

# Louis Braille



Todos os direitos reservados, ACAPO

N.º27 | 2020

**Acessibilidade** | Libertem os passeios

**Inovação** | Patient innovation: partilhar soluções, melhorar a vida

**Artigo de opinião** | Importância da intervenção precoce, do ensino do Braille e da reabilitação para as crianças e jovens cegos

**Cultura** | Acessibilidade à cultura em tempo de pandemia

**Caleidoscópio** | Como é hoje ser mulher com deficiência visual?

**Extramuros** | Pássaros cegos



## ÍNDICE

### **4 - Inovação | Patient innovation: partilhar soluções, melhorar a vida**

Por Ana Rita Ribeiro, Formada em Ciências Biomédicas. Aluna do Mestrado em Comunicação de Ciência da FCSH NOVA e Responsável de Comunicação na Patient Innovation.

### **7 - Acessibilidade | Libertem os passeios**

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

### **10 - Artigo de opinião | Importância da intervenção precoce, do ensino do Braille e da reabilitação para as crianças e jovens cegos**

Por Celina Sol, associada da ACAPO, formada em Línguas e Literaturas Modernas (variante Português/Francês) pela Universidade Clássica de Lisboa

### **11 - Cultura | Acessibilidade à cultura em tempo de pandemia**

Por Carolina Franco e Ricardo Ramos Gonçalves / Gerador.

### **17 - Caleidoscópio | Como é hoje ser mulher com deficiência visual?**

Por Graça Gerardo, Presidente da Mesa da Assembleia de Representantes da ACAPO

### **19 - Extramuros | Pássaros cegos**

Por Mia Couto, (Opinião publicada na VISÃO 1371 de 13 de junho de 2019)

## 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

E-mail: louisbraille@acapo.pt

### **DIRETOR**

Jerónimo Nogueira (jeronimonogueira@acapo.pt)

### **REDAÇÃO**

Equipa Editorial (louisbraille@acapo.pt)

### **LAYOUT**

MCBS

### **PAGINAÇÃO**

Think High

### **PERIODICIDADE**

Trimestral

ISSN n.º2182/4606

@Louis Braille – Revista especializada para a área da deficiência visual 2020. 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.





## INOVAÇÃO

### Patient innovation: partilhar soluções, melhorar a vida

**Por Ana Rita Ribeiro**, Formada em Ciências Biomédicas. Aluna do Mestrado em Comunicação de Ciência da FCSH NOVA e Responsável de Comunicação na Patient Innovation.

Por todo o Mundo, milhões de doentes e os seus cuidadores enfrentam obstáculos impostos pelas suas condições de saúde e muitas vezes encontram formas inovadoras de os ultrapassar, uma vez que não estavam disponíveis no mercado soluções que respondessem a esse problema. Para criar um espaço onde essas soluções pudessem ser amplamente difundidas foi criada a *'Patient Innovation'* ([patient-innovation.com](http://patient-innovation.com)), uma plataforma online onde doentes e cuidadores informais podem partilhar, consultar e discutir soluções inovadoras para os mais variados problemas de saúde.

A equipa responsável pela *'Patient Innovation'* acredita que, através da disseminação dessas soluções, é possível ajudar a melhorar a qualidade de vida de outras pessoas que convivam diariamente com as mesmas dificuldades e que, de outra forma, não teriam acesso a esta informação. Assim, a plataforma está disponível gratuitamente e em várias línguas para garantir que utilizadores de todo o mundo possam fazer parte desta comunidade cada vez maior de utilizadores.

A premissa é simples: qualquer pessoa pode criar uma conta e submeter uma solução que tenha criado ou de que tenha conhecimento. Depois de publicada na plataforma, a comunidade é convidada a comentar e discutir as soluções, partilhando a forma como as aplicaram na sua própria vida e as eventuais adaptações que possam ter feito. Assim, o objetivo é promover uma contínua corrente de inovação, tornando as soluções cada vez melhores e mais abrangentes. Todas as inovações publicadas passam por um processo de avaliação por parte de uma equipa médica especializada que garante a viabilidade das soluções e o cumprimento dos critérios de seleção. Não são admitidas soluções que pressuponham a ingestão de medicamentos ou outras substâncias químicas nem que envolvam técnicas consideradas perigosas ou invasivas.

O projeto foi criado em 2014, pelos Professores Pedro Oliveira e Helena Canhão e, desde o seu lançamento, tem sido reconhecido internacionalmente e recebido o apoio de membros de relevo da comunidade científica.

Em 2015, foram criados os *'Patient Innovations Awards'*, uma cerimónia de entrega de prémios onde anualmente são homenageados criadores de soluções pensadas para ultrapassar os obstáculos impostos pela sua condição de saúde, para ajudar um ente-querido ou mesmo alguém que nem conheciam. As 4 edições já decorridas foram integradas em conferências internacionais de saúde e inovação tanto na Fundação Calouste Gulbenkian como

na *'Web Summit'* e, em 2019, durante a *'EIT Health Summit'* em Paris.

Hoje em dia, 6 anos depois, a plataforma conta já com mais 1200 soluções publicadas que abrangem cerca de 260 doenças ou condições. Neste artigo, são apresentados alguns exemplos de soluções publicadas na plataforma que procuram, de diferentes formas, melhorar a qualidade de vida de todos aqueles que vivem com algum tipo de deficiência visual.

#### Recuperar a autonomia na mobilidade

Na plataforma *'Patient Innovation'* é possível encontrar mais de 20 exemplos de soluções criadas para tentar minimizar as dificuldades de mobilidade enfrentadas diariamente pelos milhões de pessoas que em todo o mundo vivem com algum tipo de incapacidade visual.

Todos sabemos que um dos instrumentos mais utilizados para facilitar a navegação é a familiar bengala branca. No entanto, num mundo cada vez mais tecnológico e em constante mudança, a bengala não tem sofrido grandes alterações. Mas vários inovadores têm tentado trazer a bengala para o século XXI.



Pavel Kurbatsky, um dos vencedores da 2ª edição dos Patient Innovation Awards.

O primeiro exemplo é o de Pavel Kurbatsky, vencedor de um dos prémios da 2ª edição dos *'Patient Innovation Awards.'* Desde cedo que Pavel mostrou interesse em desenvolver dispositivos que melhorassem a qualidade de vida de pessoas portadoras de deficiência por ter compreendido que tinham dificuldades acrescidas em viver num mundo que não tinha sido desenhado para elas. Assim, com apenas 9 anos, criou um termómetro adaptado que, ao vibrar, permitia aos invisuais determinar a temperatura. A partir daí, continuou a desenvolver a sua paixão pela inovação e aos 18 anos desenvolveu o protótipo de uma bengala inteligente com sensores capazes de identificar obstáculos ao nível da cabeça, da cintura e dos pés. Por estar associada a uns óculos de última geração, com um sistema de altifalante

incorporado, a bengala emite um alerta sempre que se está a aproximar de um obstáculo e sobre a distância a que se encontra. Esta inovação recebeu reconhecimento internacionalmente por parte de várias instituições e empresas mas não está ainda disponível comercialmente porque Pavel quer garantir que consegue manufaturar o equipamento a um preço baixo, para que seja acessível a todos.

Também Kursat Ceylan nunca conseguiu compreender como é que os produtos de assistência a pessoas com deficiência visual não acompanharam a evolução tecnológica atual. Cego à nascença, diz que sempre sentiu dificuldades em circular na rua, reconhecer as lojas à sua volta, identificar a estação de metro onde devia sair ou o autocarro no qual deveria entrar. Por isso, decidiu utilizar os seus conhecimentos como engenheiro para criar uma bengala de alta tecnologia capaz de fazer face a todos estes desafios. A 'WeWalk' tem sensores ultrassónicos capazes de detetar objetos acima da linha do peito e vibra para avisar o utilizador da sua presença. Para além disso, vem equipada com assistente de voz e um sistema de navegação que, através da aplicação para telemóvel, pode ser sincronizada ao 'Google Maps' e fornecer indicações de navegação em tempo real. Assim, o utilizador pode selecionar um destino e a bengala irá guiá-lo até ao local. A 'WeWalk' já está disponível no mercado e tem sido considerada revolucionária, tendo integrado a lista das 100 Melhores Invenções de 2019 pela revista 'Time'.

Kursat tem viajado um pouco por todo o Mundo, partilhando a sua experiência de criação de produtos para pessoas com deficiência visual na esperança de incentivar outros a seguir os seus passos. Organiza também cursos de robótica para participantes com incapacidade visual com o objetivo de propagar a paixão pela ciência no seio desta comunidade.

### Serviços de Assistência Virtual

Suman Kanuganti teve a ideia de criar o 'Aira' graças ao seu amigo Matt, cego e profissional da área da comunicação. Os dois acreditavam que deveria haver uma forma de usar os mais recentes avanços tecnológicos para ajudar todos aqueles com dificuldades de visão a recuperar a sua autonomia e ter acesso imediato à informação visual que os rodeia. Surgiu então o 'Aira', um serviço de assistência remota que liga os seus utilizadores a agentes profissionais treinados a prestarem assistência em todas as atividades do dia-a-dia. A ligação com os assistentes está disponível 24 horas por dia e é feita através de uma aplicação para *smartphone*. A aplicação tem acesso à câmara do *smartphone*, permitindo que os agentes remotos visualizem o espaço envolvente para que possam dar indicações ou até mesmo ajudar os utilizadores a tirar fotografias ou gravar vídeos. Todos os agentes estão sob um contrato de confidencialidade para que os

utilizadores se sintam seguros a partilhar informações de carácter mais pessoal, nomeadamente no caso de necessitarem de ajuda a preencher documentação legal ou informação bancária. Uma vez que os agentes são profissionais pagos, e para garantir a qualidade do serviço, o 'Aira' funciona num sistema de subscrição paga, com vários pacotes disponíveis consoante o perfil do utilizador.



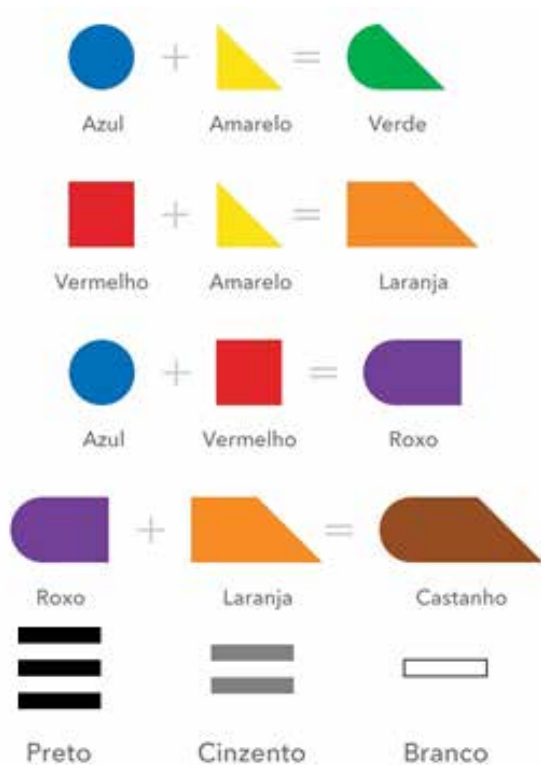
Hans Jørgen, criador do serviço de assistência remota Be My Eyes.

Para quem não tenha disponibilidade financeira para subscrever ao *Aira*, existe um serviço semelhante gratuito para todos os utilizadores. O 'Be My Eyes' foi idealizado por Hans Jørgen que, tendo começado a perder a visão aos 25 anos, teve de reaprender a navegar o Mundo com esta sua nova realidade. A certa altura, um amigo sugeriu-lhe que se conectasse aos seus familiares e amigos por videochamada sempre que precisasse de assistência para realizar algumas tarefas que não conseguisse concretizar sozinho. A ideia foi tão revolucionária na sua vida que Hans sabia que tinha de a expandir e criar uma ferramenta acessível a todos. E assim nasceu a 'Be My Eyes'.

Ao contrário do que acontece com o 'Aira', o 'Be My Eyes' funciona num sistema de voluntariado em que qualquer pessoa com capacidades visuais se pode inscrever como assistente remoto. Quando um utilizador necessita de ajuda, conecta-se à aplicação e inicia uma chamada que, dentro de segundos, irá ser atendida por um voluntário disponível. Neste momento a plataforma conta com mais de 1 milhão e meio de voluntários inscritos, espalhados por todo o Mundo e disponíveis para ajudar em mais de 180 línguas. Assim, procura-se garantir que haverá sempre alguém disponível para ajudar. Pelo facto de se basear em assistentes voluntários, o sistema é completamente gratuito. No entanto, não deve ser utilizado para tratar de assuntos privados ou partilhar informações pessoais, uma vez que não é possível garantir que os voluntários irão manter a confidencialidade dos dados.

## Percepção das cores através do toque

Por último, uma inovação nacional criada pela designer Filipa Nogueira Pires. Filipa sempre teve uma relação muito próxima com a tia-avó, que a ensinou a ler e escrever, e que sofria de um elevado grau de deficiência visual. Assim, sempre esteve muito sensibilizada para os obstáculos daqueles com dificuldades de visão e, quando chegou o momento de desenvolver a sua investigação no âmbito do Mestrado em Design de Produto, não foi difícil escolher o tema que gostaria de abordar. Durante meses, trabalhou com as crianças do Centro Helen Keller (uma escola dedicada ao ensino e inclusão de alunos com deficiência visual) até chegar ao produto final: o 'Feelipa Color Code'.



Representação das cores primárias e secundárias de acordo com o Feelipa Color Code.

Criado com o objetivo de se tornar uma linguagem universal, acessível ao maior número possível de pessoas, o 'Feelipa Color Code' é um sistema de identificação que associa as cores a formas geométricas básicas, reconhecidas igualmente em todo o mundo. Assim, as três cores primárias passam a ser representadas por 3 formas simples: o quadrado representa o vermelho, o triângulo representa o amarelo e o círculo representa o azul. Para as cores secundárias aplicam-se as regras do sistema de cores convencional: um quadrado associado a um triângulo representa o cor-de-laranja, tal como quando juntamos vermelho e amarelo. Por serem cores com características especiais, o branco, o cinzento e o preto são representados por um, duas ou três linhas, respetivamente.

Representação das cores primárias e secundárias de acordo com o Feelipa Color Code.

Através da combinação das várias formas geométricas, este método permite a identificação de 24 cores diferentes. Quando aplicado em relevo, este código permite que todas as pessoas com deficiência visual possam reconhecer as cores através do toque, garantindo assim uma maior autonomia e compreensão do mundo que as rodeia.

Neste momento estão disponíveis para venda, através do website, adesivos com relevo que podem ser colados a qualquer objeto ou superfície. Contudo, o objetivo máximo da criadora é que este código seja integrado em todas as áreas da vida quotidiana.

Para além daquelas aqui apresentadas, há centenas de outras soluções disponíveis para consulta e discussão na plataforma 'Patient Innovation'. A plataforma pode ser visitada em [patient-innovation.com](http://patient-innovation.com) e, através dela, pode aceder-se a todas as inovações que lá se encontram e fazer pesquisas por tipo de condição ou solução que se pretende encontrar. Todos aqueles que tenham desenvolvido alguma solução inovadora ou conheçam alguma que mereça ser partilhada são convidados a deixar a sua contribuição e, dessa forma, juntar-se à comunidade de pessoas investidas em tornar um Mundo num local melhor! **LB**





porque quem manda na câmara conduz e simpatiza mais com o funcionário que pretende alargar a estrada para acabar com os engarrafamentos ou criar lugares de estacionamento, do que simpatiza com o funcionário que quer alargar ou introduzir um passeio numa rua onde nunca houve acidentes. Ou, talvez, porque alguém se convenceu que condutores irritados não votarão no atual executivo – mesmo quando a maioria dos condutores, à procura de um lugar para estacionar, residem noutros municípios. Outra explicação, menos incómoda, é que custa mudar de hábitos e é mais fácil os técnicos e os políticos seguirem o caminho de menor resistência e darem prioridade ao automóvel do que alterar práticas de longa data e contemplar as necessidades dos peões.

Também não é fácil de entender a falta de interesse na segurança do peão quando as decisões são tomadas localmente. Os vereadores e diretores municipais, pelo menos nas cidades mais pequenas e nas vilas, estão em contato com os munícipes. Será que os condutores exprimem-se melhor ou mais alto? Reclamam quando têm de estacionar a mais do que cinco metros da porta, enquanto os peões não mandam *emails* a dizer que foram obrigados a andar na estrada quatro vezes antes de chegar ao centro de saúde. Ou talvez os peões mandem e telefonem, mas as suas reclamações são classificadas como queixas contra um problema antigo e irresolúvel, nomeadamente o estacionamento abusivo. Se for assim, é mais um exemplo de como o eleitor-peão não existe na mente dos autarcas.

Tenho esperança que os peões possam aprender a reclamar mais e melhor. Uma melhoria seria abandonar a expressão estacionamento abusivo. Sem dúvida estacionar no passeio é ilegal e uma viatura parada é um obstáculo. Mas antes e depois de estar estacionada, está em movimento e é ainda mais perigosa. Então podemos dizer que somos contra manobras perigosas ou circulação abusiva e não apenas estacionamento. Este assunto assume ainda mais importância com o aumento de carros elétricos que não fazem barulho quando circulam a baixa velocidade.

Outro exemplo de circulação abusiva são as trotinetes elétricas. São poucos os utilizadores que seguem as recomendações dos fornecedores e andam na estrada ou na ciclovia. Podemos compreender, em parte, porque uma trotinete elétrica oferece zero proteção ao utilizador, assim andar na estrada significa correr grandes riscos. O problema é que a solução *default* é andar no passeio! E as nove cidades portuguesas que licenciaram o serviço sabia perfeitamente que muitos utilizadores iam optar por andar no passeio. Como se explica que numa cidade como Lisboa, com uma população envelhecida, um número grande de pessoas com mobilidade condicionada e milhares de turistas, uma pessoa no poder achou bem introduzir um obstáculo silencioso que pode andar a 30 quilómetros por hora e pode ser largado em qualquer ponto? E ninguém pode dizer que o problema era difícil de prever. Nas nossas reuniões com

operadores de trotinetes e bicicletas elétricas ficou claro que o ponto forte do seu modelo de negócios assenta na liberdade que o veículo oferece ao utilizador: o facto de o cliente poder largar o meio de transporte onde quiser.



Trotinetes em cima do passeio.

É difícil de obter dados firmes sobre o número de trotinetes e bicicletas elétricas em circulação, mas pelo menos 10 mil obstáculos móveis apareceram nos nossos passeios desde 2018. Os argumentos apresentados em defesa das trotinetes são fracos: supostamente tiram muitos carros da estrada, quando de facto a maioria das viagens são de pura diversão; é um meio de transporte sustentável, quando de facto as trotinetes têm uma vida útil de cem dias. Mas se estes argumentos são fictícios, o perigo para os outros utentes do passeio é real.

Com o fim da circulação abusiva e um melhor ordenamento dos equipamentos implantados nos passeios podemos voltar a oferecer segurança e conforto aos peões. Embora em alguns locais os passeios simplesmente sejam estreitos demais e todos os peões são obrigados a andar na estrada. Em todas as cidades e vilas de Portugal podemos encontrar um passeio tão estreito que perguntamos porque fizeram tanto esforço para construí-lo. A resposta pode ser que dá a ilusão que resolve o problema da circulação dos peões. Mas a resposta também pode ser que é apenas a lei de menor esforço a funcionar. Para alguns projetistas é mais fácil construir uma rua com passeios demasiado estreitos do que escolher entre três soluções: alargar os passeios e consequentemente reduzir a faixa de rodagem; eliminar o passeio e criar uma rua partilhada; ou eliminar o trânsito e criar uma zona pedonal. Soluções óbvias para algumas pessoas, mas radicais para outras que não entendem que reduzir a velocidade dos carros e condicionar a sua circulação são metas positivas. São soluções óbvias se colocarmos o peão primeiro.

É fácil colocar os peões primeiro porque somos todos nós. Mesmo o condutor mais convicto tem de andar entre o seu carro e o parquímetro. E deveria ser fácil um projetista colocar os peões primeiro porque são os seus parentes, amigos e vizinhos. Avaliando um local ou



sentado em frente do seu computador a desenhar, um projetista apenas tem que se lembrar de um familiar mais velho, uma amiga com crianças pequenas e um vizinho que usa um andarilho, para perceber a importância de criar um corredor pedonal livre de obstáculos, com um piso firme e regular, onde as pessoas podem andar à vontade.



Automóvel em cima do passeio, mal estacionado.

Dado que somos todos peões não deve haver necessidade de defender a ideia de tornar os passeios mais seguros e mais confortáveis porque todos beneficiam. Exceto pessoas que dão mais valor à possibilidade de estacionar onde julgam mais conveniente, do que andar numa rua livre de obstáculos.

Confesso, para estas pessoas apenas posso dizer que regras existem precisamente para garantir que o resto da sociedade não sofre do egoísmo de uns poucos. Também há comerciantes que pensam que se pessoas não podem parar à sua porta, não terão clientes. A estes diria que uma rua melhor ordenada, sem carros nos passeios, onde um consumidor pode andar à vontade e parar em frente de uma montra sem se preocupar com a circulação das outras pessoas vai aumentar as suas vendas.

Por fim, do ponto de vista de uma pessoa com deficiência visual os passeios sempre vão ser espaços onde se tem de prestar atenção. Há sempre pessoas a circular a velocidades diferentes, tais como pessoas a fazer *jogging* e crianças a aprender andar de bicicleta, e há sempre a possibilidade de surpresas, por exemplo obras ou uma esplanada nova. E mesmo numa cidade inclusiva haverá bancos para sentar, árvores para criar sombra, e esplanadas para usufruir. Ou seja, uma data de objetos serão sempre implantados nos passeios. Daí é essencial eliminar o maior número de obstáculos, alinhar os equipamentos essenciais para criar um percurso pedonal acessível e acabar com a circulação e o estacionamento abusivos. É uma meta atingível que necessita um pouco mais esforço por parte dos projetistas e fiscais municipais, e estes apenas terão de imaginar um parente ou amigo com mobilidade condicionada a andar na rua. Em jeito de conclusão só têm de proteger e valorizar o espaço dedicado aos peões. E quando forem mais velhos podem colher os benefícios. **LB**

## ARTIGO DE OPINIÃO

### Importância da intervenção precoce, do ensino do Braille e da reabilitação para as crianças e jovens cegos

Por **Celina Sol**, associada da ACAPO, formada em Línguas e Literaturas Modernas (variante Português/Francês) pela Universidade Clássica de Lisboa.



Jovem a ler Braille.

Sendo a reabilitação um processo contínuo que se deverá manter ao longo da vida das pessoas com deficiência, é de primordial importância que a criança cega seja estimulada desde a mais tenra idade, auxiliando-a, através do tato, da voz e do olfato, a compreender o mundo que a circunda. A intervenção precoce tem aqui um papel preponderante. Mas é preciso não esquecer o papel que a família deverá ter neste processo. Por isso, os pais da criança devem ser chamados a nele participar. Não raro, a cegueira dos filhos causa-lhes uma terrível angústia, porque não estavam preparados (ninguém está), para lidar com a deficiência.

E como funciona a intervenção precoce de crianças cegas no nosso país? Os técnicos que a fazem dialogam e nela envolvem a família? Infelizmente, embora se tenham iniciado os primeiros passos neste campo, muito há a fazer. No que se refere ao Ensino, cada vez mais se assiste a uma aliteracia, entre os jovens cegos. Os suportes áudio e digital contribuíram para que a maioria dos cegos de hoje tenha relegado para último plano o uso da escrita e leitura do Braille. Embora, esses suportes possam e devam ser usados,

eles não substituem, nem o podem fazer, o contacto direto com a leitura que o sistema Braille proporciona nem o prazer que o leitor experimenta, dando a sua própria interpretação e entoação aos textos que lê. Além disso, como não visualiza as palavras, ao escutá-las tão-somente, surgem dúvidas quanto à sua grafia e não deixa de ser lamentável que um jovem cego, por vezes licenciado, não saiba escrever corretamente, dando erros aberrantes.

As novas tecnologias não servem de desculpa, para o cometimento de tais falhas, pois existem linhas Braille que se podem conectar ao computador. A reabilitação dos jovens cegos é uma lacuna muito grave que hoje subsiste. Muitos deles não se orientam sozinhos, dependendo inteiramente da família e dos amigos. Além de não darem um passo sozinhos, não raro não sabem comportar-se à mesa nem usar convenientemente os talheres.

Isto para já não falar de posturas incorretas do corpo que utilizam. Porquê acontecem tais coisas? Porque nunca foram ensinados. Sim ensinados, visto que as crianças normovisuais podem aprender muita coisa por imitação, utilizando a visão, o que não é possível às crianças cegas. Dir-me-ão que esses jovens têm famílias. Sim é verdade, mas quem explicou a essas famílias como deveriam proceder com os seus filhos?

E qual foi o papel dos técnicos de Intervenção Precoce e de Educação Inclusiva? As adaptações dos currículos dos jovens com necessidades especiais tiveram em conta a importância da orientação e mobilidade dos alunos cegos ou da prática de atividades desportivas (como por exemplo a natação ou a ginástica, para exercitar os seus movimentos de coordenação) ou atividades da vida diária (como aprender a cozinhar ou fazer a sua toilette de forma autónoma)?

É verdade que em Lisboa existe um Centro de Reabilitação para adultos. Trata-se do Centro de Reabilitação de Nossa Senhora dos Anjos. Todavia, a palavra reabilitação, como o seu próprio nome indica, destina-se a voltar a habilitar as pessoas que, por vicissitudes da vida, perderam determinadas capacidades. Refiro-me àquelas que perderam a visão na adolescência ou vida adulta.

E os cegos congénitos, se não adquiriram essas competências na infância ou na adolescência, quem se irá ocupar deles?

São estas reflexões que gostaria de exprimir e que apelo a todos vós que nelas meditem com seriedade. **LB**





cegas e com baixa visão. Não havendo audiodescrição é muito complicado, e muitas das vezes as plataformas não são, em si mesmas, acessíveis a leitores de ecrã porque funcionam muito com gráficos, e os gráficos são inimigos dos leitores de ecrã e das pessoas com deficiência visual”, aponta o presidente da ACAPO.

Para que os “os alunos com necessidades educativas especiais, nomeadamente os alunos com cegueira ou baixa visão” não fiquem “mais uma vez para trás”, a ACAPO tem estado em contacto com a Secretária de Estado da Inclusão das Pessoas com Deficiência, Ana Sofia Antunes – que “está consciente disso”, mas “obviamente, não é só ela a quem compete” agir, como refere Tomé Coelho. “É preciso criar condições que permitam eliminar estes obstáculos ou pelo menos minimizá-los, porque nós estamos habituados a trabalhar, ao longo de toda a nossa vida sempre em condições de desigualdade e de desvantagem. Mas, pelo menos, que os obstáculos sejam minimizados, se não conseguirem ser abolidos de todo”, acrescenta.

“A população, em geral, tem formas muito mais expeditas, muito mais diversificadas, muito mais vastas de ocupar o tempo do que as pessoas com deficiência. Nós temos muito mais restrições e limitações, quer em termos de quantidade para podermos escolher, quer na qualidade daquilo que temos para escolher”, relembra Tomé. Diogo completa dizendo que “a cultura é indispensável para qualquer ser humano”.

### Um outro olhar sobre a cultura

Em Portugal, de acordo com os [Censos 2011](#), existem cerca de 28 mil pessoas cegas, às quais se tem de juntar o número de pessoas com baixa visão, sendo que não existem números concretos sobre o total de cidadãos com deficiência visual no país. No entanto, estimativas mais recentes (2015) da Direção-Geral de Saúde dá conta de um número superior a 35 mil.

A percepção da cultura desses cerca de 35 mil cidadãos é diferente, tal como é entre a restante população portuguesa. Nem todos sentem a música da mesma forma, nem todos se relacionam com as cores da mesma forma, nem todos lhe têm acesso. A experiência de Diogo é um caso particular, mas que certamente será semelhante à de alguém que, como ele, consiga “ver de outra forma”.

“Posso dizer-te que nós, cegos, temos uma percepção completamente diferente da cultura”, diz sem hesitações. “Eu posso estar a ver uma peça de teatro e os meus pais, que vêem normalmente, estão com atenção a umas coisas e eu, devido à minha capacidade auditiva, estou com atenção a outras. Já não é a primeira vez que saímos de uma peça de teatro ou de um concerto e eu pergunto o que eles acharam de um pormenor qualquer, e eles, às vezes, dizem que nem tinham reparado”, conta. Diogo explica que a ausência de um sentido desenvolve mais os restantes – [está provado](#) – e

que, por isso, “a experiência cultural pode não ser nada diminuída” e até “captar coisas que as outras pessoas não captaram”. “Nós não somos mais nem menos do que ninguém, temos é outro tipo de sensibilidade.”

Para o estudante de Gondomar, tudo gira em torno da sensibilidade. “Se falares com uma pessoa surda, ela repara em coisas que eu não reparo, porque tem um sentido que eu não tenho. E mesmo pessoas que têm todos os sentidos, podem não ter a mesma sensibilidade. Acho que tem muito que ver com a forma como olhas para o mundo. É aqui que eu quero chegar: mesmo algumas pessoas que não têm nenhuma lacuna, podem ter perspetivas diferentes”.

Seja na audiodescrição de um programa de televisão, de uma peça de teatro ou de um filme, as cores representam uma parte fundamental para a experiência sensorial de Diogo. Na “relação semiótica” que com elas estabelece, as cores estão coladas a texturas. “Para mim as cores, embora eu não as veja, têm uma textura própria. Eu consigo criar imagens mentais do que é o azul, o verde, o amarelo. Porque eu vi até aos dois anos e meio, mas eu não me lembro de nada, então é como se nunca tivesse visto. É como se eu tivesse nascido cego. Há uma espécie de submundos que nós criamos. Há muitas coisas que não estão acessíveis, até sites de jornais e outras plataformas, e temos de tentar imaginar. Temos de criar imagens mentais”, partilha.



Retrato de Fernando Pessoa, Almada Negreiros, 1964  
Fundação Calouste Gulbekian.

Nesses submundos há espaço para a arte de Almada Negreiros, que tão bem conhece, para “qualquer um dos *remakes* que o Leonel Vieira fez dos clássicos portugueses”, que aconselha, para “ouvir bom *rock* feito em português”, e para reler vezes sem conta O

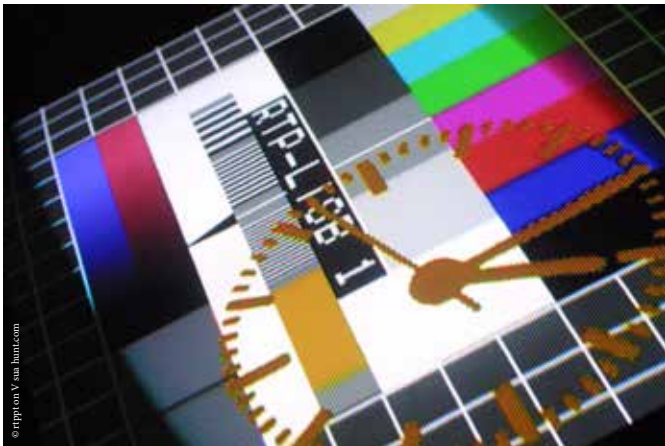








de entrega gratuito (com limite máximo de peso 7kg) de [cecogramas](#). Aqui incluem-se registos sonoros, documentos em papel especial destinado unicamente ao uso de cegos e textos em caracteres em negro ampliados por forma a possibilitar a utilização dos resíduos visuais com recurso a máquinas apropriadas, que podem ser enviados através deste serviço.



Miras técnicas, RTP.

Mas nem só com livros se pode resolver a problemática de uma quarentena menos isolada. As séries da *Netflix*, por exemplo, têm audiodescrição, o que, no entender de Diogo Rodrigues, denota “um esforço dessa plataforma em tentar-se adaptar”, sem esquecer de que se trata de um serviço pago e que, logo por esse facto, não é acessível a todos de igual forma. Na mesma linha, várias séries portuguesas da *RTP* têm audiodescrição, ainda que num número reduzido face à quantidade de programas existentes.

“A *RTP*, que é uma empresa de serviço público, não cumpre aquilo que realmente a lei prevê. Há muitos programas que não têm efetivamente audiodescrição. Depois os outros canais de televisão ainda cumprem menos. O acesso à cultura, à informação, ao lazer, é um direito de todos os cidadãos, mas de facto as pessoas

com deficiência visual vêm-se sempre, e mais uma vez, impossibilitadas de ter acesso a isso”, sintetiza Tomé Coelho, sublinhando a importância da tradução simultânea.

Relativamente a esta questão, e em virtude deste momento de pandemia, o responsável acrescenta ainda que a ACAPO estabeleceu “um protocolo com o representante em Portugal de leitores de ecrã que permitem ter acesso aos conteúdos do ecrã dos computadores”, a par de um outro que permite ampliar os caracteres no computador. “Nós estabelecemos esse protocolo no sentido de serem facultadas licenças de *software* válidas por 90 dias, para que as pessoas possam efetivamente ver facilitado o acesso a determinados meios de cultura. Não será o desejável, mas é pelo menos melhor do que nada, e vai permitir a muitas pessoas terem acesso a vários livros, a vários meios de cultura e comunicação que circulam na Internet e em diversas plataformas”, completa.

Num tempo de quarentena que não permite o acesso tradicional às diferentes formas de cultura, impõe-se também, e ainda mais, a necessidade de olhar para públicos com diferentes necessidades – muitas delas já existentes nos tempos pré-coronavírus, mas agora com importância redobrada. O [artigo 27](#) da Declaração Universal dos Direitos Humanos diz-nos, desde 1948, que “todo o ser humano tem o direito de participar livremente na vida cultural da comunidade, de desfrutar das artes e de participar no processo científico e de seus benefícios”. Importa refletir quem se inclui nesse “todos” que tantas vezes é evocado em discursos sobre democratização cultural.

Tomé Coelho, Diogo Rodrigues, Maria Vlachou, Sara Barriga Brighenti, Fátima Pires e Carlos Ferreira são seis vozes de uma história ainda em construção, mas que recebe de braços abertos quem se quiser juntar a ela. Porque, afinal, a empatia pode ser o começo de uma relação de confiança que dure para sempre. [LB](#)

Artigo cedido pelos autores. Disponível no site [gerador.eu](#)

## CALEIDOSCÓPIO

### Como é hoje ser mulher com deficiência visual?

**Por Graça Gerardo**, Presidente da Mesa da Assembleia de Representantes da ACAPO.

Dos quarenta e cinco milhões de pessoas com deficiência visual no mundo, mais de dois terços (trinta milhões) são mulheres. A condição de cidadã com deficiência visual pode adquirir-se por diversas razões: por nascimento, por velhice e, ao longo da vida, por doença, acidente ou outros fatores que as atingem mais a elas que a eles. Destacam-se apenas alguns, como a toma de medicação que lhes provoca alterações hormonais, capazes de afetar o seu humor, causar a diminuição de lágrimas e, conseqüentemente, a secagem do olho, o que reduzirá a sua acuidade visual. Ora como está provado que a longevidade feminina é maior, mais se reflete nelas essa perda de visão. O fumo também amplia as cataratas e a gravidez pode, muitas vezes, aumentar a diabetes. Por outro lado, todas querem ficar mais belas e vaidosas. Daí que, não raras vezes, surjam complicações com lentes de contacto, cirurgias estéticas, produtos de maquilhagem de qualidade duvidosa, ou uso indevido de produtos não corretamente identificados, entre outros.

Por tudo isto as mulheres com deficiência visual têm um papel muito importante na promoção da sua própria autonomia educacional, social, económica, familiar e política, com vista à construção de uma plena e proativa cidadania. Para tal, é necessário que elas se saibam munir de um conjunto de estratégias e competências que lhes permitam aceder a um vasto manancial de produtos de apoio capazes de compensar as suas limitações. Assim, deverão, entre muitos outros aspetos, a nível doméstico:

- Etiquetar os alimentos;
- Organizar o vestuário por texturas, ou tipologias...;
- Desenvolver estratégias de deteção de nódoas, através do toque (porque a textura pode ficar diferente) ou do cheiro;
- Lavar ainda que não saiba se está realmente sujo;
- Dispor o mobiliário por forma a facilitar a orientação espacial em casa;
- Dispor objetos decorativos evitando a existência de arestas.

Saliente-se o quanto é importante para a autoestima da mulher com deficiência visual desenvolver atividades do quotidiano de forma autónoma, como levantar de manhã, utilizando o champô sem incomodar quem ainda dorme. Não confundir o pacote cartonado de leite com o de vinho que há-de ser colocado nos bifes que terá de temperar, sem que antes tenha havido engano no frigorífico, retirando as costeletas. Vestir a blusa branca, que dá melhor com a calça preta, sem risco de engano na cor, dando motivo a umas discretas risadas ou comentários sussurrados no local de trabalho, café

ou qualquer outro lugar, tão destruidores da autoestima.

Felizmente que hoje já existem plataformas online com preocupações de acessibilidade que permitem fazer compras de forma autónoma sem se perder no supermercado.

A nível associativo, a mulher com deficiência visual pode:

- Colaborar com as empresas no desenvolvimento de eletrodomésticos acessíveis;
- Uniformizar regras para que interruptores liguem ou desliguem sempre da mesma forma;
- Pugnar para que existam soluções habitacionais que permitam a quem tiver baixa visão, facilitar o seu quotidiano, através do contraste de cor em portas e janelas, regulação de luminosidade e tantos outros.

Tudo isto só é possível, nos dias de hoje, pelo desenvolvimento do conhecimento em áreas como: a habilitação, a reabilitação de pessoas com deficiência visual e a tecnologia. No campo da habilitação, salienta-se o trabalho dos centros de reabilitação, bem como das equipas multidisciplinares e de educação especial existentes nas escolas.

Quanto à reabilitação, tem sido inegável o papel dos técnicos no ensino de atividades da vida diária, orientação e mobilidade, dos professores de educação física (que estimulam a motricidade fina), dos que ensinam o sistema de leitura e escrita Braille, de quem ensina a escrita a tinta (repare-se na importância, cada vez mais premente, de saber assinar), dos terapeutas que trabalham a estimulação sensorial, entre tantos outros profissionais que promovem o exercício de uma cidadania ativa.

No que se refere ao conhecimento tecnológico, lembro o papel preponderante das aplicações para telemóvel que hoje tanto facilitam a vida, nomeadamente a dos cidadãos com deficiência visual. Abençoadas sejam as empresas que desenvolvem produtos com sistemas áudio ou acessíveis a este tipo de público, fabricando, por exemplo: identificadores áudio que gravam e leem etiquetas, indicadores de cor, detetores de luz (que indicam se ela está apagada ou acesa), enfiadores de agulhas, medidores de tensão arterial e de líquidos (com beeps, que permitem encher recipientes sem entornar), balanças, calculadoras, termómetros, temporizadores (para avisar que a comida está pronta, e tantos outros utensílios com voz, facilitadores do quotidiano das pessoas com deficiência visual e que podem ser adquiridos nas empresas específicas, onde há técnicos capazes de indicar as melhores soluções.

Esses produtos são também um excelente apoio na promoção da autonomia e integração socio-laboral.

Lembro ainda o papel determinante do computador com leitor de ecrã, pelo acesso que deu a um imenso manancial de informação e de formação a distância, garantindo às pessoas com deficiência visual um passo gigante no seu desenvolvimento e na sua cidadania, participando e tomando parte nas decisões nas diversas







- Por favor, pai, entre no carro!
- Um médico, o que é que entende do meu caso? Devias procurar um electricista.

No hospital, o meu velho demorou-se nos corredores. Passava uma enfermeira e ele parava, os olhos caçadores seguindo o vulto branco até que se desvanecia para além de uma qualquer porta. Gosto de as ver fardadas, comentou ante o meu agastamento. Pena a tua mãe nunca ter andado de farda.

O médico espreitou fundo, mergulhou nas águas escuras dos olhos cansados do meu pai. E passou para outra sala. Perante os painéis luminosos com letras negras de diferentes tamanhos, o meu velho reclamou: estes painéis já os li no exame anterior. Não tem uns novos, com novas letras, com mais novidades? Nesse momento, o médico desistiu do exame oftalmológico. E quis saber mais sobre a vida do paciente do que sobre os seus olhos doentes. No final, expressou-se de forma enigmática: quem vive na sombra, inventa luzes.

- Pássaros – corrigiu o pai.
- Foi o que disse, por outras palavras.

No final, o médico abriu os braços e prosseguiu com novo ênfase. Há casos em que a solidão acende incêndios nos olhos, a alma fica consumida em cinza. E deitou-me um olhar acusador. Defendi-me, com convicção: que companhia lhe posso fazer, doutor, saio de manhã e volto à noite, já ele dorme?

- A verdade, meu caro doutor, é que não tenho tempo para ser filho.
- E a sua esposa?
- Separámo-nos, não tinha tempo para ser marido.

No caminho de regresso, o meu pai seguiu à frente, peito enfunado, passos determinados ecoando sincopadamente pelo hospital. Regressava não a casa

mas ao seu passado militar. Foi oficial do Exército até ao dia em que a nossa mãe morreu. Nesse dia, deixou tombar no chão a farda, as divisas e a arma e saiu em roupa interior pela porta do quartel. Foi nesse momento que as primeiras asas brancas lhe atravessaram os olhos. Os dedos trémulos massajaram apressadamente as pálpebras receando que o vissem chorar em público.

- Gostou da consulta, pai?
- Gostei tanto que nunca mais lá volto. Os médicos bons são aqueles que vemos uma vez na vida.

E recordei-lhe as recomendações. Ele que saísse de casa, passeasse pelas ruas, fosse ao parque. Que parque? Todo aquele terreno foi convertido num prédio, resmungou. Já não há jardins na cidade. E ainda nos admiramos que os pássaros nos entrem pelos olhos? Custava-lhe andar pelos enrugados passeios, a cidade estava mais envelhecida do que ele. Chegados a casa bateu a porta, reentrando na gruta escura onde habitava como um morcego às avessas. No dia seguinte, dei início às obras. Construía uma varanda, um espaço aberto e sombreado onde o meu pai faria o seu recanto. Recusou. Mandou mesmo que parasse as obras e se devolvessem os materiais.

- Na varanda, o senhor fica a ver as pessoas.
- As pessoas? – E sorriu, sacudindo a cabeça.
- Faça isso pelos pássaros. Vão gostar de ver o céu.
- Que céu? – perguntou.
- Pai, faça-me a vontade. Deixe-me acabar a varanda.
- Fico dentro, filho. O teto da minha casa é maior do que o céu. E quando me enterrarem façam-no aqui dentro. Não por mim. Mas pelos pássaros. **LB**



