



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR
Ciências Sociais e Humanas

O Livro e a Memória

Ana Catarina Ramos Paiva

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em
Ciências Documentais
(2º ciclo de estudos)

Orientador: Prof.^a Doutora Graça Sardinha

Covilhã, outubro de 2014

“Deus entregou aos velhos um grande benefício em lugar da memória - a prudência obtida pelo uso das coisas e um juízo mais agudo e eficaz”

Juan Luis Vives

Agradecimentos:

Agradeço, aqui, de um modo muito especial, aos pilares da minha vida, aos meus pais, ao meu irmão e ao Paulo. Aos meus pais, pois se sou hoje o que sou, devo-o a eles. Ao Paulo, homem da minha vida, que me deu força e nunca me deixou desistir. Ao meu irmão, apesar de pequeno e parecermos “cão e gato” sempre me transmitiu força para seguir com o meu trabalho em frente.

Gratifico do fundo do coração a Professora Doutora Maria da Graça Sardinha por todo o acompanhamento e orientação deste trabalho, á disponibilidade e apoio que sempre tive, pois sem o seu auxílio nunca teria conseguido elaborar o mesmo.

Agracio de forma profunda os idosos que colaboraram na amostra, pois foram a fonte de saber que tornaram este trabalho possível. Cada um deles traz consigo uma grande história que é a vida. Numa fase final desta mesma estrada, ao qual designamos velhice, pode-se recordar e transmitir a faixas etárias mais novas vivencias passadas. Todo este processo estimulou o poder cognitivo de cada um deles e elevou a autoestima. Foi ver o sorriso e o aconchego, semana após semana de cada um deles, que me fez seguir em frente.

Resumo:

O presente trabalho tem como temática o livro e o ato de ler como ativador de memórias no idoso, desenvolve assim, o estudo de como a leitura pode ter efeitos psicológicos positivos nesta faixa etária.

Este estudo é realizado na Santa Casa da Misericórdia de Manteigas, localizada na vila de Manteigas, vila esta que se encontra situada geograficamente na Beira Interior, onde, o envelhecimento e isolamento populacional são acentuados. O estudo teve como amostra idosos das diversas valências, que a Santa Casa da Misericórdia de Manteigas oferece (Lar, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário).

Durante um período de 3 meses, procedeu-se a sessões de avaliação da memória através da exploração de material escrito, cujas temáticas regionais serviram de estímulo conducente ao diálogo.

Constatou-se que durante o referido período, os utentes reviveram cenas relativas a um passado individual e social que permitiu, para além do convívio entre eles, a reabilitação e progressão no que respeita aos aspetos cognitivos, sociais e culturais

Palavras-chave:

Livro; Leitura; Memória; Biblioterapia; Envelhecimento Ativo; Gerontologia; Gerontagogia.

Abstract

The present work has as a thematic the book and the act of reading as an activator of memories in the elderly, thus develops the study of how reading can have positive effects in this group.

This study is performed at the "Santa Casa da Misericórdia of Manteigas", Manteigas located in the village, this village which is situated geographically in Beira Interior, where aging and population isolation is accentuated. The study of various aspects such as the elderly, the Holy House of Mercy offers Butters (Home, Day Centre and Home Support Service) sample.

During a period of three months, we proceeded to assess memory sessions by exploiting writing material, which served regional thematic stimulus conducive to dialogue.

It was found that during this period, users revived scenes relating to an individual and social past that allowed beyond the interaction between them, rehabilitation and progression in relation to the cognitive, social and cultural aspects.

Keywords

Paper; Reading; Memory; Bibliotherapy; Active Aging, Gerontology; Gerontagogy

Índice

Introdução	1
1 - O Livro e a Memória	3
1.1 - O Livro	3
1.2 - A Leitura	4
1.2.1 - Funções da Leitura	5
1.2.2 - A Leitura Como Meio de Comunicação	5
1.2.3 - A Leitura Como Desenvolvimento Pessoal e Intelectual	5
1.2.4 - A Leitura Como Desenvolvimento Social	6
1.2.5 - A Leitura Como Dinamização Social	7
1.3 - A Memória	7
1.3.1 - Estímulo cognitivo da Memória	8
1.4 - Em Que Especto a Leitura Pode Ativar a Memória	9
1.4.1 - Método Biblioterapêutico	9
1.4.2 - Objetivos e Benefícios da Biblioterapia	10
1.4.3 - Aplicabilidades	11
1.5 - A Ativação da Memória no Processo de Envelhecimento	13
2 - Estudo Prático	22
2.1 - Tipo de Estudo	22
2.2 - Recolha de Dados	26
2.3 - Análise de Dados	44
2.3.1 - Análise de Dados Sentimentais	44
2.3.2 - A Institucionalização Como Fator Condicionante do Poder cognitivo do Idoso	45
3 - Conclusões Finais e Recomendações para trabalhos Futuros	46
3.1 - Conclusões Finais	46
3.2 - Recomendações para trabalhos Futuros	47
Anexos	48
Bibliografia	60

Lista de Acrónimos

BES	Bem-estar social
BEP	Bem-estar psicológico
CD	Centro de Dia
OMS	Organização Mundial de Saúde
SCMM	Santa Casa da Misericórdia de Manteigas
SAD	Serviço de Apoio Domiciliário
UBI	Universidade da Beira Interior

Introdução

O presente estudo nasceu da experiência na Santa Casa da Misericórdia de Manteigas, enquanto gestora documental e patrimonial, há já alguns anos. Assim, foi o contacto com os idosos e o prazer em que sentiam em me relatar experiências de vida que fizeram nascer em mim o desejo de explorar pedagogicamente estas conversas, no sentido de avivar memórias, para que estas possam servir de leme e farol a vidas que, muitas vezes, querem apagar-se.

Embora eu não tenha formação em psicologia especializada, fui observando a ativação destas memórias e os benefícios das mesmas em problemas, que afetam, cada vez mais, esta faixa etária que são as depressões, baixa auto-estima e isolamento. Os relatos surgiram em cadeia, transformando pedaços de vida em narrativas mais completas e enriquecidas, e como diz o povo “Quem conta um conto acrescenta um ponto”. Os efeitos das conversas são como as “cerejas”, quanto mais dizemos, mais textos construímos, uns mais completos do que outros e que contribuem para criar laços de socialização, tão importantes nestes lugares como são os lares de idosos.

Já lá vai o tempo, em que, os idosos ficavam nas suas famílias até á morte. Havia outra cultura, outros hábitos, outras maneiras de ser. Atualmente, a estrutura familiar mudou, e das famílias tradicionais, passamos a observar outras tipologias de famílias, como as monoparentais. O papel da mulher também veio trazer outros hábitos. Esta emancipou-se e começou a trabalhar fora de casa. Atualmente assistimos a uma proliferação de lares, alguns autênticos depósitos de idosos, onde estes ficam entregues a si próprios.

Como afirmei no início, o contacto da realidade com este tipo de instituições fez com que este estudo assumia dois gostos:

- o gosto da investigação;
- o gosto da participação;

Tenho consciência de que, ao elaborar a presente dissertação, construirei uma parte prática, onde a minha presença junto dos idosos terá igualmente um papel de solidariedade, tolerância e respeito pelo outro.

A velhice é já por si só o fim de um caminho e a esta inevitabilidade não se pode fugir. Creio, contudo, que pode haver formas de tornar a velhice menos dolorosa, solitária, melancólica e triste.

As conversas com os idosos podem combater a solidão. Ouvi-los, atender as suas experiências de vida faz com que se sintam uteis, sábios e com o auto-estima mais elevado.

Ainda assim, creio que não basta ouvir as histórias de vida de cada um. É preciso ouvi-los, mas continuamente estimulá-los. Ora, a leitura de livros enquanto documentos portadores de mensagens que lhe são gratas, podem dar um valioso contributo ao estímulo da memória e da vida que cada um deles viveu. Igualmente, os livros trazem-nos uma visão atual do mundo em que vivemos e da cultura de que fazemos parte. Por conseguinte, não basta ouvi-los, a interação conjunta torna-se fundamental.

Neste enquadramento, são vários os objetivos que norteiam esta investigação:

- Aprofundar conhecimentos sobre forma de tratamento para com o idoso;
- Ativar memórias;
- Proporcionar aos idosos interações pedagógicas construtivas;
- Revalidar a leitura como processos de reconstruções de memórias e conhecimentos.

Organização do Estudo:

O presente estudo, para além da Introdução, é composto pelas seguintes partes:

Capítulo 1 - O Livro e a Memória

Aqui, desenvolve-se um quadro teórico, onde se fala do livro como estímulo à memória. Onde a leitura, ativa passagens do passado, fazendo recordar o idoso de episódios vividos na sua juventude.

Capítulo 2 - Estudo Prático

Neste capítulo é colocado em prática toda a teoria desenvolvida no capítulo anterior. Esta ação é desenvolvida na Santa Casa da Misericórdia de Manteigas. Trata-se de um trabalho desenvolvido durante 3 meses. Procedeu-se assim, à recolha dados e análise dos respetivos resultados.

No final apresentam-se as conclusões finais e as recomendações para trabalhos futuros. A bibliografia e o corpo de anexos, constituído pelo material usado nas sessões e devidamente digitalizados, finalizam a estrutura desta dissertação.

Capítulo 1

O Livro e a Memória

Este capítulo apresenta uma fundamentação teórica, baseada em diversos autores. Estes debruçaram - se sobre o impacto, que o livro e a leitura provocam no desenvolvimento cognitivo do idoso.

1.1 - O Livro

São muitos os autores que referem que o livro, como o conhecemos hoje, tende a desaparecer. A era MARCONI veio suplantar a era Gutenberg¹ Porém o livro, o livro de papel tem sido um instrumento de grande valia na aprendizagem e na formação de leitores. Por isso mesmo, é a ele que se recorre particularmente nas gerações que pertencem a uma fase etária mais avançada, porque como sabemos as classes mais jovens tem no computador o seu instrumento preferido. (FARIA;PERICÃO,2008). Livros de papel ou outros documentos como jornais e revistas fizeram parte da vida das pessoas mais idosas.

O livro retrata um documento impresso ou não impresso, que transcreve uma ideia ou pensamento por meio de uma técnica de escrita, supondo suporte, signos, um processo de criação, reprodução, distribuição, conservação e comunicação. Tem como finalidade dirigir-se a um leitor para lhe proporcionar, ensino, conhecimento, difundido o pensamento e a cultura. De facto, o livro pode ser uma base de memória, onde se recordam saberes e formas de vida de alguém ou de uma população, ou mesmo de uma determinada cultura. (FARIA;PERICÃO,2008)

Muitas são as vozes que se têm levantando, propagando o desaparecimento do livro. Vejamos as palavras de (STEINER,2006:41) “não há garantia nenhuma que o número de livros impressos nos formatos tradicionais venha a diminuir. Parece até que o contrário é que está a acontecer. Na realidade há uma quantidade incrível de novos títulos, só em Inglaterra, cento e vinte mil no ano passado...” Da parte que nos cabe, nós concordamos com o autor supracitado. A essa ideia junta-se o sentir de Juanarde para quem “o livro ficará como futuro da poesia.” (JUANARTE,2013:102)

¹ E através da invenção da imprensa, que a leitura se divulgou através da produção massiva do livro em suporte de papel, até aos dias de hoje. O livro, assume assim, valor histórico, social e biográfico. (MORÓN ARROYO,1996)

Igualmente, a memória permite conservar informação, programas ou dados. A memória armazena acontecimentos que tiveram lugar durante a vida, nos quais o sujeito desempenhou um papel ou dos quais foi testemunha.

Posteriormente, a informação relatada contém preciosas informações que ajudam a compreender a razão de ser de certos acontecimentos e explicam, frequentemente, o motivo de determinadas atitudes e reações. (FARIA;PERICÃO,2008)

1.2 - A Leitura

A sociedade em que vivemos exige leitores autónomos e reflexivos capazes de recorrerem a estratégia de leitura, que elucida esquemas convenientemente estruturados que possibilitam obter, avaliar e usar a informação. (GOODMAN,1990)

A leitura é um processo interativo onde existe algum acordo entre as componentes que compõem o modelo de compreensão na leitura. O método de abordagem do texto escrito requer do leitor estruturas linguística, cognitivas, afetivas e culturais. (GIASSON,2000). A leitura é o ato de ler/compreender o texto escrito. O ato de ler é resultado de decifrar o que está escrito. Esta operação remete a um conjunto de práticas históricas, culturais e sociais de forma padronizada. (FARIA;PERICÃO,2008)

A leitura é o método de transformação de um sistema de signos num sistema de significantes orais, sendo a técnica de descodificação de signos inscritos de acordo com um determinado código. A utilização sistemática da letra impressa para satisfazer as necessidades intelectuais e emotivas designa-se por hábitos de leitura (FARIA;PERICÃO,2008)

Segundo Roland *Barthes*, a leitura é uma operação que remete “para um conjunto de práticas” histórica, cultural e socialmente codificadas, que visam a apropriação da textualidade encerrada nos suportes que a mediatizam. O ato de ler é uma prática cultural ligada aos suportes de transmissão da sua textualidade. É a troca de informação entre o ser que transmite os seus pensamentos e aquele que o interpreta, sendo a forma assumida de um texto, onde testemunha um acontecimento, facto ou pensamento. (FARIA;PERICÃO,2008)

A compreensão de um texto escrito supõe a interação entre o texto escrito, o leitor e o meio onde este está inserido (GIASSON,2000). O ato de ler pressupõe compreender o texto escrito e o sujeito que o compreende. A leitura estrutura modelos mentais capazes de criar interação com os conhecimentos que o ser humano vai adquirindo ao longo da sua vida, nos mais diversos contextos (familiares, culturais e sociais). Nesta interação, o papel do leitor ou recetor de informação assume uma importância fundamental quer ao nível dos processos

psicológicos, culturais, cognitivos e afetivos dentro de uma sociedade, neste caso, numa sociedade madura com experiência e memórias. (IRWIN,1986)

1.2.1 - Funções da Leitura

A linguagem, quando usada como utensílio de entretenimento forma metodologias como nos relacionamos com o mundo. Desta forma, pode-se designar o ato de ler como uma ação dialógica, criando desta forma, acordos sociais, como proveitos culturais intrínsecos ao ser humano. A leitura sempre se identificou com a necessidade urgente de preservar a informação e de divulgar ao próximo. Na atualidade podemos denota-la presente em várias situações do quotidiano, através da televisão, internet, publicidade etc. Todos estes meios transmitem informação e ligam pessoas. (MORÓN ARROYO,1996)

1.2.2 - A Leitura Como Meio de Comunicação

O processo de leitura engloba o entendimento, a representação, e a obtenção de informação e saber. Por tal, deve-se exercitar desde cedo. A familiaridade com estruturas e conteúdos informativos possibilita ao ser humano uma melhor compreensão da informação escrita. (LAURA B.SMOLKING&CAROL A. DONOVAN,2003)

O ser humano não é só recetor de informação através do ensino escolar. Este também adquire conhecimento através do meio social e cultural que o envolve. (CLEMENTE Linuesa,2007). A convivência com as novas tecnologias faz com que o ser humano adquira informação com maior ou menor fiabilidade. Cabe a este, recorrer a fontes fiáveis que forneça informação com qualidade.

1.2.3 - A Leitura Como Desenvolvimento Pessoal e Intelectual

A leitura possibilita a interação entre o leitor e a informação transmitida pelo texto. A leitura traz conhecimento e aproxima o ser humano de outras formas de pensamento. O ser humano ao contactar com ideias e formas de pensar diferentes das suas enriquece-o intelectualmente e aumenta o seu sentido crítico. No entanto, a leitura não se limita só á obtenção de conhecimentos, mas também, à aquisição de valores. Entende-se, assim, que a leitura é fundamental à formação da pessoa, pois promove valores culturais, éticos e estimuladores da mente. (CASTRO,2005)

Como já foi referido anteriormente, o ser humano recorre à leitura para a obtenção de conhecimento e aprendizagem. A leitura permite a assimilação, a compreensão e interpretação crítica da informação que se vai adquirindo ao longo da vida. A informação que se vai adquirindo ao longo da vida pode ser de carácter formal ou informal.

Aprendizagem informal é definida como qualquer atividade que abrange a procura de conhecimento ou competências que surgem sem a presença de formação pedagógica (LIVINGSTONE,1999)

Outro fator que afeta o método de aprendizagem é o evolução significativa dos meios de comunicação (televisão, internet etc.) Por tal, é importante a compreensão da informação nas variadas formas (oral, escrita e visual) (DALHOUSE,2007). O ato de ler surge como promotor da formação intelectual, desenvolvendo, desta forma, a capacidade de interpretação, compreensão e expressão. (SOBRINO,2000)

1.2.4- A Leitura Como Desenvolvimento Social

A leitura é uma aprendizagem que leva a integração dos valores da sociedade. A missão social da literatura dá ao indivíduo uma forma diferente de compreender toda a diversidade de questões e tradições que fazem parte de uma sociedade. (DIONISIO,1999)

A influência da leitura colabora, e agrupado com outros fatores, leva à participação crítica e ao compromisso social e cultural do indivíduo. (WOLK,2009) A leitura traz *“aprendizagens que marcam o indivíduo e lhe traçam o futuro”*, mostrando, desta forma, que apesar das vastas culturas, todos nós compartilhamos parte do nosso ser social. (WILLIAMS,2008).

Pode-se desta forma dizer que a literatura multicultural transmite e faz compreender o passado, o presente e o futuro da história da humanidade. Maria da Graça Sardinha (2007:p.3) sustenta a ideia de que *“o conceito de literacia em leitura está, obviamente, relacionado com as mudanças constantes que se operam na sociedade.”*

Atualmente, é cada vez mais importante fortalecer aptidões ao nível da literacia, pois, nas sociedades contemporâneas, o êxito profissional pode estar alistado a um grupo de atitudes pessoais e ao nível de literacia que faz uma forma diferente de interpretar um texto (CASTRO,1998)

1.2.5- A Leitura Como Dinamização Social

O conceito dinamizar significa o ato de atribuir um conteúdo dinâmico, ação esta, que provoca dinamismo ou energia; estimula, impulsiona algo ou alguém.

A este conceito está articulado o conceito “animação”, este está subentendido, “dar alma, motivar e comunicar” (SANTIAGO YUBERO,1996),quando expõe os aspetos relativos ao efeito da leitura no desenvolvimento sociocultural do individuo. Apesar do valor da leitura, presentemente existem outras atividades lúdicas que revelam meios de aprendizagem, tais como, a televisão e jogos digitais. (CHRIS ROGER,2008).

A animação da leitura tem como principal objetivo aproximar o idoso da leitura e potenciar-lhe hábitos saudáveis e uma melhor qualidade de vida. A leitura está implícita na capacidade de abstração, reflexão e imaginação.

1.3 - A Memória

A memória (do latim “memoria”) é a faculdade psíquica através da qual se consegue reter e (re) lembrar o passado. A memória remonta à lembrança/recordação de algo que já tenha ocorrido, retrata a exposição de factos, dados ou motivos que dizem respeito a um determinado assunto. Torna-se complexo definir memória, pois o processamento de informação não pode ser visto como um ato isolado. Este depende da perceção que é influenciada pelas emoções e pela imaginação e o meio onde estamos inseridos. Existem diversos conceitos de memória. Esta diversidade deve-se á sua complexidade. O processo de armazenamento de informações é adquirido ontogeneticamente. Este pode ser evocado, em qualquer momento, isto é, está relacionado ao contexto onde se pode utilizar. Spear & Mueller (1984) apresentaram, de forma condensada, uma definição de memória: “É uma representação multidimensional de um episódio em um organismo (e não um processo)” (SPEAR & MUELLER,1984: p.47-111)

Do ponto de vista comportamental, a memória define-se como a alteração resultante da relação do organismo com o seu meio, que ocorre devido à prática, da experiência e/ou observação. Para se chegar à memória é necessário aprendizagem, e para que haja aprendizagem é necessário o envolvimento da capacidade de perceber. A perceção, por sua vez, não requer apenas mecanismos de coerência, mas também mecanismos de memória como saber prévio consciente do objeto, que provoca uma modificação duradoura no aparelho neural. A memória é utilizada no reconhecimento de eventos ou fatos prévios e pela sua recordação. (SPEAR & MUELLER,1984: p.47-111)

No que diz respeito à memória humana, esta é a função cerebral que resulta das conexões sinápticas entre neurónios. Conforme o alcance temporal, distingue-se a memória a curto prazo (consequência da simples excitação da sinapse para reforçá-la ou sensibiliza-la transitoriamente) da memória a longo prazo (um reforço permanente da sinapse graças à ativação de certos genes e à síntese das proteínas correspondentes). As lembranças podem ser permanentes, ou não, dependendo da sua importância; no entanto, não estamos sempre conscientes delas. A representação de um episódio necessita que o mesmo seja “percebido”, “codificado”, “armazenado” e que possa ser “evocado” (por outro lado, que possa ser “esquecido”), para usar as expressões mais comuns nesta área. Todos estes termos implicam que o processo seja dependente ou controlado pelo tempo. O armazenamento é, em geral, dividido em sequências de durações diversas que podem ser rotuladas de “memória icônica”, “memória de curto prazo” (short-term), “intermediária” e “memória de longo prazo” (long-term) (BADDELEY & WARRINGTON, 1970; SQUIRE, 1982:p.89-176).

Ao contrário da memória dos animais, a memória humana, costuma agir com base nas suas necessidades presentes, a memória humana tem a capacidade de contemplar o passado e planificar o futuro. De acordo com alguns científicos, o homem apenas utiliza uma décima milésima parte (0,0001) do potencial do seu cérebro ao longo da sua vida.

Por outro lado, a memória é uma dissertação escrita podendo ser do foro científico, literário ou histórico. Também é sinónimo de memorando, isto é, um impresso usado comercialmente para pequenas correspondências, ou ainda, um simples apontamento destinado a lembrar qualquer coisa (uma consulta no dentista, o pagamento da fatura da eletricidade, etc.). No plural, dá-se o nome de memórias a um escrito narrativo em que são compilados factos a que o autor assistiu ou participou. Também se pode chamar de memória a um monumento comemorativo. Ao longo da história, foram mandados construir monumentos e/ou edifícios em memória de alguém (pessoas que se sacrificaram/perderam a vida em nome da pátria, por exemplo). Nos últimos anos, no âmbito da tecnologia, mais propriamente na informática, a palavra memória tem sido usada para definir a unidade (do computador, por exemplo) onde são armazenados dados. (Markowitsch & Pritzel, 1985:p. 189-412).

1.3.1 Estímulo Cognitivo da Memória

A cognição, ou atividade mental, traduz a aquisição, armazenamento e transformação de informação através de um amplo leque de processos mentais (percepção, memória, imagética, imagem, resolução de problemas, raciocínio e tomada de decisão).

Os exemplos que mais se destacam na abordagem do processamento de informação são modelos projetados para explicar a memória humana. (MARLIN,2004)

Segundo Brandão (2002), a linguagem constitui-se num sistema arbitrário de sinais e símbolos que funcionam num processo interativo entre o pensamento e o mundo externo.

A linguagem manifestada pela oralidade ou escrita tem uma capacidade específica e seletiva humana, dirigindo-se ao mundo de várias formas (GIL,2004)

1.4 - Em Que Especto a Leitura Pode Ativar a Memória

A relação entre a psique humana e a leitura não é nova. Inicialmente foi fundamentada por observações psicanalíticas de Freud sobre a escrita poética de Shakespeare e Dostoiévski. Ao observar as hipóteses psicanalíticas do efeito literário, Wolfgang Iser, verificou que, “a ideia de que os textos literários mudam, em um sentido terapêutico, o estado psíquico do leitor que pode assim descobrir o verdadeiro significado já é algo trivial” (ISER,1999,p.85)

A leitura pode atuar como uma terapia quando a utilização de livros e outros materiais de leitura num programa orientado e prescrito como tratamento de perturbações mentais, emocionais e desajustes sociais, a este tipo de terapia designa-se por Biblioterapia. Segundo a Associação das Bibliotecas de Instituições e Hospitais dos Estados Unidos, adotou como definição de biblioterapia: *“a utilização de materiais de leitura selecionados como coadjuvante terapêutico na medicina e na psiquiatria; a orientação na solução de problemas pessoais por meio da leitura dirigida; o tratamento do mal ajustado para promover sua recuperação à sociedade.”* (CALDIN, 2001;p.5)

Esta terapêutica retrata um processo de interação dinâmica entre a personalidade do leitor e a leitura. Há 3 formas de interação utilizadas neste tipo de terapia, estas são: a leitura, a audição do texto, a escrita ou até mesmo a imagem. Este tipo de terapia funciona como ato libertador de emoções que produz uma reação de alívio que leva a purificação da mente; pois é na leitura ou mesmo na escrita que o ser humano pode encontrar, a palavra, a frase ou parágrafo que provoca o alívio ou mesmo o caminho para a solução do seu problema. (SHRODES,1949)

1.4.1 - Método Biblioterapêutico

O método biblioterapêutico consiste numa dinamização e ativação da linguagem. Este método baseia-se num diálogo terapêutico que abre espaço para os comentários e interpretações que propõem uma escolha do pensamento e do comportamento do indivíduo. Além da leitura e dos comentários, os gestos, os sorrisos, os encontros são também terapêuticos à medida que fornecem a garantia que o utente não está sozinho. (ISER,1999)

Componentes Biblioterapeuticos:

- Catarse;
- Humor;
- Identificação
- Introjeção;
- Projeção;
- Introspeção.

1.4.2 - Objetivos e Benefícios da Biblioterapia

Alice Bryan explica o significado de Biblioterapia como a indicação do uso de materiais literários para o auxílio do desenvolvimento mental e suade da mente. A Biblioterapia apresenta como objetivos: possibilitar ao leitor a solução do problema que o perturba, exiliá-lo nas suas emoções em correspondente às emoções dos outros; apoiar o leitor no pensamento da experiência transmitida pela informação recebida pelo livro em termos humanos e não materiais; encorajar o leitor a encarar o problema de forma realista, onde o objetivo seja a solução racional do mesmo. (SHRODES,1949)

Segundo Louis Gottschalk, a Biblioterapia colabora com o leitor a entender melhor as suas reações psicológicas e físicas de decepções de discórdia; apoia o leitor a conversar sobre os seus problemas; auxilia a diminuição do conflito e o aumento de baixo auto-estima ao perceber que o seu problema já foi vivenciado por outros. A Biblioterapia também é uma ajuda na análise comportamental do ser humano, oferece ao leitor experiências, sem que o mesmo, necessite de as vivenciar, alertando-o desta forma para os possíveis perigos que estas lhe podem trazer. Por fim, esta terapia, fortifica padrões culturais, sociais e estimula a memória.

Benefícios da Biblioterapia:

- Melhora entendimento das emoções;
- Ensino da verbalização e a exteriorização dos problemas;
- Afasta a sensação de isolamento;
- Ensina a verificar falhas alheias semelhantes as suas;
- Auto conhecimento;
- Libertação de medos e obsessões;
- Aumento de auto estima;
- Reforço de padrões culturais e sociais.(ROSA,2006)

1.4.3 - Aplicabilidades

O interesse pela Biblioterapia tem crescido em ritmo acelerado. Deste modo, são cada vez mais as áreas onde está a ser desenvolvida. Vamos referir apenas os campos onde esta terapia tem mais afluência, estes são: o campo correcional, a educação infantil, a medicina e a gerontologia.

Este tipo de terapias pode ser aplicado em vários serviços, tais como:

- **Hospitais:**

No campo da medicina, ROSA (2006) adota a definição de Biblioterapia : “[...] o uso da leitura, especialmente a imaginativa, em grupos de pessoas com problemas emocionais ou comportamentais”. VASQUEZ (1989:p.40). E continua ao afirmar que estes indivíduos podem participar nestes programas voluntariamente ou não. Também considera que a aplicação deste tipo de terapia deve ser geralmente planeado e conduzido por um médico ou um bibliotecário, mas acha prudente que, tanto o médico como o bibliotecário se comprometam a fundo na aplicação e condução dos trabalhos biblioterapêuticos. O ambiente para a execução das atividades práticas poderá ser na própria instituição onde o doente se encontra. Para este autor, as metas a alcançar com esta terapia serão apenas alterações ao nível do comportamento (ROSA, 2006:p.35).

- **Escola e Creches:**

Para RATTON (1975: p. 208), “a leitura dirigida a crianças pode ser efetuada mesmo antes da sua alfabetização e criará condições preparatórias para o desenvolvimento do hábito de leitura”. Deste modo, podemos afirmar que o livro deve ser utilizado em crises de adolescentes e crianças com problemas especiais, mas também, como instrumento de apoio e prevenção. ROSA (2006) refere a experiência de RATTON (1975: p. 205) “alguns professores atualmente utilizam livros não escolares para desenvolver atitudes, preparando o aluno para enfrentar os problemas da vida moderna”. Hoje em dia, com as modificações nos métodos didáticos impostos pelas modernas pedagogias, há necessidade de realizar pesquisas e procura de informação. O confronto entre as diversas opiniões, com a utilização massiva da Internet, faz com que, existe um sem número de instrumentos disponíveis para o auxílio e orientação da criança. Estes estímulos funcionarão não só para acumular conhecimentos como também para a formação do seu próprio património intelectual, para que, a criança saiba como operar, comparar, criticar e usar tudo o que vai aprendendo ao longo do seu crescimento. Jan GRUBB PHILPOT (1997) é um dos orientadores de leituras com crianças. Na sua obra “Bibliotherapy for classroom use”, descreve de forma nata e assertiva, o modo de lidar em situações complexas, com crianças em contexto de sala de aula. Diz este autor que “o livro certo, na pessoa certa, no momento certo” é a melhor chave para o sucesso desta terapia.

- **Centros de Reabilitação:**

Neste tipo de instituições o objetivo da Biblioterapia é a reconquista de jovens e adultos criminosos, que, em geral, têm complicações emocionais e sociais, cuja resolução, pode ser apoiada pela leitura. Segundo ROSA (2006:p.34) “considera-se que o uso do livro provoca a diminuição da ansiedade, despertando novos interesses, canalizando a agressividade para ações reconhecidamente benéficas pela sociedade. Para além disso, a leitura também contribui para a verbalização dos problemas”. Existem registos de investigações que comprovam o sucesso de experiências deste género, como é o caso de” A leitura na prisão”, dissertação de Mestrado da autoria de Isilda Afonso. (AFONSO,2000)

Lar de Idosos:

A Biblioterapia possibilita à população idosa uma preparação para a abordagem de temas considerados “tabu”, tais como: os de índole sexual, a morte e as doenças de que sofrem. Esta terapia também é utilizada para “a diminuição da ansiedade, ajudando-os a aceitar as suas novas condições de vida, mantendo-os em boas condições psicológicas” (ROSA, 2006: p. 36).

Alguns autores concluíram, que o livro surge, como elemento apontado para facultar informações sobre o processo de envelhecimento, por exemplo, abordando os seus aspetos físicos, psicológicos e, sobretudo, para esclarecimento dos problemas sexuais que o idoso não consegue versar espontaneamente. (ROSA:2006) Sintetiza-se deste modo, os principais objetivos a atingir na Biblioterapia com idosos: tratamento ideal para o reajustamento ocupacional na velhice, atualização educacional, socialização e motivação. (VASQUEZ, 1989;p. 51)

A Biblioterapia faz desta forma, uso da leitura e de outras atividades lúdicas como auxílio no tratamento das pessoas doentes, em estados depressivos ou que passam muito tempo afastadas do lar e da família. Os resultados demonstram uma mudança comportamental significativa nos idosos, devido à melhora na situação psicológica e social (CALDIN, 2001).

O idoso, mantendo contacto com os seus próprios sentimentos através das facilidades adequadas propiciadas pela Biblioterapia, pode vir a entender-se melhor; Visão interna do próprio ser - procura ajudar o participante a adquirir novas visões internas. Com isso, pode chegar à conclusão de que ele pode não ser o único que sofre uma determinada situação ou um problema específico, tomando assim, a perceção das dificuldade que pessoas do seu grupo de têm. A experiência de estar em grupo e comunicar entre si sobre os seus sentimentos pessoais ou qualquer outro tipo de assunto, propiciar a cada, uma reação de bem-estar. Desta forma, engrandece as visões internas do indivíduo para o mundo, advertindo-o para a realidade e ajudando-o a lidar com o que não pode ser mudado (VASQUEZ, 1989:p. 51).

1.5 - A ativação da Memória no Processo de Envelhecimento

Este tipo de tratamento pode ser aplicado nas mais diversas idades. No entanto, este estudo vai debruçar-se sobre uma faixa etária específica, a população idosa. O idoso é uma pessoa que, com o passar dos anos, tem a tendência a perder a suas capacidades físicas e cognitivas.

O envelhecimento é um processo universal, inerente a todos os seres vivos e que se inicia desde o momento da concepção até à morte. O processo de envelhecimento pode-se dividir em 3 componentes: o envelhecimento biológico, o envelhecimento social e o envelhecimento psicológico. (OMS, 2005)

Ao longo do processo de envelhecimento, o ser humano vai perdendo a capacidade de adaptação, tornando-se mais sensível ao meio ambiente que consoante sejam as condições, pode ser benéfico ou obstáculo para o mesmo. (JACOB, 2007:p.34)

O idoso vai alterando os seus hábitos e rotinas diárias, substituindo-as por ocupações e atividades que exijam um menor grau de mobilidade. Esta diminuição da atividade, ou inatividade, pode levar a consequências, tais como redução e capacidade de concentração, reação, auto desvalorização, diminuição de autoestima, apatia, desmotivação, solidão, isolamento social e depressão (CARDÃO, 2009)

No entanto, o idoso traz consigo uma grande bagagem de saberes e experiências que nos bancos de escolas não se aprendem.” Os idosos são uma fonte de sabedoria adquirida pelas suas vivências e trabalho ao longo das suas vidas”. Atualmente somos deparados por um envelhecimento social cada vez mais acentuado. Em algumas regiões do mundo o número de idosos já é maior que o grupo de pessoas em idade infantil, um fato inédito na história da sociedade humana. (JACOB, 2007:34) Segundo a OMS (Organização Mundial de Saúde), pode-se classificar um ser humano segundo a sua idade:

Classificação Gerontológica segundo a OMS (Organização Mundial de Saúde)

- Idade Adulta Jovem ou Juvenil - 15 a 30 anos;
- Idade Madura - 31 a 45 anos;
- Idade de Mudança ou Média ou Involução ou Envelhecimento - 46 a 60 anos;
- Idade do Homem mais velho - 61 a 75 anos;
- Idade do homem velho - 76 a 90 anos;
- Idade do homem muito velho - mais de 90 anos.

A idade pode ser determinada através dos seguintes fatores:

- 1- **Cronológica** ou calendário - Ordenada de acordo com a idade do nascimento;
- 2- **Biológica** - Corresponde a idade que o organismo demonstra com base na condição biológica dos seus tecidos comparados com padrões; depende dos processos de maturação biológica e de fatores exógenos;
- 3 - **Psicológica** - Corresponde à idade da capacidade de adaptação às reações e à auto imagem dos indivíduos;
- 4 - **Social** - É determinada pela estrutura das sociedades;
- 5 - **Funcional** - Corresponde á idade que tenta relacionar as diferentes idades.

O principal fator responsável por esta esperança média de vida deve-se ao aumento das características contemporâneas favoráveis de qualidade de vida, como por exemplo um sistema médico mais eficaz e a maior disponibilidade de acesso à alimentação, habitação, recreação e atividade física. A esperança média de vida de um individuo é cada vez maior e é necessário criar meios, para este envelhecer com qualidade de vida. Para tal, ao longo dos tempos, veio-se a ter mais preocupações pelas áreas da gerontologia e gerontologia (MARTINS,2013). O envelhecimento é um fenómeno de expressão mundial e constata-se que dentro da própria população idosa o crescimento não é homogêneo, havendo um ritmo acelerado na população de 80 anos ou mais. Com isso, o crescente interesse em pesquisas sobre idosos com 80 anos ou mais (longevos) vêm ganhando maior representatividade (GONÇALVES, 2010).

O envelhecimento é um fenómeno universal que teve enquadrado em todas as fases da história da humanidade, fossem elas, do âmbito cultural ou social do individuo. O conhecimento que se tem hoje em dia a esse respeito é o resultado da acumulação de experiencia cultural e científica ao longo da história. Porém, o seu conhecimento científico faz parte de uma ciência “jovem” (VEGA;BUENO,1996).

O envelhecimento caracteriza-se pela complexidade humana, desde os aspetos biológicos até ao meio onde o ser humano está inserido e as atitudes da sua vida pessoal. A velhice designa-se pela irreversibilidade da substância viva em função do tempo e a soma de todas as alterações biológicas, psicológicas e sociais, que depois de alcançar a idade adulta e ultrapassar a idade de desempenho máximo, leva a uma redução gradual das capacidades de adaptação e de desempenho psicofísico do individuo. (PAUL;RIBEIRO,2011)

Esta fase da vida retrata o complexo de manifestação que leva a um encurtamento da expectativa de vida com o aumento da idade. É o processo biológico que leva à limitação das

possibilidades de adaptação do organismo e ao aumento da probabilidade de morrer. Os antigos chamavam velhice ao último período de vida do Homem, designavam assim “virilitas” (50 a 60 anos), de “senectus” (60 a 80 anos) e de “decrepitud” (até à morte). Atualmente a terceira idade é “saber-se velho” e a quarta idade “sentir-se velho”. (MARTINS,2013:p.23)

Desta forma, podemos formalizar três ideias fundamentais: o envelhecimento é um processo finito; onde o desenvolvimento e o envelhecimento caminham paralelamente, ou seja, há mudanças evolutivas desde o nascimento até à morte; este processo é condicionado por variantes.

Segundo Brito e Papaléo Netto (2001), o idoso é um indivíduo, que está mais suscetível de se tornar dependente e tem maior possibilidade de adoecer; é composto por mulheres, sobretudo aquelas que são solteiras ou viúvas e que residem sozinhas. Além disso, de acordo com os estudos de Baltes e Smith (2006) os idosos passam o final de seus dias com elevado indicador dependência e solidão.

A mentalidade popular considerava que os “anciãos” e “velhos” tinham o respeito e admiração da comunidade onde estes estavam inseridos. A idade era sinónimo de prestígio e sabedoria. (Martins,2013)

A velhice é um fenómeno e um tema recente e relevante, que já vem a ser alvo de estudo desde o século passado. O envelhecimento demográfico é uma problemática que preocupa cada vez mais os técnicos de várias áreas desde a área da saúde à social. Por tal, cada vez mais estas áreas se debruçam em técnicas e metodologias para proporcionar uma melhor qualidade de vida nesta fase da vida do ser humano. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), define velhice como "prolongamento e término de um processo representado por um conjunto de modificações físicas e psicológicas ininterruptas à ação do tempo sobre as pessoas" (OMS,2005)

Ao longo do tempo, veio, assim assistir-se a um envelhecimento acelerado da população. Tal facto, deve-se à diminuição da natalidade, ao aumento da esperança média de vida e aos planos de aposentaçãõ antecipada (SANTANA,2010:p.513-515).

Estes aspetos demográficos e sociológicos levam a um aumento no coletivo de pessoas idosas, sendo estas, divididas em três grupos:

- Pessoa idosa que se apresenta física e psicologicamente ativas;
- Pessoa idosa com alguma inatividade e depende de serviços de assistência e saúde;
- Pessoa idosas sem atividade e/ou imobilizadas num estado total ou parcial que dependem totalmente de terceiros devido ao seu estado de sofrimento ou doença. (SANTANA,2010:p.513-515)

As principais doenças que afetam os idosos são geralmente de índole crônica, exigindo acompanhamento constante, cuidados permanentes, medicação contínua e exames periódicos, para que se consiga contornar a situação de baixo auto - estima e perda de estímulos. É necessário analisar uma serie de elementos num âmbito multidimensional, de forma a entender o idoso de uma maneira integral, salientando as suas especificidades. (MENEZES,2009)

Um dos indicadores com grande peso na qualidade de vida de um idoso é o bem-estar, que se reflete no modo como este se manifesta socialmente, afetivamente e psicologicamente.

Existem dois tipos de bem-estar, estes sendo:

Bem-Estar Social (BES) - Este ponto tem como principal objetivo analisar indicadores sociais que afetem o bem-estar do individuo. Para um nível adequado de bem-estar social é necessário a satisfação com a vida e experiências emocionais positivas. (SIQUEIRA;PADAVAM,2008)

Bem-Estar Psicológico (BEP) - Este ponto tem como principal objetivo analisar indicadores psicológicos que afetem o bem-estar do individuo. Para um nível adequado de bem-estar psicológico, é necessário a obtenção de auto realização pessoal. (NOVO,2003)

O individuo tenta sentir-se bem consigo mesmo e aceita conscientemente as suas limitações (autoaceitação), procura desenvolver relações interpessoais e positivas com os outros. Conseguem, desta forma, um ambiente de satisfação, desenvolvem autodeterminação e procuram aproveitar ao máximo os seus talentos e capacidades, criando, assim, autonomia e desenvolvimento pessoal. (FERREIRA et al.,2008)

O envelhecimento e bem-estar da pessoa idosa são inseparáveis do processo de desenvolvimento humano. De acordo com a OMS (2002), o investimento na saúde dos idosos vai adiar o início de várias doenças e demências que contribuirão para uma melhor qualidade de vida do idoso e contributo para o desenvolvimento do país. Desta forma, é necessário criar um paradigma que perceba os idosos como participantes ativos de uma sociedade com integração de idade. É essencial, desta forma, reconhecer e explorar a experiência e o vigor dos idosos para ajudá-los a melhorar o seu bem-estar psicológico.

A dinâmica do cuidado em grupo tem como finalidade compartilhar saberes e experiencias, o que leva a formação de uma rede de suporte social, promovendo a autonomia e a livre expressão dos participantes sobre as suas emoções e seus conhecimentos. (SILVA,et.al. 2003)

Porque envelhecemos?

Ao longo do processo de envelhecimento, as capacidades de adaptação do ser humano vão diminuindo, tornando-o cada vez mais sensível ao meio ambiente que, consoante as restrições implícitas ao funcionamento do idoso, pode ser um elemento facilitador, ou um obstáculo para a vida.

Teorias "Envelhecimento Geneticamente Determinado" segundo os autores abaixo mencionados:

- **Hipótese do relógio do envelhecimento** - os diversos relógios existentes nos diversos sistemas, como também os seus programas estão expostos a influência internas e externas que podem acelerar ou retardar seu desenvolvimento (EVERITT, 1973);
- **Hipótese da morte programada** - o relógio biológico que age periodicamente sobre o sistema endócrino. Erros no sistema imunológicos e circulatórios são responsáveis pelo fato de ocorrerem doenças fatais (DENCKLA, 1975);
- **Hipótese de programa de Kanungo** - admite a programação do crescimento, maturação, diferenciação e envelhecimento, através de genes que regulam cada fase da vida. A velocidade do programa pode se alterar não só através de modificação dos genes "produtores", mas também por meio de transformações dos genes "integradores" ou "reprodutores" (KANUNGO, 1982);
- **Teoria de Cutler** - o envelhecimento relacionado com a evolução. Admite que 3 parâmetros - expectativa de vida máxima, quo-/ ciente de cefalização (densidade de neurônios no SNC) e consumo máximo de energia, crescem constantemente no desenvolvimento da raça. Segundo Culter, o envelhecimento deve ser interpretado como um jogo mútuo destes mecanismos que asseguram a vida (CUTLER, 1982);
- **Teoria da autoimunização** - com a idade o organismo perde sua autoimunidade e assim são formados auto-anticorpos que agredem os próprios tecidos. A consequência é o envelhecimento (THEIMAR, 1973);
- **Teoria do estresse** - a sequência física da reação do estresse é a seguinte - fase de alarme, fase de resistência e fase de esgotamento. A teoria se baseia no relacionamento da fase de esgotamento com o envelhecimento, que se caracteriza por uma diminuição da resistência (SELLY, 1976);
- **Teoria da Adaptação-Regulação** - relaciona as alterações programadas com os distúrbios do aparelho genético e com as influências adaptativas através dos acontecimentos do meio ambiente. Alterações primárias nos genes reguladores causam uma reorganização quantitativa e qualitativa da síntese de proteínas, levando a um prejuízo na função da célula e de sua atividade.

Terceira Idade - Como envelhecemos?

O Centro de Pesquisas em Envelhecimento elaborou um “ Estudo Longitudinal sobre o Envelhecimento Baltimore Longitudinal” faz um estudo com mais de 1500 pessoas saudáveis, voluntárias com idade compreendida entre 17 e 96 anos, com alto nível de escolaridade (trabalhadores ou aposentados em cargos de alto nível) o estudo teve como metodologia a avaliação de 2 dias e meio em mais de 100 procedimentos e a cada 2 anos com o objetivos de analisar os efeitos físicos, mentais e emocionais do envelhecimento na população em estudo, o enfoque na realização dos procedimentos e testes teve como principal direcionamento para a função pulmonar, o metabolismo basal a acuidade visual e auditiva e a coordenação motora. (OMS,2005)

Os resultados encontrados por esse grupo de pesquisa foram os seguintes:

1 - Quanto a aparência física (medidas antropométricas) :

- Constatou-se a redução gradual da Estatura após os 30 anos (0,15 mm/ano em ambos os sexos);
- O tronco mais grosso e extremidades mais finas (diâmetros:> 40 anos - diminuição da pantorrilha no homem e > 60 anos diminuição do antebraço). (OMS,2005)

2 - Quanto a arcada dentária :

- Mudança nos hábitos de mastigação;
- Aumento das cáries;
- Aumento das doenças periodontal. (OMS,2005)

3 - Quanto ao peso e mudanças metabólicas:

- O peso aumenta até os 55 anos e em seguida começa a diminuir, isto devido à perda de tecido magro, massa muscular, água e massa óssea (maior nas mulheres);
- Número de calorias - 30 anos - necessita 12/cal dia a menos, 40 anos 120/cal dia a menos;
- Gordura corpórea permanece mas muda sua distribuição, devido à perda do tônus muscular, maior concentração nas coxas e no abdômen. (OMS,2005)

4 - Quanto ao sistema cardiovascular:

- Colesterol aumenta no início da idade adulta até os 60 e em seguida diminui;
- Problemas coronarianos aumentam com a idade (fumo, hipertensão arterial, aumento do colesterol, lipoproteínas de baixa densidade, baixa capacidade vital, obesidades e diabetes são alguns dos fatores de riscos que colaboram para sua evolução);
- Função cardíaca máxima diminui com a idade;
- Estreitamento da parede cardíaca. (OMS,2005)

5 - Mudança do tempo de reação:

- Diminuição da capacidade de detectar e relatar;
- Aumenta o tempo de reação ao barulho após os 60 anos;
- Diminuição das respostas à estímulos e as vezes imprecisas. (OMS,2005)

6 - Mudanças cognitivas:

- Diminuição da memória;
- Diminuição do desempenho em teste de lógica (> 70 anos);
- Diminuição aprendizado de matérias orais (> 70 anos);
- Aumento do número de erros em tarefas verbais (> 70 anos);
- Diminuição da memória visual entre 50 - 60 anos e acentuadamente após os 70 anos;
- Não muda o desempenho relacionado ao vocabulário. (OMS,2005)

7 - Mudança de Personalidade:

- Não constatou-se alterações com a idade.(OMS,2005)

8 - Atividade sexual:

- Diminuição da taxa de hormônios sexuais, portanto diminuição da atividade sexual;
- Tamanho do testículo não muda;
- Aumento do tamanho da próstata (> 70 anos);
- Diminuição das fantasias sexuais (desaparecem após os 65 anos).(OMS,2005)

9 - Mudanças nos sentidos:

- Visão - diminui com a idade;
- Audição - diminui com a idade;
- Paladar - diminui com a idade para substâncias amargas ou salgadas;
- Odor - diminui com a idade.(OMS,2005)

10 - Mudanças Fisiológicas:

- Diminuição da função renal;
- Diminuição da capacidade dos linfócitos e neutrófilos. (OMS,2005)

11 - Mudanças na Força:

- Diminuição da força no antebraço e músculos do dorso (> 65 anos);
- Atividade física diminui;
- Diminui o desempenho máximo durante o exercício;
- Diminui a força muscular nas mãos em função da diminuição da massa muscular. (OMS,2005)

Diferenças entre os sexos constados pela pesquisa:

- Maior diminuição da densidade óssea após a menopausa (mulheres);
- Número de células brancas do sangue maior em homens do que nas mulheres;
- Consumo máximo de oxigênio é 20 % em média maior em homens do que em mulheres, provavelmente devido à massa muscular;
- Aumento da gordura abdominal após a menopausa nas mulheres e nos homens aumento no início da puberdade até a meia-idade;
- Perda auditiva maior 2 vezes nos homens do que nas mulheres;
- Diminuição da capacidade de identificar odores e mais rápida nos homens. (OMS,2005)

Conclusões do estudo:

- Não temos apenas um relógio responsável pelo envelhecimento de todos os órgãos;
- Idade cronológica não é um agente eficaz para previsão de desempenho. (OMS,2005)

Problemas Psicológicos na Terceira Idade:

O envelhecimento não trás apenas alterações no corpo e a nível social, trás também uma série de mudanças psicológicas que até podem ser mais afetantes do que todas as outras. É importante referir que, maior parte das vezes, passam despercebidas nesta idade.

Estas mudanças levam a que o idoso tenha falta de motivação, dificuldades em planear o futuro, em adaptar-se às mudanças repentinas, levam a que haja uma maior necessidade de trabalhar as perdas orgânicas, afetivas e sociais, as alterações psíquicas que vão necessitar de tratamento, os estados depressivos, a hipocondria, as somatizações, a paranoia, os suicídios e a uma baixa autoestima. (PALMORE, 1979)

Os idosos mais saudáveis e otimistas têm maior capacidade para se adaptarem às mudanças que surgem com o envelhecimento e, por isso, são capazes de ver a velhice como um tempo de experiências acumuladas, de maturidade e de libertação de certas responsabilidades.

Enquanto Psicopedagogos Clínicos, neste caso, uma possível intervenção seria trabalhar com os idosos a sua autoestima de modo a ensinar-lhes a tirar vantagens da sua idade mais avançada e ajudá-los a aceitarem esta nova fase da sua vida. Assim como, trabalhar junto das famílias para que estas participem na vida do idoso e o façam sentir aceite e desejado, algo que é fundamental para uma melhoria da sua autoestima. (PALMORE, 1979)

A **Gerontologia** é a ciência que estuda e analisa os processos de envelhecimento nos vários aspetos: biológico, psicológico e social. A área de análise da gerontologia é multidisciplinar que abrange matérias tais como: biomedicina, psicologia social, história entre outros. A gerontologia tem objetivos no âmbito qualitativo e quantitativo. Criando assim no âmbito quantitativo uma maior esperança de vida e no âmbito qualitativo melhorar a qualidade de vida do idoso. (MARTINS,2013)

A Gerontagogia e a Gerontologia Educativa

O idoso é um ser heterogéneo, em que, o seu processo de envelhecimento não aborda só, o campo médico, biológico, social e psicológico. Sabe-se que, a educação é essencial, assim se, a intervenção educacional, passar a ser um valor trabalhado na 3ª idade, o idoso irá ter um papel ativo na aprendizagem. Pode-se concluir que, a educação só faz sentido, quando o indivíduo independentemente da idade, quer educar-se, aceita aprender, mesmo quando julga, já ter aprendido tudo. (MARTINS,2013)

Capítulo 2

Estudo Prático

Apresenta-se, a seguir, o percurso metodológico desenvolvido no âmbito do envelhecimento ativo e utilização do livro como terapia ocupacional, onde se desenvolve e exercita a memória, tal como o bem-estar emocional. Esta parte do trabalho desenvolve o tipo de estudo, população, amostragem, colheita de dados e sua análise.

2.1 - Tipo de Estudo

O presente estudo é uma vertente do projeto de pesquisa no campo da leitura como terapia que desenvolve a memória e o bem-estar emocional do idoso, cujo objetivo é estudar a aplicabilidade da leitura ou da recitação, na promoção do autoestima, do exercício da memória e qualidade de vida ao nível psicológico do idoso.

Local de estudo:

O presente estudo foi realizado na Santa Casa da Misericórdia de Manteigas² (v.d. em anexo: **Figura 10**), situada em plena vila de Manteigas, coração da Serra da Estrela. Zona de grande desertificação e onde a maioria da população é idosa. O principal objetivo desta instituição de ordem religiosa era ajudar os mais carenciados, sendo as faixas etárias mais abrangidas as crianças e idosos. Sendo esta instituição de caris social dedica-se á prestação de serviços, principalmente á 3ª idade, visto que, é esta que prevalece nesta região. É a 3ª idade uma das faixas etárias que necessita uma urgente prestação de cuidados de primários (higiene, alimentação e cuidados de saúde) devido a uma degeneração que vai ocorrendo ao longo do nosso percurso de vida. Neste momento, funcionam na Santa Casa da Misericórdia de Manteigas as seguintes valências: o Serviço de Internamento - Lar de Idosos Centro de Dia, Apoio Domiciliário e recentemente o Serviço de Cuidados Continuados. (**Compromisso da Irmandade da Sta.Casa da Misericórdia de Manteigas,1981**)

Tais valências têm como objetivo comum a contribuição para a estabilização e retardamento do processo do envelhecimento e proporcionar o bem-estar e qualidade da vida dos idosos.

² Compromisso da Irmandade da Santa Casa da Misericórdia de Manteigas- Aprovado em Assembleia Geral em 2/11/1980 - Aprovação da autoridade diocesana, a única necessária, segundo o Decreto-Lei nº 519-G-2/79, foi dada em 25 de Fevereiro de 1981.

O Centro de Dia é uma resposta social que consiste na prestação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção dos idosos no seu meio socio - familiar.

Tem como principais objetivos a prestação de serviços que satisfaçam as necessidades básicas, a prestação de apoio psicossocial e fomento das relações interpessoais ao nível dos idosos e destes com outros grupos etários a fim de evitar o isolamento.

O Serviço de Apoio Domiciliário é uma resposta social que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio, em indivíduos e famílias quando por motivos de doença, deficiência ou outro impedimento não possam assegurar temporária ou permanentemente a satisfação das suas necessidades básicas e/ ou atividades da vida diária. Tem como objetivos contribuição para a melhoria da qualidade de vida do idoso e contribuição para o retardar ou evitar a institucionalização. **(Compromisso da Irmandade da Sta. Casa da Misericórdia de Manteigas, 1981)**

O Lar de Idosos é um equipamento destinado às pessoas idosas singulares ou casais que não possam bastar-se a si próprias. Esta valência tem como objetivo proporcionar habitação de forma a garantir aos idosos uma vida confortável e assegurar, na medida dos possíveis, a sua autonomia. Também tem como objetivo a satisfação das necessidades básicas, a estabilização ou retardamento do envelhecimento, favorecendo assim, as relações entre utentes e destes com os funcionários, familiares e comunidade em geral.

A Sta. Casa da Misericórdia de Manteigas foi fundada em 1618 pela Rainha D. Leonor. Os primeiros estatutos foram aprovados a 19 de Maio do mesmo ano, sendo renovados em 1930. O 1º Livro de Atas desta Sta. Casa data o ano de 1878, tendo a primeira, sido elaborada a 12 de Maio do mesmo ano, pelo Provedor da altura Dr. Manuel Freire.

Como a maior parte das Misericórdias do país, está pertence ao Séc. XVII. O seu traçado arquitetónico realça o duro granito da serra onde se incorpora (Serra da Estrela).

Com o advento da Monarquia Constitucional (1820-1910), a assistência aos mais carenciados torna-se tarefa do Estado, no entanto, as Igrejas, Misericórdias e Confrarias têm um papel fundamental neste papel. A pobreza e assistência são no entanto, conceitos imprecisos e importa clarificar e aproximar da época. O trabalho do campo, que na sua maioria era o trabalho da população Manteiguense, era mal pago, não se realizavam contratos que assegurassem a existência de mecanismos que permitissem ao trabalhador substituir em caso de acidente, doença, de velhice, de despedimento ou de quebras de consumo. Eram assim, uma potencial representação de pobreza, visto que, não continham rendimento para a sobrevivência mínima do próprio e da sua família. Também estavam incluídos na classe pobre o indivíduo que mesmo estando apto para o trabalho, se encontrava impossibilitado de assegurar a sobrevivência (viúvas, desempregados e trabalhadores com famílias numerosas),

por último aqueles que por incapacidade não se conseguem prover do seu sustento (crianças, deficientes e idosos). **(Compromisso da Irmandade da Sta. Casa da Misericórdia de Manteigas, 1981)**

O género feminino era o que sofria mais com a pobreza, pois era a classe com menos habilitações e dependiam do outrem para sobreviver monetariamente. A maior parte das vezes, depois de enviuvarem recorriam a assistência, principalmente por não ter meios de sobrevivência.

Esta era uma das muitas causas de deixar crianças ainda de tenra idade designada também por “exposto” ou “enjeitados” na “Casa da Roda” ou “Roda do Hospício”. Esta “roda” era uma porta giratória onde se depositavam as crianças, que depois de rodada ficavam dentro da instituição até alguém responsável as vir recolher. As informações referentes ao expositor eram proibidas, pois o abandono de crianças era permitido por lei. O aparecimento destas “rodas” e a legalidade do ato de abandono foram decretadas nos finais do Séc. XVII inícios do Séc. XVIII pelo poder central nos diplomas de 31 de Janeiro de 1775, 24 de Maio de 1783, 5 de Junho de 1800, 18 de Outubro de 1806 e 24 de Outubro de 1814. **(Compromisso da Irmandade da Sta. Casa da Misericórdia de Manteigas, 1981)**

Normalmente a “Roda do Hospício” era atributo das Misericórdias, pois estas, regulavam-se por um compromisso que supunha a criação de crianças por amas externas. Era também da responsabilidade da Misericórdia enviar anualmente um mapa anual para Lisboa com o registo de entradas e óbitos das crianças que eram lá deixadas.

No que diz respeito á Assistência, a doentes e cuidados materno-infantis no Séc. XIX

Segundo a “Ata de sessão extraordinária da Câmara Municipal de Manteigas a 14 de Agosto de 1875” existiu uma “roda do hospício” supostamente integrada na Misericórdia. No entanto, também se consta através de documentação que muitas crianças eram deixadas à porta de casas.

No que diz respeito á assistência, a doentes e a cuidados materno-infantis no Séc. XIX era efetuada nos hospitais que normalmente estavam agregados às Misericórdias Portuguesas. Tal como, o hospital de Manteigas estava agregado a Misericórdia da dita vila.

Quanto à assistência nas áreas já acima descritas, a Misericórdia de Manteigas contem um documento intitulado por: “Estatutos do Centro de Assistência Social de Manteigas”, publicado no “Diário de Governo nº176 de 28/7/1954 que descreve como dever desta Misericórdia prestar assistência materno-infantil e médico-social aos mais desfavorecidos desta localidade. **(Compromisso da Irmandade da Sta. Casa da Misericórdia de Manteigas, 1981)**

No caso da Assistência Materno-Infantil, a Misericórdia deveria assistir as mulheres durante a gravidez, no parto e enquanto amamentassem. E as crianças desde o nascimento até à sua puberdade. Tal informação, consta no Artigo 2º do referido documento.

A Assistência Médico - Social deverá assistir os pobres e indigentes e criar meios de assistência de necessidade local. O exercício destas funções deveria ser gratuito ou remuneradas segundo a situação financeira.

A 4 de Setembro de 1960 foi inaugurado o novo Hospital, antiga Casa de Saúde que foi demolida para a construção do mesmo, onde atualmente, se situa o Lar e Centro de Dia e brevemente a Unidade de Cuidados Continuados Integrados. **(Compromisso da Irmandade da Sta. Casa da Misericórdia de Manteigas, 1981)**

Dentro desta Misericórdia, destaca-se a Irmandade da Misericórdia, também instituída em 1618. É uma associação de fiéis com personalidade jurídica, canónica e civil. A sua ação no campo social rege-se pela prática das 14 Obras de Misericórdia, tanto espirituais como corporais. O âmbito da atividade social da Instituição não se confina apenas ao campo da chamada segurança social, mas pode abranger também, outros meios de fazer bem, designadamente, nos sectores da saúde e na educação.

No âmbito religioso, sob a invocação de Nossa Senhora da Misericórdia a sua padroeira deve manter o culto e exercer as atividades que constarem no compromisso.

O texto do Compromisso da Irmandade da Misericórdia de Manteigas, que corresponde, no essencial, ao que a União das Misericórdias Portuguesas submeteu à Comissão Permanente do Episcopado Português e que mereceu a aceitação unânime da Assembleia Geral dos Irmãos de 2 de Novembro de 1980, e que consta da ata da sessão desse dia. **(Compromisso da Irmandade da Sta. Casa da Misericórdia de Manteigas, 1981)**

A aprovação da autoridade diocesana, a única necessária, segundo as disposições do Decreto-Lei n.º 519-G-2/79, foi dada em 25 de Fevereiro de 1981.

2.2 - Recolha de Dados

Características da Amostra:

- **Nº da amostra:** 9 utentes da Santa Casa da Misericórdia de Manteigas.
 - A amostra contém 3 utentes de cada valência (SAD, Lar e Centro de Dia), sendo alguns deles analfabetos.

- **Critérios de seleção:**
 - Tipo de valência onde o utente se integra;
 - Utenentes com problemas socio-afetivos.

- **Processo de Intervenção:**

Sessão individual ou em grupo, onde o idoso interage com material bibliográfico e recorda passagens da sua vida. Estas recordações pretendem ativar memórias e estimular o poder cognitivo.

- Tempo de Sessão: 30 min.

Registo dos dados obtidos:

Valência: Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)

- **Identificação do Utente:**
- **Utente N°1**
- **Sexo:** Feminino
- **Idade:**78

- **Características do utente:**
 - Depressiva;
 - Baixa autoestima;
 - Muito religiosa.

Sessão N°1

Data da Sessão: 22/10/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Titulo:** “Monte Cinco”; (v.d. em anexo: Figura 12)
- **Autor:** Paulo Coelho.

Justificação do livro escolhido:

A escolha deste livro para esta utente deve-se a esta ser muito devota e religiosa, ao estado depressivo da mesma e ao seu baixo autoestima que esta apresenta. A utente é uma pessoa que está constantemente a “rebaixar-se”, que não acredita nas suas capacidades e nem enaltece as suas virtudes.

Observações:

O livro tinha uma mensagem apelativa que agradou à utente. Este livro descreve a história do profeta Elias e transmite uma lição de esperança e luta pelos nossos objetivos. Inspirado numa passagem bíblica, este livro, demonstra que por vezes o mundo parece estar conspirado contra nós. Perante o inevitável, muitos ficam destroçados e alguns ficam fortalecidos.

Quanto ao resultado desta primeira sessão, pode-se dizer que foi recetiva, no entanto, constatei que a falta de imagens no livro fez com que a leitura não fosse tão cativante. Tudo isto fez com que a sessão não chegasse ao resultado que pretendia.

Sessão N°2

Data da Sessão: 29/10/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Titulo:** Momentos da Montanha; (v.d. em anexo: Figura 1)
- **Autores:** Miguel Serra e João Gabriel Leitão.

Justificação do livro escolhido:

O livro é baseado num conjunto fotográfico de pontos emblemáticos da Serra da Estrela e retrata costumes e tradições de uma população, onde a utente se insere, onde nasceu, cresceu e vive até hoje. Este livro é um ponto forte para a mesma recordar e realçar momentos da sua vida onde alguns deles forma passados em locais neste livro retratado. O livro ainda abrange uma componente áudio, onde se encontra compilado cantares tradicionais da região. Esta componente esteve a cargo da “Banda Filarmónica Manteiguense”

Observações:

Com a leitura deste livro a utente, conseguiu recordar momentos da sua juventude em alguns dos locais que o livro retrata. A utente relatou o episódio que efetuava anualmente, que era, a ida a pé ao Covão da Ponte (usualmente designado por Castanheira).

Neste episódio a utente faz referência ao convívio familiar que havia naquele local acontecimento, onde a própria diz: “Naquele dia eu e minhas irmãs juntávamo-nos, cada uma com a sua cesta, com queijo, presunto, chouriça e a panela dos feijões e íamos a pé até á Castanheira.” Também é demarcada mais uma vez a sua religiosidade, quando referencia a devoção pela Nossa Senhora do Rosário existente na capela daquele lugar.

Sessão N°3

Data da Sessão:05/11/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Titulo:** São Domingos Savio; (v.d. em anexo: **Figura 11**)
- **Autor:** Tânia Moll

Justificação do livro escolhido:

A escolha deste livro deve-se á característica específica que, esta utente tem, a devoção e fé por Deus. Desta forma, pegou-se nesta característica e levou-se até ela um livro com temática do seu interesse, neste caso, a vida de um santo e protagonizar um momento de bem-estar e conforto.

Observações:

A utente foi recetiva á temática deste livro, visto que este já continha imagens o que foi muito mais cativo para a utente. Enquanto a própria ia lendo e comentando as próprias

imagens do livro, esta, ia interligando com passagens da sua própria vida. Recordou momentos da sua juventude, onde comenta a severidade e rigidez dos seus pais e a obrigação imposta pelo seu pai em casar com o marido. Comenta desta forma que a fé que tem por Deus foi a força para ultrapassar os obstáculos difíceis da vida. Utilizou várias vezes a frase: “A fé é a força da nossa vida”

○ **Identificação do Utente:**

○ **Utente N°2**

○ **Sexo:** Masculino

○ **Idade:**83

○ **Características do utente:**

- Viúvo;
- Emigrante na Bélgica;
- Vive com a filha, referiu várias vezes que: “é fraco de cabeça”;
- Atrito entre pai e filha;
- Grande amigo do irmão que reside no Brasil;
- Problemas familiares;
- Hábitos de leitura, gosta de ler romances;
- Sente a falta da esposa.

Sessão N°1

Data da Sessão:24/10/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** Momentos da Montanha; (v.d. em anexo: **Figura 1**)
- **Autores:** Miguel Serra e João Gabriel Leitão.

Justificação do livro escolhido:

O livro é baseado num conjunto fotográfico de pontos emblemáticos da Serra da Estrela e retrata costumes e tradições de uma população, onde a utente se insere, onde nasceu, cresceu e vive até hoje. Este livro é um ponto forte para a mesma recordar e realçar momentos da sua vida onde alguns deles forma passados em locais neste livro retratado. O livro ainda abrange uma componente áudio, onde se encontra compilado cantares tradicionais da região. Esta componente esteve a cargo da “Banda Filarmónica Manteiguense”

Observações:

Sessão elaborada em conjunto com o utente nº1 da valência Lar. Como tio e sobrinho, foi fácil iniciar um diálogo. Os dois utentes começaram imediatamente a reviver memórias. Recordaram assim, momentos que passavam em família em alguns locais demonstrados no livro.

Sessão Nº2

Data da Sessão:05/11/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** “Ecos de Manteigas” Nº 94,150 e 152; (v.d. em anexo: **Figura 3,5,6**)
- **Autor:** Francisco Esteves de Carvalho

Justificação do livro escolhido:

Nesta sessão, pretendeu-se analisar e argumentar alguns artigos do jornal regional “Ecos de Manteigas” com datas de 1957-1959. A escolha destes artigos tem como objetivo recordar e reavivar acontecimentos que marcaram Manteigas nas datas acima descritas. Os artigos têm a particularidade de serem muito descritivos o que nos levou à montagem imaginativa do acontecimento. Os artigos falam de três áreas sociais distintas: a religião, a assistência social e as vivências da alta sociedade. Nestes 3 artigos está demonstrado como a população manteiguense vivia e agia em factos, tais como: a chegada de um novo pároco a Manteigas, o casamento da filha do Dr. Francisco Esteves, homem de grande poder e relevância nesta vila e por último a construção de habitações para famílias mais carenciadas.

Observações:

Os 3 temas foram recordados com grande entusiasmo, pois, os próprios estiveram por dentro dos mesmos. Como de imediato um argumenta:” Como eu me havia de esquecer do casamento da moça mais bonita daquela altura! “Foi uma grande alegria para os dois utentes relembrar a construção do bairro social, pois os próprios ajudaram na sua construção. Conseguiu-se mais uma vez, levar a estes dois utentes, momentos de bem-estar e alegria

Sessão N°3

Data da Sessão:12/11/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** Notícias de Manteigas; (v.d. em anexo: Figura 9)
- **Autor:** João da Cruz Carvalho

Justificação do livro escolhido:

Este artigo aborda um assunto, que gerou polémica na altura, que foi os 11 dias de greve na Sociedade Têxtil dos Amieiros Verdes (SOTAVE), principal indústria do setor têxtil e lanifícios em Manteigas. Empresa de expansão nacional e internacional que mantinha ativo uma grande parte da população manteiguense.

A escolha destes artigos deve-se ao facto de a população manteiguense ter na sua história o setor de atividade a indústria têxtil. Além do mais, sempre foi uma população que sempre teve como principal fonte de sustento a agricultura e a pastorícia, aproveitando desta forma, a matéria-prima, a lã do gado.

Observações:

Neste artigo, os utentes lembraram-se vagamente do episódio, pois um, já tinha emigrado e o outro tinha ido para outra região do país.

- **Identificação do Utente:**
- **Utente N°3**
- **Sexo:** masculino
- **Idade:**84

Características do utente:

É um utente que devido à sua dificuldade locomotora encontra-se isolado em casa. As únicas pessoas com quem convive são a sua esposa e filhos. O utente revolta-se por não se poder mover como desejava. Todo este clima de impotência envolve-o numa extrema tristeza. O utente recorda pormenorizadamente memórias da sua juventude e dos seus tempos de operário fabril. Nestas sessões, a sua esposa também participa e em conjunto recordam momentos é um momento de alegria e bem-estar, pois ficavam ansiosamente á espera da hora que eu ia ter com eles, a ultima frase que era referenciada antes do término da sessão era: *“Para a semana vem ca outra vez não vem Aninha?”*

Sessão Nº1

Data da Sessão: 22/10/2013

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** “Momentos da Montanha”; (v.d. em anexo: Figura 1)
- **Autores:** João Gabriel e Miguel Serra.

Justificação do livro escolhido:

Livro com imagens da Serra da Estrela. Estas imagens demarcam vivências da maior parte dos idosos manteiguenses. Era nas encostas da serra que pastavam os grandiosos rebanhos fonte de matéria-prima e rendimento da altura (lã e leite). Neste livro, recordam-se momentos de trabalho árduo, em que na maior parte, nesta zona eram a agricultura e pastorícia. É demarcada também toda a beleza natural da sua fauna e flora que esta serra tem e só quem a pisa e a descobre a conhece bem. O livro ainda contém uma componente áudio, onde se encontram compilados cantares tradicionais da região. Esta componente esteve a cargo da “Banda Filarmónica Manteiguense”.

Observações:

Sessão bem-sucedida, alcançando o pretendido. Através das imagens do livro e juntamente com a audição do cd acompanhante, o utente recordou momentos vivenciados por ele naqueles locais. Nesta sessão veio á memória a ida do casal á Nossa Senhora da Estrela. O casal argumenta que antigamente não faltavam á festa anual que se fazia em honra de Nossa Senhora da Estrela, com a transferência da imagem para a Covilhã e a remodelação do local nunca mais houve a veneração á santa diz o casal.

O utente recorda com alguma emoção a subida ao “cântaro magro”, quando visualiza a fotografia. O próprio sorriu e argumentou: “Tivesse eu as pernas que tinha aos 26 anos que ainda lá ia outra vez a pé”

Conseguiu-se, no conforto do seu lar, proporcionar uma viagem pela sua região, onde a memória dos momentos por lá passados lhe proporcionou bem-estar e alegria.

Sessão N°2

Data da Sessão:29/10/2013

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** “Antologia I - Textos escolhidos e selecionados sobre Manteigas e Sameiro”;
(v.d. em anexo: Figura 2)
- **Autor:** José Lucas Batista Duarte.

Justificação do livro escolhido:

Livro que compila textos que descrevem um pouco da cultura e património que o concelho de Manteigas contém, desde todo o seu património religioso de Sta. Maria, São Pedro e Sameiro até às lendas que passam de geração em geração. Sendo um livro que aborda a raízes culturais e patrimoniais deste concelho, será, assim, um bom instrumento para apelar e trabalhar a memória.

Observações:

Consulta recetiva. Conseguiu-se apelar à memória, desmitificando algumas lendas e rituais religiosos na região. Houve a visualização das principais igrejas e capelas do concelho e fez-se a comparação das fotografias deste património, na altura (ano da edição do livro:1985) e presentemente.

Observou-se especial atenção na lenda de Nossa Senhora dos Verdes, visto ser a zona onde eles habitaram e se recordarem das alterações que a capela sofreu ao longo dos tempos. Referenciam, ainda, a origem da lenda, em que ouviam a seus pais contar, o porquê de ter sido feita uma capela em Nossa Senhora dos Verdes. Consta que houve um ano de colheita que foi dizimado pela lagarta, devastou os campos o sustento alimentar da maior parte das famílias manteiguenses. Era tal o dilúvio que a população resolveu fazer uma peregrinação com a santa dos verdes para que ela viesse em auxílio de tal praga. Por onde a santa passava, a lagarta caía morta, ela era tanta, que o barulho ao cair parecia chuva. O Sr. Afonso argumentou que os pais lhe contavam que durante a peregrinação da santa a população ia dizendo: “Nossa Senhora dos Verdes matai o bitcho”. A esposa sorriu e disse: “Antigamente a escolaridade era pouca ou nenhuma e pareciam uns brutos a falar.”

Sessão N°3

Data da Sessão:05/11/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** “Ecos de Manteigas” N° 94,150 e 152 (v.d. em anexo: Figura 3,5,6)
- **Autor:** Francisco Esteves de Carvalho

Justificação do livro escolhido:

Nesta sessão, pretendeu-se analisar e argumentar alguns artigos do jornal regional “Ecos de Manteigas” com datas de 1957-1959. A escolha destes artigos tem como objetivo recordar e reavivar acontecimentos que marcaram Manteigas nas datas acima descritas. Os artigos têm a particularidade de serem muito descritivos o que nos levou á montagem imaginativa do acontecimento. Os artigos falam de três áreas sociais distintas: a religião, a assistência social e as vivências da alta sociedade. Nestes 3 artigos está demonstrado como a população manteiguense vivia e agia em factos, tais como: a chegada de um novo pároco a Manteigas, o casamento da filha do Dr. Francisco Esteves, homem de grande poder e relevância nesta vila e por último a construção de habitações para famílias mais carenciadas.

Observações:

A escolha destes 3 artigos funcionou muito bem com o Sr. Afonso e a sua esposa. Os 3 temas foram recordados com grande entusiasmo, pois, os próprios estiveram por dentro dos mesmos. Foi uma grande alegria para o Sr. Francisco relembrar a construção do bairro social, pois o próprio ajudou na construção. O casamento da filha do Dr. Francisco Esteves deu muita gargalhada e muito que falar, pois a esposa era funcionária da empresa fabril, de que Dr. Francisco Esteves era dono. A própria diz que foi um casamento como nunca viu. Naquele dia os funcionários iam todos fardados e foram os mesmos que fizeram a receção aos noivos. Foi vista pela primeira vez em Manteigas pessoas de âmbito internacional desde Holandeses até mesmo chineses. Diz a esposa do Sr. Afonso: “Que foi a primeira vez que viu uma chinesa, nem se quer sabia de que raça ela era.”

Sessão N°4

Data da Sessão:12/11/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** Notícias de Manteigas n°16 e Estrela da Beira n°138; (v.d. em anexo: Figura 8,9)
- **Autores:** João da Cruz Carvalho, António Gaspar de Carvalho

Justificação do livro escolhido:

Nesta sessão pretendeu-se analisar e interpretar alguns artigos do jornal regional Estrela da Beira n°138 de 1935 e o Notícias de Manteigas n°16 de 1979, artigos de épocas e temáticas distintas. O primeiro artigo faz um breve histórico da igreja de S. João Batista em Sameiro, aldeia do concelho de Manteigas. Neste tem-se a perceção do porquê da Igreja ser a igreja de S. João Batista e todas as remodelações que foram feitas ao longo do tempo. O segundo artigo, mais recente, aborda um assunto, que gerou polémica na altura, que foi os 11 dias de greve na Sociedade Têxtil dos Amieiros Verdes (SOTAVE), principal indústria do setor têxtil e lanifícios em Manteigas. Empresa de expansão nacional e internacional que mantinha ativo uma grande parte da população manteiguense.

A escolha destes artigos deve-se ao facto de a população manteiguense ter na sua história o setor de atividade a indústria têxtil. Além do mais, sempre foi uma população que sempre teve como principal fonte de sustento a agricultura e a pastorícia, aproveitando desta forma, a matéria-prima, a lã do gado. Quanto á história da Igreja de S. João Batista, dá um pouco do histórico de evangelização que existiu no concelho ao longo dos séculos.

A escolha destes artigos pretende trazer ao utente o reviver da greve da SOTAVE, pois o mesmo era lá funcionário e viveu todo o tumulto na primeira pessoa. O artigo do histórico da igreja tem como finalidade de se ir buscar histórias que os seus antecedentes contavam, visto que a data do mesmo já era anterior ao seu nascimento.

Observações:

Houve a recordação, com grande pormenor, da intensidade vivida dos onze dias de greve na SOTAVE, relatada no artigo vindo do jornal Notícias de Manteigas de 1979. A causa desta mesma greve deveu-se à falta de pagamento das horas extraordinárias. O Sr. Afonso relata que foi um dos funcionários a aderir á greve e que foi necessário vir a delegação sindical da Guarda e a GNR para “acalmar os ânimos.” Argumenta, também, que o seu chefe de secção não aderiu e ficou do lado dos patrões. Assim diz: “Ficamos tão revoltados que lhe chamamos quantos nomes existiam à face da terra”.

Valência: Centro de Dia (C.D.)

- **Identificação do Utente:**
- **Utente N°1**
- **Sexo: Feminino**
- **Idade:84**

Características do utente:

- Viúva;
- Pessoa pouco sociável;
- Depressiva;
- Pessoa assustada, apavorada, perturbada e revoltada;
- Refere várias vezes no seu diálogo a vida de trabalho no campo e a falta de meios de subsistência;
- O marido não a apoiava, nem lhe dava sustento, era alcoólico;
- Desprezada pela família, onde ela refere ter dado tudo á filha e netos e nenhum deles quer saber dela;
- Sabe e gosta de ler, no entanto, a visão já não é a melhor.

Sessão N°1

Data da Sessão:23/10/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título: “Momentos da Montanha”;** (v.d. em anexo: **Figura 1**)
- **Autores: João Gabriel e Miguel Serra**

Justificação do livro escolhido:

Livro com imagens da serra da estrela e áudio com músicas da banda filarmónica manteiguense. A escolha deste livro deve-se á existência de um conjunto de imagens de locais da região da utente e far-lhe-á recordar e apelar á memória.

Observações:

A sessão foi bem-sucedida. Apesar do estado depressivo e agitado da utente, ela conseguiu ao longo da sessão, recordar memórias e até mesmo tranquilizar-se. Ao longo da visualização das imagens, ela ia recordando e falando da difícil infância que teve e da vida de trabalho árduo que tinha. Referencia, muita vez, que passou muitas dificuldades, para dar o melhor à sua filha e neste momento é desprezada.

Sessão N°2

Data da Sessão: 30/10/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** “Antologia I - Textos Escolhidos e seleccionados sobre Manteigas e Sameiro”;
(v.d.em anexo:Fig.2)
- **Autor:** José Lucas Baptista Duarte

Justificação do livro escolhido:

A escolha deste livro deve-se ao facto de conter uma mistura de informação, relativa à história cultural e ritual da região, o que apela à memória, ao recordar e reviver de tempos por ela vividos.

Observações:

Mais uma vez chegou apavorada. Com o decorrer da sessão, foi-se acalmando, agarrava-me constantemente as mãos como se fosse uma forma de me implorar ajuda. Tinha como frase: “Ai Aninha tanto dinheiro!”. Com o decorrer da sessão e o desenrolar da temática do livro, a utente ia esquecendo os seus tormentos e ia recordando a sua juventude: o acordar cedo e ir à erva para os coelhos que criava e vendia., o cultivo da horta e o próprio pormenor da companhia que as galinhas lhe faziam e o jeito do dinheiro da venda dos ovos.

Sessão N°3

Data da Sessão: 06/11/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:**” Ecos de Manteigas” N°94,150,152 (v.d. em anexo: Figura 3,5,6)
- **Autor:** Francisco Esteves de Carvalho

Observações:

Neste dia a utente não quis participar na atividade nem falar comigo. Estava na sala de estar e só queria o estore fechado, pois não queria ver claridade.

Sessão N°4

Data da Sessão: 13/11/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** Notícias de Manteigas nº16 e Estrela da Beira nº138; (v.d. em anexo: Figura 8,9)
- **Autores:** João da Cruz Carvalho, António Gaspar de Carvalho

Justificação do livro escolhido:

A temática abordada nesta sessão apela à memória da vivência da grande greve existente em 1979 na SOTAVE, maior empresa de lanifícios da região; o incêndio que deflagrou na Fábrica de Lanifícios “Penhas Douradas” em 1958 e a origem da igreja de Sameiro.

Observações:

Nesta sessão, efetuou-se uma dinâmica de grupo entre as utentes 1,2 e 3, onde o objetivo foi apelar ao poder de argumentação e troca de memórias e saberes entre as utentes. Além disso, apela ao convívio e ao saber estar em grupo. O que levou ao uso da dinâmica de grupo, foi o facto de se não verificar interação entre os utentes institucionalizados. Denota-se a individualização dos mesmos, onde não há comunicação entre eles. Com esta dinâmica, conseguiu-se um diálogo entre as três, onde as mesmas debateram as diversas temáticas que foram colocadas, fruto da bibliografia levada.

- **Identificação do Utente:**
- **Utente N°2**
- **Sexo:** Feminino
- **Idade:**77

Características do utente:

- Analfabeta;
- Início de demência (avaliação neuropsicológica);
- Depressiva;
- Refere várias vezes o alcoolismo e a violência do marido.

Sessão N°1

Data da Sessão:23/10/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** “Momentos da Montanha”; (v.d. em anexo: **Figura 1**)
- **Autores:** João Gabriel e Miguel Serra

Justificação do livro escolhido

Livro com imagens da serra da estrela e áudio com músicas da banda filarmónica manteiguense.

Observações:

A sessão foi bem-sucedida. A utente gostou da “pequena viagem” que o livro lhe proporcionou. Esta conseguiu identificar, instantaneamente, alguns locais e momentos lá passados, apesar de ser uma utente que apresenta inícios de demência. Numa fase inicial, notou-se um pouco de desorientação. Calmamente, tentei contextualizá-la. Comecei por abordar pontos em que a utentes retinha momentos lúcidos e foi desta forma recordando com a mesma memórias de um passado que a mesma ainda detinha. Com o desenvolver da conversa, denotou-se que a mesma já conseguia conjugar momentos da sua vida e conseguiu uma linha condutora.

Sessão N°2

Data da Sessão: 30/10/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** “Antologia I - Textos Escolhidos e seleccionados sobre Manteigas e Sameiro”; (v.d. em anexo: **Figura 2**)
- **Autor:** José Lucas Baptista Duarte

Justificação do livro escolhido:

A escolha deste livro deve-se ao facto de conter uma mistura de informação, relativa à história cultural e ritual da região, o que apela à memória, ao recordar e reviver de tempos por ela vividos

Observações:

Consulta recetiva. Conseguiu-se apelar à memória de lendas e rituais religiosos na região, fazendo desta forma uma "visita imaginária" pelo património histórico da região de Manteigas. Conseguiu recordar um pouco da sua infância. A utente teve uma infância dura, onde já de tenra idade trabalhava no campo de sol a sol a ajudar os seus pais nas sementeiras. Era neste dia a dia que se contavam histórias e lendas acerca da região de Manteigas. De uma forma descoordenada, a utente lembrou algumas passagens da sua infância.

Sessão N°3

Data da Sessão: 06/11/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** "Ecos de Manteigas" N°94,150,152 (v.d. em anexo: Figura 3,5,6)
- **Autor:** Francisco Esteves de Carvalho

Observações:

Dinâmica de grupo com as utentes nº1,2,3. Discursaram as duas a notícia do casamento da filha do Dr. Francisco Esteves de Carvalho. Ambas trabalharam na SOTAVE e participaram na cerimónia. A dinâmica de grupo contorna desta forma o isolamento e individualidade do utente. Faz, desta forma, com que o mesmo não se sinta sozinho.

- **Identificação do Utente:**
- **Utente N°3**
- **Sexo:** Feminino
- **Idade:**82

Características do utente:

- Analfabeta
- Solteira
- Depressiva
- Desconfiada
- Hipocondríaca

Sessão N°1 e 2

Data da Sessão: 23/10/13 - 30/10/13

Observações:

Recusou-se a falar comigo, dizendo que não estava bem e andava doente

Sessão N°3

Data da Sessão: 06/11/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** “Ecos de Manteigas” N°94,150,152 (v.d. em anexo: Figura 3,5,6)
- **Autor:** Francisco Esteves de Carvalho

Observações:

Dinâmica de grupo com as utentes n°1,2,3. Discursaram as duas a notícia do casamento da filha do Dr. Francisco Esteves de Carvalho. Ambas trabalharam na SOTAVE e participaram na cerimónia. A dinâmica de grupo contorna desta forma o isolamento e individualidade do utente. Faz, desta forma, com que o mesmo não se sinta sozinho.

Valência: LAR

- **Identificação do Utente:**
- **Utente N°1**
- **Sexo:** Masculino
- **Idade:**90

Características do utente:

- Viúvo, onde a falta da esposa é demarcada
 - Problemas de integração quando ingressou na SCMM
 - Comunicativo
 - Leitor ativo e frequenta a biblioteca municipal, gosta de livros históricos e romances
-
- **Identificação do Utente:**
 - **Utente N°2**
 - **Sexo:** Masculino

- **Idade:**82

Características do utente:

- Viúvo, onde é sentida a falta da esposa
- Sente o abandono de um dos filhos
- Desanimo e revolta pela falta de mobilidade devido a um AVC

-

- **Identificação do Utente:**

- **Utente N°3**

- **Sexo:** Feminino

- **Idade:**68

Características do utente:

- Contem um atraso cognitivo
- Analfabeta
- Conflituosa
- Ciumenta
- Mentirosa

Dinâmica de Grupo entre os 3 utentes:

Sessão N°1

Data da Sessão:23/10/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Titulo:** “Momentos da Montanha”; (v.d. em anexo: **Figura 1**)
- **Autores:** João Gabriel e Miguel Serra

Justificação do livro escolhido

Livro com imagens da serra da estrela e áudio com músicas da banda filarmónica manteiguense.

Observações:

A sessão foi bem-sucedida. Os utentes reviveram momentos passados em alguns dos locais da região fotografados no livro. Notou-se uma sensação de bem-estar ao falarem dos seus

familiares e reviverem momentos com eles passados. Os utentes reviveram momentos de trabalho em alguns locais da serra. Foi aqui focada a memória do trabalho árduo do campo.

Sessão N°2

Data da Sessão: 30/10/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** “Antologia I - Textos Escolhidos e seleccionados sobre Manteigas e Sameiro”; (v.d. em anexo: **Figura 2**)
- **Autor:** José Lucas Baptista Duarte

Justificação do livro escolhido:

A escolha deste livro deve-se ao facto de conter uma mistura de informação, relativa à história cultural e ritual da região, o que apela à memória, ao recordar e reviver de tempos por ela vividos

Observações:

Conseguiu-se apelar à memória de lendas e rituais religiosos na região, fazendo desta forma uma “visita imaginária” pelo património histórico da região de Manteigas. Os utentes recordaram episódios da sua infância.

Sessão N°3

Data da Sessão: 06/11/13

Bibliografia a ser usada para a terapia:

- **Título:** “Ecos de Manteigas” N°94,150,152 (v.d. em anexo: **Figura 3,5,6**)
- **Autor:** Francisco Esteves de Carvalho

Observações:

Dinâmica de grupo com as utentes nº1,2,3. Discursaram as duas a notícia do casamento da filha do Dr. Francisco Esteves de Carvalho. O grupo trabalhou na SOTAVE e participou na cerimónia. Nesta sessão, houve também, a participação de um utente que não pertencia à amostra, no entanto, a temática interessou-lhe e entrou no diálogo. A dinâmica de grupo contornou desta forma o isolamento e individualidade do utente. Faz, desta forma, com que o mesmo não se sinta sozinho.

2.3 - Análise de Dados

2.3.1- Análise Dos Dados Sentimentais

Depois das 3 semanas de acompanhamento dos utentes referenciados na amostra, conseguiu-se reunir informação para se poder chegar a alguns resultados. (v.d.em anexo: **tabela de sentimentos:1,2,3**) Resultados estes, que podem chegar a pontos importantes a ter em conta no objetivo fundamental deste estudo, o livro como fonte de bem-estar para o idoso. O bem-estar do idoso e o envelhecimento ativo do mesmo através do desenvolvimento de atividades onde o livro e a leitura são estimuladores da memória.

Verificou-se que durante estas 3 semanas houve alterações comportamentais positivas nos diversos utentes, dependendo da valência em que eles estavam inseridos. No processo de envelhecimento, as mudanças biológicas causam grande impacto a nível psicológico do indivíduo, modificando-lhe a sua auto imagem e determinando o seu ajustamento no meio envolvente. Estas alterações foram mais significativas nuns do que em outros. Num primeiro ponto, denotou-se “o livro como companhia”. Tal facto denotou-se nos utentes de todas as valências. No entanto, foi mais demarcado nos utentes em SAD (serviço de apoio domiciliário), pois apesar de estarem no conforto do seu lar e uma funcionária ir diariamente a sua casa, sentem-se sozinhos, sem companhia, sem ninguém com quem partilhar as suas dúvidas e até mesmo as suas histórias.

Num segundo ponto, apurou-se que o livro é estimulador cognitivo, ativa memórias e recordações. Sabe-se que o nosso cérebro precisa de ser exercitado diariamente, numa fase degenerativa como é a 3ª idade a leitura pode ser um bom exercício para manter o cérebro ativo e ser uma boa atenuante para doenças como o “Alzheimer”.

Outro ponto importante onde o livro interage é nos momentos lúdicos e de lazer do utente. A leitura proporciona momentos de alegria, estimula sentimentos positivos, o que faz com que a baixo auto - estima fique melhor.

2.3.2 - A Institucionalização Como Fator Condicionante do Poder Cognitivo no Idoso

O tempo de institucionalização condiciona o auto-estima e o poder de memória no idoso. A institucionalização é um passo que afeta bastante o idoso. Considera-se que a sua institucionalização se caracteriza como movimento de isolamento e acentua numa vivência de sucessivas perdas. A institucionalização marca encontro com um ambiente coletivo de regras, que acaba por tornar o idoso mais vulnerável a perda do familiar dificilmente será aqui elaborado, arrastando a marca nostálgica de uma vida que idealmente viria a terminar no conforto do lar. (ENCARNAÇÃO,1995)

A perda do meio familiar leva ao sentimento de “abandono” pelos mesmos, que depressa leva a outras vivências de perda como a independência devido a normatividade e absorvência da sua conduta dentro da instituição.

A monotonia da instituição, onde o espaço e o tempo são regulados pela mesma de uma forma quase mecânica, vai retirando um pouco da vitalidade que o idoso antes apresentava. A dependência de como é organizado o seu tempo e o seu espaço acaba por retirar a motivação para planear por si próprio a gestão do seu dia. Tal facto, impede que o idoso perca a autonomia para recapitular vivências do passado feito de memórias. Estas memórias, podem ser ponto de estímulo cognitivo, quando se recordam passagens da vida e as registamos ou transmitimos a outros. Outra situação é o poder que a leitura tem sobre a nossa memória, porque, por vez uma passagem que se lê num livro remete para uma passagem de vida, o que leva ao estímulo da memória. (CARDÃO, 2009)

Este processo vai criar no idoso uma sensação de bem-estar, de atividade e de transmissão de sabedoria aos mais novos. Além disso a memória pode ser comum a um grupo e tornar-se tema de conversa agradável e existir a criação de laços combatendo assim a solidão, o envolvimento do mesmo no meio social da instituição e fora dela. (CARDÃO, 2009) (v.d. em anexo: Tabela 4)

Capítulo 3

Conclusões Finais e Recomendações para Trabalhos Futuros

3.1 - Conclusões Finais

Com o desenvolvimento deste trabalho, concluiu-se que a leitura pode ser “um medicamento” ativador da memória e pode proporcionar ao idoso uma melhor qualidade de vida. Este trabalho mostra como a leitura de livros e o ato de ler pode ser uma companhia e fonte de bem-estar para o idoso. O livro é constituído por informação, informação esta, que pode ativar recordações, ou mesmo, trazer consigo passagens e momentos por vezes semelhantes às já vividas. As passagens descritas num livro podem ser, por vezes, solução para algo que martiriza muitas vezes a mente idosa. O ato de ler pode ser, por si, uma aceitação de si mesmo e um forma de encarar a vida como continuidade e não como fim. A leitura vem, desta forma, transmitir ao idoso que não se encontra no fim da vida, mas sim, a altura de levar as faixas etárias mais novas memórias e conhecimento que estas não puderam presentear. Ao lermos textos que lhes são queridos, como se fez neste trabalho, ajudamos os idosos a recordar e a (re) viver. Fortalecemos a ideia que todos tiveram uma vida diferente da presente, no entanto pertenceram e pertencem a uma cultura comum que liga gerações. Todo este grupo de idosos, que fez parte do estudo, assistiram a eventos e ritos sociais que caracterizam a nossa sociedade, alguns deles, foram-se perdendo com o passar dos anos. Cabe, desta forma, a cada um deles, transmitir a gerações mais jovens a cultura que une uma comunidade, através da recordação e da memória. Com isto, há criação de laços entre gerações, criando, desta forma, companhia e satisfação do idoso.

3.2 - Recomendações para Trabalhos Futuros

Este trabalho também pode, futuramente, encadear-se com outros trabalhos no âmbito social. Poderá, desta forma, criar trabalho no âmbito de empreendedorismo social e levar ao idoso, que se encontra no seu lar, um auxílio nas mais diversas atividades (saúde, higiene, pedagógicas e sociais). Foi verificado que muitas das vezes o idoso vive sem meios para aceder a diversos serviços, pois há o isolamento do mesmo, que é criador de angústia e sofrimento. Assim, poderia haver um técnico que diagnosticasse tais casos e ir diariamente a casa destes idosos, acompanhando-os e levando-lhe um pouco de companhia, atividades estimulativas, como a leitura e reflexão da mesma, ativando as suas memórias.

Desta forma, podíamos levar diariamente até ao idoso, sem sair de sua casa, a alegria ou, bem-estar psicológico e físico. A qualidade de vida do idoso é fundamental, e as memórias que cada um carrega são essenciais para a divulgação da nossa história, ao longo do tempo.

Cada um deles teve uma história de vida, mas, que, frequentemente, se apaga. Cabe-nos a nós fazê-los trazer à memória momentos, que os façam sentir bem e alegres. Tal como as flores que não se regam nos jardins vão morrendo, também a memória, quando não é estimulada tende a apagar-se no mais profundo esquecimento.

Anexos:

Tabela de sentimentos:

Valência: Apoio Domiciliário

Nome do Utente:	Sexo:	1ª Sessão	2ª Sessão	3ª Sessão
Utente1	M	Tristeza	Recordação	Bem-estar
Utente2	F	Tristeza	Companhia	Desabafo
Utente3	M	Companhia	Liberdade	Alegria

Tabela 1 - Tabela de sentimentos (SAD).

Valência: Centro de Dia

Nome do Utente:	Sexo:	1ª Sessão	2ª Sessão	3ª Sessão
Utente1	F	Tristeza	Saudade	Saudade
Utente2	F	Tristeza	Perturbação	Calma
Utente3	F	Desconfiança	Isolamento	Integração

Tabela 2 - Tabela de sentimentos (Centro de Dia).

Valência: Lar

Nome do Utente:	Sexo:	1ª Sessão	2ª Sessão	3ª Sessão
Utente1	M	Solidão	Conforto	Bem-estar
Utente2	F	Apatia	Recordação	Calma
Utente3	M	Saudade	Solidão	Conforto

Tabela 3 - Tabela de sentimentos (Lar).

Valência	Utente	Data de admissão	Anos internamento	Antes	Depois
SAD	Utente1	09/08/2012	2 anos	Tristeza	Bem-estar
SAD	Utente2	17/04/2007	7anos	Tristeza	Desabafo
SAD	Utente3	28/06/2006	8 anos	Companhia	Alegria
C.Dia	Utente1	09/09/2013	1 ano	Tristeza	Saudade
C.Dia	Utente2	09/01/2012	2 anos	Tristeza	Calma
C.Dia	Utente3	14/03/2012	2 anos	Desconfiança	Integração
Lar	Utente1	01/02/1998	16 anos	Solidão	Bem-estar
Lar	Utente2	23/05/2006	8 anos	Apatia	Calma
Lar	Utente3	01/12/2012	2 anos	Saudade	Conforto

Tabela 4 - Tabela de tempo de institucionalização.

Material usado nas Sessões Biblioterapêuticas:

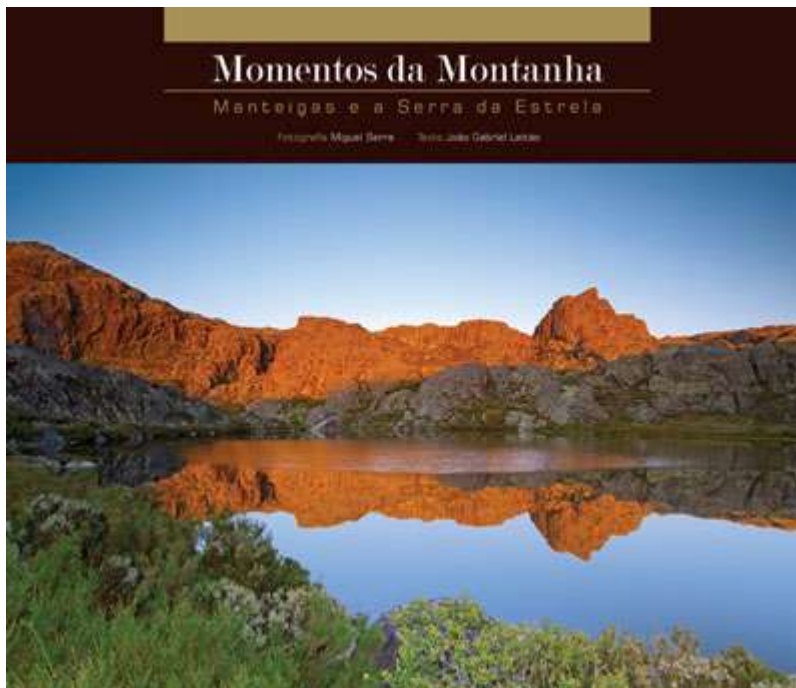


Figura 1 - Livro: *Momentos da Montanha* de João Gabriel e Miguel Serra.

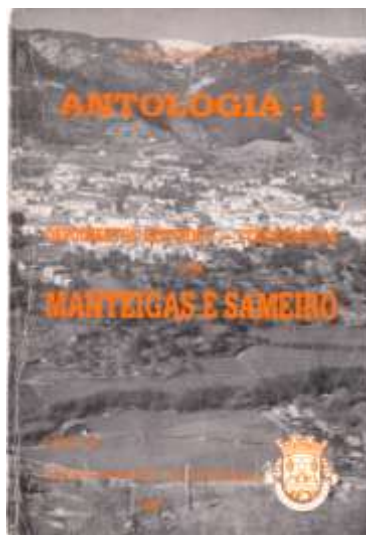


Figura 2 - Livro: *Antologia I - Textos escolhidos e seleccionados sobre Manteigas e Sameiro* de José Lucas Batista Duarte.

Manteigas, 3 de Março de 1957

QUINZENÁRIO REGIONALISTA



ANO IV
N.º 94

ECOS DE MANTEIGAS

AVENÇA

Editor: José Neves Fraga

Director: Dr. Esteves de Carvalho

Proprietário: Francisco Esteves G. de Carvalho

Composto e impresso na GRÁFICA DA GUARDA

Redacção e Administração: Rua Dr. Oliveira Salazar, 41—MANTEIGAS

VISADO PELA CENSURA

A visita da Rainha Isabel II a Portugal

Quem vir nesta visita apenas a retribuição da visita feita à Inglaterra pelo nosso Chefe do Estado, General Craveiro Lopes, não compreende o seu alto significado. Sob a aparência protocolar de retribuição ela pretende sobretudo tornar mais sólida a aliança que desde 1375 liga os dois países e estreitar ainda mais os laços de amizade que prendem as duas nações, que há tantas centenas de anos se têm ajudado mutuamente na defesa da sua existência e na luta pelos seus objectivos políticos e civilizados.

Com efeito nos momentos críticos da nossa vida nacional nós vemos sempre a Inglaterra ao nosso lado, auxiliando-nos umas vezes com as suas armas, outras com a sua diplomacia. Vemo-los, mesmo em época anterior à aliança, a prestar-nos valioso auxílio na tomada de Lisboa; vemo-los a auxiliar-nos na tomada de Ceuta; vemo-los a lutar ao nosso lado na Guerra Peninsular contra os exércitos de Napoleão, que invadiram o nosso país por nos recusarmos a aderir ao bloqueio da Inglaterra, mantendo-nos fiéis à nossa velha aliança, belo exemplo de lealdade de ambas as partes.

Nós pusemos o nosso exército à disposição da Inglaterra na luta pela liberdade do Mundo na primeira guerra mundial, e na segunda prestámos inapreciáveis serviços à nossa aliada, com grande risco de sermos envolvidos no conflito, sobretudo quando lhe concedemos, a ela e aos Estados Unidos, nos Acores, aquelas facilidades que tanto contribuíram para a vitória final.

Nas assembleias internacionais vemos sempre as duas nações unidas, quando se trata de defender a honra, os direitos e a soberania de qualquer delas.

Vemo-las ainda estreitamente coligadas na luta entre

o Oriente e o Ocidente, ambas empenhadas na defesa da civilização ocidental, respeitadora das liberdades humanas e nacionais, contra a barbárie moscovita com a sua concepção materialista da vida, com o esmagamento total dos direitos da pessoa humana e com o aniquilamento das liberdades dos povos que caem sob a sua garra.

E' esta comunhão de ideias, são estes laços de amizade, é o revigoreamento e actualização da nossa velha aliança que esta visita pretende corroborar. E' este o verdadeiro significado dessa apoteose tão grandiosa, tão universal, tão espontânea e tão sincera, de que foi alvo a excelsa representante do povo britânico.

A imponência da recepção feita à augusta Rainha, imponência sem precedentes em visitas régias ao nosso país; a solenidade das festas celebradas em sua honra e sobretudo o cunho de sinceridade, que se imprimiu a todos esses actos, revelam uma vontade forte de aper-

tar ainda mais os laços que nos unem à nossa secular aliada nestes tempos tão conturbados, tão cheios de incerteza, e de perigos, em que a civilização cristã, a que tanto Portugal como a Inglaterra devem o melhor da sua grandeza, corre perigo de soçobrar. E' esta certamente a impressão que a ilustre visitante deve ter levado para o seu país.

AUGUSTO BERNARDO MARQUES



DE REGRESSO DO ALTAR

CASAMENTO AUSPICIOSO

No passado domingo, dia 24 de Fevereiro, celebrou-se nesta vila o enlace matrimonial da Sr.^{ta} D. Maria de Fátima Botelho Esteves de Carvalho, gentil e prezada filha do Sr. Francisco Esteves Gaspar de Carvalho, conceituado industrial, e da Sr.^a D. Teresa de Jesus Sousa Coelho Botelho Esteves de Carvalho, com o Sr. Tenente Ruy Francisco Corte Real Negrão, distinto oficial da Marinha, filho do Sr. Joaquim Pedro da Silva Negrão e da Sr.^a D. Teresa Luísa Castel-Branco Corte Real Negrão, ambos falecidos.

Pela elevada distinção e categoria social dos noivos e respectivas famílias, este casamento deu ensejo a uma luzida e elegante festa que o pai da noiva proporcionou às numerosas pessoas das suas mais íntimas relações.

pulação de Manteigas, que se manifestou com expressivas manifestações de simpatia.

Já dois dias antes se notava um movimento desusado nesta vila pela chegada de numerosos convidados, movimento que constantemente aumentou até à hora da cerimónia, a ponto de atingir limites imprevisíveis.

Um dia radioso de sol primaveril a beijar os picaratos das montanhas cobertas de neve e a dar mais colorido a tão deslumbrante festa; centenas de convidados da mais distinta sociedade e dos mais variados pontos do país; damas de requintada elegância e esmerado aprumo; e um numero público atraído pela curiosidade do acontecimento que se pressagiava sumptuoso, tudo contribuiu para que o

noivo, sua família e convidados dirigiram-se a casa dos pais da noiva, uma moderna e luxuosa vivenda no lugar da Senhora dos Verdes, donde saiu o enorme e faustoso cortejo. Este entrou na Igreja parochial de São Pedro cerca das 13 horas. Os noivos ocuparam lugar de destaque em frente ao Altar-mor, tomando os convidados o lugar que lhes fora reservado.

No momento próprio, Sua Ex.^a Rev.^{ma} o Senhor D. Domingos da Silva Gonçalves, Venerando Bispo da Diocese da Guarda, aproximou-se dos noivos para presidir ao acto do matrimonio. Sustentava a Cruz parochial o Sr. Dr. Esteves de Carvalho, tio da noiva, pegando os padrinhos nas tochas.

Paraninfirmaram por parte da noiva o ilustre Governador Civil deste Distrito, Sr. Dr. Augusto César de Carvalho e sua Esposa, Sr.^a D. Maria Adelaide Beirão Santos Metelo e Almeida de Carvalho, e por parte do noivo, o seu tio Sr. Francisco Castel-Branco Corte Real e sua avó, Ex.^{ma} Sr.^a D. Maria Luísa Leote do Rêgo de Mendonça Corte Real. Serviram às Lavandas, ao Ofertório, os padrinhos dos noivos e as abluções, o pai da noiva e o Sr. Dr. Luís Nogueira, tio do noivo.

O Ex.^{ma} Prelado celebrou a Santa Missa e no final fez uma brilhante e substancial alocução aos noivos.

Encontrava-se ao Órgão o Sr. Dr. Mendes Fernandes. Sob a sua orientação e auxiliados pelo Rev.^{mo} Padre Moita, um grupo de seminaristas da Guarda entoaram alguns cânticos.

(Continua na 4.^a pagina)

Aos nossos colaboradores

O numero comemorativo do 4.^o aniversário do «Ecos de Manteigas» será publicado no próximo dia 24.

Pedimos aos nossos colaboradores que nos enviem os seus artigos para esse numero até ao dia 12, o que antecipadamente agradecemos.

Operação

Na Clínica de Santa Isabel, Coimbra, foi submetido a uma intervenção cirúrgica o Sr. Dr. António d'Almeida Mendes, dignissimo notário em Manteigas. A operação decorreu sem incidentes, encontrando-se o doente já em franca convalescença, com o que muito nos congratulamos, fazendo votos pelo seu rápido restabelecimento.



DAMAS DE HONOR

Embora de carácter familiar, esta festa, pelo seu vulto, pelas numerosas actividades do Sr. Francisco Esteves no nosso meio e pelos seus habituais gestos de altruísmo para com os desprotegidos da sorte, interessou vivamente toda a po-

último domingo fosse um dia absolutamente invulgar nesta vila e para que a festa resultasse numa autêntica parada de elegância, excepcional em terras de provincia e até pouco vulgar na capital.

Segundo e hábito local, o

Figura 3 - Jornal Local: Ecos de Manteigas de 3 de Março de 1957. N.º 94.

ANO V
N.º 116

Editor: José Nunes Fraga

Director: Dr. Esteves de Carvalho

Proprietário: Francisco Esteves G. de Carvalho

Composto e impresso no GRÁFICA DA GUARDA / Redacção e Administração: Rua Dr. Oliveira Salazar, 41 — MANTEIGAS / VISADO PELA CENSURA

Também em Manteigas são precisas mais casas

A CRISE habitacional é um momentoso problema da hora actual e que se agrava constantemente em ritmo alarmante. Não se trata dum problema local; é antes um problema nacional, possivelmente mundial. E o facto não deve causar estranheza, pois é de todos bem sabido que a construção de casas está muito longe de acompanhar a rápida evolução demográfica das últimas décadas.

Por outro lado o progresso, o índice de civilização da nossa época, torna agora mais flagrante o contraste entre a habitação mais ou menos higiénica e confortável duma grande parte da população e os miseráveis casebres onde se alberga uma camada ainda muito considerável de semelhantes nossos.

O problema tem merecido a melhor atenção dos governantes e ainda há bem pouco tempo a Assembleia Nacional lhe consagrou largos dias, ao apreciar a notável proposta de lei do Ministro das Corporações. Com louvável desassombro—louvável porque os problemas só podem ter cabível solução depois de postos bem em relevo — e com vincada coragem moral, ali foram repetidamente apontados por alguns deputados, aspectos bem degradantes de certos núcleos habitacionais, infelizmente muito numerosos, que bem pouco dignificam a nossa geração.

A aprovação pela Assembleia Nacional da proposta de lei relativa ao fomento da construção de habitações económicas, mostra bem o interesse do Governo da Nação por tão magno problema.

As bases daquele diploma abrem um novo horizonte à solução do justíssimo anseio duma grande massa da nossa população que carece dum lar próprio e com um mínimo de condições. Procura o es-

tado fomentar a construção de moradias económicas acessíveis principalmente à numerosa classe de trabalhadores rurais, até agora sem quaisquer das garantias que há muito vêm sendo concedidas a outros trabalhadores.

Assim, ficou assente na base I, um núcleo de princípios que facilmente ilumina a compreensão das restantes bases, estipulando que sem prejuizo da aplicação dos seus capitais, pelas demais formas previstas da Lei, as Caixas Sindicais de Previdência e as Caixas de Reforma ou Previdência, bem como as Associações de Socorros Mútuos e as Casas do Povo, e as suas Federações devem cooperar no Fomento da Habitação, nos termos previstos na presente Lei; que a afectação, ao Fomento da Habitação dos capitais das Caixas, far-se-á na construção de casas económicas ou de prédios de renda livre; na concessão de empréstimos aos beneficiários para a construção de benfeitorias e obras de conservação das suas próprias habitações; na concessão de empréstimos às entidades patronais contribuintes

Um filme sobre a Serra da Estrela

O Secretariado Nacional da Informação, Cultura Popular e Turismo está a realizar um filme colorido sobre a Serra da Estrela, tendo já sido filmados vários aspectos das aldeias mais características da região, bem como alguns locais de interesse turístico e aspectos gerais da neve.

Com vista ao mesmo documentário, serão também filmadas algumas das provas de esqui previstas para a corrente época.

para a construção de habitações destinadas aos empregados e assalariados ao seu serviço; na concessão de empréstimos às Casas do Povo e suas Federações para a construção de habitações destinadas aos sócios efectivos.

Também os capitais das Associações de Socorros Mútuos poderão ser aplicados sob qualquer das formas previstas, bem como os capitais das Casas do Povo e suas Federações.

As instituições mutuantes poderão fornecer aos interessados, quando estes o solicitarem, projecto para as construções ou benfeitorias pretendidas e prestar-lhes a assistência técnica compatível com as possibilidades dos seus serviços.

Os problemas dos terrenos a utilizar foram igualmente encarados em definitivo, ficando assente que as Câmaras Municipais são obriga-

(Continua na 2.ª página)



Acto de posse do Sr. Presidente da Câmara

V ANIVERSÁRIO DO «ECOS DE MANTEIGAS»

O número do «Ecos de Manteigas» a publicar no próximo dia 23, será comemorativo do seu 5.º aniversário.

Agradecemos a todos os assinantes e amigos que se esforcem, mercê da colaboração e do contributo da sua publicidade própria ou de entidades amigas, por que esse número seja a expressão do interesse que este periódico lhes merece, e ainda a afirmação categórica do desejo da sua continuidade.

Mais uma vez pedimos para que toda a colaboração nos seja enviada até ao dia 15 do corrente.

Violento incêndio destruiu quase por completo uma

Fábrica de Lanifícios

Pela primeira vez os nossos Bombeiros Voluntários tiveram necessidade de se empregar a fundo, o que fizeram com prontidão, com coragem e com eficiência

Às 5 horas da madrugada do dia 25, foi a vila de Manteigas despertada pelo prolongado toque da sirene. Pelo enorme clarão que já então se avistava para o lado das Caldas, logo se pressentiu que se tratava dum desastre muito grave. E infelizmente assim era, pois já àquela hora estava quase completamente devorada pelas chamas uma das nossas fábricas de lanifícios. O violento temporal daquela noite, impediu talvez que alguém desse mais cedo pelo incêndio, e portanto a tempo de os socorros poderem ser mais eficientes. Por outro lado, o facto da fábrica estar afastada da vila, fez demorar o pedido de auxílios, enquanto que a ven-

tania rapidamente ateava o brazeiro.

Dado o alarme, os Bombeiros Voluntários de Manteigas compareceram com uma prontidão digna de louvor. Contudo, era tarde demais para poderem salvar o edifício onde o incêndio teve início, e a sua acção teve de limitar-se a evitar a propagação aos edifícios contíguos, onde funcionavam outras secções da mesma fábrica. Graças à sua coragem e à sua hábil intervenção, isso foi conseguido, sendo assim digna de registo a valentia e a eficiência com que os nossos bombeiros se estreararam num acidente de vulto e de muita responsabilidade.

O ataque ao incêndio foi

feito com três agulhetas, alimentadas pela moto-bomba, cujo trabalho e potência satisfizeram completamente. A tarefa dos bombeiros foi facilitada pela abundância de água no local e o rescaldo durou até às 11 horas.

A fábrica onde se deu o incêndio é pertença da «Empresa de Lanifícios das Penhas Douzadas, Lda.», de qual são sócios os Srs. Manuel Morais Biscaia, Engenheiro Francisco Duarte do Rosário e Adriano Justo da Conceição Silva.

A parte destruída pelo incêndio era o conjunto principal da fábrica, um edifício de 60 metros de comprimento, de construção muito recente, onde funcionava toda a cardação, fição e tecelagem.

A maquinaria ficou completamente inutilizada, bem assim muita matéria prima e fazendas diversas.

Os prejuizos, que estão a coberto pelo Seguro — Companhia «Nacional» e «A Mun-

(Continua na 4.ª página)

Garcia de Resende e o seu Cancioneiro

Gracias ao trabalho de Garcia de Resende é-nos hoje possível reconstituir a poesia nacional nos sec. XV e principios do XVI, mais precisamente até ao fim do primeiro quartel do sec. XVI. Na realidade, o Cancioneiro Geral é a unica obra da época, e nela encontram-se reunidas todas as composições poeticas que Garcia de Resende conseguiu juntar e que julgou dignas de passar à posteridade. Pena é, que ninguém tenha feito um trabalho semelhante em relação ao sec. XIV, pois assim ser-nos-ia possível acompanhar a nossa poesia na sua gradual evolução.

É certo que o sec. XIV foi um período de declínio da poesia portuguesa, mas o que também é verdade é que chegaram até nós notícias da existência de alguns poetas cujas obras se perderam. Oscar Lopes aponta nomeadamente Vasco Pires de Camões e João Lourenço da Cunha como trovadores de merecimento e que floresceram neste século.

O Cancioneiro Geral foi composto à semelhança de alguns Cancioneiros Castelhanos, como por exemplo o de João Afonso de Baena, e que desempenharam em relação à poesia castelhana um papel similar ao de Garcia de Resende.

A poesia no sec. XV ainda apresenta muitos vestígios das composições trovadorescas da Idade Média, e embora a forma seja outra, facto natural se atentarmos na diferença das épocas, alguns dos temas tratados são os mesmos. O Amor continua a ser um dos temas mais batidos, conjuntamente com o da Saudade. Temos assim a composição de João R. de Castelo Branco

*Senhora partem tão tristes
Meus olhos, por vós meu bem
Que nunca tão tristes visites
Outros nenhuns por ninguém*

e a qual o seu autor pôs o eufemístico nome de «Parlindo-se».

Factores de vária ordem, entre os quais apontamos a evolução política, tendente a fortalecer o poder central, a aventura dos descobrimentos e o desaparecimento de alguns tenues vestígios da nobreza feudal, fizeram com que durante os sec. XV e XVI fosse a corte o principal centro poético. Dai o nome de poesia palaciana.

D. Afonso V e D. João II puseram em moda os «Serões da Corte», que mais tarde tão nostalgicas lembranças haviam de despertar no espirito de Sá de Miranda. Nesses serões a que por vezes assistia o próprio rei, os poetas versavam à volta dum tema geralmente escolhido pelas damas, e que como não podia deixar de ser era também geralmente fútil.

Na verdade, a futilidade é uma das características da poesia palaciana. Não podemos porém pedir mais aos poetas quando estes eram obrigados a versar temas como «A Camisa de D. Francisco», «As Esporas de Simão de Sousa», etc.

a existência duma corrente precursora do Renascimento entre nós. Dante e Petrarca eram já lidos em Portugal como nos mostra o longo poema «Inferno dos Namorados», escrito por Duarte de Brito. A influencia clássica também se acentuando como nos provam composições do mesmo autor.

Falta-nos agora referir às composições sucessoras das cantigas de escarneo e mal dizer que constituem a chamada corrente satirica.

As novas condições sociais, a febre dos descobrimentos, o amor da riqueza e a depravação dos costumes foram violentamente censurados por poetas que como Alvaro de Brito e Duarte da Gama, se sentiam feridos no seu amor às velhas tradições e moldes de vida. Notáveis algumas composições como estas, em que Luiz da Silveira critica amargamente a corrupção dos caracteres:

*Os rostos andam afeitos
A mil dessimulações
Tudo são modos e geitos
Só Deus sabe os corações.*

O próprio Garcia de Resende toma attitude semelhante quando diz:

*Todos tram a barreira
D'aver fazenda e dinheiro
Ser onrado e cavalheiro
Nam há ninguém que o queira.*

Estes versos mostram bem o desassombro e coragem com que alguns homens ousavam criticar a sociedade numa época na qual «Ao cheiro da canela o reino se despojava».

O último assunto a tratar é o da mensagem que no prefácio da sua obra Garcia de Resende dirige aos outros poetas.

Ele pede que alguém immortalize num poema os feitos dos nossos maiores, e em especial os dos descobrimentos, que marcam a página de maior glória na nossa história. Disse alguém, tentando defender este ponto de vista, que «A Estalnia representa a vitória dum povo sobre outro povo, mas os Jerónimos representam a vitória da civilização sobre o mundo».

Na verdade tornava-se premente, que um homem como Luiz de Camões immortalizasse no verso

*«Aqueles que por obras valerosas
Se vão da lei da morte libertando...»*

Felizmente que ele compreendeu a mensagem de Garcia de Resende.

M. V.

CINEMA

Hoje, no Cine-Sonoro, exhibe-se o filme—O RECRUTA E O GAIATO.

No próximo domingo, dia 9, o filme—ENTREVISTA COM A MORTE.

Pensamentos

Não andes de cabeça baixa; é necessário erguer os olhos para reconhecer o caminho.

Lamennais

Quando se fala muito, diz-se, quase sempre, alguma coisa que não convinha dizer.

Confúcio

A inveja, como o vento, açoita sempre os cumes mais altos.

Virgílio

Para que Deus nos ouça, é necessário que falemos tão baixo que ninguém nos entenda.

Glaucias

Tirai do mundo a mulher, e a ambição desaparecerá de todas as almas generosas.

Alexandre Herculano

Ainda bem que nos não conhecemos. Se tal acontecesse, quantos teriam grande dor de haver nascido.

Maria Manuel

Pela Imprensa

«Notícias de Gouveia»

Acaba de completar 44 anos de existência este nosso colega da imprensa regional, que se publica na risonha vila de Gouveia e que acérrimamente defende os interesses da sua região.

A comemorar este aniversário publicou um número a cores, com belas gravuras e óptima colaboração.

As nossas felicitações aos seus Director e Subdirector, respectivamente Srs. José de Almeida Mota e Carlos Gomes de Almeida Mota.

«O Templário»

Também este semanário que se publica na linda cidade de Tomar, completou mais um ano de publicação, pelo que felicitamos o seu ilustre Director e todo o seu corpo redactorial.

«O Riomaioense»

Este brilhante quinzenário, dirigido pelo Sr. Armando Pulquério, entrou num novo ano de publicação. A comemorar o aniversário publicou as fotografias e algumas referências dos seus diversos directores, desde 1893, data da sua fundação.

Desejamos ao colega muitas prosperidades, longa vida e fecunda acção regionalista.

O Conselho Municipal aprova o Relatório da Gerência Camarária do ano transacto

No passado dia 12 de Fevereiro realizou-se a sessão ordinária do Conselho Municipal para apreciação do Relatório da Gerência do ano de 1957 da Câmara Municipal.

Presidiu o Sr. Francisco Esteves Gaspar de Carvalho, secretariado pelos Srs. Nataniel Prata Leitão Cleto e Lourenço Ferreira de Carvalho.

Depois de esclarecer que por Lei se via obrigado a apresentar ao Conselho Municipal o Relatório da Gerência de 1957 apesar de não ter exercido as funções de Presidente da Câmara nesse período, o Sr. Presidente afirmou que sob todos os pontos de vista a acção da Câmara naquele ano foi valiosa e de proficuos resultados.

O relatório constam as obras executadas durante o ano transacto, das quais se salienta a remodelação das redes eléctricas; a reparação de caminhos e arruamentos; o abastecimento de água a Sameiro; reforço do caudal da água à Vila de Manteigas; aquisição de terreno para Escolas; e construção do Caminho Municipal da Senhora dos Verdes à Ponte Longa — 1.ª fase.

As participações recebidas do Estado totalizam a importância de 91 421\$00. A receita total da Câmara atingiu 1.150.090\$10, sendo a despesa de 947.218\$70.

O saldo apresentado para 1958 é de 818.455\$10.

No mesmo relatório constam ainda alguns esclarecimentos quanto aos serviços de Secretaria e de Tesouraria, de Saúde, de Arborização e de Instrução, e afirmou-se que por falta de aprovação dos respectivos projectos, não foi possível iniciar-se em 1957 as obras de construção do novo edificio para os Paços do Concelho, de pavimentação de arruamentos em Sameiro.

Quanto ao Plano de Urbanização continua «encalhado» não obstante os reiterados esforços da Câmara para que se efective a respectiva aprovação, por quem de direito. Desta falta resulta a impossibilidade de ser iniciada a elaboração do projecto da rede dos esgotos na vila de Manteigas.

A concluir afirma-se no mesmo Relatório de Gerência que dentro das possibilidades financeiras do Município e da Zona de Turismo, foram realizadas obras e melhoramentos de vulto, não obstante, que, se verificaram saldos positivos de relativa importância o que permite encarar-se sem receios a continuação da obra de melhoramentos e beneficio do concelho.

Melhoramentos nos C. T. T.

No passado dia 19 começou a funcionar o «giro rural» que permite distribuir a correspondência a certos locais que até agora se viam privados de a receberem com a regularidade imposta pelo progresso, e que pelo lado humano se torna justa.

É, portanto, um melhoramento que não podemos deixar de realçar, tanto mais que ele demonstra bem a preocupação da Administração Geral dos Correios Telégrafos e Telefones em tornar cada vez mais efficientes os seus serviços em beneficio do público. E, como uma das nossas funções é apreciar, dentro dum verdadeiro espirito de colaboração, as várias modificações por que vai passando a nossa querida terra, não queremos nem podemos deixar de manifestar o regozijo que sentimos pelo melhoramento que aquele giro rural representa, quer para a própria indústria, quer para a

população mais afastada que até aqui se via obrigado a deslocar-se até à vila, muitas vezes em vão, para receber a sua correspondência.

Mas, segundo estamos informados outros benefícios estão em vias de entrarem em funcionamento, como seja: a abertura dum Posto de Correio no Amieiros Verdes e outro no Pousada de S. Lourenço, o que vem preencher uma lacuna que realmente se tornava necessário eliminar. Além disso, também o Posto do Correio das Caldas de Manteigas que só era aberto na altura da Época Balnear, passará d'ora avante a funcionar todo o ano.

Tudo isto é motivo para en-dereçar à Administração Geral dos Correios Telégrafos e Telefones os nossos agradecimentos pela prontidão com que atendeu a nossa pretensão, todos os seus colaboradores que intervieram na realização destes melhoramentos e que tão bem souberam corresponder ao lema de Bem Fazer que tem sido sempre o apanágio desta entidade.

Falta-nos agora a automatização da rede telefónica. Sabemos que o assunto tem merecido a devida atenção de quem de direito, pelo que podemos estar certos de que não levaremos muito tempo que não vejamos concretizada mais esta aspiração.

Violento incêndio

(Continuação da 1.ª página)

dial) — são muito superiores a 2.500 contos, não havendo a registar desastres pessoais.

A nossa industria acaba assim de sofrer um rude golpe, que muito deve influir na economia local e que lança para o desemprego largas dezenas de operários.

Figura 5 - Jornal Local: Ecos de Manteigas de 2 de Março de 1958. Nº116 - 2ªparte.

S. DOMINGOS

Um bairro com aspirações

por LOPES FERRÃO

PODE apontar-se o ano 1937 para marcar o começo de um bairro que hoje atingiu foros de superioridade. Tudo ali eram rochas que pinhais rodeavam. Mas o homem, com a tendência para aproveitar em construções o que para nada mais servia, chegou até lá. Fizeram-se as primeiras casas aproveitando as extensas lajes que se iam desfazendo e, pouco a pouco, surgiu aquilo que é agora um bairro. Ao cimo, contemplando sempre este progresso, a pequena capelinha marcava o centro.

Há poucos anos foram cortados os pinheiros do lado e essa área foi escolhida para zona de construções. Logo surgiu um milagre operado pela caridade cristã e no passado dia 16 foram entregues ao Património dos Pobres seis casas ali construídas e doadas pelo Sr. Joaquim Rabaça da Mota Veiga, o mais ilustre morador do Bairro de S. Domingos e um grande admirador destes sítios. Houve festa e a capela encheu-se. No fim da Missa celebrada pelo Rev. Sr. Padre António Tarrinha, a filha dum dos pobres beneficiados agradeceu em nome de todos os que «lam sair do inferno para entrar no céu» e fez a entrega de uma lembrança à família benfiteira que se dignou assistir às cerimónias. Procedeu-se em seguida à entrega das chaves — talvez a parte mais comovente. Nos olhos dos pobres contemplados via-se a alegria misturada com a comção dos rostos transfigurados. As mãos que davam estremerceram e humedeciam-se os olhos do generoso benfiteiro. Também vi tóldar-se o rosto do Sr. Mota Veiga e nele, como na Ex.ª Esposa e Filhos, a alegria de dar era superior à dos que recebiam. De facto, nada mais grato deve haver do que ajudar a construir a felicidade de um ser humano. Aquelas seis famílias, com 47 pessoas no total, poderão avaliar bem a preciosidade que receberam. Habitadas a viver em cubículos onde a higiene nunca entrava, estão agora em óptimas condições para uma vida higiénica e saudável.

Cada casa possui uma cozinha, uma sala, dois quartos, quarto de banho, acrescentado ainda um amplo sobrado e uma loja. Todos os compartimentos têm instalação eléctrica e água canalizada. Que mais para quem tem vivido com tão pouco?

Depois deste aumento, e com as casas que se estão a construir, o Bairro de S. Domingos fica com 50 fogos onde habitam mais de 200 pessoas. Os números dizem muito e é lícito pensar-se na melhoria de condições deste recanto para onde Manteigas se estende. A situação é das privilegiadas mas os caminhos existentes não chegam.

Necessita-se de uma rua decente que permita o acesso para a capela percorrendo o Bairro do cimo ao fundo; a higiene requirida canos do esgoto e o embelezamento de muitos lugares onde o lixo se acumula; a iluminação pública é bastante deficiente e nota-se a falta de mais lâmpadas. E, já agora, talvez não seja pretensioso lembrar a importância de uma missa todos os domingos para evitar uma caminhada de quase um quilómetro.

É justo que a Câmara e a Igreja aplaudam a iniciativa particular e contribuam também para o melhoramento do Bairro de S. Domingos. Não pedimos muito. Aliás, alegamos um direito que parece pertencer-nos e que a elevada população justifica já. Aqui também é Manteigas.

REABRIRAM AS ESCOLAS

No dia 7 do corrente reabriram as Escolas Primárias e Postos de Ensino no concelho.

A frequência nas Escolas da vila aumenta constantemente e cada vez mais se faz sentir a necessidade de outro edifício escolar.

Por falta de elementos seguros não nos é possível dar hoje nota do movimento do professorado verificado no princípio deste ano lectivo, o que faremos no próximo número.

VINDIMAS

Aqui pela nossa região está agora no auge a faina das vindimas, mas a maturação das uvas está muito longe de ser satisfatória. Acontece, porém, que as últimas chuvas têm prejudicado bastante as vinhas, motivo por que alguns vinicultores resolveram abreviar as vindimas.

A colheita é relativamente abundante, mas a qualidade do vinho não será boa, segundo opinião dos entendidos.

Externato de Manteigas

Após as férias de verão, começaram e retomaram já o ritmo normal as aulas no Externato de Nossa Senhora de Fátima, que continua a funcionar com o ensino primário, admission aos cursos secundários e curso dos liceus — 1.º e 2.º ciclos.

Apesar da saída daqueles alunos que tiveram de seguir outro rumo por motivo de haverem concluído o 5.º ano e de alguns outros que por circunstâncias diversas derivaram para outros estabelecimentos de ensino, é de salientar que continua a aumentar de ano para ano a frequência do Externato de Manteigas, conforme se verifica pelo número de matrículas para o ano lectivo de 1959-1960. Nem outra coisa era de esperar, dado os óptimos resultados que o nosso colégio vem conseguindo, inclusivamente nos exames do 5.º ano, resultados esses em nada inferiores aos verificados por todo o país, e até muito superiores à média geral.

Está portanto de parabéns o Director do Externato de Nossa Senhora de Fátima, Sr. Padre António Tarrinha, pela sua criteriosa orientação, e bem assim todo o corpo docente, pela sua comprovada competência.

Esperemos que os resultados do ano lectivo que agora se inicia seja de resultados em nada inferiores aos dos anos transactos, o que aliás é de prever, porquanto — a contrariar tendenciosos boatos que insistentemente correram por ocasião das matrículas — o corpo docente do Externato não sofreu profundas alterações.

Os últimos temporais

Foi chuvoso, mesmo muito chuvoso, todo o mês de Setembro, e os agricultores queixam-se amargamente pelos prejuízos que essa chuva já vai causando. Mas o mês de Outubro principiou ainda com piores perspectivas. O mau tempo tem continuado e alguns produtos agrícolas estão a ser profundamente danificados.

Na noite de 3 para 4 a chuva caiu torrencialmente durante horas seguidas em toda a nossa região, ocasionando importantes danos nos campos. O rio Zêzere subiu assustadoramente e nalguns pontos alagou os terrenos marginais, dando assim origem a alguns prejuízos, principalmente para os lados de Sameiro.

É hoje esperado em Manteigas o novo PÁROCO DE SANTA MARIA



PADRE FRANCISCO SALVADO GRALHA

A freguesia de Santa Maria prepara-se hoje para receber um novo pároco, o Rev. Sr. Padre Francisco Salvado Gralha.

É este o remate duma velha aspiração dos paroquianos desta freguesia, que, com o falecimento do saudoso Padre Joaquim Dias Parente, se viram subitamente privados dum pároco exclusivo, regalia esta a que desde há muito estavam habituados e pela qual lutaram com persistência e grande denodo.

Para comemorar o acontecimento, está preparada uma modesta mas bem significativa festa, à qual se associará toda a Freguesia e de cujo programa consta:

A's 11,30 — Recepção à entrada da Vila.

A's 12 horas — Acto de posse na Igreja Matriz de Santa Maria, seguida de Missa Dominical.

A's 14 horas — Almoço de homenagem ao Sr. Padre Francisco Salvado Gralha, almoço este que terá lugar na Pensão Lusitana e para o qual estão inscritos além de numerosos paroquianos de Santa Maria, algumas outras individualidades da nossa vila e outras localidades.

A's 15 horas — Concerto pela Banda Boa União no coreto do Largo do Senhor do Calvário.

A's 21 horas — Te Deum de graças na Igreja de Santa Maria.

PENSAMENTOS

Não há solidão mais triste e pungitiva que a do homem sem amigos. A falta deles faz que o mundo pareça um deserto. Aquele que é incapaz de amizade tem mais de animal irracional que de homem.

(Bacon)

Saber um pouco menos e compreender um pouco mais, eis a nossa maior necessidade.

(James Ulman)

O homem verdadeiramente independente é aquele que sabe declinar um convite para jantar sem inventar uma desculpa.

(Jules Renard)

Ter dinheiro e não gastar dinheiro é não ter dinheiro.

A gritaria é o argumento de que se serve quem não tem razão.

(Da subedioria popular)

Muitas vezes não nos apercebemos da felicidade, porque ela não nos custou nada.

(Popular)

Os que querem muito estão sempre necessitados.

(Horácio)

O que não tem opinião própria, contradiz sempre a dos outros.

(De Ligne)

A vingança mais nobre que podemos tirar dos nossos inimigos é o perdão.

(Mabire)

Enquanto o coração conserva desejos, o espírito guarda ilusões.

(De Chateaubriand)

Chora-se quando se é infeliz, mas só se é completamente infeliz quando se chora sozinho.

(C. Diane)

Telefones automáticos

Estão já concluídos na nossa vila os serviços para a automatização dos telefones, não só no que diz respeito às modificações na rede, mas até mesmo na substituição dos antigos aparelhos pelos novos telefones automáticos.

Contudo, consta que o novo sistema só principiará a funcionar em Janeiro próximo, por estar pendente da automatização duma vasta zona centralizada na Covilhã e cujas transformações ainda não estão concluídas.



ANO VII
N.º 152



ECOS DE MANTEIGAS

AVENÇA

Editor: José Neves Fraga

Director: Dr. Esteves de Carvalho

Proprietário: Francisco Esteves G. de Carvalho

Composto e impresso na GRÁFICA DA GUARDA / Redacção e Administração: Rua Teles de Vesconcelos, n.º 25 — MANTEIGAS / VISADO PELA CENSURA

PROBLEMAS LOCAIS

por FRANCISCO JERÓNIMO

Já há algum tempo abordei sob este mesmo título problemas referentes a urbanismo, procurando através dum pequeno esboço passar do geral para o que de particular se manifestava no que dizia respeito a Manteigas. Ter desenvolvido o assunto seria imprudente na medida em que, como então apontei, ser necessário um estudo consciencioso que só o tempo poderia ajudar a coleccionar todos os elementos precisos para elaborar um trabalho demasiadamente complexo e elucidativo.

Debruçando-me um pouco sobre a vida do povo de Manteigas verifico que ela deve primordialmente a sua manutenção à existência duma indústria, a de lanifícios, fragmentada ao longo do vale do Zêzere.

Mal grado a pouca sorte dum, por causas que não vale a pena investigar ou expor, o que é certo é que ela se tem mantido com maior ou menor eficiência, contribuindo por esse mesmo facto para que a vida do agregado tenha evoluído, ontem mais lenta, hoje mais rápida para um nível de vida estável dentro de certos limites.

Enquanto as transacções comerciais se manifestavam apenas no mercado nacional, esporadicamente, afectadas pelos produtos fabricados de proveniência estrangeira, os problemas da mesma indústria adquiriram um carácter de maior ou menor monta, sendo aqueles os mais desfavoráveis, sem dúvida, resolvidos sempre rapidamente e com a eficiência que os mercados nacionais exigiam.

Porém, os recentes contratos comerciais, alguns ainda em esboço de pormenores como a Associação dos Sete de que Portugal faz parte, criam para a indústria um problema grave a resolver e como tal, em Manteigas, geram um problema local, para não entrar no campo do problema nacional.

O problema aparece espontaneamente ao da concorrência que a abolição fracionada das pautas alfandegárias irá proporcionar ao industrial. Não vou encará-lo sob um aspecto nacional, visando apenas, por desconhecimento da vida dos outros núcleos industriais, o do núcleo estabelecido em Manteigas.

Estará presentemente a indústria organizada para aguentar o embate da concorrência estrangeira? Se a resposta for negativa, haverá possibilidade de a mesma se organizar de forma a não sossegar e portanto justificar a existência da mesma vida? São precisamente estas duas questões que constituem o problema local a que me refiro.

Numa análise rápida sobre as unidades industriais que constituem o referido núcleo penso que, embora não obedecendo aos requisitos indispensáveis para uma boa organização, é possível dar-lhe uma solução de forma a limar as arestas que obstam a um bom rendimento das unidades industriais, considerando já nestas os modernos maquinismos que orientações anteriores adquiriram para uma melhor produção.

Uma fábrica de lanifícios é uma organização complexa na qual poderemos distinguir sectores independentes com produção económica aceitável, mas que em conjunto, por as quantidades mínimas produzidas economicamente por cada um desses sectores serem portanto disparas, afectam profundamente o equilíbrio económico pretendido. Esses sectores serão: lavagem e condicionamento de lã, cardação e fição, tecelagem, tinturaria e acabamento sendo aquela extensiva também aos produtos em rama. Cada um destes sectores terá de produzir quantidades mínimas para que orientados por técnicos competentes suficientemente remunerados, a produção seja considerada boa em qualidade e a baixos preços de custo. Para isto não bastará apenas o técnico quando os maqui-

(Continua na 2.ª página)

Foi ontem assinado o Contrato Colectivo

Finalmente foi ontem assinado, no Cine-Teatro da Covilhã, em sessão a que presidiu o Senhor Ministro das Corporações e Previdência Social, o novo Contrato Colectivo para a Indústria de Lanifícios.

A assinatura de tão anelado diploma vem pôr termo a uma fase que por demorada se tinha tornado palpante para os interesses da nossa região.

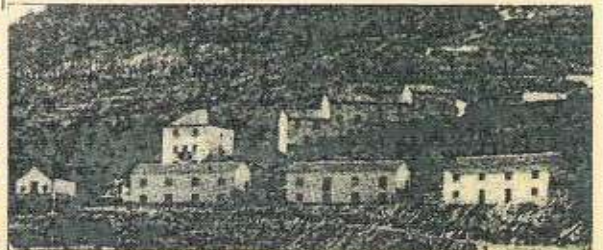
Durante a sessão fizeram-se importantes declarações a que daremos o devido relevo no próximo número, não querendo porém deixar de anunciar já hoje a concretização de tão alto acontecimento para a vida local. Esperamos que da assinatura do relevante documento resulte, pela harmonização de interesses, uma fase de prosperidade colectiva para todos os que dele dependem.

«MIRANTE»

Alguns jovens da nossa Terra pediram um cantinho deste jornal para sua exclusiva colaboração.

«Mirante» é o título da nova secção que hoje se inicia no «Ecos de Manteigas» e que gostosamente lhes destinamos, para divulgação dos seus ideais e defesa dos seus interesses.

PATRIMÓNIO DOS POBRES Vamos construir uma casa?



Património dos Pobres—3 blocos de 2 moradias no Bairro de S. Domingos

Num impressionante movimento de altruísmo e de solidariedade cristã, siastra por todo o Portugal a campanha lançada, numa hora de feliz inspiração, pelo Padre Américo, a favor dos pobres que não têm lar.

Manteigas marcou já a sua posição, e algumas famílias, daquelas que viviam numa promiscuidade degradante para a nossa sociedade, possuem agora um lar limpo e higiénico, graças à generosidade dos nossos conterrâneos. Ainda não há dois meses, foram inauguradas no Bairro de S. Domingos, mais seis moradias, vultosa oferta dum único benfeitor ao Património dos Pobres.

Por sabermos que nem todas as pessoas podem fazer ofertas deste quilate, nem mesmo duma só moradia, e que algumas há com vontade de

contribuírem na medida das suas possibilidades para o enriquecimento do Património dos Pobres de Manteigas, enfileirando assim numa cruzada a todos os títulos edificante e louvável, vai o «Ecos de Manteigas» abrir hoje uma subscrição entre os seus leitores para a construção duma moradia para os pobres.

Será possível? E' o que vamos ver no decorrer da campanha que ora iniciamos. Aqui fica o apelo:

Vamos construir uma casa? E' chegado o momento de se manifestarem todas as pessoas de boa vontade e que aguardavam uma oportunidade.

E, entretanto, registamos já os primeiros donativos:

- Farmácia Ascensão . . . 250\$00
- Luís da Costa Melo . . . 100\$00
- Total . . . 350\$00

A Indústria de Lanifícios prestou Homenagem ao DR. UBACH CHAVES

No passado sábado, dia 31 de Outubro, a indústria de lanifícios prestou ao Dr. Ubach Chaves, ex-Subsecretário da Indústria, uma significativa homenagem, que se revestiu de aspectos verdadeiramente singulares dada a projecção que alcançou e o significado que a caracterizou.

O Dr. Ubach Chaves quis mais uma vez demonstrar o apreço que lhe merece o nosso centro fabril e assim desviou o percurso normal de Gouveia para Covilhã optando pela passagem por Manteigas. Com efeito o ilustre e digno ex-componente do Governo passou pela nossa terra onde era aguardado pelas autoridades concelhias, várias personalidades de relevo na vida local e por represen-

tantes de todas as fábricas de lanifícios da zona que lhes apresentaram cumprimentos. Daqui seguiu o dr. Ubach Chaves para a Covilhã, tendo-se incorporado no cortejo de acompanhamento, que era já numeroso desde Gouveia, mais alguns automóveis transportando o s que se associaram aos restantes actos de consagração.

No limite do concelho da Covilhã centenas de pessoas aguardavam a chegada da ilustre personalidade, encontrando-se entre outros os Srs. Governador Civil de Castelo Branco, Presidente das Câmaras Municipais da Covilhã, Guarda, Manteigas, Gouveia e Castanheira de Pera, a Direcção da FNIL, Presidentes de todos os Grémios de Lanifícios, etc.

Constituiu-se então um impressionante cortejo de acompanhamento, com mais de uma centena de automóveis, que se dirigiu à Câmara Municipal da Covilhã, onde foi entregue ao Dr. Ubach Chaves o diploma de cidadão honorário, com que a Câmara o distinguiu.

Durante a brilhante sessão usaram da palavra os Srs. Dr. Ranito Baltazar, presidente do Município, Dr. Carvalho Dias na qualidade de covilhanense, tendo por fim agradecido o homenagem.

Seguiu-se no Acondicionamento e Laboratório Textil uma sessão solene em que se descerrou uma placa comemorativa da gratidão e admiração de toda a indústria de lanifícios a

(Continua na 2.ª página)

PENSAMENTOS

Sabe mais aquele que folheou esse usado livro que se chama a mulher, do que quem empalideceu no austero perfume das bibliotecas.

(A. Houssaye)

Mais facilmente se dá um conselho do que uma moada de cinco tostões.

(Guerra Maio)

Para agradecerem ao parvo há inteligentes que se fazem mais parvos do que ele.

(Sérgio Trémont)

A mulher formosa agrada aos olhos; a mulher boa agrada ao coração; a primeira é uma joia, a segunda é um tesouro.

(Napoleão I)

A verdade é uma urtiga: quem a toca lentamente, pica-se; quem a agarra com resolução, não sofre nada.

(M. G. Saphir)

Agente Técnico de Engenharia

Com honrosa classificação, concluiu o curso de Agente Técnico de Engenharia — máquinas e electricidade — pelo Instituto Industrial do Porto, o Sr. Rui Filipe Duarte Donas, filho do nosso amigo e assinante em Gouveia, Sr. Mário Donas.

Os nossos parabéns.

ESTRELA DA BEIRA

JORNAL REGIONALISTA-NOTICIOSO-LITERARIO-HUMORISTICO

DIRECTOR
Antonio Estevao Gaspar
de Carvalho

REDATOR E PROPRIETARIO
Antonio Quaresma

Redacção e administração
Rua Dr. Correia
Lunguinho
MANTEIGAS

Não se recebem as
originaes aqui,
na 3.ª p.
Mantidos

Imp. e Rep. da
Tip. MANTEIGA
CIVIL, 117-118



ECOS NOTICIAS

Boas Festas

A todos os nossos queridos colaboradores, assistentes e anunciantes, desejamos festas alegres, e que o Novo Ano, que se avizinha, para todos seja portador das maiores venturas e prosperidades.

Dr. João Batista Izabel

Interinamente, foi nomeado médico municipal desta concelho o Ex.º Sr. Dr. João Batista Izabel.

É um nome inteligente e sabedor, cheio de boa vontade, pelo que muito ha a esperar da sua accção como médico da nossa terra.

Completamente o querido amigo, apresentemos-lhe as nossas melhores felicitações, ao mesmo tempo que lhe pedimos se interesse, de facto, pelos problemas de ordem sanitaria que a nossa terra carecem de solução.

Cinema

A Empresa do Cine Teatro continua a apresentar-nos bons programas. Dentre elles ha que destacar o emocionante filme «Maacoras de Cera», que foi exibido no passado dia 24, com geral agrado.

Para hoje ha um bom programa, que certamente agradará.

Cães

A varias pessoas, principalmente a caçadores, temos ouvido protestar contra o facto de se encontrarem pelo via publico alguns cães de grande corpulencia com um simulacro de acalimo, que só serve para vista, pois se não inibe de morder.

Ainda não ha muito tempo que um desses cães, apesar de andar acalmado (a flagir de acalmado), mordiu uma criança de casa que dois dias depois morria em virtude dos ferimentos soffidos.

Entendemos que os protestantes tem razão, pois não faz sentido que as autoridades competentes sejam de um rigor extremo para com pequenos animais de que qualquer raptoz facilmente se defendera com o bico do sapato, enquanto certos caçadores, que temem respeito ao mais destemido, vagueiam pelas ruas em condições de menos segurança para o publico.

A IGREJA DE SAMEIRO

A primitiva Igreja de Sameiro foi edificada no alvorecer da nacionalidade portuguesa, em sitio ainda mal definido, mas que, por judiciosas deduções, poderemos localisar a um terço do caminho que liga o adro actual á fonte de S. João.

Como já tivemos occasião de escrever neste mesmo jornal, a antiga aldeia de Sameiro foi doada pelo seu donatario D. Moninho Rodrigues, A Ordem de S. João Baptista de Malta, nos fins do século XII e deve ser esta a verdadeira razão de ter sido escolhido S. João Baptista para seu orago.

Nos principios do século XVII já aquela Igreja não existia e nos fins do mesmo século nem o local já era respeitado, como se depreende da noticia exarada no livro dos visitadores ecclesiasticos onde, em Fevereiro de 1698, se declarava «que no terreno em que antigamente foi Igreja de S. João Baptista se faziam chiqueiras, sem temor a Deus, nem reverencia do lugar», pelo que o visitador determinou que ali fôsse collocada uma cruz para inspirar respeito aos moradores da aldeia.

Por este motivo o culto foi praticado durante muitos anos na capela de Santa Eufenia.

Os mesmos visitadores diocesanos fizeram, em anos successivos, a recommendação de que nova Igreja fôsse edificada, tanto mais que isso mesmo vinha sendo ordenado pelos visitadores da Ordem de Malta; porém, o comendador a nada se movia apesar da invocação do seu «catalico zelo».

A construção da nova Igreja no local em que hoje se encontra, deve datar dos principios do Século XVIII, possivelmente do anno 1700.

As suas dimensões, todavia, eram insignificantes porque, no dizer do cura Luiz de Abranches de Almeida, em 1758, a Igreja «nem tem nave e só tem seis linhas atravessadas de madeira».

A Igreja possuia apenas um altar para o seu patrono e não tinha sacratio, sendo igualmente desprovida de irmandades e confrarias.

A sua ampliação deve datar do primeiro quartel do século XIX mantendo ainda hoje as mesmas dimensões.

O paroco era apresentado usualmente pelo comendador da Covilhã e auferia de congrua a quantia de trinta mil reis, dois alqueires de trigo, dois almuêdes de vinho e a cara necessaria para o culto nos domingos e dias santos, tudo por conta da comenda de Malta, com excepção de metade daquela importância em dinheiro, que era paga pelo povo.

O cura tambem tinha direito a residencia e passal, aquela situada meia duxia de metros ao norte da actual Igreja e o passal uns duzentos metros a poente.

No terramoto de 1755 nada se registou de anormal, apenas

(Continua na 4.ª pagina)

ECOS NOTICIAS

Fonte do Picão

Nesta data devem, possivelmente, estar concluidas as obras na Fonte do Picão.

«Passamos ha' cinco pelo local e não nos deu que o estado da obra parecia, ao facto de realisar a agua e as fontanas abrem muito abundantes. Ficamos satisfeitos por termos quasi concluido um melhoramento porque tanto as imbecillidades, porém, retiramo-nos do local um pouco entediados por notarmos que, como quasi sempre, a obra ficou para lá, para melhor dizer, não sempre foi seguida e servida com o devido cuidado.

Aquella inscriçao «C. M. 1655» que aos vindouros indicará que a obra foi realizada pela Comarca Municipal, desde anno de 1855, não muito publicavel, porquanto mesmo que tal feita á poder, como vulgarmente se diz.

Se o artista que se pede excepção tal inscriçao não tinha competência para fazer melhor, porque não houve o cuidado de mandar, que um competente fosse riscar a pedra as letras e algarismos para que o pedestal em seguida pudesse fazer melhor?

Foi um erro que se cometeu, de nenhuma importância, não certo, mas que se não ficará esquecendo uma certa inscriçao.

Não será possível remediar o mal? Crêmos que sim, e bom seria que assim se procedesse.

Página Desportiva

No presente numero iniciamos a publicação de uma página especial intitulada «A Covilhã Desportiva», dedicada á visião e animo cidade da Covilhã, centro desportivo de bastante importância. Esta nova accção é dirigida pelo nosso amigo e distinto collaborador J. Oliveira Santos que com imparcialidade e insuspeita competência fará o movimento desportivo da Covilhã.

Assinaturas pagas

Tiveram a gentileza de mandar liquidar as suas assinaturas:

Ass. do n.º 135—D. Antonia Saraiva de Oliveira.

Ass. do n.º 144—Açólio Aguiar Monsanto.

Os nossos agradecimentos.

Dr. Constantino Carneiro

Em posto de férias encontra-se entre nós este doutor clinico e presido collaborador

Figura 8 - Jornal Local: Estrela da Beira de 29 de Dezembro de 1935. Nº138.



Propriedade: Cooperativa Jornalística de Manteigas, S. C. A. R. L. — Director: João da Cruz Mota de Carvalho — Comp. e Imp.: Gráfica de Gouveia, L.d. — Gouveia

EDITORIAL

ESCREVER SOBRE O 25 DE ABRIL

Escrever ou falar sobre o 25 de Abril é sem dúvida um prazer maravilhoso para alguns, mas a sua leitura ou audição, já não o é para aqueles que tenham em mente a data de maior significado político do nosso tempo, a culpa de todos os males que grassam sobre o País.

Para os democratas, o 25 de Abril, é o arranque fulgoroso para a formação duma nova sociedade, onde a progressiva melhoria dos bens sociais (Educação, Saúde, etc.) suplante o individualismo absurdo, onde a exploração insensitada do mais fraco deixa de ter cabimento e a riqueza que todos produzem seja mais bem distribuída e aliçada.

Para os saudosistas é a queda dum privilégio consagrado ao longo de muitos anos, autorizado por uma política ditatorial, que por isso mesmo, HOJE, insistentemente se erguem para que esse passado recente, regresse o mais rápido possível. A impaciência atroz que diariamente os assume, coincide com a campanha altamente caluniadora dirigida as Instituições Democráticas, o Presidente da República e os Partidos Políticos, único pilar real e vivo em que assente a democracia.

Não é, pois, de estranhar que também os pseudo-novos do após 25 de Abril, se aliem cada vez mais às forças fascistas, caluniando e mal-dizendo de tudo e de

(Continua na 2.ª pág.º)

Grupo de Teatro Amador de Manteigas em Lisboa

Integrado no certame — Juventus — 79, o GTAM, deslocou-se a Lisboa para efectuar uma representação de teatro com as peças *Gata de Mel de Leon Chancerelle* e *Todo Mundo e Nenhum de Gil Vicente* com colegas de Monteiro Nunes e encenação de Nunes Vidal, a realizar no Pavilhão da FIL (Feira Inter-nacional de Lisboa), no dia 5 de Maio, sábado, às 21 horas e 30 minutos.

Assim, a Direcção do GTAM, convida todos os Manteiguenses residentes em Lisboa a assistirem a este espectáculo, conchando em massa no pavilhão da FIL, onde poderão observar as potencialidades artísticas dos confrades, ignorando muitos Manteiguenses.

A Direcção do GTAM

M MANTEIGAS

O Queijo foi à Feira

No passado dia 7 realizou-se o grande desta Vila a feira do queijo da Serra. Famoso em especial pelo queijo Natural da Serra da Estrela e pela Câmara Municipal de Manteigas, a semelhança de um transacto, com dois pastores expostos e cerca de mil quilos do melhor queijo de ovelha, com um orgulho, com o produto do seu trabalho habitando-se nos pré-

lucios de presença e de qualidade.

Visa a feira, segundo os promotores, estimular a produção e a confecção, compensar o labor dos amadores e, simultaneamente, garantir ao consumidor que não compre gato por lebre. Parelamente, procura-se namorar o turista e talvez (porque não?) sensibilizar quem manda para as potencialidades e misérias da região enquadrada no Parque.

ONZE LONGOS DIAS GREVE NA SOTAVE

Foram efectivamente onze longos dias.

De 9 a 19 de Abril, os trabalhadores da SOTAVE que laboram em regime de um turno diário, em número aproximado de 160, mantiveram-se em greve total exigindo o cumprimento do horário de trabalho semanal (42,5 horas) previsto da Portaria de Regulamentação do Trabalho para a Indústria de Lanifícios, em vigor desde 22 de Junho de 1975.

A atestar a vontade com que os grevistas iniciaram a sua luta, o facto de durante o tempo de paragem terem mantido, dia e noite, piquetes junto às instalações da empresa. E tiveram que suportar chuva e frio de autêntico inverno que naquele período se fez sentir.

Também não pôde deixar de chamar a atenção das pessoas minimamente atentas, a manifestação que conseguiram levar a efeito no dia 14, sem dúvida a maior e mais vivida de todas as que Manteigas já assistiu. Bastará ter em conta que sendo 160 os grevistas, conseguiram levar à «sua» manifestação cerca de 600 pessoas.

Recordemos o processo.

Na origem de tal luta, e como atrás dizemos, o horário de trabalho. Com efeito a entidade Patronal nunca aceitou como legal o horário de trabalho consignado na Portaria de Regulamentação de Trabalho saída em 1975.

Sem quereremos tomar partido por qualquer das partes em litígio — o que aliás nem nos compete — transcrevemos da referida PRT:

BASE II —

1 — É autorizada a redução da duração semanal de trabalho estabelecido no contrato publicado em anexo.

2 — No entanto, atendendo à resolução do Conselho de Ministros sobre a redução da duração de trabalho a nível nacional, será criada uma comissão técnica, constituída por representantes dos Sindicatos e das Secretarias de Estado da Indústria e do Trabalho, funcionando na dependência e em articulação com a Comissão de Horário Nacional, a qual, no prazo máximo de um mês, a contar da publicação da presente portaria, definirá a redução do trabalho para o sector e em especial para os profissionais em regime de turnos, que substituirá o regime agora aprovado nos termos que vierem a ser decididos pelo Governo.»

A alínea a) do número 3 da cláusula 62 da mesma Portaria, fixa o horário semanal de 42,5 horas para os trabalhadores em regime de um turno.

Dois pontos que consideramos importantes:

1 — Desde 1975, todas as empresas de Lanifícios do País (com excepção da SOTAVE) passaram a aceitar o horário consignado na cláusula 62.

2 — A Comissão Técnica prevista na Base II nunca foi constituída.

Restará dizer que os trabalhadores em causa iniciaram a luta no dia 1 de Março com a largada do trabalho às 17,30 horas, cumprindo assim as 42,5 h. semanais.

No final do mês, a entidade patronal, certamente na convicção de estar na razão, descontou aos trabalhadores o

(Cont. na pág.º 2)



MANIFESTAÇÃO

No átrio da Câmara aguardavam várias entidades oficiais da vila e da região, bem como outras ligadas ao turismo. Cerca das onze horas chegou aos Paços do Concelho o Sr. Secretário de Estado do Ambiente, personalidade que acortaria a fitas das cerimónias. Seguiu-se uma breve recepção no Salão Nobre da Câmara, tendo discursado o Sr. Presidente da Câmara local, bem como o Sr. Secretário de Estado. Numa breve allocução o Presidente da edilidade referiu os objectivos da feira, os quais, segundo o Parque, estavam a ser alcançados. O Secretário de Estado do Ambiente (Cont. na pág.º 7)

A ADMINISTRAÇÃO DO NOTÍCIAS DE MANTEIGAS

AVISO

Aproveitando a deslocação do Grupo de Teatro Amador de Manteigas a Lisboa, a Administração do Notícias, através dos senhores, Joaquim Domingos, Luís Saraiva e João Matos, estarão na FIL (Lisboa), no dia 5 de Maio/79, prontos a receber o pagamento de assinaturas de jornal dos assinantes residentes em Lisboa, que por qualquer motivo ainda não tiveram oportunidade de liquidar a assinatura do corrente ano.

A Administração.

Figura 9 - Jornal Local: Notícias de Manteigas de 30 de Abril de 1979. Nº16.



Figura 10 - *Compromisso da Irmandade da Santa Casa da Misericórdia de Manteigas* 1981.

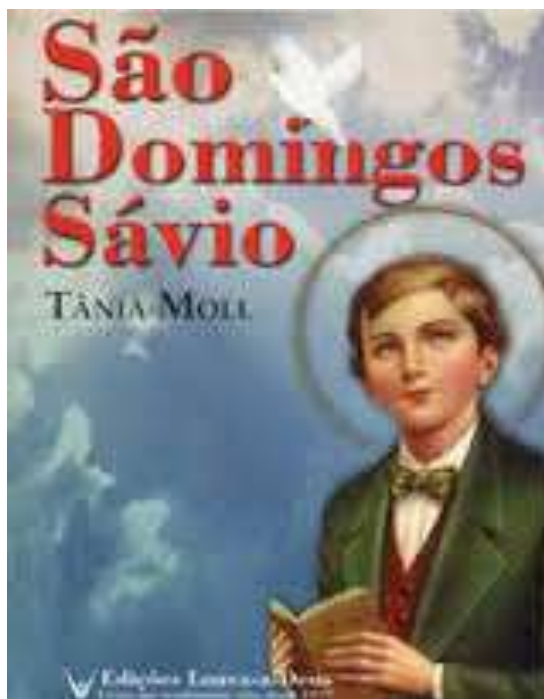


Figura 11 - Livro: *São Domingos Sávio* de Tânia Moll.



Figura 12 - Livro: *Monte Cinco* de Paulo Coelho.

Bibliografia:

ALVES, M. H. H.- *A aplicação da Biblioterapia no processo de reintegração social*. In: Revista Brasileira de Biblioteconomia e Documentação. [Em linha]. V. 15, nºs 1-2, p. 54- 61 (Janeiro-Junho 1982). [Consult. 2011-03-29]. Disponível em WWW:<URL: <http://revista.acbsc.org.br/index.php/racb/article/viewArticle/372/445>>.

BADDELEY, A.D.; WARRINGTON, E.K. *Amnesia and the distinction between long-and short-term memory*. *Journal of Verbal Learning and Verbal Behavior*, v.9, n.2, p.176-89, 1970

BAUMANN, J. (1987). «*Direct instruction in literacy: what, why, how, where, and how much?*» Paper presented at the annual meeting of the National Reading Conference. St-Petersburg, Florida.

BROWN, Eleanor Frances. *Bibliotherapy and its widening applications*. Metuchen, N.J.: The Scarecrow Press, 1975. 404 p.

CALDIN, Clarice Fortkamp - *A presença e a ausência da voz no tempo e na cidade : uma leitura Merleau-Ponty* [Em linha]. In: Revista ACB. V. 11, nº 1 (2006). [Consult. 2013-12-14]. Disponível em WWW:<URL: <http://revista.acbsc.org.br/index.php/racb/article/view/458/573>>.

CALDIN, Clarice Fortkamp - *A aplicação da Biblioterapia em crianças enfermas* [Em linha]. In: Revista ACB. V. 7, nº 2 (2002). [Consult. 2013-10-31]. Disponível em WWW:<URL: <http://revista.acbsc.org.br/index.php/racb/article/viewArticle/372/445>>.

CALDIN, Clarice Fortkamp - *A presença e a ausência da voz no tempo e na cidade : uma leitura Merleau-Ponty* [Em linha]. In: Revista ACB. V. 11, nº 1 (2006). [Consult. 2013-12-14]. Disponível em WWW:<URL: <http://revista.acbsc.org.br/index.php/racb/article/view/458/573>>.

CALDIN, Clarice Fortkamp - *Leitura e terapia* [Em linha]. (2009). [Consult. 2013-10-13]. Disponível em WWW:<URL:<http://en.scientificcommons.org/45756346>>.

CARDAO, Sandra (2009). *O Idoso Institucionalizado*. Lisboa: Coisas de Ler

CROTHERS, S. McC., "A *Literary Clinic*". [Em linha]. In: The Atlantic Monthly, Vol.118, No.3, (September 1916), p. 291-301. [Consult.2014-04-04]. Disponível em WWW:<URL: http://en.wikipedia.org/wiki/Samuel_McChord_Crothers>.

CURTO, Diogo Ramada, dir. *Estudos de sociologia da leitura em Portugal no século XX*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, Fundação para a Ciência e a Tecnologia, 2006, 1036 p.

CRUZ, M. A. L. - *Biblioterapia de desenvolvimento pessoal : um programa para adolescentes de periferia* [Em linha]. Campinas: Pontifícia Universidade Católica de Campinas, 1995. Dissertação de mestrado. [Consult. 2014-06-11]. Disponível em WWW:<URL: <http://revista.acbsc.org.br/index.php/racb/article/viewArticle/452/567>>.

FARIA,M.I.; **PERICÃO**,M.G. - *Dicionário do Livro: Da escrita ao livro eletrônico*. Coimbra: Almedina, 2008.1287p.ISBN:978-972-403499-7

FERREIRA, Danielle Thiago - *Biblioterapia : uma prática para o desenvolvimento pessoal* [Em linha]. Campinas: Universidade Estadual, 2003. p. 35-47. [Consult. 2014- 06-01]. Disponível em WWW:<URL: <http://www.fe.unicamp.br/revista/index.php/etd/article/viewArticle/1809>>.

GIASSON, J. (2000). *A Compreensão na Leitura*. (2ª ed). Alfragide: Edições Asa.

GOODMAN, Kenneth S. - *Unidade na literatura : um modelo psicolinguístico transacional*. In : Letras de Hoje, Porto Alegre, v. 26, n.4 (Dez. 1991), p. 8-43.

GOODMAN, K. (1994). «Reading, writing and written texts: a transactional socio- - psycholinguistics view». In H. SINGER & R. RUDELL (Eds.), *Theoretical Models and Process of Reading* (4ª ed.), (pp. 1093-1130). Newark: International Reading Association.

HASSE, Margareth - *Biblioterapia como texto : análise interpretativa do processo biblioterapêutico* [Em linha] (2004). [Consult. 2014-03-18]. Disponível em WWW:<URL: http://tede.utp.br/tde_busca/arquivo.php?codArquivo=9>.

HUNT, E. *Experimental perspectives: theoretical memory models*. In: POON, L.W., ed. *Handbook for clinical memory assessment of older adults*. Washington, American Psychological Association, 1986. p.43-54.

IRWIN, J. (1986). *Teaching Reading Comprehension Processes*. Englewood, New Jersey: Prentice-Hall.

KATZ, G. [et al.] - *Bibliotherapy : the use of books in psychiatric treatment*. In Journal of Psychiatry, n. 37 (3) (1992), p.173-176

KATZ, S. *Cultural aging: Life course, lifestyle, and senior worlds*. Peterborough: Broadview, 2005.

JUANARD, Gil(2006). *Do Livro da Cultura*. Gradiva Editora

MARCINKO, Stephanie - *Bibliotherapy: practical applications with disabled individuals*. In *Current studies in librarianship*, v. 13, n. 1/2 (Spring/Fall 1989), p. 1-5.

MARKOWITSCH, H.J.; PRITZEL, M. *The neuropathology of amnesia. Progress in Neuropathology*, v.25, p.189-412, 1985.

MARTINS, Ernesto Candeias(2013).*Gerontologia Gerontagogia: Animação Sociocultural em Idosos*. Lisboa:Editorial Cáritas

PAUL, Constança; RIBEIRO, Oscar(2012). *Manual de Gerontologia: Aspectos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento*. Lisboa: LIDEL

PAUL, Constança; RIBEIRO, Oscar(2011). *Manual de Envelhecimento Activo*. Lisboa: LIDEL

PEREIRA, Marília M. Guedes. *Biblioterapia : proposta de um programa de leitura para portadores de deficiência visual em bibliotecas públicas*. João Pessoa (Brasil): Ed. Universitária, 1996. [Consult. 2013-12-29]. Disponível em WWW:<URL: http://bdm.bce.unb.br/bitstream/10483/944/1/2009_LeandroLopesTrindade.pdf.

PERISSÉ, Gabriel. *Ler, pensar e escrever*. [Em linha]. (2004). [Consult. 2014-03-18]. Disponível em WWW:<URL: <http://kplus.cosmo.com.br/materia.asp?co=107&rv=Colunistas>>.

PHILPOT, Jan Grubb - *Bibliotherapy for classroom use*. Nashville : Incentive publications, 1997. 60 p.

PINTOS, C. G. - *A Logoterapia em contos : o livro como recurso psicoterapêutico*. São Paulo: Paulus, 1999.

RATTON, A. M. L. - *Biblioterapia*. [Em linha]. In: *Revista da Escola de Biblioteconomia da UFMG*, Belo Horizonte, v. 4, nº 2 (Set. 1975), p. 198-214. [Consult. 2014-03-30]. Disponível em WWW:<URL: <http://revista.acbsc.org.br/index.php/racb/article/viewArticle/372/445>>.

ROSA, Aparecida Luciene Resende - *As cartas de Ana Cristina César : uma contribuição para a Biblioterapia* [Em linha]. Brasil: Universidade Vale do Rio Verde de Três Corações, 2006. 71 p. Dissertação de mestrado. [Consult. 2014-01-19]. Disponível em WWW:<URL: <http://www.unincor.br/pos/cursos/MestreLetras/arquivos/dissertacoes/APARECIDA%20LUCIENE%20RESENDE%20ROSA.pdf>>.

SARDINHA, M.G. (2005). *As Estruturas Linguísticas, Cognitivas e Culturais e a Compreensão Leitora*. Dissertação de Doutorado não publicada. Covilhã: Universidade da Beira Interior.

SCHUMACHER, S. & MACMILLAN, H.J. (1997). *Research in Education: A conceptual introduction*. New York: Longman.

SEITZ, Eva Maria - *Biblioterapia : uma experiência com pacientes internados em clínicas médicas*. [Em linha]. In: Revista ACB, v. 11, nº 1 (2006). [Consult. 2014-03- 23]. Disponível em WWW:<URL: <http://revista.acbsc.org.br/index.php/racb/article/viewArticle/452/567>>.

SHRODES, Caroline. *Bibliotherapy: a theoretical and clinical-experimenta study*. 1949. 344 f. Dissertation (Doctor of Philosophy in Education) - University of California, Berkeley.

SMITH, F., (1987). «*Une préoccupation constante: le sens.*» Cahiers Pédagogiques nº 254-255. Mai-Juin, p. 16. Extrait de Comment les Enfants Apprennent à Lire. A. Colin Bourrette, Paris, 1985.

SOLÉ, I. (2001). *Estratégias de Lectura (Materiales para la innovación educativa)*. 12ª ed. ICE. Universidad de Barcelona y Editorial Graó

SPEAR, N.E.; MUELLER, C.W. *Consolidation as a function of retrieval*. In: Weingartner, H.; Parker, E.S., eds. *Memory consolidation psychobiology of cognition*. Hillsdale, Lawrence Earlbaum, 1984. p.111-47.

STEINER, Jorge (2006). *O Silêncio dos Livros*. Gradiva Editora

TRINDADE, Leandro Lopes - *Biblioterapia e as bibliotecas de estabelecimentos prisionais : conceitos, objetivos e atribuições*. [Em linha]. Brasília: Universidade, 2009. Monografia de Bacharelato. [Consult. 2013-12-29]. Disponível em WWW:<URL: http://bdm.bce.unb.br/bitstream/10483/944/1/2009_LeandroLopesTrindade.pdf

VASQUEZ, Maria do Socorro Azevedo Felix Fernandez (1989), *Biblioterapia para idosos : um estudo de caso no Lar da Providência 'Carneiro da Cunha'*. [Em linha]. Paraíba: Universidade Federal. Dissertação de Mestrado. [Consult. 2013-01-19]. Disponível em WWW:<URL: <http://www.unincor.br/pos/cursos/MestreLetras/arquivos/dissertacoes/APARECIDA%20LUCIENE%20RESENDE%20ROSA.p>

YÃNEZ, A.S. & MEARA, P. (1999). «*Pruebas de comprensión lectora (procedimiento cloze)*». Publicaciones de Psicología Aplicada, 146, 3-23. Madrid: TEA Ediciones.

.

