

## Índice

A solidão que se aproxima .....	1
Intolerância à frustração .....	3
“Kursk” .....	4

### A solidão que se aproxima

O aumento das pessoas que vivem sozinhas será um dos principais problemas sociais a médio prazo no Ocidente. Um [estudo](#) da ONG Acción Familiar e da Universidad Complu-tense de Madrid (María Teresa López, Viviana González Hincapié, Antonio Jesús Sánchez Fuentes, “Las familias en España: Análisis de su realidad social y económica en las últimas décadas – 1975-2017”, Madrid, 2018; 269 págs.) aponta as chaves deste fenómeno no caso da Espanha, com a perspetiva de que tanto o setor público como o privado enfrentem o problema de maneira transversal.

Que a população ocidental está a envelhecer já é um segredo aberto para o qual os governos e a sociedade começaram a preparar-se. Em Espanha, o índice de envelhecimento – maiores de 64 anos em relação a menores de 16 –, apresenta um forte aumento entre 1975 e o ano 2000, ultrapassando os 100 % e situando-se acima de 116 % em 2016.

Para lá das consequências económicas, o envelhecimento geral levanta outros desafios de carácter social que também haverá que enfrentar. Embora os dados ainda não sejam alarmantes, já o é o avanço da tendência: tudo aponta para que dentro de poucos anos a maioria dos espanhóis venha a envelhecer sozinha e, o que é pior, para muitos deles – cada vez mais –, a solidão vai começar antes dos 60.

Esta tendência para o isolamento tem consequências negativas na saúde das pessoas. De facto, há um ano, Theresa May protagonizou uma avalanche de títulos nos meios de comunicação ao anunciar a criação, no Reino Unido, do primeiro organismo governamental do mundo dedicado espe-

cificamente à solidão. Com a categoria de secretaria de Estado e de carácter interministerial, coordena o trabalho de nove escritórios em diversos departamentos (Saúde, Habitação, Transportes...).

A iniciativa britânica responde às recomendações de uma comissão criada no início de 2017, que avaliou a magnitude do problema e as suas consequências. A solidão, dizia o relatório da comissão, está associada a doenças cardiovasculares, demência, depressão ou ansiedade; em conjunto, o seu efeito para a saúde e a esperança de vida chega a equivaler a fumar 15 cigarros por dia.

Em outubro passado, o governo publicou uma [estratégia nacional](#), que envolve tanto a Administração como diversas ONG para abordar a solidão. Entre outras medidas, uma muito prática é que os médicos de família remetam para os serviços sociais os doentes que vejam nessa situação.

Noutro país, a Espanha, de momento não se tomaram medidas dessa envergadura, mas os dados são um alerta de que talvez venha a ser necessário fazê-lo rapidamente.

De facto, já nos últimos 30 anos, a solidão entrou nos lares dos espanhóis, e não só nos de idosos. Por um lado, tem influência o envelhecimento geral, consequência da queda da natalidade. Concretamente, a média de idade aumentou quase em 10 anos desde 1975 (em 2016, situava-se em 41 anos entre os homens e 44 no caso das mulheres).

Embora algumas políticas sociais tenham ajudado a travar a queda a pique que se verificou nos anos 90 – época na qual emergiu com grande força o modelo de filho único –, a realidade é que, atualmente, a taxa de fecundidade continua a situar-se

em torno de 1,3 filhos por mulher, claramente abaixo do nível de substituição geracional, que é de 2,1.

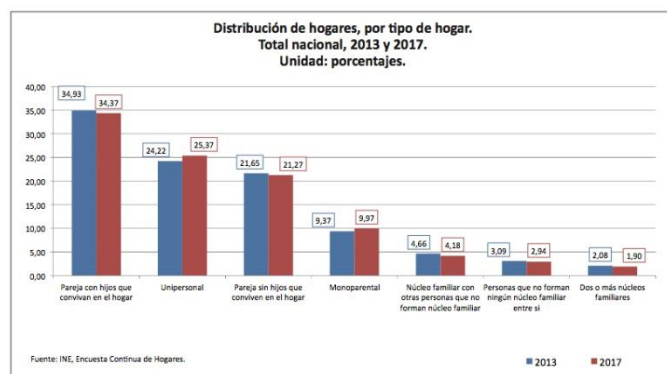
Mas, enquanto a natalidade continua em recessão, o número de habitações principais cresce. Entre 2001 e 2011, a população espanhola aumentou 15 %, enquanto o total de lares subiu 25 %; um dado que não deixa de ser chamativo num contexto em que aumenta a esperança de vida e se atrasa a média etária na qual se formam os novos núcleos familiares.



Nos últimos anos, a sociedade espanhola conheceu significativas mudanças de ordem social e cultural que, entre outras coisas, tiveram influência na dimensão e na composição dos lares, onde cada vez vive menos gente.

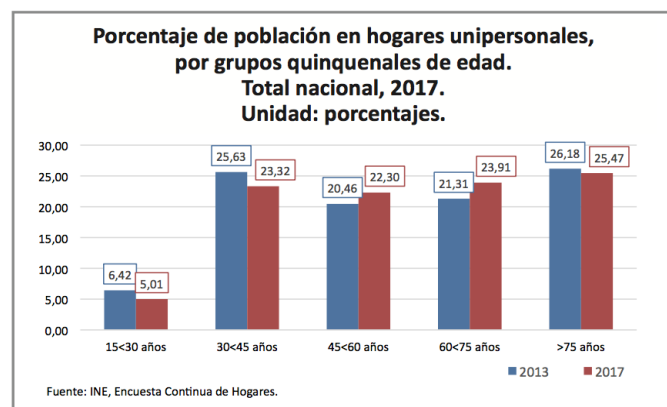


Em 2017, 1 em cada 3 lares em Espanha era formado por casais com filhos; um modelo clássico de convivência em paulatino declínio. Por outro lado, ganham mais adeptos outras opções. 25 % dos lares espanhóis, 4,6 milhões, são habitados por uma só pessoa, e este é o modelo que mais cresceu nos últimos anos. O outro grande aumento corresponde às habitações monoparentais (formadas por um adulto, na grande maioria – 83,5 % – mulher, e um ou vários filhos), que são já quase 10 % do total dos lares em Espanha.



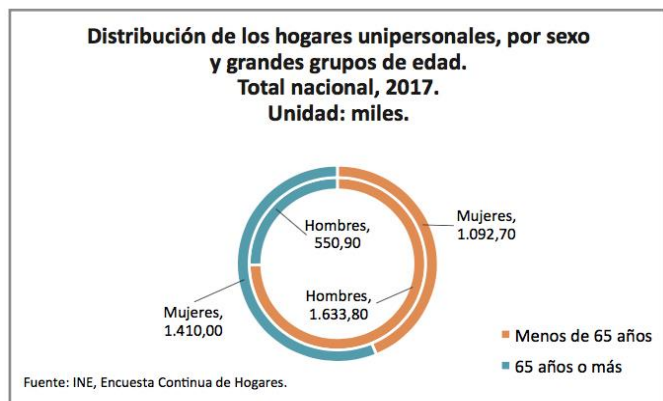
A atual e crescente desvinculação do binómio maternidade-casamento e a falta de estabilidade nos relacionamentos do casal parecem ser importantes fatores desta tendência. Com efeito, ao estudar a distribuição dos lares unipessoais por faixas etárias, observa-se que a tendência é para a baixa entre os mais jovens, pela emancipação mais tardia e, por outro lado, começa a subir já entre os maiores de 45 anos.

Como salientam os autores do estudo, as estatísticas revelam “uma mudança de tendência” que vai “contra a ideia de que são as pessoas idosas as que [com mais frequência] vivem sozinhas”. É verdade que os maiores de 75 anos, que constituem 9,4 % da população, são um quarto dos que vivem sozinhos. Mas nessa mesma faixa etária baixou ligeiramente a percentagem de pessoas em tal situação.



Com as pessoas de faixas etárias anteriores acontece o contrário. De facto, a maioria dos lares unipessoais (58,1 %) é composta por menores de 65 anos, dos quais dois terços são solteiros e 16,3 %, divorciados. À medida que se avança na idade, a rutura dos casais ganha importância como origem da solidão. E como, nesse caso, o mais frequente é que, se existem filhos, permaneçam com a mãe, explica-se que entre os menores de 65 anos a viver sozinhos, haja muitos mais homens do que mulheres, e entre os maiores de 65 haja mais mulheres (viúvas na sua maioria: 77 %) do que homens.

Ora, essa assimetria repercute-se sobretudo nos números absolutos. Em termos relativos, ambos os sexos sofrem a solidão por causa da rutura em percentagens similares. Dos homens sozinhos menores de 65 anos, os separados ou divorciados são 22 %; nas mulheres dessas idades, a percentagem é de 20 %.



Este problema pode ser detetado de maneira generalizada na maioria dos países ocidentais. Há pouco tempo, o [“The Wall Street Journal” afirmava](#) que nos Estados Unidos, a chamada geração do *baby boom* (os nascidos entre 1946 e 1964) é já a mais solitária da história, e analisava as preocupantes consequências deste fenómeno na saúde e na vida das pessoas. Mais de um quarto dos *baby boomers* estão divorciados ou nunca se casaram, e um em cada 6 vive sozinho. A solidão duplica o risco de morte precoce, segundo uma meta-análise da Brigham Young University, feita sobre os resultados de quase 150 estudos. Outro estudo, da Harvard University, da Stanford University e da AARP (American Association of Retired Persons - a associação norte-americana de reformados) estima em 6700 milhões de dólares o custo adicional em termos de saúde que constituem as pessoas sozinhas, principalmente devido a gastos de hospitalização e de atendimento em residências que não seriam necessários se tivessem alguém a seu lado.

Os dados analisados pela Acción Familiar e pela Universidad Complutense refletem maior instabilidade familiar. O casamento, embora ainda seja a fórmula maioritária, perde terreno perante as uniões de facto. A taxa de nupcialidade conheceu uma significativa descida nas últimas décadas: se em 1975 se realizavam mais de 7 casamentos por cada mil habitantes, em 2016 realizaram-se menos de 4.

As ruturas, pelo contrário, são cada vez mais. Depois da [reforma espanhola de 2005](#), o divórcio substituiu quase completamente a fórmula das separações. Nos últimos anos, o maior número de divórcios – acima de 30 % do total – regista-se em casamentos que duram mais de 20 anos de convivência, seguidos daqueles que duram entre 5 e 9 anos.

E, em 2016, quase metade dos casais que se divorciaram em Espanha tinham filhos a seu cargo, pelo que se calcula que mais de 76 000 menores se encontravam em famílias que atravessaram uma situação de rutura. Isto leva a que aumentem, por um lado, os lares monoparentais e, por outro, os de adultos sozinhos de meia idade.

A solidão já não é típica somente dos idosos. Chega cada vez mais cedo.

C. G. H.

## Intolerância à frustração

Numa sociedade acostumada a reivindicar direitos, a exigir soluções “já” e a identificar o sofrimento com a injustiça, há cada vez mais intolerância à frustração. Muitas vezes afirma-se que os pais de hoje não sabem dizer “não” aos seus filhos. Mas dever-se-ia perguntar se os pais mais velhos sabem dizer “não” a si próprios. A verdade é que os problemas de educação do carácter costumam acabar por se converter igualmente em problemas sociais.

E se não é assim, que o perguntem aos médicos, cansados de um tipo de doente da saúde pública que se apresenta nas urgências por qualquer incómodo, que exige testes e receitas, que avança para uma urgência de modo a evitar situações de espera. É verdade que não poucas vezes terá de esperar demasiado tempo para obter uma consulta com o especialista. Mas isto é uma falha do sistema, de carência do pessoal necessário, não um motivo para criticar o médico que nos atende.

Os médicos já estão cansados deste tipo de doente, e não têm problemas em dizê-lo publicamente, como em [recente reportagem](#). Segundo Ignacio Jáuregui, diretor do Instituto de la Conducta e especialista em medicina familiar, “atualmente temos pouca tolerância em relação a qualquer mal-estar, por mínimo que seja. Perante qualquer incómodo que tenhamos, a nossa disposição é que haja uma ação imediata. Quando nos sentimos mal, decidimos arrancar de imediato e ir às urgências, e esperamos que o médico atue da mesma forma que nós e nos resolva logo o incómodo”.

Há defensores da saúde pública que, com a sua atitude como doentes, acabam por minar o que dizem defender, devido ao seu abuso dos recursos. Um médico da área dos cuidados primários afirma na mesma reportagem: “Querem praticamente que o médico lhes confirme que não vão ter quaisquer problemas na vida e exigem testes para confirmá-lo”. Em última análise, aquilo que se deteta é um problema de carácter

convertido num traço civilizacional: “Existe uma tolerância extremamente escassa para com a frustração”, sentencia Jáuregui.

Os professores também se queixam de que devem lidar com crianças que não estão habituadas ao “não”, a que os seus desejos possam ficar frustrados. Não estão preparadas para este choque com a realidade, que a vida acaba sempre por impor. Mas não é fácil que os pais saibam inculcar esta atitude, quando eles próprios são incapazes de reagir bem quando não se cumprem as elevadas expectativas que colocam nos seus filhos. Mesmo em assuntos secundários, como os jogos de futebol que jogam os seus filhos. O que deveria servir para desfrutar e adquirir valores, dá lugar por vezes a espetáculos vergonhosos de pais que discutem nas bancadas, insultam o árbitro e gritam ao treinador para dar mais tempo de jogo ao seu filho. Toda uma lição de vida para o rapaz.

O assunto adquiriu tais proporções que nalguns sítios começaram a organizar [oficinas](#) para ensinar os pais a controlar as suas emoções quando assistem aos jogos dos seus filhos. Não é possível dar lições de desportivismo aos filhos se não se começa por assimilá-las antes.

Mas existem muitos [“pais controladores”](#) dispostos a passar à ação para proteger o seu rebento perante uma qualquer ameaça de frustração. Estes podem ser temíveis se se generalizar o direito das famílias de reverem os exames corrigidos dos seus filhos, algo que suscitou controvérsias e até resoluções judiciais. Em várias comunidades autónomas espanholas, as autoridades estabeleceram que os professores são obrigados a entregar cópias dos exames corrigidos dos alunos às famílias que o solicitem. Para saber em que falhou, ou para discutir a nota?

O representante de uma associação de pais declarou ao [“El País”](#) que “não é uma questão de desconfiar do professor, mas de que a melhor maneira de ajudar os nossos filhos é ver em que falharam”, para poder reforçar esse aspeto. Mas isso também se pode saber numa entrevista com o professor do aluno, e do que se queixavam algumas famílias era de que só podiam ver o exame dos seus filhos no escritório da escola com o professor pela frente. Eles queriam uma cópia do exame para consultar alguém que conhecesse melhor do que eles a matéria. Não será mais isto um exame ao examinador?

As associações de professores estão reticentes à entrega de cópias dos exames, o que pode ser um motivo de reclamações e suspeitas. “Incluir as famílias no funcionamento dos centros é fundamental e para isso precisamos que haja comunicação direta com os tutores: convertê-lo num processo frio de entrega de documentos não faz sentido”, sustenta Sonia García, portavoz do sindicato de professores ANPE (Asociación Nacional de Profesionales de la Enseñanza).

Esperemos que os pais estejam mais serenos perante os exames dos seus filhos do que perante as suas jogadas no campo. Mas, se necessário, também podem ensinar-lhes que

uma reprovação não é o fim do mundo, e converter a sua frustração num estímulo para melhorar.

I. A.

## “Kursk”

“Kursk”

Realizador: Thomas Vinterberg

Atores: Mathias Schoenaerts; Léa Seydoux

Duração: 118 min.

Ano: 2018

A 12 de Agosto do ano 2000 afunda-se no norte da Rússia um submarino nuclear russo, o “Kursk”, com 118 homens a bordo. Uma violenta explosão seguida de outra ainda maior, leva-o ao fundo. Sobrevivem 23 homens refugiando-se na popa. Um deles escreve horas depois um bilhete com o nome dos sobreviventes. Esse papel é encontrado 9 dias mais tarde pelos mergulhadores socorristas no corpo já sem vida de um dos oficiais que sobrevivera às explosões. Nada mais se sabe sobre o que aconteceu e de que forma esses sobreviventes vieram a falecer. Quando a equipa de resgate chega ao Kursk, todos os compartimentos estão já inundados e sem sobreviventes. Surgiram várias teorias. Este filme segue uma delas...

Esta narrativa foca-se na “situação de crise” que é vivida dentro e fora do submarino. O oficial que assume a liderança dos sobreviventes é alguém com provas dadas de preocupação pelos seus colegas. Agora não hesita em ser o primeiro a dar o exemplo na busca de soluções. Ele faz o que diz, procurando elevar o moral de todos... À superfície reina o caos. Nada fora do previsto para ocorrências deste género. Improvisa-se... A cadeia de comando não é seguida devido à intromissão de questões políticas. A recusa em aceitar a ajuda de outros países mais experientes, adiando-a, será uma decisão fatal a vários níveis, incluindo a credibilidade...

### Tópicos de análise:

1. Um líder não dá só ordens mas é o primeiro a pô-las em prática.
2. O interesse pelos outros demonstra-se em atos concretos.
3. Antecipar possíveis “situações de crise” ajuda a enfrentá-las mais tarde.

