

➤ Editorial

Por Equipa Editorial Revista Louis Braille

No passado mês de outubro, celebrámos o Dia Mundial da Bengala Branca, uma efeméride que pretende reconhecer o direito das pessoas com deficiência visual a uma participação plena e independente na sociedade.

Assim, na edição n.º 23 da Revista Louis Braille, a última deste ano, elegemos como tema central a bengala branca, pela importância que representa na vida de milhões de pessoas com deficiência visual.

Nas primeiras páginas fique a conhecer a história desta ferramenta de apoio à inclusão e da efeméride que a celebra. Peter Colwell, técnico de acessibilidade da ACAPO, recua até ao início dos anos 20 para lhe dar conta desta cronologia.

Leia depois uma reportagem sobre a utilização da bengala branca por quatro pessoas com deficiência visual. Que dificuldades encontraram? O que mudou nas suas vidas? São algumas das questões às quais procurámos resposta.

De seguida, vai poder ler um artigo das colaboradoras da ACAPO, Diana Carvalho e Joana Afonso, que aprofundam o tema da adaptação à bengala branca, um processo no qual estão envolvidos vários responsáveis, entre os quais o técnico de orientação e mobilidade e psicólogo.

Quase no final da Revista fique a conhecer a legislação aplicável à bengala branca. Será que existe?

Terminamos esta edição com conteúdos, que no nosso entender, merecem ser partilhados por todos. Em poucos passos, aprenda a guiar uma pessoa com deficiência visual e a apoiá-la a deslocar-se com mais segurança.

Em 2018, voltamos ao encontro dos nossos leitores e a deixar o nosso pequeno contributo para uma informação mais credível sobre a deficiência visual. **LB**

➤ Ficha Técnica

EDIÇÃO E SEDE ACAPO, Avenida D. Carlos I, n.º 126 9º andar 1200-651 Lisboa **CONTACTO GERAL**

Telefone: 21 324 45 00 | Fax: 21 324 45 01 *E-mail*: louisbraille@acapo.pt **DIRETOR** José Augusto Tomé Coelho (tomecoelho@acapo.pt) **COORDENAÇÃO** Marta Pinheiro (martapinheiro@acapo.pt) **REDAÇÃO** Cláudia Vargas Candeias (claudiavargas@acapo.pt), Marta Pinheiro **REVISÃO** Susana Venâncio (susanavenancio@acapo.pt) **LAYOUT** Think High **PAGINAÇÃO** Think High **PERIODICIDADE** Trimestral **ISSN** n.º2182/4606.

@ Louis Braille – Revista especializada para a área da deficiência visual 2017. Todos os direitos reservados. Todo o conteúdo desta Revista não pode ser replicado, copiado ou distribuído sem autorização prévia. Os artigos de opinião publicados na Revista são da inteira responsabilidade dos seus autores. Se pretende deixar de receber a nossa Revista, envie-nos um *e-mail* por favor para o endereço louisbraille@acapo.pt.

Os conteúdos desta Revista foram escritos segundo as regras do novo acordo ortográfico.

Símbolo de dificuldades ou capacidades?

Por Peter Colwell,
Técnico de Acessibilidade na Direção Nacional da ACAPO

Como muitas invenções também a bengala branca demorou algum tempo a tornar-se popular. E como muitos equipamentos do dia-a-dia, a bengala branca já não é como era, nem sequer é usada da mesma maneira. O dia de bengala branca também não é o que era.

A primeira pessoa a propor publicamente pintar a bengala branca para a tornar mais visível aos condutores foi um artista britânico. Foi em 1921, quando as estradas eram partilhadas por cavalos e por automóveis ainda, e estes eram vistos como uma ameaça por muitos peões. Um cidadão de Bristol, James Biggs, que perdeu a visão num acidente, não se sentiu seguro a atravessar a rua e pintou a sua bengala branca para chamar a atenção dos condutores. Mas a ideia não convenceu as outras pessoas com deficiência visual. Até que, em 1931, quando uma francesa, preocupada com o facto de as pessoas cegas terem sempre de pedir ajuda para atravessar as ruas de Paris, reparou que os polícias sinaleiros usavam bastões brancos para regular o trânsito. Guilly d'Herbemont percebeu então, que as pessoas cegas seriam mais visíveis com uma bengala branca na mão. Em fevereiro de 1931, ela própria lançou uma campanha para fornecer bengalas brancas aos franceses cegos e financiou a entrega das primeiras cinco mil.



“A primeira pessoa a propor publicamente pintar a bengala branca para a tornar mais visível aos condutores foi um artista britânico.”

Quando esta iniciativa foi relatada na imprensa britânica, o outro lado da Mancha tinha de responder. Os Rotários lançaram uma campanha semelhante no Reino Unido e em maio de 1931, a BBC, nas suas transmissões de rádio, promoveu o uso da bengala branca no Império Britânico, como indicação que o portador tinha uma deficiência visual. A bengala branca já estava lançada na Europa e além.

Entretanto, no outro lado do Atlântico, a revolução também estava em marcha. Desta vez foi um presidente do Clube dos Lions que teve a ideia de tornar a bengala mais visível. Em 1930, George A. Bonham da cidade de Peoria, no Estado de Illinois, observou as dificuldades que um homem cego com uma bengala preta enfrentou a atravessar uma rua movimentada. A sua ideia de uma bengala branca com um risco vermelho foi aprovada pela delegação local dos Lions e pouco depois pelo Lions Club International que começou uma campanha nacional nos EUA em 1931. Além disso, já em dezembro de 1930, a Câmara Municipal de Peoria decretou que um peão com uma bengala branca tinha prioridade nos atravessamentos. Nos próximos anos outras cidades e alguns estados americanos seguiram o exemplo e aprovaram leis a proteger o peão com deficiência visual.

Os Lions dos EUA estão profundamente ligados ao dia da bengala branca. Em 1951, um clube na Califórnia estava a angariar fundos para uma campanha de profilaxia da cegueira e decidiu fazer um apelo direto ao público. Mandaram fabricar bengalas brancas em miniatura e anunciaram o Dia da Bengala Branca. Conseguiram angariar 500 dólares e no ano seguinte mais 30 clubes dos Lions imitaram a iniciativa. Hoje em dia, os Lions angariam milhões de dólares no dia 15 de outubro para financiar os seus projetos no campo da deficiência visual.

Na década de sessenta, várias associações de pessoas com deficiência visual e centros de reabilitação fizeram *lobby* no Congresso Americano a pedir o reconhecimento do dia 15 de outubro como o dia da segurança da bengala branca (White Cane Safety Day, em inglês). O pedido foi concedido em 1964. Apesar de incluir a palavra “segurança” no nome, que eventualmente foi uma maneira de reconhecer a lógica atrás da sua invenção, o dia foi encarado como um reconhecimento da independência e autossuficiência das pessoas com deficiência visual pela National Federation of the Blind (Federação Nacional dos Cegos dos EUA). Segundo o Presidente Lyndon B. Johnson, que fez a primeira proclamação presidencial sobre o assunto, a bengala simbolizava a capacidade da pessoa cega circular sozinha e o seu uso promovia cortesia e oportunidades para a mobilidade dos cegos.

Demorou apenas cinco anos para a International Federation of the Blind declarar o dia 15 de outubro “International White Cane Safety Day”. Segundo a União Mundial dos Cegos (o sucessor da Federação Internacional) o Dia da Bengala Branca é comemorado para reconhecer a passagem das pessoas cegas da dependência para a participação plena na sociedade. Para esta organização a bengala branca é o símbolo da

independência e da dignidade e capacidade das pessoas cegas, enquanto o dia internacional é uma oportunidade para pessoas com e sem deficiência visual se juntarem para apoiar a transição das pessoas cegas à integração plena. Ou seja, é um dia em que comemoramos os sucessos, mas também lembramos que em alguns países ainda há um longo caminho a seguir.



Sabemos que nada é eterno e o Dia da Bengala Branca ganhou outro nome, na sua terra de origem, quando, em 2011, o Presidente Barack Obama declarou que o dia 15 de outubro seria o Dia da Igualdade dos Americanos Cegos.

Sabemos que nada é eterno e o Dia da Bengala Branca ganhou outro nome, na sua terra de origem, quando, em 2011, o Presidente Barack Obama declarou que o dia 15 de outubro seria o Dia da Igualdade dos Americanos Cegos (Blind Americans Equality Day) e seria uma celebração das conquistas dos americanos com deficiência visual e a reafirmação do compromisso de avançar com a sua integração económica e social plena.

É de salientar que a bengala branca de hoje, e até a de 1964, tem pouco que ver com a bengala branca de 1921. Esta era apenas uma bengala de apoio em madeira que tinha sido pintada de branco. Nos anos 30, quando o seu uso foi promovido, a pessoa cega segurava na bengala na diagonal para informar os outros da sua incapacidade. Com certeza algumas pessoas usavam a bengala para explorar o seu ambiente mas não de uma maneira tão sistemática como hoje. A técnica de dois toques, ou o método de Hoover como é conhecido em inglês, foi desenvolvido nos anos 40 por um técnico de reabilitação, Richard Hoover. O movimento básico de fazer um arco um pouco maior do que a largura do corpo foi inspirado pela técnica empregue para procurar explosivos num campo de minas. O contato sistemático com o chão serve para obter pistas acústicas e táteis do ambiente. Esta técnica necessitava de uma bengala mais comprida e mais leve. A inovação enfrentou alguma resistência mas o hospital de veteranos de Hines, novamente em Illinois, adotou o método e a pouco e pouco tornou-se padrão nos EUA. Foram os britânicos que trouxeram a técnica à Europa mas aqui, em 1964, ainda havia defensores e opositores da bengala mais comprida.

Hoje em dia estamos a ver um novo debate: uma bengala branca tem de ser branca? A resposta simples é que a cor branca é a mais visível e se escurecemos a bengala reduzimos o grau de proteção. Pelo qual o contra-argumento pode ser “mas apenas preciso da brancura quando pretendo atravessar ruas sozinho”. Ou seja, se vou participar num jantar de gala e vou de limousine, porque não posso usar uma bengala com mais estilo e mais cor e que condiz com a minha roupa e reflete a minha personalidade?

Uma bengala é um instrumento: pretende ser funcional. Sendo assim podemos afirmar que o mais simples e o mais económico será melhor. Contudo, apesar do relógio ser também uma peça que pretende ser funcional, sempre serviu para mostrar a riqueza, o bom gosto (ou falta dele) ou a personalidade do dono. E os relógios táteis, disponíveis em vários formatos e preços, não são uma exceção. Daí uma bengala também poder ser, em simultâneo, funcional e interessante esteticamente.

E há fabricantes a responder (ou a criar) esta necessidade. Existem bengalas de diversas cores, bengalas em que apenas a pega é colorida e bengalas predominantemente brancas com um toque de cor perto da pega, na ponteira e na pega. Se perguntarmos a um técnico de reabilitação se pode usar uma bengala colorida, podemos receber como resposta “Se faz diferença entre usar ou rejeitar a bengala, então sim!” ou “Se faz o utente sentir-se mais confiante, então sim!”.

No entanto, pode haver mais questões a considerar. O público, em particular os condutores, reconhece e respeita a bengala branca? Se sim, a mudança de cor vai ter um impacto negativo e menos condutores vão reparar nos peões com deficiência visual? Uma bengala branca é mais visível do que uma bengala rosa choque? Quem é mais responsável para a segurança do peão – ele próprio ou os condutores? Os condutores não deveriam reparar em todos os peões? Mas sem pesquisa o debate seria mais emocional do que científico e se calhar em Portugal, um país em que talvez metade das bengalas brancas são de cor de alumínio, o debate não será muito vivo.

Curiosamente, acabou de ser publicado, no Journal of Impairment and Blindness, um estudo sobre o impacto da cor da bengala sobre o comportamento dos condutores. Os autores também comparavam o impacto de manter a bengala visível mas parada enquanto se espera ao lado da passadeira com o impacto de abanar a bengala no ar. Chegaram à conclusão que mais condutores param quando o peão abana a bengala do que quando a bengala está parada. A diferença no comportamento do peão era mais relevante do que a cor, mas usando a mesma técnica uma bengala branca tinha mais impacto do que uma bengala verde ou amarela. Curiosamente, a diferença entre uma bengala branca e uma preta não era estatisticamente significativa. Senhor George A. Bonham teria outra opinião. **LB**

* “The Effect of the Color of a Long Cane Used by Individuals Who Are Visually Impaired on the Yielding Behavior of Drivers” Bourquin, Emerson, Sauerburger, and Barlow, JVI 1977, September-October 2017.

Histórias da bengala branca

Por Cláudia Vargas Candeias

Qual o momento certo para se começar a usar bengala branca? As crianças devem usar uma bengala a partir de que idade? Advertimos, desde já, que não temos uma única resposta para estas questões. Nem Duarte, Irina, Rodrigo ou Teresa. Porém, como resposta, contaram-nos a sua história. Falaram sobre o dia em que conheceram uma bengala branca.

O início

O percurso de Duarte Gaspar agora começou. Tem cinco anos e foi há poucos meses que conheceu uma bengala branca. Não porque a equipa que o acompanha assim o sugerisse mas a curiosidade (instinto?) da mãe fê-lo começar a percorrer alguns caminhos acompanhado por uma bengala.

Duarte nasceu com Amaurose Congénita de Leber, uma doença que se caracteriza pela perda da visão desde o nascimento. Desde os dois meses é acompanhado no CAIPDV – Centro de Apoio à Intervenção Precoce na Deficiência Visual – e mais tarde pela Delegação de Leiria da ACAPO, onde usufrui do serviço de estimulação e desenvolvimento e hipoterapia.



Duarte começará a usar bengala quando for para a Escola Primária.

Depois da fase do luto, que os levou a “chorar quase uma semana”, como recordam, os pais, Susana e Bruno procuraram as “melhores oportunidades” que tinham para oferecer ao filho. Limitaram-se a ser pais, concluem agora. Leram artigos, reportagens, livros sobre a deficiência visual, assistiram a tutoriais, falaram com outros pais, tudo com o objetivo de responder eficazmente aos desafios colocados pelo crescimento de Duarte.

Nestas pesquisas, Susana cruzou-se com uma reportagem onde uma criança norte-americana usava uma bengala branca para circular em segurança. Identificou-se. Duarte era cego, criança e os pequenos acidentes domésticos eram constantes. Até que lhe apresentaram uma bengala.

Recordamos, Duarte tem cinco anos. Gosta de saltar, correr, andar de escorrega e baloiço. Porém, contrariamente ao que pensavam, Duarte começou logo por fazer um uso responsável da bengala e tornou-se inseparável dela em alguns percursos. Não na escola, que conhece bem, mas no percurso casa-escola ou enquanto passeia pela aldeia. Percebeu que a bengala antecipava os obstáculos que teimavam em ir contra a sua cabeça. “Foi tudo tão tranquilo e natural...”, diz Susana.

O treino da bengala, ou a habituação a este produto de apoio, que o poderá vir a acompanhar o resto da vida, tem sido essencialmente feita pelos pais, que o fazem porque assim acham “correto”. “Acreditamos que desta forma será mais fácil quando ele começar a ter aulas de orientação e mobilidade”.

Esse dia chegará quando tiver 6 ou 7 anos e for para a escola primária. Talvez nessa altura já se faça acompanhar por uma bengala mais resistente. Por agora utiliza uma antena de um brinquedo, que orgulhosamente nos mostrou via skype. “É tão gira”, dissemos nós.

Duarte achou que as bengalas que lhe apresentavam eram pesadas demais, por isso, antes que começasse a recusá-la, os pais encontraram esta solução: uma antena laranja de um carro. Faz parte desta fase lúdica em que se encontra. Em breve iniciar-se-á outra.

A recusa

Talvez os pais de Irina Francisco se identificassem com Susana e Bruno. Também Irina nasceu com Amaurose Congénita de Leber e aos poucos tem perdido a visão.

No Centro Helen Keller, no Centro de Reabilitação Nossa Senhora dos Anjos e na ACAPO teve aulas de orientação e mobilidade. Queria aprender porque sabia que a bengala era uma inevitabilidade mas que sempre protelou. “Sempre encarei o uso da bengala como um sinal exterior, demasiado evidente, e tinha receio que o uso da bengala me colocasse em situações constrangedoras”. “No fundo não me sentia confortável em assumir a minha falta de visão. Sempre gostei de passar despercebida e isso deixava-me numa exposição que me deixava desconfortável”, conclui. Para isso, contribuiu também o facto de ter baixa visão. “Como

tenho baixa visão e uso óculos e a maioria das pessoas como não entende o que isso significa, eu achava que isso causaria confusão na cabeça dos outros, que se questionariam por que motivo eu usaria óculos e ao mesmo tempo uma bengala”.



“Na rua deixei de ouvir comentários degradáveis sempre que esbarrava em alguém”, diz Irina.

Todavia, durante largos anos saiu sempre acompanhada por uma bengala de sinalização – que serve para informar os outros que se tem deficiência visual – mas que nunca saiu da sua mala. O processo de aceitação, como lhe chama, demorou a ser percorrido, mais precisamente até 2015.

Nesse ano, a já professora de português e espanhol, participou num encontro de jovens com deficiência visual que se realizou em Tirrenia, em Itália. Foi lá que lhe disseram uma coisa muito simples mas havia de mudar a sua vida: “Às vezes vou na rua e aproveito para olhar para os letreiros, para as montras e para o que me rodeia, sem a preocupação de olhar para o chão para detetar eventuais obstáculos, porque a bengala faz isso por mim!”. Este elogio à bengala e as dezenas de jovens que conheceu contribuíram para que chegasse a Portugal “com a convicção de que ia começar a usar uma bengala”. Não uma bengala qualquer. Tinha de ter cor, de preferência cor-de-laranja, a sua cor preferida, mas “o mais aproximado que consegui foi o cor-de-rosa. Verdade seja dita que nem distingo o laranja do rosa, para mim são cores iguais!” [risos].

Irina diz que a cor da bengala foi uma das formas que encontrou para desmistificar o uso deste produto de apoio: “Se era para ser diferente, então sejamos diferentes”. Sabia que existem “fundamentos sólidos” para que a bengala seja branca mas decidiu fintá-los e tratar este produto de apoio como qualquer outro objeto estético. “É um objeto de uso quotidiano, tal como os óculos. Por que não há-de ser também ao meu gosto?”, interroga.

Foi esta bengala que mudou a vida de Irina. Os comentários que tinha medo de ouvir, os olhares que

queria evitar, já não importavam. “Na rua deixei de ouvir comentários degradáveis sempre que esbarrava em alguém. Agora toda a gente “abre alas” para eu passar. Nos transportes deixei de me sentir constrangida por me sentar. Deixei de evitar andar de autocarro por não conseguir identificá-los ao longe para os mandar parar.” A bengala, neste caso cor-de-rosa, abriu-lhe oportunidades para uma vida mais inclusiva, autónoma e segura. “E feliz”, termina.

A autonomia

Ricardo Branco vive e trabalha em Lisboa, num dos mais conceituados escritórios de advogados do país, onde é consultor jurídico, e na Faculdade de Direito da Universidade de Lisboa, onde é professor.

Nos trajetos diários, como se desloca de transportes públicos, não abdica de usar a sua bengala branca. “A bengala dá-me total autonomia para andar bem. Detetar obstáculos. E dá-me a segurança de que sou identificado pelas pessoas como alguém com a qual precisam ter uma interação com mais cuidado.”

A bengala não serve só para ver mas também para ser visto. Sempre que lhe oferecem ajuda, mesmo quando nem precisaria, Ricardo não a declina. “Agradeço sempre a ajuda e aceito-a. As pessoas têm que ser persuadidas que ser ajudado é bom.”

Apesar disso, Ricardo gosta de ser autónomo nas suas deslocações, de decidir que caminhos seguir, sem ter de depender de terceiros. “Até porque como a minha mãe me dizia ‘Ninguém pense que uma pessoa com deficiência visual que não usa bengala fica com melhor ar!’”.



“O meu pai dizia que a bengala me dava respeitabilidade”, recorda Ricardo Branco.

Talvez tenha sido o desejo de ser independente que o leva a recorda-se “perfeitamente” da primeira vez que lhe mostraram uma bengala branca. “Isto é uma bengala para quando começarem a andar na rua sozinhos. E é muito bom”. Estas palavras foram proferidas pelo seu professor de locomoção, “como se dizia na altura”, no

Centro Helen Keller. Ricardo tinha 6 anos e uma grande vontade de andar sozinho na rua.

Mas as primeiras aulas só lhe foram lecionadas na transição do 2.º para o 3.º ano quando tinha 7 anos. Foi o primeiro aluno de Peter Colwell, atualmente técnico de acessibilidade na ACAPO. Desses tempos guarda as melhores recordações. “Lembro-me perfeitamente de ele me dizer “há ali uma pastelaria com uns mil folhas ótimos. Irei oferecer um ao Ricardo se conseguir chegar até lá”. “Eram passeios fenomenais”, recorda.

Os primeiros frutos destas aulas foram colhidos quando tinha 12 anos e começou a deslocar-se sozinho, e mais tarde, aos 15, quando começou a andar de transportes públicos. Só ele e a sua bengala. É sempre assim, com raras exceções: “Em casa não uso bengala e no local de trabalho, por vezes também não uso. Mas se for para receber alguém visto o casaco e pego na bengala”. Neste momento, recorda-se das palavras do pai que hoje encara como sábias: “O meu pai dizia que a bengala me dava respeitabilidade, assim como o facto de eu lidar com ela sem complexos e com arejo”. Por isso, nunca teve problemas em se fazer acompanhar por uma bengala, nem nunca a rejeitou.

Conhece sim, alguns casos em que a relação não foi tão tranquila. No caso das mulheres consegue perceber. “É um artefacto que contradiz com a estética”. Mas sabe, por experiência, que a estética ainda não se coaduna com a qualidade. “Todas as bengalas mais elegantes que tive foram para o ‘galheiro’. Tenho sempre de voltar a um dos clássicos”, diz entre risos.

Quem agradece a coleção de bengalas é Bárbara, a sua filha de quatro anos, que se orgulha de “andar com o pai de bengala”, “de apanhar as que se encontram espalhadas pela casa e colecioná-las”. Talvez seja esta uma forma de dar continuidade à “respeitabilidade” que o avô tanto falava.

Uma vida nova

A cegueira de Teresa Simões chegou a conta-gotas. Sabia que gradualmente estava a perder a visão mas “quando olhava para trás não sabia o quanto tinha perdido”.

O ano de 1995 representou uma viragem na sua vida. Após perder o irmão, no espaço de um ano, Teresa perdia também “completamente a visão”.

Numa das consultas de oftalmologia, onde ainda procurava uma luz ao fundo do túnel, o médico disse-lhe que a situação era irreversível e que no futuro “nem um café iria conseguir tirar”. Estas palavras contribuíram para que construísse uma imagem negativa das pessoas cegas. Uma imagem que não queria para si. “Acho que o

meu problema nunca foi ficar cega mas pensar que ia ficar dependente dos outros, deixar de ter a minha vida própria”.

Após reorganizar a sua vida profissional, Teresa deixou a sua aldeia perto da Lourinhã, onde vivia com os pais, para iniciar um programa de reabilitação no Centro de Reabilitação Nossa Senhora dos Anjos, em Lisboa.

Na primeira aula de orientação e mobilidade, ainda sem bengala, percebeu que para recuperar a sua autonomia poderia precisar deste produto de apoio. Conhecia a sua deficiência mas não lhe conhecia as limitações. O professor fê-la perceber que via menos do que pensava e com esta constatação iniciava-se o treino da bengala. “O pouco que via mais a ajuda da bengala ajudou-me muito. Trouxe-me conforto, confiança e segurança.”



“Acho que o meu problema nunca foi ficar cega mas pensar que ia ficar dependente dos outros, deixar de ter a minha vida própria”, confessa Teresa Simões.

O único revés deu-se quando decidiu usar a bengala numa das visitas à sua terra-natal. Percebeu que o silêncio que ouvia quando passava na rua era sinal de preconceito e da falta de conhecimento para com a deficiência visual. Durante anos não conseguiu voltar a usar a bengala quando visitava os seus pais.

Em Lisboa, sente-se como ‘peixe na água’ e quando assim não se sente pede apoio à ACAPO. “Quando passo a frequentar um espaço gosto de o conhecer antes e saber o que me rodeia”. Não por só por segurança ou curiosidade. Teresa termina explicando que acima de tudo procura transmitir uma boa imagem, sua e de todas as pessoas com deficiência visual. **LB**

O processo de adaptação à bengala branca: aceitação/rejeição

Por Diana Carvalho e Joana Afonso

Psicóloga e Técnica de Orientação e Mobilidade da Delegação do Algarve da ACAPO

De entre os vários serviços que a Delegação do Algarve da ACAPO dispõe para atender a população com deficiência visual da região, encontra-se o serviço de psicologia e o serviço de reabilitação, do qual o apoio de orientação e mobilidade (OM) faz parte.

Este artigo, que tem como autoras a psicóloga e a técnica de orientação e mobilidade da ACAPO Algarve, visa abordar o processo de adaptação/rejeição da bengala branca e é escrito em dupla, precisamente porque a adaptação à bengala não requer apenas competências ao nível da aprendizagem de conceitos relacionados com a mobilidade e orientação mas também de capacidades emocionais para lidar com a nova condição. De facto, a nossa experiência profissional tem-nos mostrado que, muitas vezes, os dois apoios se completam para alcançar o objetivo final, que é o de dotar a pessoa com deficiência visual (DV) das capacidades necessárias para ter independência (aqui entendida como a capacidade para realizar as suas ocupações do dia-a-dia sem necessitar de apoio de terceiros) e autonomia (aqui entendida como a capacidade para tomar decisões) ao nível da mobilidade.

O processo de reabilitação na deficiência visual

Numa pessoa que acabou de cegar ou que perdeu grande parte da sua visão, a preocupação da família e também da equipa técnica que faz a avaliação inicial é partir para o processo de reabilitação. Acontece que o desenrolar desse processo varia muito de pessoa para pessoa. Algumas estão muito decididas e querem todos os apoios, de modo a serem autónomas e independentes o mais rápido possível. Outras perderam a esperança e vontade de viver, perderam a força, motivação, objetividade e foco. É no segundo caso, que a psicologia e o serviço de reabilitação se encontram.

Este encontro pode dar-se de múltiplas maneiras. Os dois apoios podem ter início ao mesmo tempo ou primeiro um e depois outro, dependendo daquele que a pessoa aceita melhor. Há quem não aceite o apoio de psicologia porque “não é maluco” (desconhecimento e crenças associadas à psicologia) e há quem não aceite o apoio de reabilitação porque ou ainda não aceitou a sua perda de visão ou porque não acha que seja necessária para o seu dia-a-dia.

O luto – quando o apoio da psicologia é necessário

Quando uma pessoa perde a visão, ou grande parte dela, entra naquilo que em psicologia se define como um

“processo de luto”. Toda a perda, seja de que género for, implica o seu luto, a sua gestão, o saber e aprender a lidar com “a ausência de”. E o apoio psicológico é, de facto, muito importante nesta fase, pese embora muitas vezes a falta de reconhecimento da necessidade por parte da pessoa em luto. Neste momento, o foco no problema é maior do que o foco na sua resolução e a família tem um papel fundamental e essencial. A família é quem tem capacidade de persuadir a pessoa a aceitar este apoio, o que pode levar algum tempo mas, num número razoável de casos, acaba por acontecer.

Do mesmo modo que a pessoa não está recetiva ao apoio de psicologia, não está também, de todo, aberta ao uso da bengala branca. Acontece, muitas vezes, o utente e a família acreditarem numa cura, o que também dificulta a aceitação de qualquer apoio ao nível da reabilitação.



“Quando uma pessoa perde a visão, ou grande parte dela, entra naquilo que em psicologia se define como um «processo de luto».”

Com o passar das sessões, a postura de eventual desinteresse pelo apoio psicológico vai desaparecendo, dando lugar a um momento de prazer e de ajuda efetiva para aquela pessoa. A criação de vínculo entre profissional/utente e o sentir que é um espaço dele e para ele faz com que assim seja, por norma.

Quando o utente inicia o apoio psicológico, são traçados

objetivos, tendo em consideração as expectativas do mesmo. Não raras vezes, é objetivo do utente o uso da bengala. O utente sabe que precisa mas não tem coragem de a usar. E, então, este aspeto é trabalhado durante as sessões, até ao ponto em que terapeuta e utente decidem que é o momento de “experimentar” tocar numa bengala, manuseá-la, conhecê-la.

Primeiros contactos com a bengala branca

O psicólogo convida o técnico de OM a participar numa sessão, que servirá para explicar os objetivos do apoio em OM, mostrar como funciona a bengala, convidar a pessoa a experimentar num local protegido e longe dos olhares do público. E é nesse primeiro contacto que a pessoa se dá conta da utilidade da bengala: não precisa estar com medo de bater nas coisas porque a bengala chega sempre primeiro, não precisa tocar nas paredes e outros objetos porque a bengala toca primeiro. Enfim, dá-se conta que a bengala é uma extensão do próprio braço e permite antecipar os obstáculos em segurança.

Por vezes, nesse primeiro contacto a pessoa já pergunta se pode experimentar utilizar a bengala na rua. E pode ser útil, de facto, proporcionar esse contacto e aproveitar para despertar a atenção da pessoa para tudo o que a envolve (ex. o som dos automóveis a aproximarem-se e a afastarem-se, o cheiro da lavandaria mesmo em frente da passadeira, a diferença entre o piso do passeio e o da estrada, a sensação de vento na cara quando chega a uma esquina, etc.) porque são essas sensações que serão mais tarde usadas como referências para se orientar.

Mas para iniciar esse primeiro contacto com a bengala na rua é necessário reunir algumas condições. A escolha da rua em que se desenrola esse primeiro momento é importante: uma rua com pouco tráfego de automóveis e peões e com condições seguras e confortáveis (com boa acessibilidade) é sempre mais agradável e transmite mais confiança à pessoa, de que irá ser capaz de enfrentar esse desafio. E é na rua que a pessoa inicia a interação com as outras pessoas, pelo que tanto os aspetos positivos como os negativos devem ser analisados previamente. Se é verdade que a pessoa vai poder contar com uma maior atenção por parte dos outros peões (por exemplo, oferecendo ajuda para atravessar a estrada) e dos automobilistas (revelando maior sensibilidade à presença da bengala branca e parando com maior frequência nas passadeiras) também é verdade que nem sempre essa interação vai ser positiva/útil. Quem no uso de uma bengala branca já não sofreu tentativas de ajuda desnecessária?

Por exemplo, alguém (que provavelmente sempre sonhou ajudar uma pessoa cega a atravessar a rua) interrompe a marcha rápida do utilizador de bengala branca rua acima para lhe perguntar se pretende atravessar a estrada. E quando a resposta é negativa ainda insiste se não será boa ideia ir pelo lado da sombra... Ou alguém que, vendo uma pessoa cega confiante a andar na rua, se lembra de relatar os seus próprios medos de cegar e de como a visão “é a melhor coisa do mundo”?

O uso do humor na demonstração de situações caricatas pode ajudar a pessoa a relevar as situações mais incómodas e, naturalmente, nesse primeiro contacto com o exterior os profissionais envolvidos tentarão impedir qualquer tentativa de interação da pessoa com deficiência visual com os outros peões mas podem não ter sucesso e é melhor que a pessoa esteja preparada.

Deste primeiro contacto com a bengala à decisão da pessoa em iniciar o processo de reabilitação em OM podem passar-se meses ou até nunca chegar a acontecer. Mas na grande maioria das vezes o resultado é positivo e, mais cedo ou mais tarde, as pessoas acabam por entender a necessidade de passarem pelo seu processo de reabilitação funcional e assim restabelecerem a independência perdida ao nível da mobilidade.

Mas esta tem de ser uma decisão pessoal. Por muito que os profissionais, a família, amigos, desejem que a pessoa use a bengala e usufrua do apoio de OM, este só vai surtir efeito se o utente estiver aberto à mudança, a uma nova aprendizagem, a um novo querer. Se a pessoa aceitar o apoio só para agradar aos outros, o apoio muito provavelmente não vai ter sucesso. Toda a mudança tem que partir do próprio, só assim se percebe que quer e está preparado para toda uma série nova de aprendizagens, só capazes de serem assimiladas porque o cérebro está permeável a nova informação. Por muitas insistências exteriores que haja, só há resultado se o próprio aceitar. Esta aceitação, obviamente, pode e deve ser trabalhada pelo serviço de psicologia, bem como pela família e amigos.

Por outro lado, é comum que alguns utilizadores de bengala branca, que todos os dias arriscam (destemidamente) em deslocar-se por zonas desconhecidas ou com poucas condições de acessibilidade, partilhem a sua experiência e incentivem outras pessoas com DV a deslocar-se também sozinhas na rua e a aprenderem a utilizar uma bengala branca. Esta partilha pode ser muito positiva e motivadora mas pode ser também inibidora, quando se afasta muito das expectativas/ ambições do outro.

Quando o apoio de orientação e mobilidade se inicia

Quando se inicia o apoio efetivo de OM as reações/atitudes do aluno perante o apoio também são muito diferentes.

Alguns alunos definem concretamente os objetivos que pretendem atingir (ex.: aprender a usar a bengala nas diferentes situações, aprender o percurso x, y e z), empenham-se a 100% nas aulas, trabalhando os conteúdos aprendidos fora das aulas e realizando os percursos que aprenderam com independência, logo que se sintam confiantes. Não raras vezes, quando atingem os objetivos propostos solicitam mais aulas para aprender novos percursos, que entretanto já se encorajaram a realizar.

Com o passar do tempo, o assunto do uso da bengala vai sendo cada vez menos debatido nas sessões de psicologia, o que é revelador de uma adaptação ótima à

bengala. O objecto terapêutico transforma-se noutro ou dá-se por encerrado o apoio, se as duas partes assim o entenderem.

Outros alunos têm mais dificuldade na concretização dos seus próprios objetivos, não praticam fora das aulas o que vão aprendendo e por vezes nem usam a bengala quando o técnico não está presente. São apoios normalmente mais demorados ou a pessoa acaba por desistir rapidamente do apoio ou leva-o até ao fim mas depois, no seu dia-a-dia, raramente sai sozinha. Daí a importância da iniciativa do apoio de OM partir do próprio e não ser imposta/ como cedência a pressões externas porque, como explicamos no início, existe uma diferença grande entre independência (capacidade para fazer sozinho) autonomia (tomada de decisão).



“Por muito que os profissionais, a família, amigos, desejem que a pessoa use a bengala e usufrua do apoio de OM, este só vai surtir efeito se o utente estiver aberto à mudança”

O caso da baixa visão

É muito comum, principalmente nas escolas/ outras instituições, encaminharem-nos utentes com baixa visão para “treino de bengala”. Frequentemente não foi feita qualquer avaliação diagnóstica que sugira a necessidade de introdução da bengala branca e na maior parte dos casos acaba mesmo por não ser. No entanto, é importante perceber que “treino de bengala” e “treino de OM” não são sinónimos. De facto, muitas vezes o apoio de OM pode ser útil a uma criança/ adulto com baixa

visão, sem que seja essencial ou até indicada a utilização de uma bengala branca:

>Por exemplo, a pessoa que tem dificuldade em atravessar estradas pode beneficiar de um treino auditivo para reconhecer o som/ distância a que vêm os automóveis e assim poder usar a visão e a audição na tomada de decisão de travessar.

>Noutro exemplo, uma criança que tem dificuldade em reconhecer as suas salas de aula, pode beneficiar de um treino de exploração/ orientação da sua escola para estar atenta às próprias pistas/ referências visuais que facilitam a identificação dos diferentes locais (ex. balde do lixo junto à sala de informática, escadas junto à biblioteca ou a própria localização da sinalética).

Mas dizer a uma pessoa que está a perder a visão que precisa de usar uma bengala, não pode ser feito de forma displicente porque a confronta com medos e angústias que pode não estar preparada para lidar. E a maior parte das pessoas que a rodeiam não estarão qualificadas para saber definir essa necessidade. Por norma, sempre que a pessoa com baixa visão revela algum tipo de dificuldade nas suas deslocações, pode ser bom ser avaliada por um técnico de OM mas, por um lado, a forma como se apresenta o apoio faz toda a diferença na própria aceitação e por outro, não significa necessariamente que o apoio de OM deva ser o primeiro a ser iniciado.

Numa conversa com um profissional especializado (por ex., um técnico da ACAPO), a pessoa com baixa visão vai ficar a perceber melhor o que é o apoio de OM e que nem sempre inclui o treino de bengala, vai ficar a conhecer soluções que lhe permitam otimizar o uso da visão das suas deslocações (por exemplo, o uso de filtros especiais no exterior é altamente indicado para pessoas que sofrem de deslumbramento e resolve grande parte dos problemas com que a pessoa se pode deparar na via pública) e vai ficar a perceber que outras pessoas com baixa visão usam a bengala branca apenas em situações muito específicas.

Ou seja, mesmo quando, após avaliação, se identificam dificuldades ao nível da mobilidade, que põem em causa a segurança da pessoa com DV, e que a bengala branca é claramente indicada, é sempre mais fácil mostrar a utilidade da bengala branca em situações concretas do que fazer “futuresologia” sobre uma eventual perda total da visão num prazo estabelecido.

Algumas pessoas com baixa visão podem beneficiar do uso de uma bengala branca de noite (quando sofrem de cegueira noturna) ou quando está muito sol (quando sofrem de deslumbramento). Por vezes, a utilização de uma bengala branca pode ser apenas útil para identificar a pessoa com deficiência visual perante os outros. Alguns exemplos seriam: identificar-se numa paragem de autocarro (para que o motorista reconheça que aquela pessoa não vai conseguir ler o número da carreira e por isso terá que parar e informar); identificar-se numa passagem de peões (especialmente importante em ruas movimentadas porque os condutores são normalmente mais cumpridores do código da estrada, se o peão tiver

uma bengala branca/ cão-guia); ou simplesmente num local com muito movimento de pessoas (as outras pessoas desviar-se-ão com maior frequência se perceberem que aquela pessoa não vê bem/ não vê).

Quando a pessoa com baixa visão decide que quer utilizar a bengala branca nestas situações pode, de facto, necessitar de um “treino de bengala” (processo de ensino-aprendizagem de uma ou várias técnicas de bengala) ou apenas ter algumas noções de como se utiliza uma bengala. E tem que estar preparada para lidar com os tais comentários/ olhares do público, nem sempre facilitadores do processo.

Considerações finais

Consoante as necessidades das pessoas, força de vontade, traços de personalidade, o modo como encaram a vida, o apoio (ou ausência dele) por parte da família, assim se desenrola todo um sistema de apoio por parte dos profissionais que intervêm na área da DV. Tal como já explicamos anteriormente, nem sempre termina com sucesso e nem todos os utentes reabilitados se transformam em utilizadores ativos e independentes da bengala branca. Por vezes, questões de saúde interferem na mobilidade (força/ robustez) e torna-se pouco seguro para a pessoa sair sozinha (risco de quedas). Outras vezes o “grito de independência” acontece mais tarde e por necessidade (por ex. quando a pessoa perde o familiar/ amigo que a acompanhava nas deslocações).

Terminamos com 3 exemplos concretos acompanhados por esta equipa.

>Num caso, um utente que percebe a importância da bengala, mas demorou muito tempo neste processo de aceitação. O apoio psicológico foi essencial para iniciar o apoio de OM e, neste caso, foi também longo, com muitas sessões dedicadas ao uso da bengala e medos e ansiedades a ela associadas. Mas hoje em dia usa e está completamente adaptado à bengala.

>Noutro caso, uma jovem adulta, perfeitamente consciente da necessidade do uso de bengala num futuro próximo mas rejeitando-a com receio da exposição perante os outros. Ao experimentar (na tal sessão partilhada), ficou tão perplexa com as suas vantagens que decidiu, instantaneamente, requerer o apoio de OM. Nesta situação, houve uma mudança gigante no seu processamento mental, sem grande ajuda a nível da psicologia, a não ser no arranque inicial. No entanto, infelizmente, este processo não foi acompanhado por toda a família que, ainda hoje tem dificuldades em ver a jovem com bengala.

>Noutro caso, uma adolescente ao ter que mudar de cidade para prosseguir estudos, tomou a iniciativa de contactar a ACAPO e pedir o serviço de OM, para aprender novos percursos, utilizando a bengala, o que até aqui era rejeitado pela própria e família (por superproteção). Um caso onde a psicologia não foi necessária. O clique foi feito através do seu amadurecimento pessoal, tomada de consciência e tendo em conta as suas necessidades de vida, revelando esta utente, uma excelente capacidade para desenvolver ela própria estratégias de coping (saber lidar e aplicar estratégias para conseguir ultrapassar obstáculos). **LB**

Bengala branca a direito

Por Rodrigo Santos,

Jurista com especialização em Direitos das Pessoas com Deficiência/ Presidente do Conselho Fiscal e de Jurisdição da ACAPO

Assinalou-se no mês que passou mais um Dia Internacional da Bengala Branca. Esta celebração, quase a fazer 50 anos, lembra a bengala branca como símbolo da independência, liberdade e confiança das pessoas cegas. Mas no direito, o seu significado é bastante mais restrito.

Com efeito, a primeira vez que este dia foi comemorado foi em 1964, nos Estados Unidos, após uma proclamação do Senado norte-americano. Na altura, ainda antes de o dia se tornar internacional, a bengala era lembrada como símbolo mas também como identificador, recomendando-se aos automobilistas que prestassem atenção particular às pessoas cegas que a utilizavam nas suas deslocações diárias. Já bastante antes, em Portugal, as autoridades reconheciam o crescente número de cegos que eram forçados a deslocarem-se sozinhos pelas ruas, fosse por via da sua vida particular ou profissional. Assim, a Portaria 7546, de 14 de março de 1933, cometia aos agentes das forças de autoridade o dever de auxiliarem estas pessoas cegas nas travessias mais perigosas, devendo ainda prestar-lhe os esclarecimentos que estas lhes solicitassem. Para tanto, prescrevia a citada Portaria que as pessoas cegas se fariam acompanhar de uma bengala de punho recurvado e de cor branca, bengala essa que só os cegos poderiam utilizar. É lícito discutirmos se esta portaria ainda está ou não em vigor, e se é verdade que não conhecemos nenhum outro diploma que expressamente a tenha revogado, também é verdade que ela hoje mereceria, pelo menos, uma interpretação atualista. Parece-nos, contudo, fora de qualquer controvérsia que, seja por determinação regulamentar ou por uso social, que entretanto ganhou caráter de costume, a verdade é que a bengala branca permanece associada ao seu uso exclusivo por pessoas cegas.

“O Decreto-Lei n.º 163/2006, de 8 de agosto, foi recentemente alterado pela segunda vez.”

A preocupação do legislador com a travessia, por pessoas cegas, nas ruas mais movimentadas foi de resto incorporada, de forma a nosso ver discutível, na regulamentação relativa às acessibilidades na via pública. A alínea 3) do n.º 1.6.4 das Normas Técnicas para Melhoria da Acessibilidade a Pessoas com Mobilidade Condicionada, aprovadas em anexo ao

Decreto-Lei n.º 163/2006 de 8 de agosto, especificam que nas passagens de peões com semáforos, entre outros requisitos, estes devem ser equipados com mecanismo complementar que emita um sinal sonoro quando o sinal estiver verde para a travessia de peões, mas tal apenas é obrigatório nos semáforos instalados em vias com grande volume de tráfego de veículos ou intensidade de uso por pessoas com deficiência visual. Restará saber o que é, em cada caso, considerado grande volume de tráfego de veículos, ou como se vai aferir se há ou não grande intensidade de uso dessas passagens de peões por pessoas com deficiência visual. O problema de base, no entanto, subsiste: enquanto noutros casos, igualmente na via pública, a legislação estabelece requisitos para que o espaço público seja totalmente usufruível por todos, no caso das pessoas cegas e em particular nas travessias de peões, a sinalização acústica apenas é obrigatória em alguns cruzamentos, esquecendo no fundo a função essencial dos semáforos – assinalar a autorização de atravessamento, de toda e qualquer rua, pelos peões. O diploma parece pois, partir de um princípio errado – o de que as pessoas cegas andam predominantemente nos mesmos sítios, ou nos sítios frequentados principalmente por pessoas cegas, e parece neste particular pouco conforme com as obrigações que impendem sobre o Estado português no que toca à acessibilidade e mobilidade pessoal das pessoas com deficiência, conforme prevista nos artigos 9.º e 20.º da Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência.

O Decreto-Lei n.º 163/2006, de 8 de agosto, foi de resto recentemente alterado pela segunda vez. O objetivo dessa alteração centrou-se nas competências de fiscalização e de instrução dos processos de contraordenação aí previstos, as quais foram parcialmente transferidas para o Instituto Nacional para a Reabilitação, I. P. pelo recente Decreto-Lei n.º 125/2017, de 4 de outubro. Com efeito, na versão original do diploma as competências de fiscalização e de contraordenação no que toca às acessibilidades aos edifícios e espaços circundantes pertencentes à administração central e aos institutos públicos encontravam-se cometidas à Direção-Geral dos Edifícios e Monumentos Nacionais. Entretanto, em 2012 as atribuições da referida Direção-Geral foram repartidas por outras entidades, tendo estas ficado adstritas ao Instituto da Habitação e Reabilitação Urbana, I. P. (IHRU, I. P.). No entanto, estas não constavam especificamente da lei orgânica daquele instituto aprovada em 2012, pelo que se verificou uma espécie de limbo quanto às competências de fiscalização e aplicação prática no que diz respeito à Administração Pública central. O Decreto-Lei de 2017 vem, finalmente, corrigir esse problema, cometendo tais atribuições ao Instituto Nacional para a Reabilitação, I. P., a quem de resto já cabia – e continua a caber – a coordenação das políticas nacionais destinadas a promover os direitos das pessoas com deficiência. Portanto, neste particular e em resumo, sempre que encontrar um local pertencente à

Administração Central, incluindo institutos públicos, que não cumpra as regras de acessibilidade previstas no referido Decreto-Lei, já sabe a quem deve dirigir a sua queixa. Neste particular, incluem-se, entre outros, todas as instalações das Direções-Gerais, escolas diretamente pertencentes ao Ministério da Educação, esquadras de polícia, serviços como os registos civis, comercial ou predial, centros de segurança social, centros de saúde, entre muitos outros, mas não se incluem, por exemplo, os hospitais, universidades ou politécnicos, postos de correios, ou mesmo as gares ferroviárias ou aeroportos.

“O direito de aceder e circular livremente nos espaços e serviços públicos, ou abertos ao público, é um dos direitos consignados na Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência.”

A alteração introduzida no Decreto-Lei n.º 163/2006, de 8 de agosto, pelo Decreto-Lei n.º 125/2017, resolve ainda outro problema, este relacionado com a competência de fiscalização e de aplicação de sanções nos casos de falta de acessibilidades nos espaços das autarquias. Por determinação expressa da lei, que a nosso ver já resultava mais ou menos implícita de outras normas do ordenamento jurídico, cabe agora à Inspeção-Geral de Finanças fiscalizar a aplicação do referido diploma pelas autarquias. Assim, queixas relativas à falta de acessibilidade ao espaço público em geral (ruas, jardins

municipais, entre outros) passam a poder ser apresentadas à Inspeção-Geral de Finanças quando se trata de domínio público municipal ou de terrenos ou edifícios de propriedade dos municípios, bem como no caso de escolas primárias, por exemplo.

Como acima deixámos antever, o direito de aceder e circular livremente nos espaços e serviços públicos, ou abertos ao público, é um dos direitos consignados na Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência. Passou por isso também, a nosso ver, a ser um direito equiparável a direito fundamental no ordenamento jurídico português. É certo que um direito, para ser exercido, tem que ser conhecido, mas também não é menos certo que as condições do seu exercício têm que ser suscetíveis de ser conhecidas pelos que dele podem usufruir. Com uma organização administrativa relativamente complexa, nem sempre será fácil saber perante quem apresentar queixa. No entanto, e atento também o papel aglomerador preconizado pelo novo diploma ao INR, I. P., julgamos prudente remeter todas as queixas que faça também para o Instituto Nacional para a Reabilitação. De toda a forma, como prescreve o artigo 41.º do Código do Procedimento Administrativo (CPA), se remeter uma queixa ou petição a órgão que não tenha, nos termos da lei, competência para o decidir, este deve remeter oficiosamente ao órgão que tenha competência para o fazer, dando-lhe conhecimento dessa remessa e valendo como data de apresentação a data em que apresentou o requerimento ou petição junto de tal organismo. **LB**

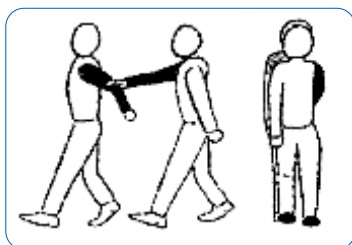
Guiar uma pessoa com deficiência visual em segurança

Muitas vezes queremos ajudar uma pessoa com deficiência visual a atravessar uma rua ou a chegar ao comboio mas não sabemos como. Em poucos passos, aprenda a guiar uma pessoa com deficiência visual.



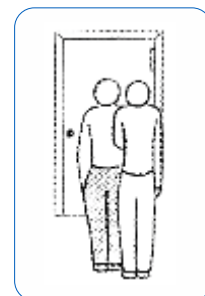
Em primeiro lugar temos de saber se a pessoa necessita de ajuda ou não. Então, perguntamos. Se a resposta for sim, é provável que a pessoa procure o nosso braço e aí poderemos avançar. Mas se ela não tomar a iniciativa, podemos tocar levemente no seu braço para indicar a nossa posição. Devemos lembrar que será a pessoa com deficiência visual a segurar no nosso braço e não o contrário.

O guia vai à frente. A pessoa com deficiência visual está habituada a ser ajudada e vai andar ao lado do guia, meio passo atrás. Podemos manter o nosso braço fletido ou pendurado. Devemos andar a uma velocidade que seja confortável para os dois. Quando andamos ao longo de uma rua, o guia deveria andar do lado em que circula o trânsito. Se estivermos do lado errado, podemos parar e propor mudar de posição. Contudo, algumas pessoas vão recusar porque preferem usar sempre a mesma mão.



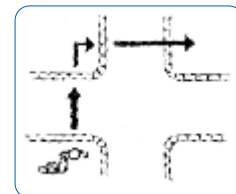
Alguns dos nossos passeios são estreitos e outros estão ocupados por carros e outros obstáculos que não permitem que duas pessoas andem lado ao lado. Mas a solução é simples. Dois ou três passos antes da zona mais complicada, o guia deve avisar que está perante uma “passagem estreita” e colocar o braço atrás das costas. A pessoa com deficiência visual sabe que deve colocar-se atrás do guia. Quando AMBOS ultrapassaram o obstáculo, o guia traz o braço para frente e voltam a andar lado ao lado.

Passar uma porta é simples também. O guia abre a porta e a pessoa com deficiência visual fecha-a. É ainda mais fácil quando o guia fica do lado do puxador e a outra pessoa do lado das dobradiças.



As pessoas com deficiência visual sobem e descem escadas regularmente. O guia apenas indica onde começa a escada, parando mesmo junto dela e dizendo “escada a subir (ou descer)”. Damos a oportunidade à pessoa guiada de segurar no corrimão e depois subimos (ou descemos) normalmente, sem paragens. Se começarmos com a perna mais perto da pessoa guiada fornecemos informação mais precisa sobre o tamanho dos degraus.

Antes de atravessar a rua com uma pessoa com deficiência visual, convém verificar que não há nenhum carro estacionado do outro lado que possa impedir a nossa subida para o passeio. Andamos normalmente e subimos para o outro lado sem parar na estrada. Nas zonas movimentadas, se ouvirmos alguém a apitar ou travar bruscamente podemos explicar à pessoa cega o que aconteceu para ela perceber que não está a correr riscos.



NÃO devemos atravessar a rua na diagonal.



Quando entramos num autocarro com uma pessoa com deficiência visual, devemos lembrar-nos da regra geral – o guia vai sempre à frente.

Dentro do autocarro devemos indicar onde se encontra um assento livre, colocando a nossa mão, do braço que a pessoa está a segurar, nas costas de uma cadeira. A pessoa com deficiência visual assim, vai sentar-se sozinha.

Se for apenas a pessoa com deficiência visual a entrar no autocarro, colocamos a pessoa em frente da porta, perto da corrimão. A pessoa subirá sozinha.

Textos do folheto “Guia do Guia” elaborado pela Direção Nacional da ACAPO.

