

Portugal de bengala: o país onde velhos cuidam de velhos... e o tempo não reforma ninguém

Há um tipo de espelho que a sociedade raramente olha de frente. Portugal tornou-se num desses; um país onde velhos cuidam de velhos, uma espécie de roda geriátrica, em que a bengala passa de mão em mão, como o bastão de uma corrida que já ninguém tem pressa de terminar. Aqui, o envelhecimento não é um dado demográfico; é quase um desporto nacional, com medalhas para paciência e provas diárias de resistência física e emocional. Este espelho com múltiplas facetas – sociais, familiares, económicas, institucionais, mostra que, por trás de estatísticas e protocolos, existe uma geografia de afetos, fadigas e rotinas onde a mulher quase sempre ocupa o papel de atriz principal.

Este cenário é no mínimo perturbador. O envelhecimento populacional e, por conseguinte, o incremento das doenças crónicas ampliam o número de pessoas dependentes no autocuidado e, consequentemente, o número dos cuidadores, muitos deles também idosos. O cuidado deixa de ser um ato isolado e transforma-se numa trama de relações intergeracionais que, por vezes funcionam como rede e, não menos vezes, como um “nó apertado”.

Há de facto uma ironia silenciosa nestes arranjos: os cuidadores envelhecidos convivem com limitações físicas próprias, enquanto se esforçam por suprir as necessidades alheias. É como pedir a um sapateiro com artrite para consertar sapatos – sabe o ofício, sabe o gesto, mas o corpo já não acompanha a cadência. Este saber prático mistura-se com um capital simbólico: reconhecimento social reduzido, visibilidade académica quase nula e uma rotina raramente chamada de “trabalho”. E quando se fala de invisibilidade é impossível não enfatizar o género.

Eu sou mulher e Enfermeira! Convido todos a imaginarem o seguinte cenário: uma senhora de setenta e oito anos a dar banho ao marido de oitenta e cinco, enquanto se queixa das costas e promete que no dia seguinte vai ao médico – o mesmo médico que, curiosamente, é mais novo do que o frigorífico lá de casa. É o retrato contemporâneo de um país que vive mais, mas não necessariamente melhor. O tempo alongou-se, mas o descanso ficou para outra encarnação.

E no centro deste palco mediático, quem reina? A mulher, claro! Essa entidade quase mítica que, mesmo com o colesterol em rebelião e os joelhos a ranger como portas velhas, continua a ser o pilar da família, a “enfermeira improvisada”, a psicóloga, a empregada doméstica e por vezes, a paciente em lista de espera. É a santa laica do quotidiano português, canonizada à força pela falta de alternativa.

Dizem que o cuidado é um gesto de amor. É verdade, mas é também um contrato invisível, redigido pela tradição e assinado com culpa. Desde pequenas, muitas mulheres aprendem que cuidar é o seu verbo natural. Cuidar dos filhos, dos pais, do marido, do cão, da sogra, da casa, das plantas e, quando tudo o resto falha, cuidar de si mesmas, mas sempre por último, e de fugida. Somos um país onde o descanso da mulher é uma lenda urbana, tão mítica quanto o monstro do Lago Ness, só que com pantufas.

Enquanto isso, os homens, os que escapam ao papel de cuidador (pois a realidade vai mudando, mas em câmara lenta), observam, muitas vezes, com uma espécie de ternura desajeitada. Alguns ajudam, é certo, mas outros preferem manter-se na sua função tradicional de “apoio moral”: isto é,

sentados no sofá, comentando que “estas coisas não são fáceis”. Há exceções, naturalmente. Há velhos homens que cuidam com a dedicação de um jardineiro paciente, mas a verdade é que, na maioria das casas, o cuidado tem perfume de creme Nívea e som de chinelos arrastados.

E é aí que o humor entra como forma de sobrevivência. Entre os Tupperwares de comprimidos e o aparelho auditivo que insiste em morrer na hora errada, o riso é remédio de largo espectro. A comédia quotidiana: o remédio tomado duas vezes, a TV ligada no volume eterno, a mão que insiste em ajeitar a manta, é muitas vezes, a cola que mantém a convivência intacta. O humor é a vitamina D dos afetos e mantém o esqueleto da relação de pé, mesmo quando as articulações da vida já chiam.

A verdade é que o país envelheceu e o Estado parece andar de andarrilho. Há apoios, sim, mas chegam tarde, como o autocarro das seis que vem às sete. As famílias continuam a ser o grande “lar improvisado”, onde o amor se mistura com cansaço, e o dever se disfarça de carinho para não parecer castigo. É a economia oculta da velhice: o PIB do afeto, sustentado por mulheres que fazem de “enfermeiras sem diploma” e de cuidadoras sem férias.

O fenómeno dos velhos que cuidam de velhos tem, portanto, uma dupla ironia. Primeiro, porque é uma inversão poética: quem cuidou agora precisa de cuidados, e quem precisa de cuidados ainda cuida. Segundo, porque mostra como a sociedade ainda espera que o envelhecimento se resolva “em casa” ...esse eufemismo encantador para “cada um que se amane”. Em muitas das nossas aldeias, há casas onde os medicamentos têm mais presença que as visitas e onde o amor, apesar de cansado, continua a fazer de “enfermeiro de turno”.

Mas há também beleza nesse caos doméstico. Há ternura nas mãos trémulas que se procuram, nos pequenos gestos de rotina—cortar o pão, estender a roupa, aquecer a sopa. É um amor que não se exhibe nas redes sociais, porque não tem filtros nem hashtags: só o som ritmado do relógio e o cheiro a canja. E é um amor de teimosia, porque cuidar, no fim, é também resistir à erosão do tempo.

A feminização do cuidado, no entanto, não é mero acaso biológico. É herança cultural, legado de séculos em que o “instinto” feminino serviu de desculpa para uma desigualdade prática. O homem podia ser engenheiro, capitão, santo ou pecador. A mulher, invariavelmente, era também “enfermeira”, mesmo quando ninguém lhe pagava o trabalho. E essa naturalização do cuidar é o truque mais antigo do patriarcado: transformar obrigação em vocação.

No fundo, é preciso rir! Rir para não chorar e, sobretudo, rir para continuar. Porque a velhice em Portugal tem um sentido de humor muito próprio: às vezes trágico, às vezes sublime. É o país onde as pensões são pequenas, mas o coração é grande e onde as rugas são mapas de histórias. Onde as mulheres, incansáveis, continuam a cuidar dos outros com uma mistura de amor e ironia, como quem diz: “Se não fosse eu, isto já tinha fechado para obras”.

Velhos a cuidar de velhos é mais do que um fenómeno, é incontornavelmente um espelho do futuro. E talvez... quando chegar a nossa vez, já não precisemos de disfarçar o cansaço com ditados populares. Talvez possamos cuidar uns dos outros com menos heroísmo e mais estrutura; com menos sacrifício e mais reconhecimento. Mas até lá, o país continuará a sobreviver à base de sopas quentes, meias de lã e piadas partilhadas entre dois corações com pacemaker.

No fim de contas, cuidar é o verbo mais português que há: conjuga-se com amor, sofre-se em silêncio e rima com o inevitável “ai”. E se o amor, como dizem, é paciente, então o nosso é seguramente crónico.