



As irmãs Bernadete e Carla Caparica Pereira dos Santos se revezam com os cuidados da mãe, Arlete, que tem Alzheimer

As regras da boa convivência

- Respeitar o espaço do outro, independentemente de quem seja o dono da casa.
- Manter e respeitar a liberdade de cada um.
- Buscar sempre consensos nos hábitos de cozinha e cuidados com a casa.
- Permitir que o responsável pela tarefa a faça como preferir.
- Saber ceder.
- Investir no diálogo e na compreensão.

Quinzenas de amor

Comemorando o retorno da filha, que morava longe havia oito anos, a professora Bernadete Caparica Pereira dos Santos, 60, também voltou a ficar com a própria mãe durante o isolamento. Ela e a irmã, Carla Caparica Pereira dos Santos, revezam-se e cada uma passa 15 dias morando com os pais.

Aos 81 anos, a aposentada Arlete Caparica Pereira dos Santos vive com o Alzheimer há cinco e precisa de cuidados constantes. Antes da pandemia, recebia em casa as cuidadoras, a fonoaudióloga e a fisioterapeuta.

Com medo do contágio, logo no início, Bernadete e a irmã decidiram que assumiriam todos os cuidados com a matriarca. Aprenderam os exercícios necessários e se mudaram para a casa dela.

“Minha mãe tem 81 e meu pai 85 anos, ficamos com medo de ter pessoas que frequentam o ambiente hospitalar entrando e saindo da casa”, explica.

Como Bernadete e a irmã têm filhos, optaram por fazer um revezamento. Cada uma passa 15 dias diretos com a mãe e, depois, trocam. Os cuidados incluem banho, exercícios fisioterapêuticos, exercícios de fala, todas as refeições e remédios. O pai e o irmão, que moram na casa, também são responsáveis por grande parte dos cuidados. Toda a família se reúne para oferecer, não apenas suporte, mas também muito amor e carinho para Arlete.

A professora vai além. Como a mãe não fala, faz questão de experimentar tudo o que Arlete come,

verifica se água do banho está fria ou quente demais, veste todas as roupas que a mãe vai usar, para garantir que sejam confortáveis, e experimenta até mesmo as fraldas usadas pela mãe, para ter toda a certeza de que ela não vai se machucar ou sentir incômodo.

“Sinto como se fosse Deus me dando a oportunidade de viver um momento novo com minha mãe. Se não fosse o isolamento, eu a veria muito menos no dia a dia. Agora, participo de tudo e sinto que posso retribuir um pouco todo o cuidado que ela teve comigo e com os meus irmãos toda nossa vida”, conta.

Bernadete conta que o Dia das Mães entrou no revezamento das irmãs. No ano passado, a irmã esteve com a matriarca; este ano, elas resolveram dividir. Uma curte o almoço e a outra o jantar.

E o cuidado se estende. Com o desejo de poupar um pouco o pai

e o irmão, que passam todos os dias com Arlete, Bernadete e a irmã separam uma semana por mês para ficarem as três juntas na casa de uma das duas. “Cuidar de pacientes com Alzheimer é desgastante, e gostamos de dar esses dias para que os dois possam relaxar.”

Bernadete se casou aos 22 anos e há 38 não dividia o teto com os pais. Ela conta que, no início, foi difícil, pois deixou de lado toda a rotina que tinha na própria casa e a cada 15 dias muda tudo de novo. Era estranho sair de casa, mas, agora, assim que acabam suas duas semanas com a mãe, já começa a sentir falta da nova rotina.

Reforçando o quanto se sente privilegiada, a professora conta que, pouco antes da pandemia, aposentou-se. “Meus filhos têm 36 e 31 anos, então eu posso, hoje, me dedicar totalmente à minha mãe”, completa.