

TESTEMUNHO

O MEU PERCURSO DE VIDA: BARREIRAS E DESAFIOS

Ana Rita Eira

anaritaeira@gmail.com

O meu nome é Ana Rita Eira, tenho 22 anos, sou solteira, resido em Carnaxide e sou licenciada em Ciências da Educação. Sou cega desde nascença, mas não obstante esta limitação, nunca desisti nem vou desistir de lutar por tudo aquilo que quero. Relativamente à minha infância, frequentei dos 3 aos 5 anos a classe infantil da escola Centro Helen Keller, situada no Restelo escola essa, preparada para acolher alunos Cegos. Neste contexto, importa referir que frequentei esta escola entre os 3 e os 15 anos de idade, ou seja, desde a infantil até ao 9º. Ano de escolaridade.

Aos 6 anos de idade, fui para o designado “ano zero” correspondente à atual pré-primária, também na escola já referenciada. No ano zero, fazia atividades com plasticina, massa de cores, enfiamentos, pinturas e colocação de pregos num tabuleiro. Estas atividades tinham como objetivo, a preparação dos dedos para a escrita Braille, que iniciei no meu primeiro ano de escolaridade. Para além das atividades já citadas, tinha aulas de mobilidade onde aprendi a deslocar-me sozinha ao refeitório da escola, às casas de banho e a outras salas do pavilhão, ginástica, música, movimento música e drama, onde representava juntamente com os meus colegas e professoras cenas de histórias, trabalhos manuais, e terapia ocupacional, com o objetivo de desenvolver a motricidade e a terapia da fala.

Aos 7 anos, fui para o primeiro ano de escolaridade, que ficou marcado pela aprendizagem da escrita dos cegos, o braille. Antes de me centrar nas minhas aprendizagens escolares durante este ano, irei explicar ainda que, de forma muito sucinta, em que consiste o sistema braille.

O sistema braille é utilizado pelas pessoas cegas ou de baixa visão, em risco de cegar, para comunicar com os outros através da escrita. É formado por seis pontos, sendo três do lado direito e os restantes do lado esquerdo. Ao conjunto de seis pontos, dá-se o nome de célula braille e é a partir destes seis pontos que se fazem letras, números, sinais de pontuação, etc. Em relação às letras maiúsculas, antes de

se escrever a letra pretendida, faz-se um sinal composto por dois pontos para a distinguir das letras minúsculas. Para se escrever os números, utiliza-se um símbolo composto por 4 pontos, designado sinal de número, isto porque os números de 1 ao 0, utilizam-se os mesmos pontos das letras A a J, o que origina que as pessoas, se não virem o sinal de número fiquem na dúvida, se o que está escrito é um número ou uma letra. O braille lê-se com os dedos, sendo utilizados três de cada mão.

No que respeita às minhas aprendizagens, no primeiro ano, antes de aprender a escrever, tive a preparação dos dedos para a leitura do braille. Nesta preparação que decorreu dentro da escola e também fora, com recurso a uma terapeuta, realizava enfiamentos, separação de grão, arroz e feijão, colocação de pregos num tabuleiro, moldagem de plasticina, apertar botões e colocar gelo nas pontas dos dedos. Na sala de aula, antes de aprender as letras, comecei por fazer a célula braille. Posteriormente a primeira letra que aprendi a fazer foi um i, letra esta que tive uma manhã inteira para a escrever.

É de referir que quando aprendi a fazer a letra i e as restantes do alfabeto, estas eram-me ensinadas no tabuleiro com pregos. Para a sua memorização a minha professora dizia-me os pontos da letra, fazia uma para exemplificar e eu tinha que preencher o resto do tabuleiro com essa mesma letra. Ao mesmo tempo que aprendi a fazer o i, aprendi a escrever o número 7. No que respeita à aprendizagem dos números, esta era efetuada num tabuleiro composto por quadrados, denominado “cubaritmo”. A cada quadrado do tabuleiro, correspondia um cubo onde estavam todos os números de 1 a 0, o sinal de escudo e a vírgula, para os números decimais.

Para além da aprendizagem das letras e dos números, nesta fase da minha vida, fazia a leitura de palavras e consecutiva cópia das mesmas para o tabuleiro de pregos. A meio do segundo período escolar, aprendi a escrever na máquina braille que é composta por seis teclas correspondentes aos pontos utilizados na escrita braille, nomeadamente: Uma tecla com o nome “espaço” para separar as palavras; Outra tecla que me permitia mudar de linha, quando chegava ao fim; Outra para colocar o cursor, no meio de uma palavra, ou no princípio de uma linha; Uma tecla para retroceder e finalmente, outra que permite à pessoa colocar uma folha na máquina braille para poder escrever. É ainda de referir que acompanhava as aprendizagens dos meus colegas, ou seja, tudo o que eles aprendiam a fazer, eu também o fazia.

Foi ainda aos 7 anos, que aprendi a andar com a bengala, o que permite aos



cegos identificar os obstáculos quando se deslocam na rua. Durante os restantes anos do primeiro ciclo aprendi, da mesma forma que os meus colegas, a fazer contas, a escrever composições, os nomes dos rios, a gramática da língua portuguesa, etc. Frequentava ainda as aulas de educação física, trabalhos manuais e educação musical. No 4.º ano de escolaridade iniciei uma aprendizagem diferente dos anos anteriores, ou seja a escrever num computador. Para mim as principais barreiras desta altura, foram o fato de ter que aprender as mesmas coisas que os meus colegas, mas ao mesmo ritmo deles. Contudo, estas barreiras foram de certa forma ultrapassadas, uma vez que tinha a ajuda da minha mãe e dos meus avós na realização dos trabalhos de casa e de outros exercícios para treinar a velocidade da escrita, assim como a memória e o cálculo.

Para além de passar o dia na escola, tinha atividades extracurriculares como a natação (entre o 2.º e o 3.º ano de escolaridade), a ginástica (no 3.º ano de escolaridade) e a terapia ocupacional, onde se pretendia treinar as diversas partes do corpo (1.º e 2.º anos de escolaridade). Para estas atividades, a minha família decidiu recorrer a professoras particulares.

Ao fim-de-semana deslocava-me a Torres Vedras, onde aprendi a conhecer os animais, os legumes, a passear no campo, etc.

Quanto à minha convivência com os colegas, considero que esta foi desenvolvida de forma pacífica, pois integrei-me bem com todas as pessoas da turma, apesar de ser a única pessoa cega presente.

Durante o primeiro ciclo, para realizar as minhas aprendizagens escolares, utilizava o cuba-ritmo para a matemática e, livros em braille de português e estudo do meio, onde se encontravam as matérias que iam sendo lecionadas. Aos 11 anos de idade, fui para o 5.º ano. Aqui, conheci colegas e professores novos e tive de me adaptar não só a eles, mas também ao fato de ter várias disciplinas todas elas compostas por um vasto leque de conteúdos. Para além das disciplinas obrigatórias, tinha as disciplinas de braille onde era treinada a minha velocidade de leitura e a escrita, a informática onde realizava para além das técnicas de digitação, cópias e outros exercícios para treinar a velocidade da escrita num computador bem como alguma informação sobre o seu funcionamento nomeadamente, abrir guardar, fechar e criar ficheiros e, ainda que de forma reduzida as aulas de orientação e mobilidade, onde a professora me levava de carro a um supermercado para adivinhar os produtos que nele se encontravam, etc.

Considero que nesta época, os meus resultados escolares eram pouco satisfatórios, já que ainda me encontrava num período de adaptação e não gostava muito de algumas das disciplinas que frequentei.

Aos 12 anos, fui para o 6.º ano, onde tinha todas as disciplinas do 5.º ano de escolaridade, assim como os mesmos colegas e professores. Relativamente aos resultados escolares obtidos, penso que estes já foram satisfatórios, pois já conhecia os professores e tinha um método de estudo mais adequado. Entre os 13 e os 15 anos de idade, fiz o 3.º Ciclo do Ensino Básico, com sucesso graças à ajuda da minha mãe, nomeadamente na forma de estudar as diferentes matérias, e ajuda nos trabalhos de casa.

Para mim as principais aprendizagens ocorridas entre o 2.º e o 3.º Ciclos do Ensino Básico, basearam-se essencialmente, em começar a conhecer as pessoas e, conseqüentemente perceber que não se podia confiar a cem por cento, da informática ainda que limitada, e da utilização de uma calculadora para a matemática. Nesta altura os testes de avaliação eram feitos na sala de aula com os meus colegas, com o auxílio de uma máquina braille. Posteriormente estes eram transcritos em computador pela professora de informática e entregues à docente da disciplina que os corrigia.

No que se refere ao processo de inclusão durante este terceiro ciclo, reconheço que não estava integrada na turma de forma aceitável, uma vez que os meus colegas só se aproximavam dos invisuais, quando precisavam de alguma coisa.

Foi uma fase em que enfrentei várias barreiras. Pelo fato de estar numa escola privada- Centro Helen Keller, onde os alunos eram demasiado protegidos pelo corpo docente e não docente da instituição, implicava que, na minha opinião, não tivéssemos noção do funcionamento do mundo lá fora. Por outro lado, a maior parte dos livros em braille disponibilizados pelo Centro não estavam atualizados nem correspondiam aos adotados pela escola para as diversas disciplinas, o que implicou a compra dos manuais impressos, que obviamente não permitiam que eu pudesse utilizá-los sozinha, pelo que a minha mãe tinha de ler ou transcrever os seus conteúdos de acordo com cada disciplina.

As aulas de mobilidade quase não existiram e as poucas que frequentei, limitavam-se a deslocar-me no carro da professora, a um supermercado, quando esta tinha necessidade fazer compras para seu uso pessoal. Esta situação, na altura implicou que eu nunca tivesse andado sozinha, originando talvez a pouca autonomia que ainda considero ter, ao deslocar-me na rua.



As aulas de informática, serviram apenas para aprender a aceder ao *Messenger*, ou navegar na *Internet*, na minha opinião ficando em desvantagem em relação aos colegas normovisuais, cuja aprendizagem foi mais específica e abrangente, permitindo-lhes utilizar um computador. Também o fato de os professores classificarem os alunos cegos, de uma forma compensatória traduzida em caridade, me afetou nessa altura, pois afetava a minha auto confiança.

No final do 9.º ano de escolaridade realizei testes psicotécnicos, devido a estar um pouco indecisa na minha vocação. Os resultados indicaram acertadamente a área de humanidades, pois gosto muito de ajudar os outros e preocupo-me bastante com eles.

Entre os 16 e os 18 anos fui para uma escola pública, a escola secundária de Linda-a-Velha onde ingressei no curso de ciências sociais e humanas. Nesta escola, tive apoio de uma professora de educação especial que me acompanhava às aulas de educação física e apoio de matemática. Também me ensinou o caminho escola-casa, disponibilizava-me todo os textos necessários em braille, assim como estava sempre disponível para me ouvir e ajudar em tudo o que fosse necessário. A adaptação ao 10º Ano de escolaridade foi um pouco lenta, pois estava habituada a outro tipo de situações no Centro Helen Keller. Para as ultrapassar, elaborei juntamente com a minha mãe, diferentes estratégias de estudo.

Quanto ao processo de inclusão, neste primeiro ano do secundário, senti-me muito bem integrada na minha turma, pois todos os professores e colegas mostraram-se disponíveis para me auxiliar em tudo o que precisasse. Tinha por hábito estudar com algumas colegas e encontrar-me com elas fora da escola, situação que no Centro Helen Keller não era comum.

Contudo, esta situação inverteu-se entre o 11.º e o 12.º ano, pois as minhas colegas começaram a considerar que eu era beneficiada pelos docentes, porque tinha melhores notas que elas e, por outro lado, achavam que não tinham que me acompanhar no aquecimento das aulas de educação física. Neste contexto importa referir que os encontros com o que considerava ser o meu grupo de amigos, passaram a ser mais escassos e, quando ocorriam tinham como objetivo, unicamente impressionar terceiros.

Em relação às barreiras com que me deparei durante o ensino secundário, destaco o fato da escola ser demasiado grande, o que fez com que demorasse algum tempo a saber deslocar-me nas suas instalações. Por outro lado o fato de não haver

braille a identificar os números das salas e outras instalações também foi para mim um entrave, pois quando necessitava de me deslocar sozinha a algum local, tinha que perguntar a alguém, nomeadamente a assistentes operacionais onde ficava a dita instalação. Também nesta fase, alguns livros em braille, cedidos pela escola, continuavam a não corresponder aos manuais adotados. No entanto, com a ajuda da professora de educação especial, considero esta barreira ter sido, de certa forma ultrapassada.

Na altura, julgo que as minhas limitações em informática e mobilidade, se deveram à indisponibilidade da única professora de educação especial existente na escola, que apesar da sua boa vontade, tinha de auxiliar duas alunas.

No percurso escola-casa, também encontrei algumas barreiras que considero ser importante referir, nomeadamente a falta sinais sonoros nos semáforos e nas passadeiras para peões, o que implica uma grande atenção aos sons dos carros, para me aperceber quando posso atravessar ou, alternativamente perguntar a alguém que no local se o posso fazer. No entanto, esta não é a solução, uma vez que, em casos de muito barulho no local, quase não se consegue ouvir o som dos carros. O estacionamento de carros em cima dos passeios, também foram obstáculos com que me defrontei no percurso, assim como o fato dos autocarros não terem informação sonora a indicar as paragens, o que conseqüentemente e por duas vezes, me levou à paragem mais longe da minha casa ou até mesmo ao final do percurso deste meio de transporte.

Para identificar a paragem onde tinha de sair quando vinha da escola, optei por encontrar pontos de referência como cheiros de plantas ou lombas por onde o autocarro passava. Apesar destes pontos de referência, perguntava sempre ao motorista onde nos encontrávamos para não me distrair.

No final do 12.º ano, fiz os exames nacionais de língua portuguesa e história, tal como os meus colegas, a fim de poder ingressar na faculdade. Os resultados foram melhores do que eu estava à espera. Depois de saber as minhas notas, candidatei-me à faculdade, nomeadamente aos cursos de Ciências da Educação, Psicologia e Gestão de recursos humanos, todos em Lisboa. Para a minha candidatura, utilizei o contingente especial de apoio a alunos com necessidades educativas especiais, pois através deste teria mais facilidade em ingressar no ensino superior. Contudo, não necessitei de o utilizar, pois a média que tinha serviu para ingressar na minha primeira opção de escolha, Ciências da Educação.



Durante a minha licenciatura, vivi os melhores momentos da minha vida, fiz novos amigos que considero serem verdadeiros, conheci realidades diferentes da minha e lidei com pessoas de todos os tipos, desde boas, más, ambiciosas, falsas, etc. Para me sentir integrada na faculdade, decidi participar sempre nas praxes, tanto como caloira, como veterano e finalista. Nestas conheci os rituais académicos, bem como novos colegas de quem guardo bons momentos.

Na primeira aula que frequentei, deparei-me com um professor que nunca tinha dado aulas a pessoas Cegas e que assim que se apercebeu que eu o era, referiu “acho que é melhor desistir do curso, pois este é muito difícil”, ao ouvir aquelas palavras, senti que estava a ser posta de lado e que se calhar não iria conseguir tirar um curso como outra pessoa sem qualquer tipo de limitação. Porém, como nunca tinha desistido de nada até então, decidi mostrar mais uma vez a mim e aos que me rodeiam que iria conseguir.

Relativamente aos primeiros contatos com os meus colegas, posso referir que frisei desde logo que fazia os trabalhos como eles, e, deste modo, queria que me dessem o mesmo número de tarefas que eles. Foi também nesta altura, que com a ajuda de um grupo de colegas e amigos, adquiri uma linha braille para me ajudar a estudar. Por outro lado, com a ajuda dos meus pais e avós, recorri a um professor de mobilidade particular (isto porque nunca me foi atribuída qualquer ajuda por parte do Estado, ao contrário da maioria das pessoas Cegas do nosso país) que me ensinou a andar no metro e autocarro, assim como o caminho casa/universidade e vice-versa, as técnicas de guia, a forma de andar corretamente com uma bengala, etc.

Em relação aos meus métodos de estudo, pedi no início de cada semestre letivo a todos os docentes autorização para poder gravar as aulas, com o fim de ser mais fácil para mim a realização de apontamentos sobre as mesmas. Alguns deles mostraram-se ao início um pouco reticentes, mas todos me deixaram fazer a gravação de aulas.

Por outro lado, solicitei sempre que possível, que quando os documentos distribuídos aos meus colegas tivessem formato digital (*Word* ou pdf) também me fossem facultados. Isto poucas vezes aconteceu, pois nos serviços de informática os documentos eram digitalizados em imagem, o que implicava que a minha mãe e duas colegas, tivessem necessidade de os transformar para *Word* e posteriormente efetuar a sua correção, de modo a ficarem acessíveis no meu computador. Também, o fato dos professores utilizarem *Powerpoint*, nas aulas, tornou-se útil para mim. No entanto,

alguns deles não nos disponibilizavam e outros demoravam algum tempo a fazê-lo, o que dificultava o meu processo de organização de informação.

Como já referi, fazia todo o tipo de trabalhos como os meus colegas, desde a elaboração de relatórios, transcrição de entrevistas, elaboração de protocolos de observação, pensamento de perguntas para questionários e aplicação dos mesmos, apresentações de *Powerpoints* (aqui, elaborava o que queria mostrar na apresentação em *Word* e a minha mãe ou colegas com quem estava a fazer os trabalhos, transformavam essa informação em *Powerpoint*), elaboração de reflexões, propostas e preparação de atividades para aplicar na prática, etc. Quando tinha de apresentar a informação a colegas e professores, decorava o que tinha escrito para os slides e à medida que dizia o que lá estava, explicava por palavras minhas essa mesma informação.

Quando o grupo de trabalho, se deslocava ao terreno para fazer os trabalhos de campo (observação, entrevistas, estágio, projetos) eu ia com eles e com a ajuda de um gravador ou computador, tomava os meus próprios apontamentos. No que se refere à realização dos testes escritos/exames, os professores davam-me a escolher se os queria fazer oralmente ou por escrito. Quando optava pelos testes/exames escritos, estes eram facultados numa *pen*, em formato *Word*, e eu com a ajuda do meu computador, que tem um programa de voz incorporado, respondia aos mesmos. No final entregava-os da mesma forma que me tinham sido facultados, aos respetivos professores, das unidades curriculares. Realizei algumas provas orais, nomeadamente a estatística, por esta ser uma unidade curricular essencialmente de cariz prático.

As principais barreiras com que me deparei na faculdade foram essencialmente, a existência de muitas escadas, a falta de informação a que os meus colegas tinham acesso e que se encontrava em placardes, não estar em braille ou em formato digital, (destaco as ementas da cantina da faculdade, avisos sobre as disciplinas do curso e bibliotecas, horários da secretaria e outros, entre muitas outras coisas que ainda não foram melhoradas). Também na sala de computadores da faculdade, não existia um único computador com programa de voz incorporado (como já acontece noutras faculdades, não só da universidade de Lisboa, mas também de outras zonas do país).

Existe um gabinete de apoio ao aluno, onde os psicólogos não têm preparação para acompanhar os alunos com necessidades especiais, o que dificulta por vezes o processo de integração na faculdade e deixa os professores aflitos sem saber como lidar com esses alunos (no meu caso particular, os professores nunca foram avisados



que iriam ter uma aluna cega a frequentar as suas aulas. Isto fez com que eu ao chegar às aulas, tivesse de lhes explicar qual o método que estes teriam de utilizar, a fim de eu poder acompanhar as mesmas),

Dado que muitos dos materiais disponibilizados pelos docentes, estarem digitalizados em formato de imagem, levou a que estes tivessem de ser passados para *Word* e corrigidos, e ainda, como alguns deles se encontravam sublinhados, tinham de ser passados de novo para *Word*. Como este processo se tornava moroso, eu tinha menos tempo que os meus colegas para ler a mesma quantidade de informação que eles. Outro dos obstáculos com que me defrontei tem a ver com os testes nomeadamente, com o tempo que eu tinha para os realizar, que muitas vezes era igual ao dos meus colegas.

Fora da faculdade também encontrei barreiras, que merecem ser referidas. Uma delas existe nas estações de metro, isto é, não há informação em braille sobre os percursos que o metro efetua, bem como outros avisos que se encontrem na estação, isto leva a que uma pessoa Cega tenha de pedir ajuda sempre que queira saber de alguma coisa. Por outro lado, a maior parte das vezes as máquinas onde se compram os bilhetes não falam ou não têm braille e o local onde se passa os mesmos, está avariado.

Outra barreira existente, liga-se à falta de sinais sonoros nas passadeiras de Lisboa, ou quando estes existem, serem de curta duração e estarem muito baixos, o que faz novamente com que a pessoa tenha de pedir ajuda à alguém ou estar muito atenta ao som para perceber quando pode ou não atravessar.

Carros estacionados em cima dos passeios, ainda é uma das coisas que existe muito na nossa sociedade. Isto é considerado uma barreira, pois a pessoa tem de se desviar da sua rota e procurar outra solução para continuar o seu caminho. Se não conhecer o local, perde-se.

Dentro dos supermercados também encontro obstáculos, nomeadamente a falta de informação em braille sobre os produtos, como nome, prazo de validade, preço, etc. e os produtos não estarem colocados sempre no mesmo local. Isto obriga a que a pessoa cega tenha sempre de ser acompanhada por alguém às compras, ou opte por fazê-las online nos sítios dos supermercados.

A *Internet* é um facilitador para uma pessoa cega, mas acaba por ser uma barreira na medida em que alguns dos sites de extrema importância não se encontrem

acessíveis.

Aquilo que considero ser uma grande limitação, é o preconceito e a discriminação da maior parte da população, relativamente à pessoa Cega. Isto deve-se ao fato de ainda verem o Cego, como uma pessoa que anda a pedir no metro, ou que não sabe fazer nada a não ser telefonista, massagista, artesão, etc. Isto a meu ver não é verdade, pois o cego é igual a qualquer outra pessoa, só não vê.

Depois de terminada a licenciatura, ingressei no mestrado em administração educacional. Todavia, não gostei das unidades curriculares que o mestrado oferecia e decidi optar por uma outra valência do meu curso, a gerontologia. Esta escolha está ligada a diversos motivos. O primeiro está relacionado com o envelhecimento da população e deste modo haver muitos idosos que se encontram sós ou abandonados pelos seus familiares e se não forem estimulados por outros agentes (psicólogos, animadores socioculturais), tornam-se dependentes do outro e ficam mais deprimidos. O outro motivo está ligado ao acompanhamento de perto de um familiar, era portador de demência e faleceu recentemente num lar com cancro.

Não me arrependo de ter escolhido esta área, pois sinto-me feliz e realizada a ajudar os outros, e estou sempre a aprender com os idosos, devido à sua sabedoria, limitações que são compensadas por outras coisas e experiência de vida.

Atualmente, estou a tirar uma pós-graduação em psicogerontologia e inserida num projeto, intitulado de Dinâmica Sénior na Junta de Freguesia de Linda a Velha. Aqui assisto e preparo atividades para convívios com os idosos, participo e realizo com eles, aulas de inglês, ginástica, ioga, passeios se for possível e ioga do riso.

A cerca de dois meses acabei um curso de animação sociocultural com idosos, e estive numa casa de repouso em regime de voluntariado a realizar atividades, como o jogo do dominó, conversas sobre variados temas, um jogo de nome jogo das cores, construído por mim, que é composto por perguntas sobre provérbios, adivinhas, diferenças entre objetos, formação de palavras a partir de letras e construção frásica tendo por base quatro ou cinco palavras apresentadas, jogo das perguntas, também construído por mim, onde se elaboravam questões com duas hipóteses de resposta sobre provérbios, diversos temas (atualidade, gastronomia, geografia, etc.), profissões, televisão e adivinhas e associação de palavras.

Na minha opinião qualquer aluno com necessidades educativas especiais, deve ser integrado na sua turma, quer pelos seus colegas, quer pelos seus professores.



Para além disso deve ser respeitado pelos colegas, docentes e funcionários da sua escola. Não deve ser discriminado e por último, é importante que tenha acesso a todos os materiais (livros, computador, entre outros) que fazem parte da sua educação.