará a extração do dente em causa.

Rita Vilar (Diretora Clínica e Médica Dentista na Clínica do Sorriso, Guarda)

Fontes: Ordem dos Médicos Dentistas, Direção-Geral da Saúde, The Oral Cancer Foundation

# Reflexão | A Capelania da Misericórdia

P. Manuel Pereira de Matos

## Ditosos os olhos que veem

A reflexão que hoje me proponho fazer é de matriz evangélica, mas colhe também a sua inspiração na vigorosa advertência do Papa Francisco sobre a globalização da indiferença. Contra ele, é-nos proposta a globalização da solidariedade.

A denúncia da indiferença generalizada aponta para o cuidado dos mais frágeis. Para isso é necessária uma atitude positiva de atenção aos outros o que, de imediato, implica vencer a tentação do egoísmo que, naturalmente, tende a dominar-nos.

Ora a inclinação natural é para nos centrarmos em nós mesmos: necessitamos de todo o nosso tempo para nós, e não o podemos dar aos outros, tal como necessitamos de todo o nosso dinheiro, e não o podemos repartir. E sempre encontramos justificações. Visto que a natureza nos inclina para as mais subtis formas de egoísmo, precisamos sempre de uma ajuda sobrena-

tural para sairmos ao encontro dos outros, e de o fazermos com generosidade e alegria. Isso é uma preciosa graça de Deus. Só Ele é a referência última, tal como só a sua Lei, por Jesus sintetizada no mandamento do amor, pode orientar o nosso coração para o altruísmo. Mas importa que o sentimento altruísta se transforme em caridade verdadeira, nascida da infinita e eterna caridade divina, porque Deus é Caridade. Por isso somos exortados pela Sua palavra a pedir um olhar atento: “Abri, Senhor, os meus olhos para que eu possa ver as maravilhas da vossa lei”. A verdade é que a lei exige, em absoluto, ser concretizada na acção em favor dos irmãos necessitados, como radicalmente diz Jesus: “... foi a Mim que o fizestes”- para bem. Tal como o inverso é igualmente taxativo – para mal: “... foi a Mim que o deixastes de fazer”.

É por isso que precisamos de ter abertos os olhos do coração, olhos de



amor misericordioso, para chorarmos com os que choram. Nesse sentido, é bem clara a advertência do Papa Francisco: “A globalização da indiferença tirou-nos a capacidade de chorar”, com os que por tantos motivos choram amargamente.

Levar-nos-á a nossa caminhada pascal a despertar para as obras da autêntica solidariedade fraterna, não nos deixando cair na terrível indiferença de “fazer de conta” que não vemos?

**clínica do sorriso**  
RUA VILAR • MÉDICA DENTISTA

Clínica do Sorriso  
Av. Rainha D. Amélia nº74  
Fracção O.  
6300 - 749 Guarda  
271 105 652 | 93 816 99 60  
clinicadosorriso.guarda@gmail.com

Seg. a Sex. 10h-13h / 15h-19h | Sab. 10h-13h

**QUASESPIRITUAL**

Rua Dr. Lopo de Carvalho | Nº 11 | R\ch  
6300 700 Guarda

Visite a nossa página no Facebook

**CRECHE E JARDIM DE INFÂNCIA**

**INSCRIÇÕES ABERTAS**

**NOVO HORÁRIO**  
das 07.30h  
às 19.00h

  
Santa Casa da Misericórdia  
da  
Guarda  
Rua Dr. Francisco dos Prazeres, n. 7  
6300-690 Guarda · Telef: 271 23 23 00

**Localização:** Rua de Acesso ao Bairro da Fraternidade (junto ao Parque Municipal)

**Inscrições:** Rua Francisco dos Prazeres nº 7 · 6300-690 Guarda · Telef. 271 232 300