

# O Estranho

<https://doi.org/10.21814/uminho.ed.23.14>

**Ermelinda Macedo**

Ermelinda Macedo (ORCID: [0000-0003-4053-2864](https://orcid.org/0000-0003-4053-2864)) é Professora Adjunta da Escola de Enfermagem da Universidade do Minho. É licenciada em Enfermagem, Doutora em Psicologia e Mestre em Educação-Área de Especialização: Educação para a Saúde. É detentora do Título de Especialista em Enfermagem da CPDESP e Enfermeira Especialista em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica.

De repente, fui apanhada numa armadilha muito dolorosa! Sem pedir licença a ninguém, silenciosamente, entrou um estranho na minha vida. Estranho em tudo: na sua origem; no seu comportamento; na sua forma! Enfim, estranhamente estranho. Nunca me tinha entrado na vida um estranho. Normalmente, entra na minha vida sempre alguém que eu quero que entre e de quem conheço o seu comportamento, sentindo-me confortável com a sua entrada. Desta vez, não foi assim. “Deixei” entrar um estranho na minha vida. Por que razão eu permiti tal coisa? Não tive alternativa. Mas por que motivo não tive alternativa? Porque este estranho é silencioso e eu não o ouvi, nem senti. Entrou pé ante pé. Foi uma armadilha, foi! Começo a sentir que este estranho entrou, não apenas na minha vida, mas em todo o mundo. Pois, mas eu faço parte desse mundo. E agora? Está em todo o mundo. Afinal, não fui só eu que deixei entrar este estranho na vida. Afinal, ele pregou uma rasteira a todo o mundo. E agora? Fiquem em casa! Fechados em casa! Sítios parados! Escolas paradas! Economia parada! Aldeias, vilas e cidades completamente paradas! Asfixiou-nos num silêncio ensurdecedor.

Vou à varanda e até oiço o chilrear dos pássaros. Que difícil é este sentir! Mas como posso pensar que é difícil ouvir o chilrear dos pássaros? Talvez porque me querem dizer que está tudo parado e, isso, entristece-me.

Mas o estranho faz mais. Enquanto alguns trabalham arduamente, horas a fio, desde profissionais de saúde, cantoneiros, trolhas, profissionais que trabalham nos supermercados, os motoristas de transportes de bens essenciais, as forças de segurança, entre outros, ele vai ceifando vidas e vai separando pessoas, que não lhe deram permissão para entrar. Que ousadia! A cidade acorda e adormece em silêncio. Alterei a minha vida, por completo. Mas que atrevido é o estranho! Mas, como estranho que é, tenho muito respeito por ele. Nunca se sabe o que um estranho pode fazer! Deste, agora, já vou sabendo alguma coisa, mas, quando ele entrou, pé ante pé, não sabia nada. E não saber nada sobre alguma coisa é muito estranho, também. Fiquei insegura, não sabia o que pensar nem como pensar.

Limpei a casa até à exaustão. Até o estendal de roupa limpei e perguntei a mim mesma se os estendais de roupa se limpavam, mas eu limpei. Apanho migalhas do chão, quando antes não as via.

Revisitei os álbuns de fotografias. E falei muito comigo. Olha, esta é em Veneza com os canais sujos pelos humanos; esta é em Florença; esta é em Milão, no Duomo, e a praça estava cheia como um ovo; esta é no lago de Como; esta é em Roma, como é bonita a cidade, palmilhei-a a pé; esta é em Génova, ainda com a ponte que caiu no ano seguinte; esta é em Portofino; esta é Turim na Mole Antonelliana e utilizei o elevador panorâmico para ver a cidade de cima e fui vendo o museu nacional de cinema; esta é em Verona, onde deixei lá um laço apertado; esta é em Bolonha, onde temos a possibilidade de não nos molhar, se estiver a chover, porque os seus pórticos nos protegem; esta é em Pisa, a torre está mesmo inclinada!; esta é em Siena, entre outras cidades de Itália. Vi uma Itália feliz, com gente na rua, com músicos de rua, com dança de rua, com festas de rua, nomeadamente as comemorações do seu 25 de abril em Milão. Depois, passei para França. Esta é em Paris; esta é Estrasburgo, e como gostei da la Petite France! e percorri a Alsácia francesa; esta é em Poitiers e fui mostrar o Futuroscópio ao meu filho que fica lá perto; esta é na Disneyland Paris, e como eu gostei de reviver a infância! Vi uma França feliz, com gente na rua, com músicos de rua, com dança de rua. Esta é em Gent; esta é em Bruges toda florida! esta é em Bruxelas, onde andei à procura do Manneken Pis e lá o encontrei, despido. Vi uma Bélgica feliz, com gente na rua, com músicos de rua, com dança de rua. Esta é em Amesterdão, onde ia sendo atropelada por uma bicicleta. Vi Amesterdão com gente na rua, com músicos de rua, com dança de rua. Esta é em Madrid; esta é em Burgos, com a sua muralha que podia protegê-la do estranho, mas nem as cidades com muralhas escaparam; esta é no Mónaco; esta é em Nice; esta é em Genebra, esta é em Barcelona, esta é na calorenta Sevilha; esta é em Granada, que gravei no verão e no inverno; e tantas cidades espanholas. Vi uma Espanha feliz, com gente na rua, com músicos de rua, com dança de rua. Esta é em Londres, em Portobello Market; esta é em Liverpool, onde o Cavern Club estava a abarrotar com pessoas de copos de cerveja na mão e a ouvir e cantar músicas dos Beatles. Vi uma Inglaterra com gente na rua, com músicos de rua, com dança de rua. Esta é em Cork; esta é em Dublin. Vi uma Irlanda com gente na rua, com músicos na rua, com dança de rua.

Estive imenso tempo a ver os álbuns com fotografias impressas e outros digitais! Sim, porque o estranho “ofereceu-me” este tempo. Viajei novamente, mas em casa! Todas estas cidades e outras, tinham vida própria, muita gente, muito movimento

e azáfama ao rubro. Algumas muito sujas, é certo! E agora? Como é triste ver como o estranho as transformou! Como o estranho é cego, surdo e mudo, que matou tantas pessoas, que nunca o chamaram às suas vidas! Confesso que fiquei angustiada, porque não sei quando o estranho deixa estas cidades viver a sua vida e me permite outra vez fazer uma das coisas que mais gosto - viajar. Fechei os álbuns, porque tive a sensação que não me estava a fazer bem ver estas fotografias.

Como se vive sem cultura? Dizem-me, se fazem favor? Os espetáculos de teatro não se realizam; os concertos de música também não; festivais de verão cancelados; a festa do Avante, não sei!!!??? Como vivem os artistas nesta altura? Mal! Ouçamo-los e percebemos tudo. Eles tentam oferecer-nos aquilo que sabem fazer, via *online*, mas não é a mesma coisa. O melhor será, então, ler os livros e ver os filmes que estavam em lista de espera. Um dia destes, uma amiga colocou-me no elevador um saco plástico, devidamente desinfetado, disse-me ela, e eu acredito. É uma pessoa muito responsável, a minha amiga. Abri o saco e saiu-me “A Amiga Genial”, de Helena Ferrante (não se sabe se é o verdadeiro nome da escritora). Devorei-o. Não é que eu não tivesse os meus em lista de espera, mas, como gostei muito deste gesto, li logo este. Agora, já tenho o segundo volume, porque fui levar o primeiro à minha amiga. Telefonei-lhe e combinámos a entrega: colocava o livro na caixa do correio, dentro de um saco de plástico desinfetado. Claro que o fiz com todas as regras de segurança que o estranho me impôs. Quando lá fui, já tinha na caixa do correio o segundo volume. Sim, ela fez bem, porque eu gostaria de saber o que iria acontecer, essencialmente, a Elena Greco, a personagem que eu mais admirei no primeiro volume. Já estou a ler o segundo volume. Vou dizer, mas em surdina: o estranho, neste aspeto, ajudou-me a lembrar que a vida não é só trabalho. Desculpem os que assim não pensam. Quem somos nós sem lermos livros (não académicos), sem ouvir música, sem assistir a um ou outro espetáculo de música, teatro, dança?

O estranho veio “parar” a minha cabeça, que andava num rodopio académico e, em surdina, mais uma vez, digo, neste aspeto, fez bem. Eu decidi dar corda à minha cabeça e deixou de estar parada no mundo académico, assumo! Se for apenas para isto, eu vou deixar entrar o estranho outra vez na minha vida. Só para isto, entenda-se!

Não resisti, e abri outro álbum. Olha, nesta foto estou grávida! Até era uma grávida bonita, modéstia a parte, pensei comigo. Revisitei tanta coisa, porque, ao mexer numa casa, encontram-se “coisas” que sabemos que temos, mas não sabemos muito bem onde se encontram. Encontrei tudinho! A minha casa é, também, a minha história, pensei.

Quando encontrei tudinho, em algumas situações, emocionei-me, chorei, sorri... e veio-me à ideia que o meu sistema límbico poderia estar “avariado” com este confinamento. Por outro lado, considerei, ou melhor, ponderei que poderia ser normal e não liguei para as linhas de apoio mental e emocional que a Direção Geral da Saúde e outros grupos de apoio, que de forma voluntária, colocaram à nossa disposição. Que o estranho mexeu com as minhas emoções e com o meu comportamento disso eu não tenho dúvidas! Ora! Agora, é normal eu andar a apanhar migalhas insignificantes do chão, limpar o estendal de roupa e a emocionar-me quando vejo fotografias? Mas eu já me emocionava facilmente. Ah, também encontrei uma pintura feita pela minha irmã e o meu filho, quando era pequenino.

Pensei e penso na morte. Apregoamos todos os dias a dignidade na morte e no morrer, e este estranho deixa que as pessoas morram sem o querer e que, depois de mortos, sejam enterradas em qualquer sítio, nomeadamente em valas comuns, em caixotes de madeira e, sei lá bem como, e mais grave e mais doloroso, sem que os familiares se despeçam. Como se faz o luto destas pessoas? É só ouvir testemunhos de quem já passou por isto: vozes embargadas; desespero no olhar; tristeza profunda; angústia, que deve apertar, até deixar de respirar! Não é justo! Não é humano! Não foi isto que eu vivi e que eu aprendi! Já pensei que, se a morte bater à minha porta, porque afinal eu e a minha família e amigos somos deste mundo onde o estranho entrou, não sei o que faria. Dá vontade de entrar pelo cemitério, ou pelo crematório adentro e fazer o que se deveria fazer, mas este estranho não deixa! Não deixa mesmo! A quem já lhes morreu alguém muito querido, tentem imaginar o que seria se não se pudessem despedir, beijar, abraçar. Também não é preciso mais nada. Nestes momentos, apenas a presença das pessoas é suficiente, apenas a presença, em silêncio, com abraços, sim. Um abraço faz sempre muito bem. Mas as autoridades de saúde e governamentais, a mando do estranho, disseram-nos que as regras mudaram. Continuo a dizer: Não é justo, não é humano, mas ele é que manda!

E a fome? Sim, eu sei que já existia, mas veem-se cada vez mais filas de pessoas de todas as cores, credos e classes sociais à porta de instituições de solidariedade social, à procura de comida. Famílias inteiras sem rendimentos, porque o estranho “mandou” parar tudo! Já nem apetece falar das condições em que viviam e vivem ainda pior determinados povos e refugiados, mas vou falar. Momentos difíceis estes! Momentos que pensamos que nunca podiam vir a acontecer; momentos que, quando chegaram, foram uma absoluta surpresa; momentos desastrosos; momentos que provocam, em certas pessoas, um sofrimento tal que não se percebe como resistem; momentos indescritíveis de tanta miséria e angústia para muitos; momentos em que falta tudo a alguns; momentos em que as pessoas não conseguem dizer absolutamente nada e os discursos de alguns que falam são dramáticos; momentos em que algumas pessoas só pedem o essencial.

Entram-nos em casa imagens dramáticas! Desligo a televisão. Falo comigo própria: não quero ler mais notícias sobre este estranho! Custa-me muito ver imagens assim. Emociono-me muito! Às vezes, gostaria de ser diferente, mas sou como sou e... ponto.

Confesso que perdi a vontade de escrever artigos científicos, mas tenho de escrever, porque, se não o faço, fico “para trás”. Não tive e ainda não tenho vontade. Tenho esse direito, não tenho? Dão-me essa permissão, Sr.<sup>a</sup> Presidente da Escola Superior de Enfermagem e Sr. Reitor da Universidade do Minho? Só preciso de dar tempo a que o meu sistema límbico recupere.

Também ligo a televisão. Fazia-o mais no início da entrada do estranho. Agora, só o faço à noite, ao serão. Pensei que era uma forma de proteger a minha saúde mental. E lá estão eles a falar (ainda) de curvas para a frente, curvas para trás; queremos achatar a curva; material de proteção não chega; ordens profissionais a reclamarem melhores condições de trabalho para quem representam; fronteiras fechadas; aeroportos fechados; lavar as mãos; desinfetantes de todas as qualidades; máscaras de todos os feitios e cores, teletrabalho; telescola, confinamento; distanciamento social; ventiladores, como colocar a máscara; não mexer no nariz nem na boca... O estranho é exigente! E é. Continuo, como todos, com o estranho na minha vida. À noite, ao serão, começo a ouvir as notícias e vou para a *Netflix*, porque já não aguento ouvir falar das coisas más que o estranho trouxe à minha vida e à dos outros.

Bem, agora, já se pode “desconfinar” (penso que foi a palavra mais dita, a par de “confinar”, “isolar”, “quarentena”), mas devagarinho. Lembram-se da pintura que eu encontrei feita pela minha irmã e pelo meu filho quando era pequenino? Mal foi possível “desconfinar”, procurei uma casa que pudesse estar aberta, a partir do dia 4 de maio, e fui logo emoldurá-lo! Não fosse isto voltar para trás e voltar a ficar encerrada em casa. Ficou bonito! Muito colorido! Deu cor ao meu hall de entrada. Eu preciso de cor para viver!

O que este estranho me pôs a fazer! Desculpem-me dizer uma coisa: vou dizer em surdina, outra vez. Sobre isto, eu tenho de lhe agradecer. Deu-me tempo para rever a minha casa; rever a minha vida; rever o meu passado que, em tempos “normais”, não conseguia fazer.

Mas ele ainda anda aí. Confesso que tenho cumprido todas as normas de segurança, por mim e pelos outros, mas é uma canseira.

Quando saio de casa, tenho de pensar nos procedimentos. Faço a minha rotina normal de manhã muito cedo, porque o sono também desregulou e, depois, começo a pensar no procedimento para sair. Não tenho arroz nem batatas em casa e, por isso, tenho de ir ao supermercado. Pego em papel higiénico para abrir a porta do elevador, para pressionar os botões do elevador; para abrir a porta do prédio, sempre com o mesmo papel. A seguir, porque tenho um contentor à entrada do prédio, coloco-o lá. Mas fico a pensar: Será que o papel me protegeu? Fico na dúvida! Então, pego no meu desinfetante que, conscientemente, meti na carteira e desinfeto as mãos. Esqueci-me de dizer que saio com a máscara, mesmo que não quisesse proteger-me, nem proteger os outros, coisa que nunca faria, não me deixam entrar no supermercado sem ela. Vejam só que até na colocação da máscara eu tive dúvidas! É com o verde para fora ou para dentro? Depois pensei: Tenho de ter em atenção as dobras. Quando regresso, utilizo outro papel para a porta e para os botões; descalço-me à porta e, se tenho compras comigo, é mais uma coisa a complicar. Tenho tanto medo de me enganar na ordem dos procedimentos! Nos primeiros dias, não sabia como lidar com as compras. Onde pouso os sacos? O que faço com o que tenho lá dentro? Lavo a fruta? Comprei desinfetante de bancadas, também. Separei escovas de dentes, só duas, porque a terceira não está cá, foi com o meu filho viver para outro sítio, porque é médico e não queria ser um veículo de transmissão do estranho. É que, como já disse, o estranho é exigente! Ainda por cima,

e já não bastava esta canseira, obrigou-me a não “ter comigo” e a não “sentir” os meus alunos, a minha família, os meus amigos e, essencialmente, o meu filho.

Estou em teletrabalho, mas este não permite sentir o “borbulhar” dos meus alunos como em sala de aula. Não é, de todo, a mesma coisa. Não sou muito apreciadora de falar para uma máquina e muito menos para retângulos e, ainda por cima, alguns estão pretos. Não sinto nada. Parece que não sinto *feedback* dos “meus” alunos. Eu tento, mas penso que não consigo. Sessões síncronas, sessões assíncronas, teletrabalho são palavras de ordem neste momento. Fui apanhada de surpresa! Tive de olhar para dentro de mim, pegar em mim ao colo e reestruturar-me. Deu trabalho. Afinal, eu nunca tinha trabalhado desta forma e tive de aprender rápido e, ainda assim, penso que não sei nada. Pedi ajuda, claro! Telefonema para cá, telefonema para lá e lá fui andando e vou andando. Vou deixando de pegar em mim ao colo e passando a andar sozinha neste caminho incerto. O que temos de fazer, quando saímos da nossa “zona de conforto”, na qual fazemos o que sabemos fazer, para passar a uma “zona de desafio”, que implica fazermos aquilo que não sabemos fazer? Confesso que estive alguns dias na “zona de atracagem”, aquela que nem se faz o que se sabe fazer. Foi, nesta altura, que peguei em mim ao colo e sentia todo o meu peso nos meus braços. Foram dias para refletir e pensar como dar a volta a este estranho. Eu sentia que valia a pena, porque o movimento que eu fazia nestas tarefas era acompanhado de qualquer coisa viva, de esperança, penso eu.

A Universidade do Minho está a fazer o seu melhor, e a “minha” Escola (Escola Superior de Enfermagem), também. No email caem muitas circulares da Reitoria e da “minha” Escola, ora sobre as aulas à distância, ora sobre a avaliação, ora sobre proteção de dados, ora sobre plataformas de teletrabalho, ora sobre exames de recurso, ora sobre planos de estudos de transição. Enfim, a trabalhadeira que o estranho está a dar. As “dores” que o estranho me trouxe.

A minha vida, como a de todos, esteve, e ainda está, quase em suspenso. As comemorações dos aniversários das pessoas queridas foram à distância, excetuando o do meu filho, que não aguentei, e fui vê-lo. O dia da mãe foi estranho! Nem fui ver a minha, com 92 anos, que está a viver noutra concelho e, nesse fim de semana, a ordem era para não sair do concelho de residência, nem vi o meu filho. A Páscoa foi o que foi e, por falar nisso, no domingo de Páscoa, bem cedo, vagueei pela cidade devidamente



protegida e não vi viva alma. Era um silêncio perturbador. Registei o vazio e o silêncio no meu telemóvel da Páscoa em Braga, no ano 2020. Vejam bem, a Páscoa em Braga em suspenso! Logo em Braga! As festas populares foram canceladas. Confesso que o S. João cancelado a mim dá-me um certo jeito, porque ele vem ter mesmo comigo, a minha casa. São dias em que não há sossego nesta rua. Mas não tenho nada contra o S. João, muito pelo contrário, mas o estranho é que assim quis e temos de lhe obedecer! O S. João e outras festas, quer gostemos delas ou não, são festas importantes para Braga!

Vou ao cabeleireiro esta semana. Tentei marcar logo que o estranho me deixou, mas, como só podem permanecer dois clientes no espaço, tive de esperar. Vou de máscara, de desinfetante e logo se vê. Sim, porque ir ao cabeleireiro também é importante. Melhora a minha autoestima, embora eu não fosse uma cliente muito assídua. Pode ser que comece a ser mais assídua.

Agora, depois disto tudo, começo a pensar que mereço cuidar mais de mim. Deixei de pensar no supérfluo, em algumas “coisas” que eu pensava que eram muito importantes e não são. Vou colocá-las no lixo. Espero conseguir! Espero, mesmo! Se precisar de ajuda para que isso aconteça, juro que peço! Quero ter a minha cabeça aberta para o mundo todo, de uma vez por todas! Eu já tinha um bocadinho, mas, agora, percebi que não era o suficiente. O estranho limpou a Terra. Veem-se as estrelas como nunca; ouvem-se as aves como nunca; o dióxido de carbono diminuiu drasticamente; os rios e mares estão muito mais limpos, porque o estranho assim o quis.

Permitam-me que transcreva para este texto umas palavras que, um dia, eu escrevi a propósito do tema “enigma” - “O que vai ocorrer daqui a alguns dias na vida de cada um? É desconhecido. Como vamos reagir aos acontecimentos ocorridos? Não adivinho. Como vão reagir as pessoas ao meu comportamento? Não sei. O que esperam as pessoas de mim? Não faço ideia. O que espero dos outros? Tenho uma ideia, mas não arrisco ter certezas. Que acontecimentos são previsíveis? Já se soube mais relativamente a alguns; as variáveis alteram-se. Porque ocorrem determinados fenómenos naturais (e, agora, permitam-me que eu acrescente epidemiológicos)? Várias explicações aparecem para os justificar. Como se reorganizam vidas interrompidas por fenómenos devastadores? Só consigo dizer que deve ser muito difícil. Apesar das fantásticas descobertas científicas e tecnológicas, porque é que vários tratamentos funcionam em algumas

peças e noutras não? O que fazer na individualidade que nos define ainda é um campo a descobrir? Ao que parece, sim. Quantas questões se poderiam colocar que se afiguram difíceis de obter resposta? Um número indefinido. Quantas respostas com incerteza se poderiam avançar? Muitas. A vida é um conjunto de mistérios? Talvez.”

Também entendo como fundamental compreender como as pessoas estão a vivenciar a vida deste estranho, porque cada um a sente de forma diferente. Inspirei-me, um dia, quando li Pio Abreu (2005, p. 23), a propósito da compreensão que, a determinada altura, afirma: “Para compreender é necessário experimentar, atualizar as vivências do outro dentro de nós, na nossa interioridade.” E, neste caso, o estranho não causou estragos iguais. Entrou nas vidas de cada um de forma diferente.

Eu gosto de pensar, como canta Sérgio Godinho, que “hoje é o primeiro dia do resto da minha vida”. Sinto-me bem, quando percebo o “hoje” como o primeiro dia da minha vida. Dá um sentido temporal à minha vida. Dá um sentido útil ao “agora”, porque é o primeiro dia e, por ser o resto da minha vida, precisa de ser pensado para preparar o resto: o futuro.

O estranho transformou a Terra, enquanto espaço físico. Espero, também, que transforme o ser humano na forma de “ver” e “sentir” as pessoas e o mundo.

Não sei o que vem aí. Quem me dera saber! Só sei que este estranho trouxe uma doença - A COVID-19 (“Co” de Corona; “vi” de vírus; “d” de Disease e “19”, o ano em que se teve conhecimento da sua existência). É devastadora!

Temos de proteger-nos deste estranho e cuidar uns dos outros. Agora, escrevi a palavra “cuidar”, porque me saiu ao correr da pena. Mas não posso fazer isso. Essa palavra merece respeito!

Hesbeen (2004, p. 9), quando se refere “cuidadosamente” à palavra “cuidado”, pergunta: “O que escrever, de facto, sobre uma palavra tão comum, mas também intrinsecamente essencial à vida e ao futuro do mundo, sem ao menos correr o risco de a reduzir ou aprisionar numa visão tão abstracta? Como partilhar, como comunicar, o que representa para mim o cuidado, ainda que a sua natureza, tal como a concebo, me leve a pensar que ela pertence à categoria de palavras de conteúdo indescritível? Não nos encontraremos, por outro lado, numa situação idêntica àquela em que nos

encontramos com outros vocábulos? Como dizer, com efeito, o amor, a vida, a saúde o prazer, o desejo...?” Eu percebo as questões de Hesbeen!



E, porque sou docente numa Escola de Enfermagem, e porque também sou enfermeira, não posso deixar de agradecer a Bansky o seu presente. A criança também deixou os seus heróis para trás...deixou de lhes dar importância, tal como eu fiz, ou quero fazer, com muitas “coisas”.

Para todos os que não pararam de trabalhar e em especial aos profissionais de saúde, que trabalharam sempre com o estranho a circundá-los e a correr em contra-mão, se algum dia este estranho se for embora, cada um de vós faça, porque merece, o que canta Chico Buarque na sua linda canção “Construção”: “Senta-te para descansar como se fosses sábado, príncipe ou pássaro”.

Este é o melhor retrato que consegui fazer sobre este estranho que entrou na minha vida, sem pedir licença!

#### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Pio Abreu, J.L. (2015). *Introdução à psicopatologia compreensiva* (7ª ed.). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

Hesbeen, W. (2004). *Cuidar neste mundo*. Loures: Lusociência - Edições Técnicas e Científicas, Lda.