

Transcrição da Entrevista 3

Características	
Sexo	Masculino
Idade	58
Estado Civil	Casado
Agregado Familiar	Esposa
Nível Educacional	4º Ano
Situação Laboral	Pedreiro

Tabela – Características Sócio-Demográficas

Entrevistadora: Pronto! Queria começar por saber como é que é o seu dia-a-dia. O que é que faz desde que acorda de manhã até à noite.

Participante: Oh pá! Levanto-me por volta das sete horas... ah (5 s.) (risos da esposa) *toma o pequeno-almoço, toma os comprimidos* (intervenção da esposa), tomo o pequeno-almoço, um almoço, um pequeno-almoço *leve* (intervenção da esposa), pequeno e... vou trabalhar. Ah... pego às oito, por volta das nove e meia tenho um... pequeno lanche, não é? Um lanche ou como é que é? (dirige-se à esposa) *é, o pequeno-almoço* (intervenção da esposa).

E: Meio da manhã.

P: Meio da manhã, *meio da manhã* (intervenção da esposa), nove e meia, por aí assim. Ao meio dia vou almoçar, à uma pego ao trabalho, à tarde, nem sempre, mas às vezes, às vezes lá como uma... uma peça de fruta... isto até às seis horas. Às seis... seis e meia, sete menos um quarto chego a casa, tomo o (risos) mais uma tigela de leite e tal e um pão com manteiga ou qualquer coisa *ou com queijo* (intervenção da esposa) ou qualquer coisa assim. E, se tiver alguma coisa para fazer aí no quintal, vou continuar a fazer até, até à hora de, *do jantar* (intervenção da esposa). Depois, janta-se por volta das nove horas... ah... entretanto vou vendo o telejornal, que é coisa que eu mais gosto de ver na televisão é o telejornal e a partir daí vou-me deitar, por volta das dez, dez e meia.

[...]

E: Antes... há quanto tempo tem a... doença, senhor (omitido para preservar anonimato)?

P: Não, não sei, mas... *noventa e sete!* (intervenção da esposa), noventa e sete? (dirige-se à esposa), sei lá! Já... já... *acho que é mais ou menos (?) noventa e sete* (intervenção da esposa), quase vinte anos, não? *Acho que é em noventa e sete, mais ou menos, que a gente descobriu* (intervenção da esposa). [...] Claro que a partir desse momento... comecei a comportar-me de outra maneira, não é?

E: E o que é que começou a fazer?

P: Oh pá, sei lá! Não... costumava beber uma cervejita de vez em quando, cortei, costumava beber bebidas alcoólicas uma vez ou outra, porque eu nunca fui dessa... nunca fui pessoa de beber demais, não é?

E: Hum...

P: Mas bebia o bagacinho, bebia o... a cerveja à tarde, se calhar ao meio do trabalho bebia outra cerveja e tal e pronto... normalmente era isso que se passava. *De manhã, de manhã bebias um copo...* (intervenção da esposa). De manhã bebia ao comer o que... portanto, o almoço, o pequeno-almoço de trabalho, às nove horas, nove e meia bebia, por vezes, um copo de vinho branco... maduro, também gostava, um copito de manhã e tal e era isso, não era dos que alinhava em grandes bebidas, mas... mas gostava de beber... um copito de vez em quando e tal. E... cortei isso tudo ou quase tudo, cortei o açúcar, por exemplo, comecei a usar adoçante. Há quem diga que o adoçante que não é muito bom, mas é o que eu... é o que eu estou a usar... *às vezes nem pões nada!* (intervenção da esposa). Às vezes tomo o café mesmo sem açúcar, sem o adoçante, mesmo... *o café com leite aqui, não bota açúcar* (intervenção da esposa), não me faz diferença nenhuma. Ah... café com leite, isso não leva nada, aqui em casa não uso açúcar mesmo aqui em casa, que eu também não tomo café simples, não é? Mas mesmo no café, às, às vezes nem boto o, o adoçante, portanto bebo, não me faz grande diferença.

E: E mais mudanças que... que fez?

P: Mudanças... não... não tenho assim grandes mudanças, não acho assim grandes, grandes mudanças. Qualquer ferimento que tenha, cura bem, para já não tenho nenhum problema. Ah... pá não sei.

E: E... e o que é que sabe sobre a diabetes?

P: Pá, eu o que sei sobre a diabetes é que é uma doença bastante complicada, que, que tem tendência a agravar cada vez mais, não é? E que, eu tive uma altura uma médica que me disse que... que me, que me acautelasse porque eu estava a morrer aos bocados, portanto é... uma doença que afecta todos os órgãos, não é? E portanto a gente tem que tomar precauções.

E: Mais precauções que o senhor toma?

P: Mais precauções que eu tomo?

E: Além, além da comida, não é? Mais precauções...

P: Oh pá, sei lá! Ah... por acaso a médica... *gosta de andar... (?) devagar* (intervenção da esposa), a médica disse-me para eu andar bastante durante o dia e eu considero que no trabalho ando bastante durante o dia, mas ah diz que não é o suficiente, porque o andar não basta andar aqui dentro de casa a fazer qualquer trabalho e a movimentar. Deve-se andar na rua, ah... portanto... em terrenos irregulares, portanto... não, não, não se, não se manter, estar naquele coiso e andar um certo tempo por dia, pronto. Eu há dias que me dá... ideias de ir dar uma voltita e tal, mas também a gente vai sozinho, também não, não tem assim grande incentivo para ir. Ah... às vezes, dou uma voltita ao sábado e ao domingo, vou sozinho dar uma volta até

bastante grande [...] e... outras precauções, não vejo, não tenho assim mais nada de especial. Tirando ser bebidas, não meto, não me meto em bebidas e... ando um bocadito, não muito, mas devia andar mais, porque eu...

E: E, e agora senhor (omitido para preservar anonimato) costuma ter... sintomas ou agora...?

P: Não, não tenho sintomas, eu não tenho grandes sintomas. Sei que os meus diabetes andam sempre por volta dos... eh pá ou... *cento e trinta, cento e quarenta, cento e cinquenta...* (intervenção da esposa) cento, cento, a média será sempre aí à volta dos cento e oitenta por aí assim... nuns dias cento e vinte, noutros dias, se calhar duzentos... e portanto, não é... mas é sempre...

E: E é o senhor que costuma se picar?

P: Não! Eu não, porque não consigo picar-me. Eu sou alérgico às agulhas. Eu vejo, eu vejo a agulha e... já me arrepio todo, só em ver a... quem, portanto a mulher é que faz isso.

E: A sua esposa é que o pica.

P: É que me pica. E eu só o ela estar com a agulha virada para mim... vir com ela já na mão para... já estou a ver que é para mim, não é? (risos) eu só isso, já me está a fazer cá uns arrepios... não, não, não há hipótese, não consigo, não consigo picar.... Pronto.

E: Mas é, mas é todos os dias?

P: Não, não! *Não, não! É muito raro, é muito raro!* (intervenção da esposa). Eu não pico, eu não pico todos os dias, eu... sei lá... será uma vez... *Quando se lembra...* (intervenção da esposa), uma vez por mês, que me lembre. Embora eu... a médica tivesse dito que, que devia, até porque tinha para aí um... um, uma caderneta qualquer, um papel qualquer para escrever lá, todos os dias, o resultado da picadela e eu nunca faço isso, nunca fez porque...

E: E, quando se pica... é a sua esposa que o pica, não é?

P: Sim...

E: E é, e é a esposa que põe os valores no caderninho... ou?

P: Não chega a pôr (dirige-se à esposa) os valores, não chega a pôr, não... *Não chego a pôr, fica-me na memória...* (?) (intervenção da esposa). Esses valores, não põe. Sei que a última vez que foi, foi quê? Há oito dias, não? (dirige-se à esposa) *Acho que é, foi...* (intervenção da esposa). Foi há oito dias e tinha... *foi quando te esqueceste de tomar os comprimidos, foi segunda-feira!* (intervenção da esposa). Tinha cento e... *cento e trinta, cento e cinquenta* (intervenção da esposa). Cento e quarenta e qualquer coisa. *Tinha se esquecido de tomar os comprimidos de manhã e diz ele assim: “então vamos medir”* (intervenção da esposa). Porque à noite... pois, de manhã eu saí para o trabalho coisa que não acontece, mas naquele dia não sei porque razão os comprimidos ficaram aí. Eu fui-me embora e os comprimidos, não tomei os comprimidos. Eu à... aquilo, quando cheguei à noite diz ela: “pois foste-te embora e não tomaste os comprimidos” e eu digo assim: “então vai buscar o aparelho que imos ver”. Pronto e depois de, de... ter comido, pronto normalmente como nos outros dias e não ter tomado os

comprimidos até não achei que estivessem muito mal! Estava cento e quarenta e qualquer coisa. Por acaso tenho dois aparelhos e nesse dia fez os dois testes... nos dois aparelhos, um deu-me cento e quarenta e dois e o outro deu-me cento e... vinte e... *vinte e dois ou vinte e... para aí...* (intervenção da esposa) e qualquer coisa. Ora, andariam pelos cento e quarenta, por aí assim, pronto. Não achei que estivessem muito mal.

E: E quando... estão ou muito altos ou muito baixos, não sei se lhe costuma acontecer de estarem muito altos ou muito baixos... ah...

P: *Às vezes baixos, que ele vem pega numa peça de fruta e numa bolacha (?)* (intervenção da esposa). Sim, isso é....

E: Pronto, era isso o que eu ia perguntar, o que é que faz?

P: *Come* (intervenção da esposa). Aqui há tempos, aqui há uns tempos atrás andei aí no quintal assim... um dia meteui-se-me na cabeça fazer ali um trabalho... *com a enxada* (intervenção da esposa), com a enxada, não é? (risos) Então... quis fazer aquele trabalho coisa e depois... *andou muitas horas sem comer* (intervenção da esposa), forcei-me, forcei-me assim mais um bocado e cheguei a um ponto que arrumei porque me sentia muito fraco, muita fraqueza mesmo, estava mesmo em baixo de todo e vim por aí fora e cheguei à beira dela, da mulher e disse: “vai buscar o aparelho que quero ver os diabetes” e ela foi, picou e fomos a ver, tinha setenta e cinco. *Estava de rastos* (intervenção da esposa). Mas também se alguém chegasse à minha beira e me tocasse, botava-me ao chão, porque eu estava mesmo... Já há muito tempo que eu não... bom eu acho que nunca me tinha sentido assim.

E: E, oh senhor (omitido para preservar anonimato) e é a sua esposa que, que guarda o aparelho, que...

P: Sim, sim. Isso é ela, ela é que cuida dessas coisas (risos).

E: Ela é que cuida? É, é responsável por isso.

P: É ela e é ela que me está sempre a, a incentivar para tomar os comprimidos, porque se não fosse ela eu, se calhar, abandalhava-me, porque era... Abandalhava de certeza, porque eu mesmo assim, às vezes, ainda reclamo. Não... estou convencido... *sou eu, sou eu que faço tudo, vou buscar as credenciais à médica, vou levar as análises á médica, só que faz a pica aqui na casa. Agora tem uma consulta no dia dezanove de Maio, de Maio agora tem que ir, tem que ir fazer ali umas análises ao sangue, tem que levar a credencial* (intervenção da esposa). Eu, eu, eu, às vezes, até começo assim: “já estou convencido que vou morrer da cura e não da, da doença” (risos). *Oh, não se mentaliza* (intervenção da esposa).

E: É a sua esposa que toma conta da... situação.

P: *É!* (intervenção da esposa). Pois, tanto, tanto comprimido... É, é, isso é com ela.

E: Mas é a nível dos comprimidos? Ela é que organiza os comprimidos que tem que tomar?

P: Sim, sim. Ela, ela é que sabe as horas... portanto, aquelas horas que...

E: As horas que tem que tomar...

P: *Eu ponho-os ali todos à frente dele e depois ele, tem dias, às vezes que nem... passa-lhes, coisa e deixa-mos ficar ali em cima da mesa, nem vai buscar acolá os comprimidos, sou eu que os ponho* (intervenção da esposa). Não, os que, os que tomo de manhã, esses normalmente não falho. Falhou agora um dia destes porque foi... *esquecimento* (intervenção da esposa), não sei, esqueci.

E: Esqueceu-se.

P: Mas os que esquecem, às vezes, são esses da noite que não tem nada a ver com os diabetes (dirige-se à esposa). *Não! Um é para a diabético e outro é para o colesterol, precisas de tomar!* (intervenção da esposa). Ah... pronto, esse à noite é que, ah... às vezes, passa-me.

E: E, portanto a sua esposa também é responsável pelas consultas... e pelas... exames e pelas análises...

P: Sim, ela é responsável pela, pela minha morte, se eu morrer (risos).

E: Ela é que cuida da, da sua saúde.

P: Isso é problema dela, ela é que sabe. Eu não me meto nisso!

E: Mas vai consigo... o senhor tem aquelas consultas, não é? Vai consigo às consultas...?

P: Sim, vai comigo sempre. Ela é que, ela é que... *vou, eu é que sou a pessoa da frente* (intervenção da esposa). Eu até, raramente falo. Quem fala é ela, ela é que sabe tudo e ela é que diz tudo, ela... a médica fala com ela, nem sequer fala comigo. Pergunta-me alguma coisa lá de tempos a tempos, mas ela é que... pronto, ela sabe o que se passa, portanto.

E: E mesmo da... alimentação...

P: *Sou eu! Ponho-lhe sempre tudo oh jeito* (intervenção da esposa). Vai sempre comigo, mesmo para fazer análises, vai sempre comigo. Ela está sempre comigo na... só não está comigo no trabalho, mas bem pelo menos tenho um bocado de liberdade (risos). Não, por aí não há problemas.

E: Então a sua esposa... está descansado que a sua esposa que é responsável...

P: Não, eu não me preocupo com isso!

E: Não se preocupa com a doença...

P: Nada, eu não me preocupo nada mesmo! Quando, quando vejo que tenho algum problema... queixo-me e então... *e eu estou sempre a dizer “vamos!” e sou eu a da frente* (intervenção da esposa). E então, e então... pronto. Mas eu, é raro ter problemas... por acaso... *para já não tem tido! Graças a Deus!* (intervenção da esposa).

E: Mas, por exemplo, quando, quando... o senhor está a dizer quando se queixa, por exemplo quando tem os tais baixos valores é a sua esposa que lhe vai dar a, a assistência?

P: Foi ela, foi ela, claro! Que eu queixei-me a ela... (risos) tem que ser, não é? Para já, não consigo picar-me, às vezes, às vezes no trabalho até me, até me pico bastante, que a gente com martelos na mão e isto e aquilo... *aleija-se...* (intervenção da esposa) ou, às vezes, num, num, num, num material qualquer cortante, a gente passa a mão ou quê e cortou-se, isso, isso faço eu

muito bem, não tem problemas ou dar uma cabeçada num dedo... *isso não dói, nessa altura não dói...* (intervenção da esposa). Agora, agora ir de propósito com a agulha picar? Não, isso não! Não me convidem para isso, que eu não sou rapaz, não há hipótese! *É por isso que é preciso ter muito cuidadinho, para não chegar à insulina!* (intervenção da esposa), não, não... já, já fez várias tentativas porque chego a ponto de pensar assim: porra é chato, é chato um gajo estar sempre pedindo aos outros para coisa... mas nunca, nunca consegui. Cheguei a comprar ou chegou-se a comprar a primeira, a primeira comprou-se não é? (dirige-se à esposa), agora deram uma... *traziam aquelas coisinhas assim de furar* (intervenção da esposa), aquelas canetas de disparar no dedo... *agora tem as canetas, tem ali duas canetas, uma irmã até lhe mandou um aparelho de Lisboa para ele, a ver se ele conseguia picar, não consegue!* (intervenção da esposa). E... e a caneta, eu ponho a caneta no coiso vou, quando vou para disparar... *foge* (intervenção da esposa) não tem, não tem picadela no dedo, porque eu no momento de disparar, eu tenho que ter alguma, uma pessoa para disparar a caneta, porque eu não consigo, eu não consigo dar... fazer a pressão, no momento em que disparo dá impressão que desvio o dedo. Não há hipótese, mesmo com a caneta e eu pensava que com a caneta resultava, não resulta, não sou capaz.

[...]

E: Ah... o diagnóstico da doença foi nalgum momento específico da sua vida, nalgum momento especial da sua vida... estava a acontecer alguma...?

P: Não, não estava a acontecer nada... foi, foi mesmo por, por muita insistência da mulher, estava sempre a insistir que eu devia fazer umas análises e eu... cheguei a um ponto que aceitei, digo assim: “pronto, está bem, vamos lá fazer umas análises” e foi aí que se descobriu, porque eu até ali não tinha, não tinha nenhum, não tinha nada que, que me chamasse a atenção para ir a correr fazer alguma coisa. Não tinha nada...

E: Não tinha sintomas...

[...]

E: Olhe, o que é que mais difícil de cumprir? Nestes, nestes cuidados que o senhor disse que tinha que ter, não é? Para viver mais tempo, não é? E para não ter as tais... as outras doenças que vêm da diabetes, não é? Que o senhor já falou... ah o que é que é mais difícil para si cumprir?

P: Sim, sim. O que é mais difícil cumprir? (pensativo) (5 s.), *é tomar a medicação* (intervenção da esposa). Oh pá... eu só, só... o que eu acho mais difícil cumprir é tomar tantos comprimidos, porque acho que tomar tanto medicamento também não, não será muito benéfico, não é? A gente, sei lá! Tomar, por exemplo cinco comprimidos de manhã, logo, logo ao sair da cama, chegar aqui aquecer um, um, um... *quatro* (intervenção da esposa). Quatro ou cinco comprimidos logo de manhã depois de dia, tomar algum ao meio-dia também, porque acho que era (dirige-se à esposa), *era um para a circulação* (intervenção da esposa), ao meio-dia, que

esse esquece, esse praticamente nunca o tomei, porque... *só tomou aos fins-de-semana...* (intervenção da esposa) e tomar pelo menos, dois à noite... todas as noites. Quer dizer, acho que é muito medicamento... ah... que a gente toma por dia, por isso mesmo é que eu digo, se não morrer, possivelmente não vou morrer da doença, vou morrer do tratamento, não é? (risos) porque a doença possivelmente não me vai matar. [...]

E: E vai controlando também com...

P: E vai-se controlando da melhor maneira, não se abusa. Ela faz-me, faz o comer normalmente... portanto mais ou menos ao jeito e (4s.) para não cumprir basta, basta, basta... ah... por lá os dias em que como em restaurantes, não é? Porque quase todos os dias como nos restaurantes, já se sabe que....

E: E aí tem cuidados? Pede comida diferente... ah...?

P: Não, não tenho cuidados. Aí tento, pá tento, tento comer uma coisa que, que... *come pouco* (intervenção da esposa), que me não me possa prejudicar muito, mas, mas o principal é comer pouquinho, como pouco.

E: E come o quê? Para não o prejudicar muito?

P: O que como?

E: O que é que come mais?

P: Oh pá num restaurante, o que é que um gajo come? É batata frita e arroz, que é o pior, não é? O arroz não digo, mas tento comer sempre mais um bocado o arroz, porque o arroz do restaurante normalmente aquilo é... *é arroz seco* (intervenção da esposa), é só cozido com... talvez com água e pouco mais, não sei o que é que aquilo pode levar mas... *não tem...* (intervenção da esposa), não tem nada de especial e... *e depois o que te vale é a sopa* (intervenção da esposa), batata frita, como só duas ou três só para misturar com o arroz e tal porque coisa (?), como é sempre no fim, sopa, sopa é que como sempre, no restaurante. Eu até nem, nunca fui muito apaixonado por sopa, mesmo aqui em casa, até não, não sou assim muito... muito apaixonado. Mas no restaurante, todos os dias como sopa porque... porque a sopa, acho eu e se calhar até não estarei muito errado, vai tapar o... aquilo que eu evito comer, porque, porque eu sei que no restaurante não estão a fazer o comer ao jeito para, para doentes, é, é o que sai, é aquilo que está ali e mais nada, porque...

E: Ah... falou-me que a, que a sua esposa mudou a comida, não é? Mudou, desde que teve a doença mudou a alimentação.

P: Sim, sim.

E: Ah...mudou para toda a família ou... só para si?

P: *É igual!* (intervenção da esposa), sim... eu... é igual, porque... portanto ah... temos a mãe dela que, que come aqui com a gente, não é? Vive aqui com a gente, vive, quer dizer ela praticamente só está aqui de noite [...], mas vai para a casa dela, portanto... Estou como diz o

outro, vive com a gente e não vive, não é assim? E então como ela já é uma pessoa de noventa e tal anos e eu... assim... pronto ela faz o comer mais ou menos...

E: Toda a gente come igual.

P: Toda a gente come igual. *Comemos todos igual, faço grelhados e cozidos...* (intervenção da esposa) e já estamos habituados disso, dessa maneira, que o comer mais ou menos é.... *Pouco sal na comida, muitos legumes...* (intervenção da esposa), o comer, mais ou menos é ao jeito para, para qualquer um...

E: O senhor sabe quais foram as alterações que a sua esposa fez na comida? O que é que ela faz na comida.

P: Eh pá, as alterações, sei lá! As alterações... sei lá! Não usa, não usa tantas.... *Nem gorduras nem, pouco sal...* (intervenção da esposa), mais, usa mais hortaliças, menos sal, menos gorduras daquelas, mais grelhados... *uso só o azeite, não uso mais nada...* (intervenção da esposa), portanto os... ah... comer o, o bifezinho ou a costeleta ou coisa é mais grelhados... ah...

E: E quem vai às compras?

P: Ah isso vou eu e mais ela. Ela faz as compras e paga e eu só assisto. Não, eu transporto o carrinho, normalmente (risos).

E: E mudou nas compras? Tem noção se a sua esposa mudou as compras, desde que tem a doença?

P: Sei, sei lá! Coisas talvez que não usa tanto que, que... sei lá! Coisas que ela talvez não use tanto que compre mais raras vezes, não é? Não quer dizer que não tenha aí em casa tudo que... pronto mesmo para, para cometer esses pecados também existem aí as coisas, o que é que... *Compro iogurtes magros, compro manteigas magras, compro... não sei, compro... ah...* (intervenção da esposa), pronto todas essas coisas, claro! *Compor... ah... rainetas maçãs ...* (intervenção da esposa), leite, leite, que eu uso muito leite... *coisas agora mais para ele, por causa dele ser assim... e faço outra despesa que não fazia antes! Muito leite, leite magro, Mimosa magro, compramos... bebemos todos, leite magro. Pus assim o regime, não, não estou cá com diferenças... faço!* (intervenção da esposa). Só que pronto o leite... já foi, já foi comprado mais para me beneficiar a mim ou, ou para não me prejudicar, ela sujeita-se ao mesmo, não... *Pronto, igual, não vale a pena estarmos a diferenciar...* (intervenção da esposa). Acho que não tem, não, não compra diferente. *Só compro meio gordo quando vem os meus filhos, meio gordo para eles usarem aqui* (intervenção da esposa). Só quando temos cá o pessoal da família de Lisboa é que compra... pronto. Portanto, não achei assim que haja, assim grande diferença.

E: E... houve mais alterações assim, a nível assim da familiar, desde que teve a doença? Notou mais alguma coisa ou só na alimentação?

P: (4s.) *Não, não notou mais nada* (intervenção da esposa). Não, não vejo nada de alteração na família. A única alteração que, que eu acho na família é que, que... *estão preocupados*

(intervenção da esposa). [...] *Pronto e eles preocupam-se também com isso...* (intervenção da esposa) e são preocupações, claro que a gente está aqui... a gente anda por lá e coiso, está sempre preocupado, se está tudo bem, se há algum problema, agora... *os filhos preocuparam-se, pois claro!* (intervenção da esposa). [...]

E: A sua doença teve assim algum efeito na sua vida, para além do que já me disse?

P: Não, eu continuei com a vida exactamente igual.

E: Afectou o seu dia-a-dia? Deixou de fazer alguma coisa... que fazia antes?

P: Não, não, não deixei de fazer nada. Não deixei de fazer nada, de tudo o que fazia até ali. Pronto... tirando ser certo tipo de bebidas que, que deixei de beber... mais, mais, portanto passei a beber quase nada, embora já bebesse pouco que eu nunca fui pessoa de beber, portanto. Mas deixei de beber, certas bebidas cortei mesmo.

E: Ah... como é que se tem sentido, em termos emocionais desde que lhe foi detectada a doença? Mudou em alguma coisa? Nos sentimentos, como se tem sentido...

P: Não, não! Que eu nem, não estou preocupado, nem sequer estou preocupado, muito preocupado... claro que eu estou preocupado, é normal a gente tem um problema tem que se preocupar com ele, mas dizer assim: “ai vai ser o fim do mundo”, eu não... *ser pessimista não!* (intervenção da esposa), eu nunca meti isso na cabeça, não. Fiz sempre a vida normal, sempre coisa, não, não achei, não achei que tivesse mudado nada de especial na vida. Não, sempre aceitei a coisa normalmente, não.

[...]

E: Então nunca, não pensa muita na doença, não se preocupa muito.

P: Não, não me preocupo muito. Passo o meu dia, não estou a pensar na doença, só falo na doença, quando se fala nela. E, às vezes, até tomo os comprimidos porque aquilo passou a ser uma...

E: Uma rotina...

P: Passou a ser uma rotina e, e estou a tomar os comprimidos e nem sequer estou preocupado se aqueles comprimidos são para curar o mal que eu tenho, nem sequer isso me lembro. Tomo os comprimidos porque aquilo é uma rotina (?) e eles se, se quiserem fazer... se me quiserem fazer bem que façam, se não quiserem o problema é deles (risos). Eu não ligo a isso, tomo os comprimidos porque, pronto é normal tomar aqueles comprimidos, eles depois lá resolvem o problema.

E: Acha que está mais descansado pela sua esposa também cuidar da sua...?

P: Claro que estou! Porque eu assim não tenho aquela preocupação e, se calhar até me sinto bem e ando muito porreiramente precisamente por isso, porque... porque ela não deixa escapar, ela está sempre... e eu tento cumprir o mais possível, às vezes claro lá vem um dia ou outro em que... ou porque o trabalho corre mal ou porque, às vezes há um, um... problema qualquer com um colega ou quê, a pessoa, às vezes vem... há dias em que a gente pode vir mal disposto por

isto ou por aquilo e, às vezes até reclama... e então lá sai aquela...: “não vou morrer da doença, vou morrer dos comprimidos!” porque, às vezes sai isso, não é? Porque pronto, por estar irritado, às vezes... mas não com a doença que tenho! Com a situação do trabalho que, às vezes há dias que as coisas não correm como a gente quer. [...] Depois um gajo vem chateado, depois pumba caem os comprimidos à frente e um gajo diz: “foge tanto comprimido” e tal... pronto, mas pronto aquele dia passa assim e depois no outro dia já passa.

[...]

E: Pronto, resumindo o tratamento, tem os comprimidos para a diabetes, sabe quantos são?

P: (4s.) Deviam ser três, não é? Dois ou três? (dirige-se à esposa). Eu não sei nada, ela é que sabe. Isso, a pergunta nem é para mim. Ela é que sabe, chega lá à médica e diz: “e faço assim, e faço assado”... e a médica: “pronto, tudo bem!”. *Para os diabetes, toma três, toma dois de manhã e um à noite, são três para os diabetes e depois tem os outros, mais ou menos para controlar os órgãos... ah...* (intervenção da esposa).

E: Os outros...

P: *Sim, da tensão e os outros para não afectar muito o fígado e os rins e não sei quê... está organizado assim* (intervenção da esposa). Agora nesta, nesta questão desta doença se a gente tiver alguém que... *controle* (intervenção da esposa), alguém que se preocupe e que faça o que a gente devia fazer... ah... é muito mais fácil, porque tenho a certeza absoluta que se isso fosse feito, se...

E: Só por si...

P: Imagine que eu vivia sozinho... *estava tudo descontrolado!* (intervenção da esposa), isso estava tudo perdido. Porque eu de certeza que... poderia até cumprir lá fora, não é? Ir ao café, em vez de, em vez de botar açúcar, beber sem açúcar, isso era capaz de o fazer ou em vez de beber um bagaço, não beber bagaço nenhum, porque isso... *tens que ser tu a acautelar, não pode ser a gente, eu controlo na casa* (intervenção da esposa), isso foi logo desde o início... cortei, cortei mesmo. Cerveja, cerveja, se calhar era capaz de beber uma vez ou outra assim mais a miúdo, embora eu... isso não quer dizer que em não beba uma cerveja lá de tempos a tempos, quando tenho muita sede e, às vezes lá para fazer companhia aos colegas e tal... [...] e, portanto... agora se tivesse sozinho era capaz de, de beber, se... tivesse sozinho, se calhar os comprimidos, uma vez ou outra ficavam, umas vezes por esquecimento e outras vezes por “deixa para lá”, porque eu também sou assim um bocadinho “deixa para lá”, não é? E se calhar, se calhar era pior para mim, isso é normal. Por isso que eu digo que é sempre bom ter alguém perto que se preocupe e que entenda a coisa.

E: Sente muito apoio da, da família e da esposa...

P: Sim. Mais ou menos... *eu estou sempre em cima com tudo, com tudo...* (intervenção da esposa), eu penso que sim... *não faz aquilo que eu digo, se ele fizesse o que eu digo, ainda podia estar muito melhor!* (intervenção da esposa). Pois, às vezes não faço porque é a tal

coisa... *corrigir, eu corrijo tudo: “olha isto, olha os pés, lava-me os pés, toma banho dia sim, dia não”, alimentação, os comprimidos, tudo, sou eu, tudo!* (intervenção da esposa), a gente depois de andar, depois... portanto, ela anda sempre coisa e... *e ele, às vezes até acaba por se chatear, mas eu não deixo de fazer à mesma, no dia seguinte estou a bater na mesma tecla* (intervenção da esposa), e acabo, e acabo por chatear porquê? Porque um gajo depois de um dia de trabalho, às vezes, sabe Deus... *mas é só para o teu bem!* (intervenção da esposa) e um gajo chega e depois ainda bem aquela, aqueles recadinhos e a gente fica assim... *quem me dera a mim que me fizessem assim a mim também!* (intervenção da esposa). Às vezes, não devia, não é? Pronto, a gente sabe, a gente sabe que é assim, devia, devia coiso... só que às vezes a disposição não dá para esse lado (risos). *Ai...* (intervenção da esposa).

E: Pronto! Além dos comprimidos, da alimentação, ainda anda a pé?

P: Eu?

E: Sim.

P: Ando, não ando muito, mas ando.

E: E tem, tem mais outros cuidados? A sua esposa falou de, dos pés.

P: Oh pá, os pés tento lava-los sempre... não sou, por acaso não sou pessoa de problemas de pés. *Pois, mas mesmo assim é preciso cuidar!* (intervenção da esposa). [...] Não tenho problemas dos pés, não tenho problemas... também tenho algum cuidado, não é?

E: Além da, do médico que o está a acompanhar, tem outros médicos envolvidos no seu tratamento?

P: Médicos?

E: Sim.

P: Não, só tenho a médica, a minha médica de família e por acaso estou muito bem servido.

E: Médicos ou terapeutas. Nutricionistas, fisioterapeutas...

P: Não, não tenho mais ninguém, não tenho mais ninguém. *Apenas vai de dois em dois anos ao médico da vista, dos diabéticos. Vai de dois em dois anos ao especialista, que agora até precisa de usar óculos, mas ele ainda não os quis comprar. Está a precisar, para o perto está a precisar de óculos, até tem ali a receita...* (intervenção da esposa), para a consulta, vou a Viana à consulta, por causa da vista mas é lá, é lá de tempos a tempos. E, pronto a vista, a vista é a tal coisa... ah... noto, noto que na vista tenho, começo a ter algum problema, mas talvez não seja só os diabetes, porque... uma pessoa com sessenta anos, praticamente qualquer pessoa aos sessenta anos...

E: Acha que é normal ir...

P: Quase é normal, não é? E o médico da vista já me disse que... tinha tendência talvez para Cataratas. [...] E então, noto na vista talvez um bocadinho de, de diferença, sim. Mas também, mas também é a tal coisa, não estou contra a doença porque eu acho que aos sessenta anos, quase toda a gente mesmo sem diabetes, quase toda a gente usa óculos. [...] Eu mesmo assim

não acho que seja um diabético daqueles que... oh pá, há pessoas que têm problemas, que não curam as feridas, não... têm problemas de vista, têm isto, tem aquilo, eu não... *para já não, graças a Deus!* (intervenção da esposa).

E: Para já, não tem complicações.

P: Não, não tenho tido. Não sei se é do tipo de diabetes que eu tenho... *tipo 2* (intervenção da esposa), não sei, se calhar são...

E: Se calhar é do controlo que tem sobre a doença...

P: *Pois!* (intervenção da esposa) é algum e também é de algum controlo, claro!

[...]

E: Pronto e não lhe perguntei o que é que é mais fácil... fazer no tratamento.

P: O que é mais fácil? No tratamento? Olhe, mais fácil era não tomar comprimidos. E... não, e não terem que me picar, isso seria o mais fácil, mas para isso era preciso não ter diabetes, não é?

E: Pois, mas no que faz, no que faz... na alimentação, no exercício, nos medicamentos, nos cuidados com os pés... o que é que é mais fácil?

P: Não, não acho, não acho que nada... não acho complicado nem mais fácil. A vida é normal, só o comer é que é mais ao jeito, não...

[...]

E: Vive bem com a doença.

P: Eu vivo perfeitamente bem com ela, desde que ela não, não, não me chateie muito mais do que está a chatear, para mim tudo bem. Agora, claro vamos contando sempre com cada vez pior, não é?

E: Acha que pode vir a piorar? Não acha que...

P: Sim, isso é possível, com a idade, com a idade, é possível que sim. E a qualquer momento pode surgir um problema, sei lá...

[...]

E: Pronto, é isso que eu lhe ia perguntar, quando está com os outros, noutras... em situações sociais, festas e etc., como é que se comporta, o que é que faz, o que é que os outros acham da sua doença...?

P: Sim, sim, mas eu também, isso também é raro, é só de vez em quando. Nada, porque eu nesses dias, nessas alturas nem sequer dou a perceber que tenho esses problemas. Claro que, que não abuso em nada, portanto controlo o mais possível, não entro em doçuras, em álcool e... como... e como, se calhar não como aquilo que, talvez... pronto, não como em quantidade, talvez... ah... tento comer o menos possível, não é? Já, talvez, pronto a saber, porque no fundo eu sei que estou a... e é talvez nessa altura que eu me lembro da doença, porque digo assim: “alto, estou a... hoje a coisa é diferente, portanto tenho que me pôr à tabela”, tenho que me pôr à tabela porquê? Porque tenho um problema, não é? E então... ah... nessas alturas, eu, eu não... mas ninguém se apercebe que coisa! Porque a pessoa está a comer, não está a comer... se come

menos é porque não lhe apetece comer mais e, portanto quem está ao lado até nem passa... não, não se apercebe dessas coisas.

[...]

E: Pronto, senhor (omitido para preservar anonimato) acho que está. Gostaria de dizer mais alguma, alguma coisa sobre a sua experiência como diabético, que eu não tenha perguntado?

P: Não, não tem nada, não tem nada de especial. Acho... que confessei... Olha há quase quarenta anos que não me confessava, desde que me casei nunca mais me fui confessar (risos).

E: Obrigada senhor (omitido para preservar anonimato) pela ajuda.