

Sobre rodas - Recém criada Associação Portuguesa de Lesionados Medulares

A Rodar é uma associação que se move pela defesa do direito à igualdade (ou à diferença) dos lesionados medulares. Alerta os intervenientes sociais para a dificuldade de mobilidade das cadeiras de rodas nas cidades e sobretudo contribui para mudar as mentalidades de quem ainda vê o lesionado medular como alguém que não pode ser útil à sociedade. Estas são metas que a Rodar pretende cortar.

Sónia Cabral tinha doze anos quando a sua vida mudou radicalmente de rumo. Uma bala perdida atingiu o carro onde se deslocava no dia 25 de Abril de 1974. O exército português assumiu a culpa e Sónia seguiu para Inglaterra para a reabilitação. Lá, há 27 anos, a presidente da Rodar encontrou o que afirma não haver actualmente em Portugal: as condições ideais para percorrer a fase crucial da reabilitação pós-operatória. O reinício, em que é preciso aprender a andar sobre rodas e a não contar com toda a totalidade do corpo.

Em Portugal existe apenas um centro de reabilitação para lesionados medulares situado em Alcoitão, Cascais. Por isso uma das reivindicações da Rodar passa pela criação de novos centros. Para a presidente da Rodar "faz falta é um programa completo de reabilitação". Sónia dá o exemplo do hospital inglês onde passou dois anos da sua vida a aprender a lidar com a sua nova condição física e social.

O uso da cadeira de rodas é uma das aprendizagens físicas essenciais ao lesionado medular. E uma das técnicas mais importantes para assegurar a sua mobilidade é o "cavalinho". Curiosamente, alerta a presidente da Rodar, nem todos os lesionados medulares a utilizam porque não tiveram quem os ensinasse. Sónia sorri e mostra como se faz: "Isto não é uma acrobacia! Não imagina o jeito que dá para subir um degrau ou ultrapassar uma pequena barreira!?"

A par da reabilitação física Sónia Cabral defende a necessidade de se proporcionar ao lesionado medular uma reabilitação social que assenta sobretudo na questão da mobilidade. "Em Portugal não se vêem pessoas de cadeira de rodas na rua?", espanta-se Sónia. Será pela falta de acessos, a inexistência de rampas, o estacionamento nos passeios?

As barreiras arquitectónicas são para a presidente da Rodar um factor de exclusão social. Sónia fala por experiência própria: "Só consigo fazer compras em centros comerciais. A Baixa [zona comercial tradicional no Porto] é de difícil acesso para um lesionado medular que se desloque sozinho." No emprego, Sónia é nutricionista no Instituto de Oncologia do Porto, todos os sítios são acessíveis: "é uma sorte." E é também uma excepção. Por isso uma das metas da Rodar é fazer com que os lesionados medulares se sintam integrados no país onde sempre viveram. Nesse sentido Sónia lança um alerta: "Não devemos ser obrigados a mudar de casa, ou a ter de entrar pela garagem, só porque tivemos um azar."

Para além das ruas também o desporto é de difícil acesso para os lesionados medulares. Não há ainda uma preocupação em adaptar as modalidades para serem praticadas por lesionados medulares. Quando Sónia quer fazer exercício vai até à Piscina de Águas Santas, na Maia. "Nos balneários há um local apropriado para nos equiparmos e o pessoal é excelente?", repara Sónia. Falta apenas uma cadeira para os lesionados poderem sair da piscina sem ter de pedir a ajuda dos técnicos. "É uma questão de autonomia?", explica. A mais recente paixão de Sónia é a vela adaptada: "Ainda não experimentei mas deve ser uma sensação de liberdade??"

Rodar

Associação Portuguesa de Lesionados Medulares

Tipo

Associação sem fins lucrativos

Âmbito Geográfico

Nacional

Objectivos

Defesa e promoção dos direitos e interesses dos indivíduos com lesões medulares adquiridas ao longo da sua vida

Direcção

Sónia Cabral

Morada

Ainda sem sede física

Correio Electrónico

rodar@oninet.pt / lesoes.medulares@oninet.pt