

## PIMENTA NA LÍNGUA

### E OS VELHOS, PÁ?



Dr. João Pimenta, Académico Honorário da Academia Brasileira de Odontologia.



Dr. Mário Vale, médico psiquiatra.

**N**esta reflexão incluirei passagens de um ensaio sobre a velhice, que ficarão em estilo bold, do meu grande amigo e ilustre psiquiatra Mário Vale Lima...por vezes poderão parecer descontextualizados, mas assim não é...nem tudo que parece é...

Os judeus dizem que “para o ignorante, a velhice é o inverno; para o instruído é a estação da colheita”.

Um destes dias todos nós vamos constatar que envelhecemos...

E vou começar escrevendo o que o meu grande amigo e irmão Fernando Nobre disse na apresentação do meu livro “35 anos de medicina dentária”. Escolhi-o por sermos os dois “atípicos na postura”, “loucos”, com “uma frontalidade com preço a pagar”, “utópicos, mas corajosos”...

“Nós todos vamos morrer de alguma maneira, e eu também. Se estivermos ainda conscientes e não estivermos numa unidade de cuidados intensivos, um minuto a dois antes de partirmos, o corpo já recebeu a mensagem da partida e os esfíncteres relaxam. O que quer dizer que se vocês sentirem a urina quente a escorrer pelas coxas abaixo, ou se houver alguma coisa na ampola retal, o que vai ser outro problema ainda mais aborrecido, já não há tempo para se perguntarem o que andam aqui a fazer. Perguntem-se o que andam a fazer aqui agora, que mundo queremos construir, que mundo vamos deixar aos nossos filhos e aos nossos netos...”

Quando ousamos dizer as verdades, doa a quem doer, insultem-nos como nos insultarem, humilhem-nos se quiserem, ostracizem-nos se quiserem, silencie-nos se quiserem, mas uma coisa é certa, chegará um momento em que as nossas palavras serão recordadas,

E quando a morte chegar teremos a consciência de que tentamos fazer o melhor que sabíamos; o conseguir já não tem nada a ver connosco.

Amigo João, quanto mais os anos passam e mais uma pessoa intervém e se “mexe”, de repente mais incomoda e mais será silenciado e ostracizado...assim é comigo, assim é consigo porque nós incomodamos. E temos de aceitar isso; é o preço a pagar”.

**“Meu avô, nascido em 1882, contava que, em tempos antigos, quando os velhos atingissem certa idade, eram conduzidos pelos filhos ao cimo das montanhas e aí deixados, com uma manta e uma boroa de pão, para aí virem buscá-los a morte. Essa lenda, que foi posta em cinema - Balada de Narayama - era baseada num costume existente no Japão feudal, que perdurou até meados do séc.XVIII. Neste filme, estreado entre nós em 1983, a protagonista é uma mulher que tinha atingido a idade de 69 anos e ia transportada às costas pelo filho, aparentemente resignada com ter chegado a hora de cumprir o costume.**

**Poderemos ver na realidade da velhice atual, e nos asilos, lares da 3ª idade, residências geriátricas e outros eufemismos, um paralelismo, mais sofisticado, é certo, com as montanhas de Narayama? Segundo o J.N. estimava-se existirem no país, em 2023, cerca de 1.000 lares de idosos ilegais. Muitos destes prestam mesmo um valioso apoio à comunidade e alguns funcionam até com princípios de decência e fraternidade. Pelo contrário, alguns outros, mesmo legais, são verdadeiros estaleiros de velhos, onde a falta de qualidade dos cuidadores e a falta de transparência na gestão eram, e são ainda, patentes. Se muitos filhos se desfazem dos seus velhos pais, como na Balada de Narayama, outros fazem-no com o coração dilacerado, forçados pela tirania da vida atual (horários de trabalho e falta de espaço habitacional) que não permite manter os idosos no meio familiar. Não é credível que algum idoso queira sair da casa onde amou e sofreu, onde, invisível e intangível, paira a alma tão velha como o corpo num espaço impregnado de recordações e ir para um ambiente desconhecido e vazio de afetos. Vão para uma “instituição”, no comum dos casos, disfarçando concordância e vontade.**

**Não seria possível manter a maioria dos idosos nas suas casas com uma eficiente estrutura de apoio domiciliário, porventura mais económica e, sobretudo, mais humana? É bem provável que não! “A sociedade actual ignora - ou afasta, até - o velho do convívio social e da cidadania” - palavras do Papa Francisco. Na publicidade de ninguém tem mais de 30 anos. Quem tem mais ou aparenta ter, é segregado, instaurando-se cada vez mais a ditadura dos jovens, até ao afastamento total dos velhos. Aquilo que representava o profícuo diálogo e convivência intergeracional, nos serões das famílias de várias gerações, alegoricamente representado na parábola do Menino Jesus no templo (Lucas, 2:41-50), perdeu-se irreparavelmente, com a exclusão dos avós e com a onnipresença dos meios de comunicação e das redes sociais que criam o absoluto individualismo e a mal disfarçada solidão.**

**A toda a hora e em todo o lugar saltam as notícias do abandono a que são os velhos votados, como estas que se seguem. Em 2012, o Instituto Piaget de Bragança, propôs um programa de alojamento para alunos carenciados, em casa de idosos, por uma renda simbólica a troco de companhia. Ninguém se inscreveu! Contava o capelão do Hospital de S. José que um dia foi dar com uma velhinha no leito de uma enfermaria, abandonada, como que à espera de alguém para se despedir da vida. Quando o padre lhe deu a mão, ela murmurou umas palavras e morreu.**

**Para terminar volto à lenda da montanha onde iam levar os velhos, que ouvi do meu velho avô, creio que**

**confortado com o facto de se sentir tranquilo no lugar onde sempre viveu e haveria de morrer junto dos seus: «...até que um dia - continuava ele, feliz, a salvo da solidão dos asilos - o velho pai acabado de ser deixado no cimo do monte, chamou o filho que já iniciava o regresso. - «Empresta-me a tua faca», pediu-lhe o pai. Após cortar a manta a meio disse-lhe: - «Leva esta metade para quando chegar a vez de te trazerem aqui». O filho, comovido, abraçou o pai e trouxe-o de regresso, iniciando o fim da infâmia de levar os velhos ao monte».**

*O meu velho  
Não é mau.*

*É um velho macerado pelo almofariz da decepção, um velho que já viu demais, cansado de se cansar, com as emoções desbotadas em sentimentos de pano em cru. Observa e ouve em silêncio, mais do que que antigamente, quando a inocência ainda não se perdera pelas inúmeras, incertas esquinas que o seu longo tempo dobrou.*

*É um velho novo por dentro porque se encontrou e se soube conhecer. Mas ao desencontrar-se do resto que o rodeia, em si mesmo se acolhe, sem esperar de mais nada nem ninguém reciprocidade alguma. É um velho muito mais antigo do que o seu exterior mostra, muito mais sábio do que qualquer estupor, mas já não lhe interessa prová-lo, nem perder tempo, o tempo, esse bem tão escasso, esse filho da puta lento e injusto para umas coisas e demasiado célere para outras.*

*Em si moram detritos de infortúnios belíssimos, colonizados outrora por ambições e extravagâncias tolas, onde crescem ervas, desde as daninhas às mais nobres, como a delicada, mas resistente e combativa hera. Esse velho vive nesse seu castelo, com alas de opulência e alas de ruína, por ambas nutrindo um carinho dorido e é tomado como tolo, como excêntrico, como eremita, como mal-encarado, como bruxo, como ateu, como devoto a estranhos desígnios, mas esse velho é livre e a verdadeira liberdade é atualmente mal-vista. O velho está-se a cagar. Com um olho vê em redor, com o outro mergulha no seu âmago e vive de acordo com a sua crença e valores.*

*Esse velho não é mau.*

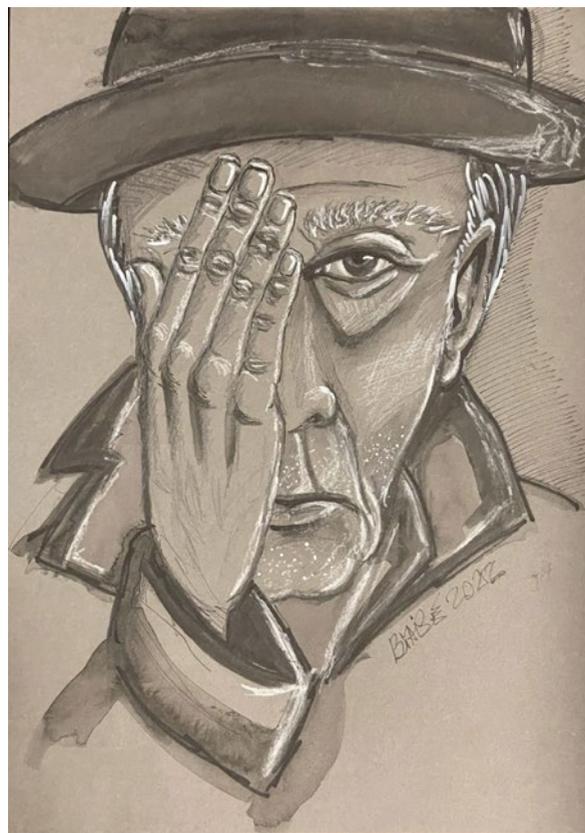
*Esse velho sou eu. E como eu, há mais alguns.*

*Beijos meu Mestre João Pimenta.*

*por Cátia Gonçalves*

Dito isto, e sem qualquer ligação ao que acabo de escrever acima, observo um cuidado “excessivo” com os jovens médicos dentistas pela nossa Ordem.

Obviamente que todos merecem o cuidado e a atenção... E os jovens médicos dentistas também.



O MEU VELHO - de Cátia Gonçalves, MD

Impreparados tecnicamente, globalmente falando, são “lançados às feras”, e muitos vêm como saída trabalharem “na terrinha”, pertinho de casa...mas esse Mundo acabou...e ainda bem...não é só o Erasmus que é bom...Hoje o Mundo é global e temos que deixar de olhar só para a “aldeia”...a nossa “aldeia” é o Mundo e a “nossa casa” a Europa.

No entanto, na nossa classe, TODOS merecem TUDO...e o TUDO tem que ser “repartido”.

Esses jovens têm neste momento um “mercado” de trabalho que nós, “os velhos”, nunca tivemos. O seu “mercado” é a Europa, sem barreiras, sem fronteiras...e não me venham dizer que emigram quando vão para esses países trabalhar...senão se eu for para o Algarve também “emigro”...ou para Lisboa.

Vou contar-vos um caso concreto. Uma jovem médica dentista durante alguns meses esteve connosco, no meu consultório, a ver-nos trabalhar (como tanto se aprende vendo...).

Resolveu depois trabalhar em França onde ganha bastante mais que nós...e ainda bem...foi esperta e compreendeu perfeitamente o que é a Europa. E não dramatizou algo que é tão simples e, ao mesmo tempo, tão bom.

Um jovem que não se queira “prostituir” pode ter um futuro bom...mas tem que ser médico dentista por vocação

e amor, e não ter tirado um curso como segunda escolha, o que acontece infelizmente muitas vezes.

“Le Vrai Bonheur est d’Avoir sa Passion pour Metier” (True happiness is to have one’s passion as a profession)

Esta frase está escrita num relógio Alain Silberstein que a minha mulher me ofereceu e continua a ser um dos meus lemas de vida.

No entanto, o que disse convictamente não significa que não concorde que se formam médicos dentistas em excesso em Portugal, sendo isso a génese de quase todos os problemas consequentes.

Não há regulação e reina a anarquia e a balbúrdia.

A OMD tem há anos tentado influenciar o poder político e decisório...qual o resultado: ZERO.

Há faculdades que já deviam ter fechado?...obviamente que sim.

Os *numerus clausus* deviam ser reduzidos?...nada de mais evidente.

O curso tem de ser rapidamente reformulado, reintroduzindo uma forte componente médica e adaptando-se ao mundo digital?...alguém duvida?

A componente clínica tem de ser maior e o curso terá de voltar a ter 6 anos?...é sensato que assim seja...

Mas, mais uma vez, afirmo: os jovens, se não se quiserem prostituir, têm um mundo à sua frente, desde que deixem de olhar para a “aldeia” e passem a olhar o mundo como algo de global, sobretudo para o seu “mercado”: a Europa.

O que me preocupa neste momento são “os velhos”...

**“Dizia F.Savater, filósofo espanhol: “os anos, quanto mais passam por nós, menos os reconhecemos como nossos”. Até que um dia, por fim e irremediavelmente, damos conta de que somos o mais velho na reunião do condomínio ou que todos os polícias são mais novos do que nós. E, apreensivos, sentimos a sombra melancólica do envelhecer.**

**Tive a primeira sensação do meu envelhecimento quando entrei num autocarro urbano do Porto, local onde costume há muito treinar o equilíbrio e a propriocepção, (suportando, de pé, os solavancos sem me apoiar em nenhures) e um jovenzinho, certamente cumprindo os bons ensinamentos do Antigo Testamento (Levítico, 19: 32, “Levantar-te-ás diante dos idosos (...), levantou-se do lugar que ocupava e manteve-se de pé a olhar-me até eu perceber que ele estava a honrar-me cedendo-me o lugar. De outra vez, num dia de Verão, um aldeão meu vizinho perguntou-me: “O sr. Doutor quer vir amanhã a um passeio?”. Fiquei eu a pensar na resposta, imaginado ser o picnic anual com o filho vindo de França. - “É o passeio dos idosos”, esclareceu, regozijado com a anual excursão com que se sente premiada na sua condição de velho, pela Junta de Freguesia.**

**Ainda de outra vez, no Bairro Alto, quando após jantar, como sempre no Farta Brutos, restaurante de um amigo de infância, deambulava pelas efervescentes ruas da movida, ao olhar para três adolescentes sentadas nos degraus de um pátio, de imediato uma delas se me dirigiu em palavras de ironia e repúdio: “ - Ó cota! Que é que tu andas por aqui a fazer?”.**

**Um dia encontrei na rua de Santa Catarina um velho e querido professor de Filosofia do 7º ano do liceu onde estudei. Saudei-o com alegria e depois de lhe ter contado que me tinha licenciado em Medicina em Coimbra havia uns anos perguntei-lhe: “E que é que faz agora o Sr. Professor?”...“Olha rapaz, agora ando a estudar para velho!”. Nessa altura não alcancei o sentido daquelas palavras e que hoje reconheço o quanto de profundo encerram e o quão difícil é a disciplina de “estudar para velho”.**

Há alguns anos a Ordem dos Médicos comprou uma quinta em Arca de Água, no Porto. Por acaso também com a contribuição de alguns médicos dentistas, já que pertencíamos à Secção de Medicina Dentária da OM (há distância de 40 anos estou seguro de que era aí que ainda devíamos estar, pois teríamos mais “força” e seríamos de certeza mais “respeitados”...).

Desse espaço resultaram:

- 1 - Um centro de cultura e congressos
- 2 - Um centro de alojamento com 45 apartamentos T1
- 3 - Um centro de convívio na casa principal da quinta
- 4 - Piscina, campo de ténis, ginásio e restaurante

Dá para pensar...

Com tanto dinheiro que entra na nossa Ordem, não será altura de pensarem nos “velhos”?...e em todos nós...

Porque não comprarem uma quinta, fazerem uma residência sénior, um centro de formação, um auditório, um centro de convívio, organizarem eventos culturais com exposições e música (já falei nisto privadamente com quem nos dirige sem ter conseguido motivá-los; sou sempre olhado como um “tolo” o que, às vezes, vindo de quem vem, agrada-me de sobremaneira)...há tanta coisa a fazer...uma Ordem ao serviço da classe é fundamental e necessária... neste momento será?...

O nosso dinheiro deverá ser bem gasto...com uma gestão ao serviço de todos nós...

Não ponho em dúvida a honestidade dos nossos dirigentes; mas posso questionar das suas prioridades...ou não?...

Poderão dizer-me que não será competência de uma Ordem executarem certas funções relacionadas com o que venho a refletir. E se lermos os Estatutos poderemos pensar que assim poderá ser.

Mas uma Ordem deverá direta ou indiretamente proporcionar aos seus membros condições de bem-estar e segurança... outras Ordens o fazem?...Como?...certamente haverá formas...certamente haverá se houver boa vontade e sensibilidade...

Há sempre “formas” quando se tem a sensibilidade para tal, e a força e querer para o fazerem.

E façam-nos antes que morremos...

**“A avançada idade é vivida, comumente, com um sentimento de penosa melancolia existencial. Paul Bowles, (N.Y. 1910, Tanger 1999), quando relembra factos passados, precedia-os deste estribilho: “ No tempo em que eu era vivo...” E Francisco Ayala (Granada 1906; Madrid 2009), filósofo espanhol, dizia “desde há já algum tempo que me sinto um antepassado de mim próprio”. E o mítico professor Elyσιο de Moura, falecido 1 mês antes de completar 100 anos, nas raras saídas do pequeno convento onde se acolhera no final da viuvez, apoiado no braço da Irmã Ressurreição, perguntava a quem o interpelava para carinhosamente o saudar: “Mas você conhece-me?” - Ó Sr. Professor! Então eu não havia de conhecer a sua tão estimável e inconfundível pessoa?! “-Mas olhe que eu já morri!”-“ respondia Elyσιο de Moura”.**

**“Procuram-se pessoas para chorar pelos velhos que nos asilos morrem. Podem apresentar-se sem carta de recomendação nem pedidos por escrito (...)”  
Wisława Szymborska  
Nobel de literatura, 1996.**

**AGORA PENSEM... FECEM OS OLHOS... E PENSEM... QUANDO AINDA TÊM CAPACIDADE PARA TAL... E SAIBAM QUE, COMO DIZIA DE GAULLE, “O FIM DA ESPERANÇA É O COMEÇO DA MORTE” ■**

#### Diretora:

Prof. Doutora Célia Coutinho Alves

#### Publisher:

Hermínia M. A. Guimaraes • herminia.guimaraes@jornaldentistry.pt

#### Consultor técnico:

Dra. Mathilde Tellechea

#### Jornalistas:

Marta Quaresma Ferreira • marta.ferreira@medianext.pt

#### Colaboradores da edição:

Dr. João Pimenta, Dra. Ana Paz, Dr. Orlando Monteiro da Silva, Dra. Sílvia Moreira Oliveira, Dra. Sónia Mendes, Dra. Cristina Neves, Dr. João Carlos Roque, Dra. Sandra Ribeiro, Dra. Mafalda Silva, Dr. Gonçalo Felizardo, Dra. Sofia Arantes-Oliveira, Eduardo Anitua DDS, MD, PhD.

#### Publicidade:

Hermínia M. A. Guimaraes • herminia.guimaraes@jornaldentistry.pt

Arte, Paginação e Pré-impressão: Teresa Rodrigues

Foto de capa: Daylene Rodrigues-Cuba

Ilustrações e fotografias em banco de imagens: Adobe Stock | IStockPhoto

Conselho Científico: Dr. André Mariz de Almeida, Dr. André Pimenta, Prof. Dr. António Vasconcelos Tavares, Dr. António Patrício, Dra. Carina Ramos, Prof. Dra. Célia Coutinho Alves, Dr. Carlos Mota, Dr. Dárcio Fonseca, Dr. Eduardo Carreiro da Costa, Dra. Eunice Virginia P. Carrilho, Dr. Fernando Duarte, Dr. Francisco Delille, Dr. João Pimenta, Dr. João Caramês, Dr. José M. Corte

Real, Dr. Luís Bouceiro, Dr. Luís Marques, Dr. Luís Passos Ângelo, Dr. Manuel Marques Ferreira, Dr. Manuel Neves, Dr. Miguel Moura Gonçalves, Dr. Miguel Nóbrega, Dr. Raúl Vaz de Carvalho, Dr. Miguel Stanley, Dr. Paulo Miller, Dra. Raquel Zita Gomes e Dr. Nuno Pereira

Esta edição *d'O JornalDentistry* foi escrita ao abrigo do novo acordo ortográfico

Editado por: Media Next Professional Information Lda.

Gerente: Pedro Botelho

Redação, Comercial, Serviços Administrativos e Edição:

Largo da Lagoa, 7-C - 2795-116 Linda-a-Velha, Portugal

Tel: (+351) 214 147 300

E-mail: geral@medianext.pt

#### Propriedades e direitos:

A propriedade do título *O JornalDentistry* é de Media Next Professional Information Lda., NIPC 510 551 866. Todos os direitos reservados. A reprodução do conteúdo (total ou parcial) sem permissão escrita do editor é proibida. O editor fará todos os esforços para que o material mantenha fidelidade ao original, não podendo ser responsabilizado por gralhas ou erros gráficos surgidos. As opiniões expressas em artigos assinados são da inteira responsabilidade dos seus autores, podendo não corresponder necessariamente às opiniões do editor.

#### Detentores de 5% ou mais do Capital Social:

Pedro Lemos e Margarida Bento

#### Impressão e acabamento:

Grafisol - Edições e Papelarias, Lda. - Rua das Maçarocas, Business Center, Abrunheira, 2710-056 Sintra

Embalamento: Porenvel - Alfragide, Portugal

Distribuído por: CTT Correios de Portugal S.A.

Depósito Legal nº: 368072/13

Registo na ERC com o nº 126 958, de 01/03/2017

Estatuto editorial: Disponível em [www.jornaldentistry.pt](http://www.jornaldentistry.pt)

Serviço de assinantes: E-mail: [assinantes@medianext.pt](mailto:assinantes@medianext.pt)

Se é médico dentista ou está ligado ao setor da medicina dentária poderá solicitar a sua assinatura gratuita, escrevendo para Serviço de Assinantes, enviando comprovativo de atividade para Largo da Lagoa, 7-C, 2795-116 Linda-a-Velha, Portugal

Preço de assinatura (11 números) Portugal 75€ Estrangeiro 95€

Tiragem: 5.100 exphares - Periodicidade mensal (11 edições)



ASSOCIAÇÃO  
PORTUGUESA  
DE IMPRENSA