

Despertares. Como é a vida que começa depois do coma

Iniciativa. Portugal e oito países assinalaram o primeiro Dia Europeu do Despertar, dedicado às vítimas de coma e às suas famílias

Diário de Notícias · 8 Oct 2015 · 23 · ANA MAIA

Se tivesse de fazer um filme da sua vida, Paulo Sequeira, 48 anos, teria uma tela a negro quando chegasse a dezembro de 2005. Lembra-se de jantar em casa dos pais, de ir no carro com a agora ex-mulher e os dois filhos, na altura com 8 e 10 anos... e de mais nada. Foram abalroados por um carro que os lançou para fora da estrada. Sabe porque lhe contaram, como também contaram que o outro condutor ia com álcool e que morreu.



“Estive três semanas em coma. Mas só comecei a ter consciência um mês e meio depois. Não me lembro de nada enquanto estive no Hospital de Santa Maria e em Leiria só começo a ter memória da segunda semana. Fiquei muito admirado porque tinha uma cama com grades ao meu lado”, conta Paulo. Ontem esteve na conferência que se realizou na Escola Nacional de Saúde Pública, para assinalar o primeiro Dia Europeu do Despertar, dedicado a quem passou pelo coma.

Portugal juntou-se a oito países europeus: Bélgica, Bulgária, Chipre, Dinamarca, Grécia, Itália, Lituânia e Espanha. A iniciativa está relacionada com o projeto Lucas, coordenado por uma organização não governamental italiana, que tem como objetivo criar uma rede europeia de partilha de informação e experiências e tem o apoio do Parlamento Europeu.

Paulo não se sentiu revoltado, mas triste com as limitações. “Foi naquela altura. Agora já não. Estou de bem com a vida”, garante. Tem problemas de coordenação motora e fez terapia da fala durante muito tempo. Enfrentou avanços e recuos, arranjou sempre estratégias para as ultrapassar. Regressou às Finanças da Batalha, onde agora é chefe, e escreveu o livro Estranho Milagre da Vida. “O objetivo foi mostrar às pessoas que passam pelo mesmo que é possível. No

início foi muito confuso e também não sabia o resultado que ia ter. É uma história com um final feliz, mas com muito esforço e um mérito que não foi só meu. Também tive sorte de a lesão ter sido numa zona recuperável.”

“Acordar do coma não é o fim de uma história, é o início. Começa um caminho de recuperação, aprendizagem que exige trabalho, força, acreditar, ter a família do lado”, diz Vera Bonvalot, diretora executiva da associação Novamente. A única em Portugal que apoia vítimas de traumatismos crânio-encefálicos que passaram pelo coma. A associação nasceu em 2010, pela mão de Luís Godinho Lopes, ex-presidente do Sporting, depois de o filho mais velho ter tido um acidente que o deixou

Paulo Sequeira (3.º a contar da direita) esteve três semanas em coma em coma. Quis ajudar outros na mesma situação, partilhar a experiência, locais de ajuda, centros de reabilitação, Instituto de Emprego e Formação Profissional.

Vera abraçou o projeto e é ela que gere a lista de contactos das 700 famílias que estão a apoiar, dos centros de reabilitação, das instituições e profissionais de saúde com quem podem trocar experiências ou pedir ajuda. “Para a família é um choque e um desgaste emocional. Acordar do coma não tem hora nem dia marcado. Damos apoio, formação e informação sobre a recuperação, a quem recorrer, os direitos que têm. Este dia é muito importante para chamar a atenção para uma situação em que não pensamos, mas que não é raro e pode acontecer a qualquer um de nós. Em Portugal há cerca de seis mil traumatizados por ano que passam pelo coma.”