

## Transcrição de Entrevista 1

Características	
<b>Sexo</b>	Feminino
<b>Idade</b>	48
<b>Estado Civil</b>	Casada
<b>Agregado Familiar</b>	Marido
<b>Nível Educacional</b>	9º Ano
<b>Situação Laboral</b>	Desempregada

Tabela – Características Sócio-Demográficas

**Entrevistadora:** Queria começar por saber como é o seu dia-a-dia, desde que acorda de manhã...

**Participante:** O meu dia-a-dia olha... de manhã acordo assim geralmente muito mal disposta, quase todos os dias, é verdade, mal disposta a nível mesmo... interior... não sei se é estômago, não sei, talvez, quase todos os dias. Geralmente durmo bastante bem, geralmente, não é sempre e acordo quase sempre mal disposta, não sei se também é falta de comida, porque é muito tempo sem comer e depois... ah... estou assim um bocadinho e tal, levanto-me, vou à casa de banho, faço aquilo tudo que tenho a fazer, higiene, tudo, visto-me... faço o pequeno-almoço para mim e para o meu marido, o meu marido sai para o trabalho, eu começo a arranjar os meus animais, deitar feno às ovelhas, arranjar erva para depois lhes deitar à noite ao chegar, arrumar o meu quarto, pôr roupa a lavar e a secar, se tiver, se for altura e se tiver coisa que chegue, pronto para meter na máquina e, às vezes arrumar as roupas ou isso, se tiver tempo, às vezes tenho, outras vezes não, depende também daquilo que faça. Ah... se o tempo estiver bom, o tempo chega, parece que para tudo e então eu faço outras coisas, estou na horta a fazer uma coisa qualquer ou isso, pronto. Depois arranjo as coisinhas para trazer para a escola, mudo de roupa e preparo-me e venho para aqui. Estou aqui... ah... às vezes chego aqui assim... como saio muito em cima da hora, chego aqui assim e tomo qualquer coisa antes de entrar, porque depois é muito tempo para estar até à hora do intervalo. Às onze menos cinco é o intervalo, eu venho ao intervalo e tomo qualquer coisa outra vez, às vezes... por exemplo, agora como ao almoço, só como a sopa, agora apanhamos o vício de só comer a sopa ao almoço e como só como a sopa então tomo o pequeno-almoço às onze menos cinco, uma sandes com queijo e fiambre ou... ou queijo e chouriço, às vezes que tenha, é muito raro, porque eu não posso comer carnes vermelhas nem fumados então é raro mas, às vezes, faço. E depois... depois torno ir para a escola, depois ao almoço vou almoçar então a sopa, só como a sopa, ainda por cima tomo um medicamento com um bocadinho de água e depois torno vir para aqui assim chatear a cabeça. Às três e um quarto torno a vir, tornamos a vir ao intervalo, torno outra vez a comer uma sandes, no pequeno-

almoço de manhã tomo com a sandes tomo um pingo clarinho, à tarde como uma sandes outra vez de queijo e fiambre ou manteiga ou... conforme o que me apetecer, mas geralmente é queijo e fiambre que trago de casa, geralmente, principalmente o queijo e o fiambre porque o pão compro aqui, porque gosto muito do pão que há aqui e compro aqui, mas o queijo e o fiambre geralmente trago de casa. E depois... e uma meia de leite que a tarde é sempre maior e a... depois pronto, às cinco e meia vou-me embora, às vezes vou pela minha filha, outras vezes não. Se... chego a casa... ponho, tenho roupa a secar apanho, dobro passo a ferro, faço depois o jantar, deito de comer aos animais outra vez, depois vou fechar essas coisas todas, até que depois no fim do jantar arrumo a cozinha, no fim de arrumar a cozinha, às vezes vou para o computador, umas vezes digo ao meu marido: “vou trabalhar”, às vezes até não vou, vou jogar só para não me chatear e para desanuviar também a testa, outras vezes vou mesmo fazer trabalhos que preciso de fazer, pesquisar ou assim e depois deito-me por volta das dez horas, porque tenho, não sei porquê, não sei porque é que todas as pessoas não são iguais, tenho que dormir muito, se não dormir muito ando mal disposta. Se às vezes ando mal disposta dormindo, se não durmo então é demais e então geralmente deito-me mais cedo e é esse o meu dia-a-dia, assim um dia-a-dia bastante preenchido.

**E:** É a dona (omitido para preservar anonimato) que vai às compras?

**P:** Sim, sim, sim.

**E:** E que faz a alimentação?

**P:** Sim. Pronto que geralmente, tem dias que também ao ir daqui, às vezes vou pela minha filha, outras vezes vou às compras. Outras vezes faço as compras até na hora do almoço ou... mas sou que faço as compras.

**E:** É a dona (omitido para preservar anonimato) que é responsável pela casa?

**P:** Por tudo... no que respeita a essas coisas, sim.

[...]

**E:** Desde que foi diagnosticada a doença alterou muita coisa nos hábitos familiares?

**P:** Não muito, porque é a tais coisa... ah... desde que descobri isso que está quase tudo igual. Antes sim, no início sim, porque no início é a tais coisa, tudo me fazia mal: “não podes comer isso porque te faz mal, não podes comer aquilo porque faz mal”. Por exemplo, hoje eu não bebo vinho, porque mesmo... não me cai... pronto eu gostava de um copinho de vinho à hora do almoço ou do jantar, principalmente ao almoço e hoje, primeiro não bebo porque não me sinto bem e segundo não bebo, porque tomando a medicação acho que me vai cortar um bocado o efeito da medicação. Então não bebo.

[...] Eu posso comer de tudo, só tenho que comer aquelas doses e àquelas horas e não comer em demasia. Só tenho que seguir aquelas regras que não comer fora daquelas doses, de resto posso comer de tudo. A gente, ao fim ao cabo vai ter uma vida normal, que antes não tinha. [...] Sei que posso comê-la estufada (carne), por exemplo, desde que não meta... aqueles, aqueles

ingredientes, aquelas gorduras. Sei que posso comer uma carne estufada como qualquer pessoa pode comer. [...] E tenho controlado.

**E:** E assim agora já não faz diferente para si...

**P:** Não, faço para mim e para o meu marido, faço igual. Eu como tudo como ele, só que como menos que ele.

**E:** Nas compras mudou alguma coisa?

**P:** Agora não, compro normal, como comprava. Só que, por exemplo... e depois é uma coisa que também não posso tirar a ele... aquilo que ele gosta por causa minha, não é? Então por exemplo, para ele faço... por exemplo, hoje não mas ah... no sábado passado, por exemplo, fiz esparguete com carne de vaca, eu não como porque não posso, sei que não posso comer, mas comi esparguete e a carne... comi esparguete sozinho, pronto, não comi carne, comi o esparguete sozinho sem nada, sem mais nada, nesse dia não tinha legumes nem tinha nada, comi o esparguete só e ele comeu o esparguete com carne. Pronto nessa parte eu, as compras faço igual e faço a comida igual, chouriços, tenho sempre chouriços caseiros, cozo e ponho para ele, não como a carne.

[...]

**E:** Agora tem sintomas?

**P:** Às vezes, mas é muito raro, muito raro e quando, às vezes tenho vou logo medir porque sei que qualquer coisa ali não está bem, ou baixos ou altos estão, então... mas é muito raro as vezes que me acontece, muito raro. Pronto, eu estou mais ou menos controlada, não é? Tomo medicação, já está mais ou menos controlado, já menos vezes me dá isso. E sei que tenho que comer a miúdo e como.

**E:** Tem bastante apoio então?

**P:** Sim, em todos níveis. Principalmente o meu marido, está sempre preocupado, sempre... e a minha filha, a minha filha também, pronto embora não viva comigo está sempre: “oh mãe, tu sabes bem que não podes fazer isto, tu vê lá; sabes bem que não podes fazer aquilo, tu vê lá!”. O meu marido também, está sempre preocupado. Também pronto, além dos diabetes, tenho muitos problemas a nível da coluna [...], tenho pronto a tensão arterial, está controlada mas, que senão estava sempre alta e tenho bastantes problemas nesse sentido, a nível ginecológico tenho tido bastantes problemas [...] e formou-se uma anemia, que estou a ser medicada e que não sei quê, mas que não sobe o suficiente e tudo isso faz com que eles também se sintam preocupados, não é?

**E:** E o seu marido apoia no tratamento?

**P:** Isso não, porque é uma pessoa que é assim muito, é uma pessoa que é assim muito a leste de tudo, nessas coisas ele... nem os dele quando precisa deles. Graças a Deus que é raro, mas quando precisa nem os deles ele se preocupa.

**E:** E é a dona (omitido para preservar anonimato) que toma conta...

**P:** Sou eu que tomo conta!

**E:** que lhe põe a medicação...

**P:** Que lhe digo assim: “tens que tomar isto, tens que tomar aquilo!”. Ela toma mas desde que eu lhe diga. Portanto, nessa parte não. Sou muito apoiada no caso, até da comida, que ele me diz assim: “tu podes comer isto, tu podes comer aquilo?”, pronto, a nível da medicação não, mas de resto sim, sempre muito preocupado se eu estou bem, se durmo, se como, se é aquilo que eu posso comer, se não, se eu tenho aquilo que preciso para comer, preocupa-se muito nesse sentido. Nos medicamentos, não, é assim uma pessoa, nessa parte...

[...]

**E:** E acompanha-a às consultas?

**P:** Não, não porque ele não gosta dessas coisas. Se eu precisasse... se eu precisar vai, se eu não precisar não... se for coisa que eu puder e só, não... não gosta.

**E:** A dona (omitido para preservar anonimato) é mais... que toma conta da saúde da família...

**P:** Da casa... sou eu, sou!

[...]

**E:** O que significou para si saber da doença?

**P:** Significou saber que, que era mais uma coisa que eu tinha que tomar conta.

[...]

**E:** Acha que desde que teve a doença mudou em termos emocional e psicológico?

**P:** Emocionais não tanto, não muito. Eu sou uma pessoa que penso assim e ajuda-me se calhar a tomar um bocado conta da situação, a questão de que... eu posso estar muito mal, mas há sempre quem esteja pior do que eu. Isto ajuda-me muito a tomar conta da situação do meu dia-a-dia, quer a nível de doença, quer a nível pessoal, quer a nível de... a quase todos níveis. Faz pensar, faz assim... ah... me ajuda a tomar conta de tudo o saber que posso estar muito mal mas há sempre este ou aquele que está pior do que eu e se eles estão pior do que eu e dão... como nós costumamos dizer “conta do recado” porque é que eu não dou? E isso ajuda-me... dá-me um bocado de ânimo.

**E:** O que é que mudou na sua vida após ser diagnosticada a doença?

**P:** Mudou a questão só um bocado da alimentação e do resto não, continuei a fazer o mesmo que fazia.

**E:** Não deixou de fazer nada... limitou-a... as suas actividades?

**P:** Não! Não, não, não! Até antes pelo contrário, comecei a fazer essas caminhadas que não fazia antes e que, pronto... essa parte até me beneficiou mais um bocado.

**E:** Acha que a doença afectou a sua vida familiar?

**P:** Não! Não porque...

[...]

**E:** E na sua relação conjugal, acha que teve alguma influência?

**P:** Não, não!

**E:** Acha que afectou o seu trabalho?

**P:** Não, não!

**E:** Então diga-me, em geral, como é que se tem tratado?

**P:** Olha é como eu lhe falo é a medicação, é ter cuidado com a alimentação, com a alimentação que faço, é fazer as caminhadas sempre que posso, é o exercício que posso, tenho podido muito pouco, que tenho andado à rasca das pernas, não sei que raio tenho nas minhas pernas. [...]

**E:** Olhe o que é que acha que é mais difícil no tratamento?

**P:** Olha, agora que já estou habituada, nada! A não ser saber coisas que até, às vezes, podia comer e não como porque não posso nesse sentido. De resto agora já estou habituada, já... e mesmo essa parte já não me custa muito, porque já não fazia muito antes, mas é uma das coisas que... que de mais não deixo de ir a lado nenhum porque sou diabética, não deixo de fazer nada porque sou diabética a não ser comer certas coisas que não posso.

[...]

**E:** Como é que se vê a si própria desde que lhe foi diagnosticada a doença?

**P:** Ah... vejo-me, vejo-me normal, não mudei nada a não ser, pronto a minha maneira de pensar é que mudou um bocado, que de resto...

**E:** Mudou em quê a sua maneira de pensar?

**P:** Mudou... tenho que pensar que tenho que fazer as coisas direitas, porque senão, que as consequências que são outras, que de resto...

**E:** Como é que imagina o seu futuro?

**P:** Olha, no caso dos diabetes... ah... a única coisa que me está a preocupar, poderei até ter outros problemas, tenho um bocado de medo em relação a esta perna, tenho medo que sejam consequências às vezes porque... [...] essa parte é que me está a preocupar porque não sei quais são as consequências, o porquê de amputar uma perna, quais são os sintomas que a gente tem antes para ter essa necessidade. É por isso que eu estou assim um bocado preocupada com esta perna. De resto a única preocupação que eu tinha era a nível dos olhos... tem me faltado bastante a visão, não sei se também porque agora puxo muito por ela também se calhar pronto... ah... se realmente é consequência da diabetes, não é? Embora eu pense que como estou medicada e as coisas estão mais ou menos controladas, que não seja, mas tem alturas de tudo.

**E:** A dona (omitido para preservar anonimato) é responsável pelo seu tratamento...

**P:** Sim, sim. Ninguém me diz: “olha foste ou ficaste?” ou “andaste ou não andaste?” ou “comeste ou bebeste?”. Preocupam-se se eu tenho as coisas e querem que eu faça as coisas direito, mas se fez, fez se não fez, pronto. Paciência! Eu é que tenho que... “olha tu comeste? Olha tu bebeste? Sim, não?”. Não dizem “come” nem “bebe”. Pronto, mas tenho que me responsabilizar pelas minhas coisas e tenho que me responsabilizar pela minha doença e pelos meus problemas e pelas minhas consequências dos actos que faço.

[...]

**E:** Pronto, obrigada dona (omitido para preservar anonimato)!

**P:** De nada!