



Associação de Moradores dos Capuchos

Março 2020

## ADIAMENTO DA ASSEMBLEIA GERAL DA AMC CONVOCADA PARA 21/03/2020

### José Carlos Rodrigues Nunes

Pretende-se que as Assembleias Gerais da nossa Associação sejam um momento especial de encontro/convívio entre os associados e moradores, a mesa da Assembleia Geral, o Conselho Fiscal e a Direcção.

Não apenas um encontro, mas, sobretudo, mais uma oportunidade para se envolverem na actividade da sua Associação, através da sua participação na discussão para efeitos de aprovação dos documentos apresentados, na apresentação de sugestões quanto a actividades a desenvolver e também na apresentação de críticas construtivas.

Face ao referido, foi muito difícil tomar a decisão de adiar para uma data mais oportuna a Assembleia Geral que estava convocada para 21/03/2020. O fundamento foi o superior interesse da defesa da saúde dos participantes na Assembleia.

Com efeito, estamos perante uma difícil situação decorrente do Covid-19, um vírus de elevado risco de contágio.

Entidades e os especialistas na área da Saúde aconselham a adopção de

medidas preventivas, entre elas, o evitar-se sempre que possível, a frequência de locais fechados onde se encontrem grupos de pessoas.

Reconhecendo a validade desta precaução e não desejando criar uma situação com probabilidade de risco, a Direcção solicitou à mesa da Assembleia Geral o adiamento da Assembleia Geral, que foi aceite. Oportunamente, proceder-se-á a nova convocatória.

Entretanto, iremos proceder à divulgação do “Relatório e Contas do ano de 2019”, do “Orçamento para 2020” e do “Plano de Actividades para 2020”, depois de aprovados pela Direcção. Como é obvio, esperamos e desejamos os vossos comentários.

#### SUMÁRIO

A Palavra aos Vizinhos	
Buracos e kamikazes	Pag. 2
O estado a que isto chegou!	Pag. 3/4
O Mais Português dos Quadros a Óleo	Pag. 5/6
O Fado	Pag. 7/9
Vamos tratar da Saúde – Alergias	Pag.10/11
Frei Fortunato e Frei Simplício	
Um Silêncio Ensurdecedor	Pag. 12

## A PALAVRA AOS VIZINHOS

### Buracos e Kamikazes

Rita Fernandes

Buracos e kamikazes é o título que dei a esta rubrica e passo a explicar porquê.

Corre por aí que a Aldeia dos Capuchos é uma zona privilegiada. Concordo, temos uma vista maravilhosa (ponto)! Mas não passamos com o carro nem andamos a pé na “vista maravilhosa”.

É vergonhoso o estado da Rua dos Capuchos e da Rua Lourenço Pires de Távora. Existem crateras onde cabem pneus dos carros. Pelo menos do meu carro cabe. Talvez por ser velhinho mas não é por isso que mereça rebentar um pneu num buraco.

Ao lado destes “buraquinhos” existem umas lombas criadas pelas raízes. Já que a CMA resiste em colocar lombas nesta zona, a Natureza encarregou-se de ...

Estas crateras e lombas são um belo cartão-de-visita para quem não conhece as ditas ruas e vem visitar o Convento ou o Miradouro. Espero que tenham o macaco no carro e seguro...

Kamikazes são todas as pessoas que têm que passar pela estrada nacional 10-1. Principalmente aqueles que moram nesta estrada, como é o meu caso.

Temos uma estrada nacional sem limitação de velocidade, sem lombas (talvez tenhamos que esperar que as raízes lá cheguem), sem semáforos, sem passeios, piso incerto...

Fazer um simples trajeto do meu portão ao ecoponto, pode ser aventureiro. Que o diga a minha mãe que tem 82 anos e recusa-se a ir despejar o lixo ou fazer a reciclagem. Diz que tem medo. Dos assaltos? Não. E passo a citar “medo de cair, ficar estendida na estrada e passar-lhe um carro por cima”. Parece exagero mas não é. Pode acontecer. Principalmente a pessoas com idade avançada, mobilidade

reduzida, falta de vista, entre outras maleitas, é impossível andar na EN10-1.



Mas andar de carro nesta via também não é mais seguro. É assustador ver como são feitas algumas ultrapassagens. Principalmente à noite, a velocidade é tanta que se sente o “abanão” de paredes. E pelo que sei não é só na minha casa.

Aguardo o dia em que estarei tranquila a descansar e um “Manuel Fangio” (para quem não sabe era um piloto F1), aterre no meu terraço ou, descontrolado, vá batendo nos carros estacionados...

Poderíamos todos enumerar várias soluções - mas não é da nossa competência. Para isso é que existem as Câmaras Municipais e as Juntas.

Será que os moradores de algumas zonas que, em ultimo recurso, chamam a comunicação social para denunciar situações idênticas, não serão mais bem sucedidos que os moradores da zona “privilegiada”?

Estes dois desabafos são só a ponta do iceberg. Poderia continuar a escrever sobre o lixo, os grafites, a falta de luz nos candeeiros, os fios de eletricidade que tecem, de uma forma muito bonita e muito segura, esta zona...

Enfim, ficará talvez para uma próxima. Segundo consta vamos ter novidades em Abril. Aguardemos. Até lá, é ter muito cuidado com o piso e rezar para que não hajam atropelamentos e despistes ...

## A PALAVRA AOS VIZINHOS

### O estado a que isto chegou!!!

Ana Maria Artilheiro

“A organização democrática do Estado compreende a existência de autarquias locais, as quais são pessoas colectivas territoriais dotadas de órgãos representativos, que visam a prossecução de interesses próprios das populações respectivas.”

“A fim de intensificar a participação das populações na vida administrativa local podem ser constituídas organizações de moradores residentes em área inferior à da respectiva freguesia, as quais têm direito de petição perante as autarquias locais relativamente a assuntos administrativos de interesse dos moradores;”

A Constituição da República, ao legislar sobre a organização democrática do Estado, dá às Autarquias e às Populações os instrumentos necessários para defenderem e garantirem, entre outros direitos, a sua qualidade de vida e a do território onde habitam, permitindo que em comum tracem um caminho solidário com as suas preocupações, necessidades e interesses, respeitando os direitos individuais, sem exclusões e assegurando igualdade e equilíbrio dentro da comunidade e com as comunidades vizinhas.

Então é Simples - Estamos todos a puxar para o mesmo lado.

No primeiro número do Arriba (Junho de 2019) o artigo que inventariava as nossas preocupações e publicava o excerto da intervenção da AMC na reunião pública da C.M.A. e das “promessas” feitas pelo Executivo, terminou com uma frase de Fernão Mendes Pinto :

“Confiados nessa promessa,  
Enganados nessa esperança....”

Em 4 de Novembro voltámos lá, questionando o Executivo e insistindo na necessidade urgente de intervenção neste território (link de acesso publicado no Arriba de Dezembro)...

Será que ainda se lembravam e que todos sabiam o mesmo sobre todas as questões?... Será que conhecem o instrumento democrático chamado “consulta pública” e que seis meses é pouco para estudarem os dossiers?...

Será que os leitores identificam avanços significativos nas diferenças e/ou nas divergências entre os discursos dos membros do Executivo que intervieram nas duas reuniões?...

Pelo meio as férias de verão... e o inevitável corre-corre de dinheiros e recursos em estacionamentos, areia nas praias, novos pavimentos, múltiplas actividades de lazer, em concertos... E BEM !!! NADA nos CAPUCHOS, talvez o mais amado espaço cultural do concelho... ESTEVE ÀS ESCURAS TODO O VERÃO!!!



Chegámos a Setembro... e o inevitável corre-corre de dinheiros e recursos a realizar obras nas escolas que garantam a abertura do ano escolar com sucesso... E BEM !!! NADA nos CAPUCHOS que têm um equipamento escolar com COBERTURA DE AMIANTO, a antiga escola primária, há muito desactivada e abandonada, situação que já foi objecto de várias intervenções nossas, escritas, verbais, por telefone, junto da Freguesia, da Câmara, dos Ministérios do Ambiente e da Educação, e até de um abaixo-assinado, promovido por uma moradora, com cerca de 100 assinaturas, chamando a atenção para os riscos que a presença de AMIANTO pode provocar na Saúde Pública, pedindo/ exigindo a reabilitação do edifício ou a sua demolição...

Mas há mais, para Todas as Idades e Necessidades... Rua e Praceta Lourenço Pires de Távora, Rua dos Capuchos, Rua do Miradouro, E.N. 10-1, R. Cristóvão de Távora, R. da Quinta da Bela Vista, R. do Alto dos Capuchos, R. da Estrelinha, Estrada do Robalo:



Buracos e lombas nas estradas, passeios e bermas, grafitis em muros e edifícios, maus costumes na mata, ninhos de cabos aéreos que se enrolam entre si e nas árvores, árvores e vegetação descontroladas e invasivas, controle ineficaz da processionária dos pinheiros, contentores de lixo junto às estradas, lixeiras junto aos contentores, ausência de controle sanitário sobre animais abandonados, pouca ou nenhuma visibilidade entre peões e automobilistas e vice-versa, passeios que são bermas e bermas que são estacionamentos, passadeiras que não se vêem e ou nunca existiram, aumento de tráfego e inexistência de controles de velocidade, ruas com alcatroamento incompleto, transportes públicos que parecem latas de sardinhas com horários flexíveis, trajectos e abrigos de espera de autocarros próprios de há 30 anos atrás...

E a Associação de Moradores ?

Dezenas de escritos, inclusive de moradores ainda não associados, dezenas de telefonemas, pedidos de reunião aqui nos Capuchos para se avaliar “o estado a que isto chegou”...

Em Setembro (2º.) e em Dezembro (3º.) mais “Arriba”s e mais um apelo ao reforço do número de associados, que organizadamente constituam uma força de intervenção viva e firme junto do Poder Autárquico.

Em Outubro e Novembro, a AMC fez um porta-a-porta junto dos moradores... a receptividade foi óptima e a caracterização do território ficou mais clara!

**Como é possível um local tão bonito, sobre a Arriba e frente ao Mar, onde tanta gente vinha assistir a espectáculos no Convento dos Capuchos, brincar e lanchar com as crianças no seu jardim, regalar-se com a vista de 360º no Miradouro, fazer caminhadas na Mata e na Arriba Fóssil, ou naturalmente e simplesmente usufruir dos bons ares de campo e mar !!!**

Saudosismo!? Não, apenas a convicção de que temos instrumentos para transformar os Capuchos num Território Limpo, Ordenado, Aprazível, Seguro e Saudável para Todos.

Então é Simples - Estamos todos a puxar para o mesmo lado.

O perverso é que:

Os atuais problemas resultam, maioritariamente, da não resolução dos antigos, correndo o risco de se tornarem um risco muito grave e sério, arriscando, desnecessariamente, o Ambiente, o Bem-Estar, a Proximidade, a Saúde, a Segurança, a Segregação Social e Geracional de quem aqui vive e trabalha, revertendo os Capuchos para um Território Estático, Apático, Envelhecido, Parado no Tempo, que não responde às atuais necessidades e interesses dos moradores, do comércio e serviços aqui instalados e dos respetivos trabalhadores, não prepara condições futuras de vida aos muitos casais jovens com crianças que aqui voltaram a residir, nem atrai os visitantes.

O “desabafo” que agora partilho convosco representa apenas o meu ponto de vista, mas convido-vos a escreverem e a publicarem as vossas opiniões neste Local de Encontro, o nosso jornal “Arriba”, de forma a

**Fazermos um Gritante Mural, Audível...**

**EM ALMADA!!!**

## “O Mais Português dos Quadros a Óleo”

Ferrer Asturiano



*“...Por uma tarde parada, como esta, de olhos semicerrados, pensava eu no meu atelier, em planos vagos a realizar. Uma guitarra sobre uma banca, fez-me meditar nisto: quem teria feito o primeiro fado? Embevecido nesse sonho, fazendo passar ante meus olhos todas as Severas, de cigarro na boca e perna traçada, cantando a melancólica canção das perdidas...”*

Assim descreve José Malhoa, numa entrevista ao jornal *A Lucta*, o momento em que lhe ocorreu a ideia de pintar “O Fado”.

“O Fado”, datado de 1910, abre caminho à compreensão do papel central que a canção de Lisboa teve no processo da Implantação da

República. Usufruindo de uma crescente consagração popular, o fado constituía um instrumento privilegiado de difusão dos ideais mais ambiciosos de transformação social e política, assumindo uma importância central na construção de uma utopia igualitária.

José Malhoa pintou duas versões do quadro: a de 1909 e a de 1910.

A obra de 1909 é propriedade da família do empresário Vasco Pereira Coutinho.

A de 1910 pertence ao Museu da Cidade de Lisboa e pode ser visitada no Museu do Fado, onde se encontra por empréstimo.



**José Malhoa (1855 – 1933)**

Nas obras são retratados Amâncio, um “fadista” (então sinónimo de marginal), e sua companheira Adelaide, prostituta conhecida por Adelaide da Facada (por ter no rosto uma cicatriz desenhada a navalha), na sua habitação na Mouraria. Amâncio era um desordeiro violento. Malhoa, para lhe conter o ímpeto, teve de lhe atender alguns caprichos, sobretudo púdicos: sem Amâncio por perto, Malhoa desnudava os ombros e até um seio a Adelaide; os ciúmes tempestuosos de Amâncio foram levando o artista a subir a alça da camisa a Adelaide.

O quadro tem como cenário o interior da casa de Adelaide. Pormenores significativos – o toucador com o espelho partido, o napperon de crochet sobre a toalha encarnada com ramagens, o vaso com um manjerico, o candeeiro de petróleo, as gravuras na parede - duas imagens religiosas, o leque, colocado sob um par de bandarilhas e uma estampa com a imagem de um toureiro. Sobre a mesa vêem-se uma garrafa quase vazia e um copo e, no chão, uma beata espezinhada. A própria Adelaide segura grosseiramente um cigarro.

Malhoa convidou os habitantes de Mouraria e figuras da elite para opinar sobre a obra no seu estúdio.

Até o rei D. Manuel sugeriu algumas alterações à pintura. Assim, inicialmente Adelaide tinha muitas tatuagens, o que era muito pouco comum para a época, e foi sugerido que fossem retiradas, ficando

apenas uma muito pequena numa das mãos (visível na obra de 1909).

Almada Negreiros definiu a obra de Malhoa “*Ele tem que dizer a pintar o que não sabem dizer aqueles que ele pinta! Já não é só de pintura que se trata, concerteza é mais do que isso! [...] desde as tábuas do políptico de S. Vicente na Sé de Lisboa, que este povo admirável nunca mais teve quem lhe tirasse o retrato*”.

### Amália canta “Fado Malhoa”



<https://youtu.be/ZNCfktEU5L8>

#### Fado Malhoa

De José Galhardo/Frederico Valério

Alguém que Deus já lá tem, pintor consagrado  
Que foi bem grande e nos doi já ser do passado  
Pintou numa tela com arte e com vida  
A trova mais bela da terra mais querida

Subiu a um quarto que viu à luz do petróleo  
E fez o mais português dos quadros a óleo  
Um Zé de Samarra, com a amante a seu lado  
Com os dedos agarra, percorre a guitarra  
E ali vê-se o fado

Faz rir a ideia de ouvir com os olhos, senhores  
Fará, mas não para quem já o viu mas em cores  
Há vozes de Alfama naquela pintura  
A banza derrama canções de amargura

Dali vos digo que ouvi a voz que se esmera  
Boçal dum Faia banal, cantando a Severa  
Aquilo é bairrista, aquilo é Lisboa  
Boémia e fadista, aquilo é de artista  
Aquilo é Malhoa

# O FADO

Um conto de Paulo Figueiredo



Sentados num banco, os dois homens contemplavam o quadro. A cena retratada na pintura parecia estar suspensa no tempo, como todas as pinturas clássicas; um homem e uma mulher envolvidos pela música, ele cantando e tocando guitarra, ela olhando-o, ambos indiferentes ao desmazelo das vestes e do quarto onde se entregam ao fado e ao resto. Foi em 1910 que Malhoa, o pintor, colocou em tela uma certa Lisboa de então, pintando gente autêntica e de má vida.

- Hoje em dia qualquer coisa é Património da Humanidade, uma prostituta e um bêbado a cantarem umas ladainhas...

- A mediocridade enfatuada e a ignorância esclarecida...

- Como?

- Nada, nada, estava só a pensar alto, desculpe.

Depois de alguns segundos, o velho homem que pensava alto, interrogou:

- Vejo que o senhor não gosta de fado,

o que é que o levou a vir a este museu?  
- interrogou o velho.

- Falaram-me tanto deste quadro que vim cá ver e pelo que vejo não justifica tanta fama - retorquiu o outro homem, um quarentão bem parecido.

- Não sei nada de pintura, mas o Malhoa era um pintor naturalista e como tal utilizava as técnicas próprias dessa corrente. Mas explique-me porque é que o quadro não presta, já que parece perceber do assunto... tem formação em belas-artes, certo?

- Bem... em belas-artes, não, mas tenho uma licenciatura em Comunicação Social, e posso dizer que sou uma pessoa com cultura.

- Então, suponho que deve saber alguma coisa de música, não?

- Eu estudei Comunicação Social, não estudei música.

- Ah, sim... talvez conheça as origens sociais do fado, que de facto não são as melhores...

- Evidentemente, são do piorio, a marginalidade, a prostituição, homens de faca, alcoólicos, enfim, *you name it*.

- Perdão? - o anglicismo acicatou o desejo do velho de provocar o interlocutor - Importa-se de repetir? É que eu tenho alguma dificuldade com estrangeirismos.

- Ah... é uma expressão vulgar, não vejo o que tem de especial - defendeu-se o

outro, pouco à vontade com o olhar do idoso.

- Vulgar para si, e talvez nessa área da comunicação social... conheci muitos jornalistas sem esse curso que usavam o português como se fossem escritores, incluindo jornalistas desportivos.

- Está a insinuar que o meu curso não presta?

- Não insinuei nada, caro senhor. Importa-se que lhe dê alguma informação sobre o tema que nos trouxe aqui?

- Sim, mas não vejo qual o valor acrescentado que possa ter - respondeu o quarentão, recuperando o ar superior.

- Valor acrescentado... constato também que usa o jargão economicista da moda, mas isso não interessa. Pois bem, o senhor está convencido de que só o fado vem da má vida, ou se quiser do *underground*, como vê, também sei dizer essas coisas. Onde é que julga que vem o tango e o jazz? No caso do jazz, nasceu numa parte mal frequentada da cidade de New Orleans. Um fulano chamado Jelly Roll Morton, considerado como o pai do jazz, ele próprio assim se considerava, era pianista num bordel e muito provavelmente era proxeneta, tal como o Amâncio.

- O Amâncio?

- Sim, o gajo que está ali no quadro. Ele existiu mesmo, assim como a Adelaide, que também está no quadro e que devia ser a prostituta do Amâncio.

Ambos olharam para a pintura, Adelaide e Amâncio retribuíram com um rápido piscar de olhos e um sorriso, divertidos com aquele diálogo.

- Continuando, as origens do tango também não são melhores; só em Buenos Aires havia cerca de 200 prostíbulos e aí nasceu uma música instrumental para entreter os clientes, as letras, mais ou menos explícitas, vieram mais tarde. Hoje em dia, como sabe, ambos os géneros musicais são muito respeitáveis. Voltando ao fado, também existe improvisação, tal como no jazz, no blues, nas ragas indianas. A Amália Rodrigues até gravou um disco com um saxofonista de jazz, chamado Don Byas em 1973, em que tocaram fados clássicos.

- Ah, sim.. - suspirou o outro, num misto de enfado e desconforto.

- Já agora, só mais uma coisa. A partir dos anos 50 do século passado, grandes poetas portugueses começaram a escrever letras para fado, como David Mourão-Ferreira e Alexandre O'Neil, a própria Amália cantou Manuel Alegre e Ary dos Santos antes do 25 de Abril. E depois do 25 de Abril, gente que não era do fado, acabou por compor fados, como o Vitorino de Almeida, o Paulo de Carvalho, o Zé Mário Branco, entre outros. Como vê, os géneros musicais evoluem com os tempos, a vida das pessoas muda, a música muda também. Fado significa destino e somos nós que o traçamos, tá a perceber? Cada um é que escreve o seu fado.

- Nunca ouvi falar da maior parte desses nomes que citou - respondeu o quarentão.

- Então não é o senhor que diz que tem muita cultura?

Visivelmente incomodado, o outro virou as costas com ar arrogante e saiu a passo rápido da sala.

O velho virou-se para o quadro:

- Ignorante, arrogante, parvo e malcriado.

Adelaide e Amâncio sorriram.

.....

- Senhor Amâncio?

O velho, de seu nome Amâncio, voltou-se e deparou-se com um jovem tatuado e de roupa escura, trazendo um estojo em forma de guitarra.

- Não sabia que o homem da pintura tem o mesmo nome do senhor.

- Pois sim, mas eu não sou chulo nem ando à facada. Deseja alguma coisa?

- Sim, sim, desculpe, disseram-me para falar consigo porque o senhor sabe afinar guitarras portuguesas.

Amâncio olhou para o estojo.

- Mas o que o meu amigo traz aí é uma guitarra eléctrica...

- Pois, eu toco numa banda de heavy metal...

“ Isto hoje tá complicado...”, ia pensando Amâncio.

- ...mas também ando a estudar guitarra portuguesa.

- Ah... e posso saber o que o levou a estudar guitarra portuguesa?

- Porque gosto, não foi o senhor que disse que a música muda com os tempos e com as pessoas e que cada um faz o seu fado?

- Disse, sim senhor. Como é que meu amigo se chama? - interrogou Amâncio, meio a rir.

- Alfredo. Mas não sou Marceneiro.

- Venha de lá comigo, senhor Alfredo, vamos à minha oficina, mas antes vamos passar por uma tasquita que fica em caminho. O Alfredo bebe ou também é dessas modas de agora?

- Bebo, pois.

O velho guitarrista Amâncio e o jovem guitarrista Alfredo abandonaram a sala, sob os olhares e o sorriso de um fadista e de sua amante.

-----

Caparica, 09 de Fevereiro de 2020

Paulo Figueiredo

### Visita Guiada à Pintura “O Fado” de José Malhoa (Museu do Fado)



<https://www.youtube.com/watch?v=6ewEJSfYgwE>

# Alergias

Por **António Barbosa** (Médico de Otorrinolaringologia)

## O que são as alergias?

As alergias são doenças relacionadas com o sistema de defesa do organismo, cuja resposta é mais intensa do que seria necessário, quando contacta com algumas substâncias do meio envolvente.

Por outras palavras, o alérgico luta contra a presença de algo que os não alérgicos toleram. É, pois, um excesso de defesas.

Essa reação acaba por gerar sintomas ou seja, provocar doença. Esses sintomas dependem dos órgãos envolvidos na reação e da intensidade da mesma.

Assim, temos como exemplos mais comuns: a rinite alérgica, a asma brônquica, algumas dermatites, entre muitos outros.

A gravidade vai depender da intensidade da resposta, podendo ir de ligeira até situações graves ou muito graves, podendo, em alguns casos, pôr em risco a vida e constituir verdadeiras urgências.

Outra característica das alergias é o seu carácter genético, sendo, assim, transmitida de pais para filhos a tendência para a doença.

## Incidência das doenças alérgicas

As doenças alérgicas têm vindo a

umentar progressivamente devido ao estilo de vida das sociedades ocidentais. Para lá dos fatores genéticos, a vida mais sedentária, os hábitos alimentares, o aumento de poluentes na atmosfera, o consumo excessivo de medicamentos e quiçá as alterações climáticas, são os agentes que têm vindo a contribuir para esse aumento.

## Como prevenir crises de doença alérgica

Uma vez diagnosticada a doença alérgica, as medidas que podemos pôr em prática para prevenir as crises dependem, sobretudo, de evitar o contacto com os agentes que as provocam (alérgenos) quando estes são identificados. Contudo, existem gerais que devem ser seguidas.

Assim, é aconselhável:

- Manter um bom arejamento da casa, preferencialmente feito mais para o final do dia;
- Evitar todos os objectos que possam acumular poeiras, como por exemplo alcatifas, peluches, livros, cobertores felpudos e carpetes;
- O mobiliário do quarto e/ou de locais onde se permanece por períodos de tempo maiores deverá ter possibilidade de ser limpo com pano húmido;

- Utilizar aspiradores com filtros de alta eficiência;
- Caso a alergia seja a animais domésticos, devem os mesmos ser afastados da habitação;
- Outras medidas mais específicas serão indicadas pelo médico que avalia o doente.

### Diagnóstico de alergias

Como em qualquer doença, o diagnóstico tem de começar por uma completa história das queixas apresentadas pelo doente, não esquecendo os seus antecedentes pessoais e familiares. Seguir-se-á a observação (exame objectivo) completa, embora mais focado nos órgãos ou sistemas que constituem a provável origem das queixas. Os meios complementares de diagnóstico poderão confirmar se o doente apresenta alterações compatíveis com doença alérgica ou se a hipótese pode ser, em princípio, descartada.

No caso de os exames apontarem para situação alérgica, o doente deverá ser encaminhado para consulta de Imunoalergologia, a fim de determinar a que substâncias (alérgenos) é reativo e orientar qual a melhor solução para o tratamento.

### Tratamento das alergias

O tratamento sintomático de alergias deverá ser instituído e controlado pelo médico. Esse tratamento estará dependente de haver conhecimento

ou não dos alérgenos a que o doente é sensível bem como da gravidade da crise. Ele inclui anti-histamínicos, anti alérgicos, corticosteroides e, por vezes, adrenalina. Repito que só o médico, e face ao quadro clínico, deverá decidir.

Um tratamento mais eficaz e duradouro far-se-á através da aplicação de vacinas específicas, após ter conhecimento da sensibilidade do doente pela realização de testes cutâneos. Caberá ao especialista em Imunoalergologia tal competência. A título de curiosidade acrescentamos que o tratamento ideal é afastar o alérgico do alérgeno, se bem que seja uma situação pouco comum. É exemplo a alergia à proteína do leite de vaca, sendo que o doente terá simplesmente que não beber leite de vaca e seus derivados.

O “ARRIBA” é propriedade e edição da [Associação de Moradores dos Capuchos](#).

Publicação trimestral gratuita.

Distribuição por e-mail.

Contactos:

<https://sites.google.com/site/amoradorescapuchos/>

Facebook:

<https://www.facebook.com/AMC-Associação-de-Moradores-dos-Capuchos-426610328116880/>

E-mail:

[associacaomoradorescapuchos@gmail.com](mailto:associacaomoradorescapuchos@gmail.com)

# FREI FORTUNATO E FREI SIMPLÍCIO

## Um Silêncio Ensurdecedor

AH, FINALMENTE A PRIMAVERA!...



Piiiiiuu!

**BOM DIA  
IRMÃO FORTUNATO**



?

?



Ferrer / Março 2020