

e de mortalidade precoce, com custos de 2,8 mil milhões de euros por ano.

A realidade portuguesa é menos grave do que a do Reino Unido, assegurava, à Rádio Renascença, Lia Fernandes, médica psiquiatra e investigadora do Centro de Investigação em Tecnologias e Serviços de Saúde, da Universidade do Porto, na área do envelhecimento e da solidão.

“A nossa cultura é ligeiramente diferente da cultura que se vive no Reino Unido”, lembrava. Uma “estrutura familiar provavelmente bastante mais forte” do que a britânica e “níveis de coesão bastante mais elevados” ajudam a criar uma “rede de suporte, da família ou dos familiares da rede de proximidade, ainda com uma expressão bastante importante”.

Apesar de ser tradicionalmente considerada um problema que afeta mais os idosos, o Observatório da Solidão do Instituto Superior de Ciências Empresariais e do Turismo aponta uma realidade transversal que atinge sobretudo duas idades na vida: a adolescência e a velhice.

A solidão dos idosos deve-se muitas vezes ao isolamento em que muitos vivem, em aldeias pouco povoadas e longe da família mais próxima. Os últimos dados recolhidos pela GNR, no âmbito da Operação Censos Sénior 2017, dão conta de 45.516 idosos a viverem sozinhos ou isolados em Portugal.

Uma das formas de combater o problema da solidão na terceira idade passa por estabelecer uma “boa rede de cuidados assistenciais, quer em termos sociais, quer em termos da saúde. Isso era fundamental”, sustenta Lia Fernandes. Num mundo cada vez mais conectado às redes sociais, as pessoas e os jovens em particular sentem-se cada vez mais sós. São os autistas digitais. Um estudo realizado sobre os utilizadores portugueses do Facebook refere que os que passam mais tempo a utilizar a rede social são também os que se sentem mais sós.

“Hoje em dia, com as tecnologias, as pessoas vivem isoladas nas suas casas, contactam através da internet, através do computador, do Facebook. Muitas vezes são formas de solidão acompanhada. Não há intercâmbio, não há permuta, as pessoas não conversam umas com as outras – estão simplesmente a escrever e a mandar mensagens e a fazerem coisas que são muito pouco enriquecedoras do ponto

de vista interior, dos afetos e da construção de novas ligações com os outros”, considera a psiquiatra.

Muito Facebook e tão pouco “face to face”! E as pessoas bem precisam de estar presencialmente umas com as outras! Depender apenas do digital é muito pobre!

Os cristãos podem festejar o Carnaval?

Mons. Vítor Feytor Pinto

Esta época de festas, antes do culto de agradecimento aos deuses no politeísmo, acabou por ser adotada pela Igreja Católica, já nos finais do séc. d.C. VI, como forma de expressão de alegria, antes de se entrar na Quaresma, o tempo de preparação para a Páscoa. Foi no ano de 590 d. C. que a Igreja Católica celebrou pela primeira vez o Carnaval. Cumpre-se neste caso o que foi habitual em muitas outras situações: dar-se a dimensão espiritual e mesmo religiosa às antigas festas pagãs da Grécia e de Roma.

A Igreja Católica celebra o Carnaval como tempo de alegria, antes de entrar na Quaresma. Durante a preparação para a Páscoa vivem-se dias de penitência e de austeridade. Justifica-se, por isso, os três dias de Carnaval como tempo de diversão com maior liberdade. Celebrar o Carnaval faz parte da vida cristã. As crianças vestem-se como se fossem para bailes de máscaras; os jovens pregam partidas que, sendo inocentes, provocam a gargalhada geral; os adultos contam histórias de carnavais passados e até as populações com tradições antigas celebram rituais que a todos encham de alegria. Tudo isto é hoje o Carnaval da civilização moderna. Por vezes há excessos. Os cristãos podem sempre celebrar o Carnaval, contrariando expressões que poderiam comprometer os valores da dignidade humana e do respeito pelos outros.

Há muitas maneiras de celebrar o Carnaval. Recordo, em 1965, ter estado em Boltonha, onde o Carnaval era organizado pelo próprio Card. Lercaro, arcebispo da cidade. O curso era constituído por cenas bíblicas, acontecimentos sociais, afirmação satírica de personagens que interpelavam sempre com humor, o que divertia sem magoar. Na Alemanha, há celebração de carnavais que têm carácter pedagógico, criando responsabilidade na atenção aos

mais fracos. Tantas vezes nestes festejos faz-se recolha de fundos que irão resolver problemas onde a solidariedade se torna urgente.

Hoje, o Carnaval cristão não dispensa as expressões de alegria, as máscaras, as pequenas partidas, as festas. O tempo de Carnaval não é tempo de pecado como durante séculos foi visto. É oportunidade de abrir o coração a atitudes coletivas de alegria, com palavras e gestos que preparam para o tempo quaresmal. Para os cristãos, a alegria é sempre um fruto do Espírito Santo que com o amor nos concede a paz (cf. 5,22). Há também quem aproveite o tempo de Carnaval simplesmente para descansar das tarefas diárias. Para outros, estes dias convertem-se em tempo de oração e até mesmo de retiro espiritual. Há ainda quem tenha no Carnaval oportunidade de estudar ou de ler coisas que ficaram atrasadas. São formas diferentes de viver estes três dias, antes de entrar na Quaresma. O Carnaval, na roda do ano, faz parte dos rituais cristãos e constitui oportunidade para o louvor, a diversão, a simplicidade que trazem à vida a alegria de Deus.

Coisas que talvez não saiba sobre a Páscoa

Alexandre Jardim

Porque cobrimos as imagens e os crucifixos na Quaresma?

Em algumas paróquias, perdeu-se este hábito, mas muitas ainda mantêm este ritual. As imagens e os crucifixos são cobertos com panos para que deixemos de lado as devoções dos santos e nos concentremos em Cristo que será crucificado e o adoremos mais veementemente na Sexta-feira Santa.

De onde vêm as cinzas impostas sobre os fiéis na Quarta-feira?

As cinzas de cada ano são o resultado da incineração dos ramos que foram abençoados no Domingo de Ramos do ano anterior.

O que é a Missa Crismal?

Habitualmente na manhã de Quinta-feira Santa, esta Eucaristia une o bispo da diocese a todos os presbíteros. Pode fazer-se a renovação das promessas sacerdotais. São consagrados os óleos dos enfermos, dos catecúmenos e do Crisma.

Adoração da Cruz é feita apenas na Sexta-feira Santa?

A veneração da Cruz também se faz no dia de exaltação da Santa Cruz, mas na celebração da Paixão do Senhor, na Sexta-feira Santa, há mesmo adoração da Cruz. É o único dia em que tal acontece.

Em que dias não há Eucaristia?

Na Sexta-feira Santa, não há celebração de Eucaristia, assim como no dia de sábado. Na celebração da Paixão do Senhor, está prevista a distribuição da comunhão consagrada na Missa de Quinta-feira Santa. No Sábado Santo não há qualquer celebração. Os altares são desnudados depois da celebração da Quinta-feira.

O que são as matracas?

As matracas são um objeto litúrgico. Antigamente, eram usadas na procissão de entrada na celebração da Paixão do Senhor, habitualmente feita em silêncio, sem cânticos. O som das matracas, trac trac, rompe esse silêncio e confere solenidade.

Porque não há só uma data para a Páscoa?

Nem todos os cristãos comemoram, este ano, a Páscoa no dia 1 de abril. A razão exige uma explicação histórica.

O calendário juliano era o calendário em uso no Império Romano. Assim, foi naturalmente usado como base de cálculo da Páscoa pelos cristãos.

No Século IV, por ocasião do Concílio de Niceia, o equinócio da primavera ocorria por volta do dia 21 de março. A partir do Século XIII, as observações astronómicas e o cálculo da medida do ano solar mostraram que o equinócio da primavera ocorria vários dias antes da data considerada fixa de 21 de março. A necessidade de uma correção obrigava a uma mudança, mas a alteração foi debatida ao longo de três séculos. O calendário juliano foi oficialmente reformado em 1582, pelo Papa Gregório XIII, dando origem ao calendário gregoriano. Este calendário foi adotado por países onde a Igreja Católica era predominante. A Igreja Ortodoxa não aceitou seguir esta mudança, optando pela permanência no calendário juliano, o que explica a diferença entre estes dois calendários. Por isso é que as datas da Páscoa entre as duas Igrejas não coincidem.