

Ponto de Vista

3

Nota Editorial

Nesta edição:

Ponto de Vista... CAIPDV	2 a 6
Ponto de Vista... Entidades	7
Ponto de Vista... Famílias	8 e 9
Ponto de Vista... Crianças	10 e 11
Ponto de Vista... Clínico	12 e 13
O CAIPDV sugere...	14 e 15

Pontos de interesse especiais:

- Candidatura Prémio Fidelidade
- Ateliês de Pais & Profissionais para a LE
- Curso da DV
- Lançamento Associação Bengala Mágica
- Oficialização do Sistema Braille em Portugal
- Conheça o Guilherme e o Rafael
- O que é a blefarite

Sejam bem-vindos a 2018, um ano que esperamos seja de crescimento, de muitas mudanças, desafios, novas aprendizagens mas também de consolidação.

É com a candidatura ao Prémio Fidelidade Comunidade que inicia o Ponto de Vista CAIPDV, um prémio a que nos candidatámos e no qual depositamos grandes esperanças. As palavras “esperança” e “orgulho” seguem-nos também nos ateliês quer de profissionais quer de pais, quando vemos que o gosto das várias equipas por aprender cada vez mais em prol das “nossas” crianças é crescente e motivador.

Continuámos a espalhar sementinhas através do Curso “A Criança com deficiência visual: Conhecer mais para intervir melhor”, bem como pela partilha de experiências na Associação do Porto de Paralisia Cerebral. Estivemos presentes no Lançamento da Associação Ben-

gala Mágica, associação que também nos presenteou com um texto sobre o seu projeto para a rubrica “Ponto de Vista... Entidades”. Damos-vos a conhecer igualmente o Decreto-Lei n.º 126/2017 de 4 de outubro, que oficializa o Sistema de Braille em Portugal.

No “Ponto de Vista... Famílias”, o Guilherme é a estrela principal, com os seus dotes de criança alegre e muito viva! Um ponto de vista onde observamos o papel de uma família que consegue descrever o mundo de uma forma simples e completa a uma criança que tem uma curiosidade infinita. Rafael Feitor, “futuro” Presidente da República Portuguesa, dá a sua primeira entrevista para a rubrica “Ponto de Vista... Crian-

ça”, onde conta aos entrevistadores, seus amigos, do que gosta, as suas atividades e livros preferidos, o que faz nas férias... Uma criança comunicativa, alegre e espontânea! Quem sabe, daqui a uns anos, se o seu sonho não se torna realidade!? Força Rafael! “O sonho comanda a vida...”!

No Ponto de Vista... Clínico, blefarite, é a patologia abordada pelo Dr. Pedro Gil, Interno de Formação Específica de Oftalmologia do Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra., EPE.

Deixamos-vos com algumas sugestões para fazer dentro e fora de casa, no aconchego e no calor da família, com sorrisos estampados nos rostos, em busca da Felicidade, pelo rio da vida...



Ponto de Vista... CAIPDV

Este é um espaço onde a equipa técnica do CAIPDV dá a conhecer o trabalho que realiza e que, não sendo tão visível nos momentos de contacto com famílias e profissionais, contribui diretamente para a melhoria da qualidade dos serviços prestados.



A **ANIP**, através da estrutura **CAIPDV**, candidatou-se em outubro de 2017 ao Prémio Fidelidade Comunidade 2017 com o projeto “**A textura da leitura – Edição de um livro infantil adaptado para a cegueira**”.

A candidatura a este projeto surge na sequência do trabalho desenvolvido pela equipa do CAIPDV na OLEC (Oficina de Literacia Emergente para a Cegueira), que tem no seu

âmbito o objetivo de produzir e disseminar materiais para a literacia emergente, acessíveis a crianças com cegueira mas também de interesse para crianças normovisuais. Além disso, a experiência positiva de edição do álbum tátil ilustrado de acordo com o modelo háptico, “**O que vês, o que vejo...**”, lançado em outubro de 2016, com uma tiragem

de 100 exemplares e que esgotou no espaço de um mês, motiva-nos fortemente a embarcar numa nova aventura de lançamento de uma nova obra infantil acessível a crianças com cegueira.



Neste seguimento, e tendo também uma consciência muito real e diária de que as crianças com cegueira dos 0 aos 6 anos mantêm um acesso bastante limitado a um dos meios mais prodigiosos para a educação, cultura e desenvolvimento do ser humano: o livro, decidimos avançar com a candidatura a este projeto como forma de dar resposta a esta

necessidade tão premente desta população. O projeto “**A textura da leitura**” tem como objetivo geral a promoção da inclusão de crianças com cegueira dos 0 aos 6 anos, através do acesso a um livro adaptado ao seu contexto percetivo, comprometendo-se a editar um álbum tátil ilustrado (modelo háptico) em português. No âmbito da candidatura temos como parceiros a Universida-

de do Tempo Livre (UTL) da ANAI (Associação Nacional de Apoio ao Idoso, Coimbra) e o Agrupamento de Escuteiros 309 Ceira, cujos voluntá-

rios/utentes participarão ativamente na elaboração e montagem das ilustrações hápticas do livro adaptado.

Os resultados da candidatura do projeto “**A textura da leitura – Edição de um livro infantil adaptado para a cegueira**” ao Prémio Fidelidade Comunidade 2017 são publicados durante o primeiro trimestre de 2018. Façam figas ☺

Ponto de Vista... CAIPDV (cont.)

Grupo de trabalho para a Literacia Emergente e Pré-Braille

No passado dia 7 de outubro realizou-se, na sede da **ANIP**, em Coimbra, o primeiro Grupo de Trabalho para a Literacia Emergente e Pré-Braille, promovido pelo **CAIPDV**.

Por sugestão dos pais participantes



nos ateliês anteriores, que têm encarado o processo de literacia emergente como crucial no desenvolvimento das suas crianças, surgiu a ideia de abrir estes ateliês a profissionais. Os principais objetivos deste grupo de trabalho foram discutir aspetos inerentes às especificidades do pré-braille e literacia emergente na cegueira (0-6 anos) e partilhar práticas pedagógicas neste âmbito.



Foi um dia muito rico e que deixou espaço para novas partilhas.

Ateliê Pais & Profissionais:



Trabalho em Equipa pela Literacia Emergente

No passado dia 11 de novembro decorreu, em Coimbra, mais um ateliê para famílias com crianças com



cegueira.

Desta vez, às famílias juntaram-se os profissionais que as acompanham, numa verdadeira sessão de trabalho em equipa em prol da

literacia emergente.

Neste espaço conceberam-se e construíram-se livros, jogos sensoriais, placas de identificação, calendários de rotinas e muito mais. Enquanto membros da equipa do **CAIPDV**, foi um enorme gosto promover esta iniciativa e usufruir da partilha gerada... uma partilha profissional mas também uma partilha da dimensão dos afetos e das relações entre pessoas.

No final, todos os elementos presentes consideraram que será importante repetir esta experiência.

Fica a sugestão, e em breve daremos notícias de mais uma iniciativa conjunta de pais e profissionais em torno da literacia emergente na cegueira.



Ponto de Vista... CAIPDV (cont.)

Comemoração do Dia ANIP



Tal como é apanágio, no passado dia 14 de outubro celebrou-se mais um Dia **ANIP**.

Este ano, a organização do evento coube à equipa IP Aveiro.

Assim, sob suspense, todos os colaboradores **ANIP** foram convidados a estarem presentes na cidade de Aveiro, bem cedo pela manhã.



As atividades propostas foram surpresa, mas do agrado de todos.

Iniciou-se com um passeio de barco pelos canais da ria que percorrem a



cidade, de seguida uma visita às marinhas de sal, onde houve oportunidade para 'meter os pés na água'.

Depois seguiu-se uma visita ao museu dos ovos-moles, com a visualização de



um vídeo que ilustrava um pouco da história da cidade de Aveiro e,

mais especificamente, contava sobre a origem dos ovos-moles e qual o 'segredo' da receita.

Houve também tempo para uma atividade prática, em que a ordem era 'meter as mãos na massa', e todos os colaboradores da **ANIP** puderam fazer os seus próprios ovos-moles. A diversão foi geral.



De seguida, realizou-se um almoço-convívio, onde todos puderam recuperar energias e descontraír em amena cavaqueira, permitindo fortalecer laços e encurtar distâncias.

Curso "A criança com deficiência visual: Conhecer mais para intervir melhor"



27 e 28 : OUTUBRO : 2017



Decorreu nos dias 27 e 28 de outubro o curso sobre deficiência visual, intitulado "**A criança com deficiência visual: Conhecer mais para intervir melhor**", ministrado pela equipa **CAIPDV** e com a colaboração da Dr.^a Catarina Paiva e de Ana Matos, Professora Especializada no Domínio da Visão, elementos que integram a consulta de Baixa Visão do Hospital Pediátrico de Coimbra.

Esta formação era dirigida a profissionais que no seu quotidiano interagem com crianças com deficiência visual.

Teve como objetivo primordial: "Dotar os formandos de informação e competências essenciais para o desenvolvimento da intervenção com crianças com deficiência visual na faixa etária da intervenção precoce (0 aos 6 anos)".

Ponto de Vista... CAIPDV (cont.)

O curso abrangeu as três grandes áreas desta problemática: cegueira, baixa visão e défice visual cerebral.

Pretendeu-se transmitir não só uma visão clínica e desenvolvimental da criança 0-6 anos com deficiência visual mas também dar a conhecer os produtos de apoio existentes e o objetivo dos mesmos, bem como a avaliação funcional da visão e do desenvolvimento e algumas estratégias que, quer os profissionais quer os familiares, poderão adotar no seu dia a dia com as suas crianças de modo a que o desenvolvimento global/visual destas seja potenciado.



No curso foi ainda dinamizado um *workshop* onde foram perspetivadas as dificuldades das crianças com as três problemáticas da deficiência visual e realizado o planeamento da adaptação de material para crianças com cada um dos tipos de DV – estudos de caso.

Foram dois dias de partilhas enriquecedoras com um grupo dinâmico, interessado e muito motivador.



No âmbito da parceria do **CAIPDV** com a Consulta de Baixa Visão do Hospital Pediátrico, fomos convidados a rumar novamente a Norte no dia 24 de novembro, mas desta vez até à Associação do Porto de Paralisia Cerebral (APPC).

Juntamente com a restante equipa da Consulta de Baixa Visão, nomeadamente a Dr.^a Catarina Paiva, oftalmologista pediátrica e responsável pela Consulta, a Prof.^a Ana Matos, professora especializada no domínio da Visão da Escola de Referência para a Educação de Alunos Cegos e com Baixa Visão de Coimbra (Agrupamento de Escolas Coimbra Centro) e a Dr.^a Ana Eduarda Ribeiro, assistente social da ACAPO-Coimbra, fomos convidados a partilhar um pouco da nossa experiência

com a equipa de terapeutas, educadores e auxiliares da APPC.

Foi uma manhã muito rica e enriquecedora!



O **CAIPDV** teve o prazer de estar presente no dia 21 de novembro de 2017 em Lisboa na cerimónia de lançamento da Associação Bengala Mágica, uma associação de pais, familiares e amigos de crianças, jovens e adultos cegos e com baixa visão.



A sala estava cheia de convidados e pessoas interessadas na tão desejada associação de pais de crianças com deficiência visual. Parabéns aos pais pela iniciativa e votos de muitos, muitos sucessos!! [ver pág. 7]

Ponto de Vista... CAIPDV (cont.)

Oficialização do Sistema de Braille em Portugal – Decreto- -Lei n.º 126/2017 de 4 de outubro

Boas notícias para a literacia de pessoas com cegueira!

O Decreto n.º 18.373, de 22 de maio de 1930, que reconhecia a conveniência de «uniformizar em Portugal o método de leitura e escrita do Sistema Braille para uso dos cegos, em harmonia com a nova ortografia oficial», deixou de satisfazer as necessidades dos seus utilizadores. Atualmente, o braille implica não só a escrita no seu modo mais direto como a escrita da matemática, química, música, etc.

Além disso, tem vindo a ser discutida a utilização de meios digitais em detrimento do Sistema Braille “menosprezando” o peso que este material signográfico tem enquanto ferramenta de integração do indivíduo a nível familiar, escolar, profissional e social.

Este será um primeiro passo para “vincar” a utilização do Braille nos diversos contextos dando-lhe a importância que há tanto era solicitada pelas pessoas com cegueira.

Decreto-Lei n.º 126/2017, de 4 de outubro

Nos termos da alínea a) do n.º 1 do artigo 198.º da Constituição, o Governo decreta o seguinte:

Artigo 1.º

Objeto

É aprovado o Sistema Braille, vigente em Portugal, em anexo ao presente decreto-lei e do qual faz parte integrante, como matéria para aplicação às diferentes grafias do Braille.

Artigo 2.º

Sistema Braille

1 - O Sistema Braille é um código universal de leitura tátil e de escrita, usado por pessoas cegas.

2 - Os sinais do Sistema Braille aplicam-se a todas as grafias, designadamente, à Língua Portuguesa, Matemática, Química, Música e Informática.

3 - O sistema Braille assenta numa matriz de 6 pontos.

4 - Para permitir a representação em Braille de cada um dos pontos de código das tabelas de codificação de caracteres, incorporadas nas tecnologias da informação e comunicação, são sotopostos ao ponto 3 e ao ponto 6 da célula Braille, respetivamente os pontos 7 e 8.

Artigo 3.º

Aprovação das grafias

1 - A aprovação das grafias referidas no n.º 2 do artigo anterior, é objeto de despacho a publicar pelos membros do Governo responsáveis pelas áreas da deficiência, da educação e da ciência, tecnologia e ensino superior, sob proposta do organismo público que tem a cargo o planeamento, execução e coordenação das políticas destinadas a promover os direitos das pessoas com deficiência.

2 - Após a publicação do despacho referido no número anterior, a divulgação das grafias faz-se pela publicação das mesmas nos sítios oficiais da Internet do Instituto Nacional para a Reabilitação, I. P., da Direção-Geral da Educação e da Direção-Geral do Ensino Superior.

3 - A proposta referida no n.º 1 é elaborada pelo Núcleo para o Braille e Meios Complementares de Leitura, no âmbito das respetivas competências.

Artigo 4.º

Norma revogatória

É revogado o Decreto 18.373, de 22 de maio de 1930.

Artigo 5.º

Entrada em vigor

O presente decreto-lei entra em vigor no dia seguinte ao da sua publicação.

Visto e aprovado em Conselho de Ministros de 10 de agosto de 2017.

- António Luís Santos da Costa

- Manuel Frederico Tojal de Valsassina Heitor

- Tiago Brandão Rodrigues

- José António Fonseca Vieira da Silva.

Promulgado em 11 de setembro de 2017.

Publique-se.

O Presidente da República,

Marcelo Rebelo de Sousa.

Referendado em 28 de setembro de 2017.

O Primeiro-Ministro,

António Luís Santos da Costa.

ANEXO

(a que se refere o artigo 1.º)

Sistema Braille

Os seis pontos do Sistema Braille são numerados de cima para baixo e da esquerda para a direita. Os três pontos que formam a fila vertical esquerda têm os números 1, 2, 3; aos que compõem a fila vertical direita cabem os números 4, 5, 6.

Ponto de Vista... Entidades

Este é um espaço onde se pretende dar voz às entidades relacionadas com a deficiência visual, onde podem partilhar o trabalho que desenvolvem.



A **Bengala Mágica – Associação de Pais, Amigos e Familiares de Crianças, Jovens e Adultos Cegos e com Baixa Visão** nasceu recentemente a partir da iniciativa de um grupo de pais de crianças com deficiência visual (DV) que se uniu no sentido de congregar esforços para proporcionar aos seus filhos uma plena inclusão na sociedade e a valorização das suas capacidades, tendo a particularidade de ser a primeira Associação Nacional com estas características.

A Associação foi constituída formalmente a 20 de outubro do presente ano e apresentada em sessão pública no dia 21 de novembro [ver página 5].



O Projeto da Associação baseia-se na realidade existente e nas necessidades identificadas tendo previsto para 2018 um conjunto de ações, das quais destacamos as seguintes:

- ★ Dar resposta às necessidades sentidas pelas famílias (ex: gabinete de apoio para esclarecimentos, encaminhamentos e criação de respostas)

- ★ Apoiar pais e famílias de crianças e jovens com DV, em encontros de



partilha, em várias regiões do País

- ★ Proporcionar às crianças e jovens com DV diferentes experiências no âmbito da cultura, recreio e desporto, sempre numa perspetiva inclusiva (dinâmicas entre crianças e jovens com e sem DV)

- ★ Aumentar o conhecimento no âmbito da DV (docentes, técnicos, famílias), através do desenvolvimento de cursos de formação e ações de sensibilização

- ★ Intervir ativamente na definição de políticas que promovam a inclusão da pessoa com DV

“Enquanto pais de crianças e jovens com deficiência visual, acreditamos que somos a sua primeira voz e que ninguém, mais do que nós, quer o melhor para os nossos filhos. Somos, antes de mais nada, a sua primeira Bengala, é através de nós que eles começam a descobrir o mundo e somos nós quem primeiro lhes faz chegar esse mesmo mundo.”

“Não queremos ser apenas mais uma Associação, queremos fazer a diferença. Queremos mudar a forma como a sociedade ainda se posiciona face à cegueira e baixa visão. Ser cego é apenas não ter um dos cinco sentidos. É ver o mundo de outra forma.”

O trabalho da Associação (sem fins lucrativos e dependente do trabalho voluntário de quem a apoia) pode ser seguido no Facebook em <https://www.facebook.com/associacaobengalamagica/> e no site em <http://bengalamagica.pt/pt-pt>

“Junte-se a nós e ajude-nos a VER e fazer VER de forma diferente!”



Ponto de Vista... Famílias

Este é um espaço onde se pretende dar voz às famílias de crianças com deficiência visual. Aqui as famílias são narradoras da sua própria história e podem partilhar as suas vivências, experiências, estratégias... Aqui as famílias são protagonistas de uma história. Enfim... aqui partilha-se tudo aquilo que é SER FAMÍLIA.



**Olá Amigos
e Amigas!**

**Sou o Guilherme,
nasci dia 9 de agosto de 2013 e vivo
em Beja.**



Os meus Pais
são a Marta e o David!

Conhecemos a Equipa do CAIPDV
em 2013, quando, apenas com dias
de vida, che-

gámos a
Coimbra para
os médicos
tentarem per-
ceber o que se
passava com
os meus olhi-

nhos (pois algo de estranho na forma
do meu olho direito foi logo detetado
à nascença).

Depois de uma operação sem suces-
so e de um exame genético, perce-
beu-se que eu nasci com uma muta-
ção muito rara, que me provoca um
descolamento irreversível das reti-

nas. Assim, apenas apresento sen-
sibilidade à luz e vejo sombras.

Desde então, e passado o choque
inicial dos
meus
papás,
rapida-
mente
arregaça-
ram as
mangas e
deixaram

que a equipa fantástica do CAIPDV,
em articulação direta com a equipa
de intervenção precoce de Beja
(fisioterapeuta e educadora), come-
çassem a trabalhar comigo desde
logo, tinha eu 4 meses, por forma a
dotar-me de técnicas e estratégias



que me pos-
sibilitaram ir
atingindo as
várias etapas
de desenvol-
vimento psi-
comotor.

Aos 5 meses, sentava-me direitinho
e sem apoio, aos 12 comecei a cami-
nhar sozinho, a partir daí nunca mais
ninguém me parou!!! Andar de troti-
neta e bicicleta são das minhas ativi-
dades favoritas. Ir às compras ao
supermercado, andar de carrossel e



Ponto de Vista... Famílias (cont.)

ir passear ao parque infantil são, para mim, a melhor parte do fim de semana.

Adoro ir à praia e piscina e dar mergulhos!!!

Sabem que no colégio onde eu ando, além de brincar e aprender,

tenho também atividades físicas e lúdicas das quais eu gosto imenso??? Tenho aulas de natação e estou na turma dos mais crescidos por ser tão desenrascado na água! Também pratico *balett* desde o ano passado e esta é uma atividade que me ajuda a treinar a postura, verticalidade corporal, disciplina, leveza, harmonia e simetria.



Os meus pais ajudam-me a explorar o mundo à minha volta e, para isso, dão-me todas as ferramentas de que eu preciso. Passeamos muito! Sou muito curioso com os sons e os cheiros que me rodeiam, desde o barulho das ondas do mar, ao barulho do



vento que arrasta as folhas das árvores no chão, dos passarinhos, o cheiro das castanhas assadas e dos bolinhos que faço com a minha Mamã...

Adoro tudo isto!!! Passo o dia a fazer perguntas, os meus pais dizem que estou na idade dos “porquês”, mas a verdade é que gosto de saber tudo!



Os carros que oiço estão a andar

para a frente ou para trás? A máquina de lavar roupa roda para a esquerda ou para a direita? As flores crescem para cima ou para baixo? Os aviões estão a des-

cer ou a subir?

Sou muito feliz na cidade onde vivo e

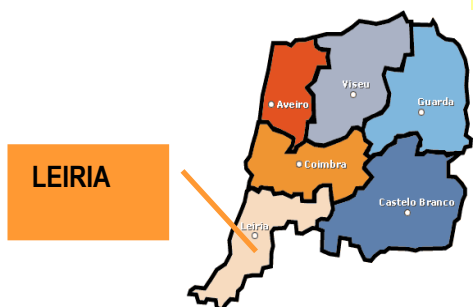
tenho muita sorte com a família, educadores e amiguinhos que tenho. Ajudam-me e protegem-me imenso, continuo a ser o príncipe do colégio. E sabem que mais? Vou contar-vos um segredo... Eu já tenho uma namora-

da! Shhhhhhhhhh ☺



Ponto de Vista... Crianças

Este é um espaço tem como objetivo dar voz às crianças que acompanhamos, perspetivando-as como sujeitos e atores com um papel importante no crescimento do trabalho desenvolvido pelo CAIPDV... porque é de pequenino que se constrói o caminho.



Hoje temos em grande entrevista o nosso amigo Rafael, que frequenta o jardim de infância de Leiria e já vai transitar para o 1.º Ciclo no próximo ano letivo. É uma criança muito bem-disposta, divertida, Gosta da cor azul e de comer batatas fritas.

Neste dia, o Rafael assumiu o papel de presidente da república e os seus colegas os jornalistas que o entrevistaram. E até tinham um microfone de faz-de-conta:

Patrícia: Olá Rafael, quantos anos tens e ondes moras?

Rafael: Tenho 5 anos e moro em Leiria.

Matilde: Com o que é que tu brincas, Rafael?

R: Eu já não me lembro com que é que eu brinco... Ah! Eu fiz um moinho no jogo das construções.

M: Já pensaste o que é que tu querias que o Pai Natal te desse?

R: Já não é a tenda para eu acampar, é o dentista da Play Doh.

M: Também é os patins?...

R: Sim, para eu poder ir à patinagem

Para a rubrica

“Ponto de Vista Criança” deste boletim convidamos o Rafael, do distrito de Leiria, para fazer a delícia dos nossos leitores.



da Matilde Ribeiro.

[Risos]

Júlia: O que é que mais gostas de fazer?

R: Eu gosto muito de ver televisão.

P: E qual é o teu programa preferido?

R: O Canal Panda... Não, o Canal Panda não é o meu preferido, é o Disney Júnior.

P: E o que é que gostas mais de ver no Disney Júnior?

R: É o Mickey...

P: O Mickey e os Superpilotos?...

R: Siiimmm.

P: Então e tu ajudas a mãe lá em casa?

R: Sim.

P: E em que é que ajudas a mãe?

R: Às vezes, eu ajudo a mãe a cozinhar o almoço e o jantar.

P: Então e qual é o teu prato preferido? O que é que tu mais gostas de comer?

R: Batatas fritas a fazer de boca, ovo a fazer de nariz e salada de alface a fazer de cabelo.

[Risos]

Gaspar: Gostas de passear e brincar no parque?

R: Sim, gosto das duas coisas, de passear e brincar no parque.

P: E no parque qual é o sítio onde tu gostas mais de brincar? Gostas do esplanada, do baloiço?...

R: Gosto de girar muito depressa no carrossel e gosto de escorregar e a mãe fica à minha espera na ponta de baixo do escorrega.

R: ... E quando eu estou na casinha debaixo do escorrega, eu faço um café.

P: Brincas ao faz-de-conta que tens um café?

R: Sim.

Pedro: Tu gostas de ler livros?

R: Só gosto de livros quando eu adormecer à noite, porque sempre que a mãe ou o pai contam uma história eu adormeço, e quando a mãe

Ponto de Vista... Crianças (cont.)

sai eu durmo sozinho. Mas, quando eu me sinto sozinho, chamo a minha mãe e ela não me ouve, só ouve quando eu chamo mais alto.

P: E qual é a tua história preferida?

R: Histórias do Ruca.

P: Há alguma história do Ruca de que tu gastes muito, muito, muito?

R: Sim.

P: Qual é? Ele também tem uma história com um escorrega grande. Tu conheces essa história?

R: Sim, chama-se "O Ruca tem medo do escorrega grande".

Lourenço: O que é que gostas de fazer nas férias?

R: Um dia eu fui de férias e nesse hotel tinha *buffet*; é por isso que eu gostei muito das férias nesse hotel.

P: O que é o *buffet*, Rafael?

R: Para o pequeno-almoço, o *buffet* tinha cereais...

P: E tu podias chegar lá e escolher os que tu quisessees?

R: Não, nesse não, só no outro hotel que se chama Cascata. Esse hotel tinha máquina de cereais.

P: Ah! Que fixe! E o que tu tinhas de fazer para tirar os cereais, tinhas de carregar em algum lado?

R: Não sei onde tinha de carregar para sair os cereais...

P: Foi a mãe que te serviu?

R: Sim. Lá no hotel também havia uma sobremesa que eu gosto, mas não me lembro.

P: Qual é a tua sobremesa preferida, Rafael?

R: No hotel já não me lembro do nome.

P: E em casa?

R: Em casa é uma tablete de chocolate gigante, inteira para mim.

[Risos]

P: Ai que guloso!!

R: Sim. Sabes porque é que eu tenho medo das piscinas fundas? Porque os meus pés não chegam ao chão.

L: E consegues nadar sem boias?

R: Sim, sei nadar debaixo de água.

L: E tens barbatanas?

R: Não. Mas as barbatanas são mais para os seis anos.

P: Ó Rafael, o que é que tu queres ser quando fores crescido?

R: Quero ser presidente da república!

[Risos]

Martim: O que é que tu gostas mais de brincar na escola?

R: Às vezes, a Rita faz jogos comigo quando ela pode. Também gosto de brincar com o Jogo do Mosaico.

Joana: Com quem é que tu brincas lá em casa?

R: Em casa eu brinco com a mãe, porque o pai está sempre a trabalhar e chega tarde a casa. Eu brinco com o mano coisas de bebé.

P: E com quem é que tu brincas na escola?

R: Nos legos, eu brinco com a Ema, com o Martim e com o Duarte.

P: Há algum sítio que gostasses de visitar?

R: Eu acho que já fui a todo o lado, mas gostava de ir aos países que eu nunca fui.



Ponto de Vista... Clínico

Neste espaço serão abordadas questões clínicas relacionadas com baixa visão e cegueira. Aqui procuramos partilhar informação do âmbito oftalmológico, contando para isso com a colaboração da Dr.^a Catarina Paiva (desde 2005, oftalmologista pediátrica do Hospital Pediátrico de Coimbra e responsável pela Consulta de Baixa Visão do Hospital Pediátrico de Coimbra).

BLEFARITE NA CRIANÇA

O que é?

A palavra pode soar desconhecida, mas é uma doença comum que afeta até 10% das crianças e que consiste numa inflamação localizada da margem das pálpebras. Esta inflamação resulta não só de um mau funcionamento das glândulas localizadas na base das pestanas, mas também da infeção por microorganismos (habitualmente bactérias). Estas glândulas são importantes por produzirem uma camada oleosa que impede a lágrima de evaporar tão rapida-

mente, formando uma barreira que mantém o olho saudável e hidratado.

Quando estas glândulas não funcionam adequadamente, a lágrima evapora facilmente e o olho fica seco e mais exposto às agressões do meio exterior. A infeção por bactérias, por sua vez, aumenta a inflamação das pálpebras.

Quais são os fatores de risco?

E em que idade aparece?

A blefarite pode ocorrer em qualquer

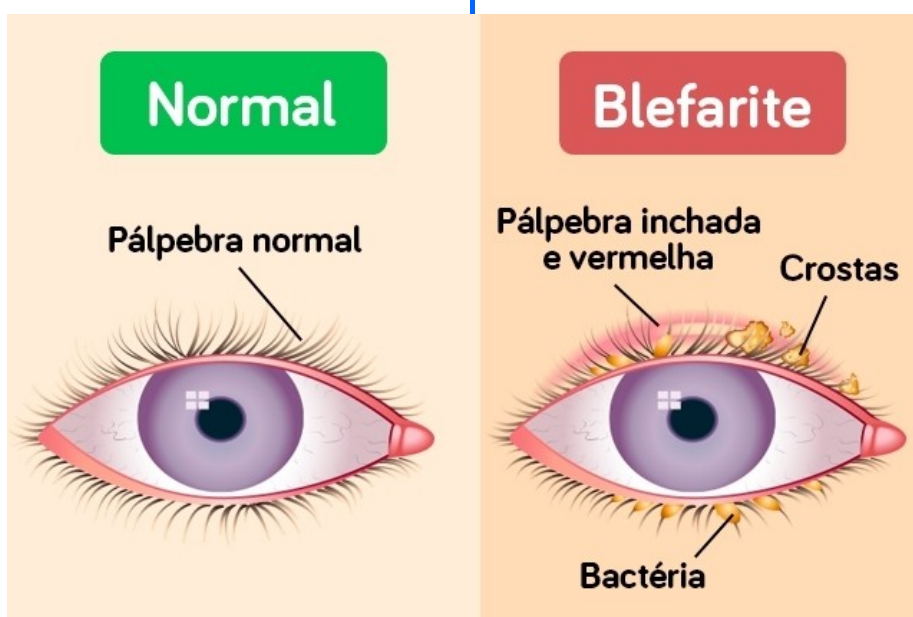
idade e em qualquer criança, mas é mais frequente a partir dos 4-5 anos e em crianças com outras doenças da pele, incluindo rosácea ou dermatite seborreica.

Qual a importância da blefarite na criança?

A blefarite na criança é frequentemente subdiagnosticada, ou seja, em muitos casos o diagnóstico e tratamento são tardios. Pelo facto de ser uma doença sintomática e com impacto na qualidade de vida, pode limitar o desenvolvimento social e psicomotor da criança. Para além disso, em casos de doença avançada pode provocar cicatrizes oculares graves, com impacto na visão.

Quais são os sintomas de quem tem blefarite?

Os sintomas são variados em função da gravidade da doença. Numa fase precoce, predominam as queixas de desconforto e ardor ocular, sensação



Ponto de Vista... Clínico (cont.)

de corpo estranho, dificuldades em ambientes luminosos (fotofobia), olho vermelho e lacrimejo. A ocorrência frequente de 'terçolhos' deve ser também um sinal de alarme para uma inflamação das pálpebras a necessitar de tratamento. Pode ocorrer uma descamação em redor das pestanas com formação de crostas (quase como caspa!). A doença é quase sempre bilateral, mas os sintomas podem ser assimétricos e com flutuações ao longo do ano.

Como se trata a blefarite?

A blefarite não tem cura, mas tem tratamento. E é frequentemente muito eficaz! Com o objetivo de controlar os sintomas e prevenir as cicatrizes da doença, o tratamento inclui higiene das pálpebras e tratamento médico.

Higiene das pálpebras?? A expressão pode soar estranha, mas, pelo facto de tornar mais saudáveis as glândulas entupidas que estão na

base da doença, é na maioria dos casos tudo o que é preciso fazer. E é muito fácil!

Com um pano ou uma toalha humedecida em água morna, faz-se uma massagem de pelo menos 5 minutos na margem das pálpebras. Ajuda a amolecer as secreções e a desentupir as glândulas obstruídas, promovendo a saúde não só da pálpebra como também das lágrimas que lubrificam o olho. Uma boa massagem até é agradável! Basta acrescentar à rotina das restantes atividades diárias (como lavar os dentes ou tomar banho) para, de forma rápida, barata e eficaz, conseguir controlar

a doença na maioria dos casos.

O restante tratamento médico está reservado para casos mais avan-

çados, mas sempre em complemento da higiene palpebral. Inclui antibióticos para eliminar as bactérias, anti-inflamatórios para reduzir a inflamação das pálpebras, e lágrimas para melhor lubrificar o olho.

Também há estudos a mostrar que uma alimentação saudável com muito peixe e vegetais ajuda no controlo da doença!

Como é que sei se tenho blefarite?

O diagnóstico é clínico, ou seja, não precisa de nenhum exame ou procedimento especial. Basta perguntares ao teu oftalmologista favorito da próxima vez que o fores visitar ao hospital!



Pedro Gil

Interno de Formação Específica
de Oftalmologia
Centro Hospitalar e
Universitário de Coimbra., EPE

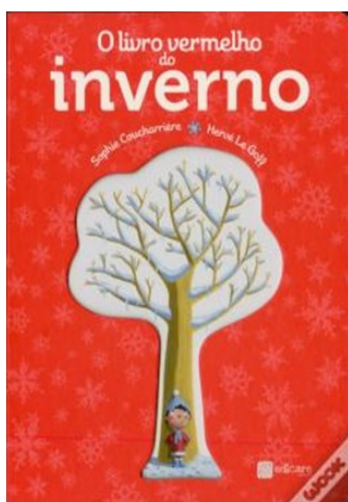
O CAIPDV sugere...

No espaço **CAIPDV sugere...** serão sugeridos alguns *websites*, *blogs* e livros relacionadas com a deficiência visual e atividades para fazer em família.

HISTÓRIAS À LAREIRA

Com o frio do inverno, não há nada melhor que aquecer o corpo e a alma com o calor da lareira e com o quentinho de uma boa história. Ficam as nossas sugestões de histórias com frio, mas bem quentinhas...

✱ **O livro vermelho do inverno** (de Sophie Coucharriere e Hervé Le Goff, Edicare Editora)



✱ **Poemas para as quatro estações** (de Manuela Leitão e Catarina Cor-



reia Marques, editora Máquina de Voar)

✱ **Depois da chuva**, de Miguel Cerro (editora Kalandraka)



E esperando que o ano de 2018 nos reserve momentos muito importantes... **Cem sementes que voaram** (de Isabel Minhós Martins e Yara Kono, editora Planeta Tangerina)

Esperar por outro momento importante é uma grande especialidade de todas as árvores.

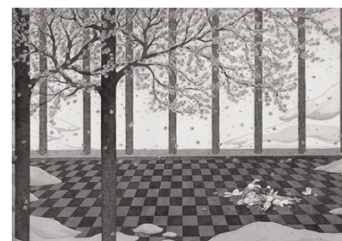


ATIVIDADES EM FAMÍLIA

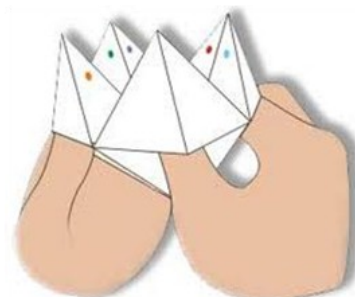
1) Tal como imaginaram as autoras do livro *Cem sementes que voaram*, porque não um **passeio até à floresta** mais próxima?



Na busca de sementes perdidas, com a vontade de semear novas vidas, novas árvores! Conhecer e reconhecer sons, cheiros, texturas! Experienciando o que a Natureza de melhor nos pode dar e ensinar!



2) A entrada de um ano novo reserva-nos espaço para pensar em novos projetos e desejos... E porque não materializar os nossos desejos de coisas boas para os outros com um **"Quantos-queres"**. Façam-no em família! Poderão ver os procedi-



O CAIPDV sugere...

mentos na internet em: <http://www.junior.te.pt/servlets/Rua?P=Fazer&ID=73>.

3) Ver um filme de animação em família é sempre um momento apreciado pelas crianças. Pensámos que para tornar este momento ainda mais especial aí em casa poderiam criar o “clima de cinema em casa”: persianas fechadas, balde de pipocas e sofá confortável... Todos a postos? A sessão vai começar...



4) E porque não desafiar os mais pequenos com tarefas culinárias? Pode ser bem divertido planear uma **sessão MasterChef lá em casa...** Com direito a prova no final.



5) Criar o jogo “**Quem é quem dos heróis da Disney**”. Elencar personagens da Disney, tantos quanto o número de jogadores, identificados por uma imagem.

Colar as imagens na testa dos concorrentes sem que estes vejam a sua imagem. O concorrente tem de

fazer perguntas aos restantes participantes até descobrir quem é.



6) Adaptar o jogo Twister. Se nunca jogaram ao Twister, não sabem o que perderam até agora!



Coloquem à prova o vosso equilíbrio. Um jogo ideal para jogar em casa e ao ar livre com toda a família. Poderão adaptar as cores colocando texturas diferentes e criar uma roleta com as mesmas texturas ou mesmo um dado. Sigam as instruções da roleta mas sem cair: mão direita azul/círculo de cetim, pé esquerdo vermelho/círculo de veludo, mão esquerda amarelo/círculo de pêlo, pé direito verde/relva sintética, e sempre assim.



7) Percurso: À descoberta das camélias do Parque de Serralves

14 janeiro 2018

“O inverno é por excelência a estação da dormência no que toca à paisagem natural. Mas há plantas que fogem à regra e que nos maravilham com as suas belas flores, dando um colorido particular aos jardins e bosquetes durante a época fria. São elas as Camélias, que se tornam verdadeiras rainhas nesta altura do ano, pela sua simplicidade e geometricidade, cor, perfeição e delicadeza. Que espécies podemos conhecer no Parque? Que variedades é possível apreciar? Quais as histórias que nos desvendam? Esta é a proposta para um percurso pelo Parque de Serralves onde o frio dormente é amenizado pelo esplendor das suas tão apreciadas Camélias.”



sagem natural. Mas há plantas que fogem à regra e que nos maravilham com as suas belas flores, dando um colorido particular aos jardins e bosquetes durante a época fria. São elas as Camélias, que se tornam verdadeiras rainhas nesta altura do ano, pela sua simplicidade e geometricidade, cor, perfeição e delicadeza. Que espécies podemos conhecer no Parque? Que variedades é possível apreciar? Quais as histórias que nos desvendam? Esta é a proposta para um percurso pelo Parque de Serralves onde o frio dormente é amenizado pelo esplendor das suas tão apreciadas Camélias.”

Vistam o impermeável, calcem as galochas e venham para a rua chapinhar!!!





Feliz 2018 a todos !!

Envie-nos a sua opinião e sugestões acerca do boletim “Ponto de Vista”. Para nós, a sua opinião é essencial!

Não hesite em enviar-nos os seus textos para a nossa morada ou através do e-mail.

Contamos com a vossa participação para fazer crescer este espaço de partilha.

Morada:

Associação Nacional de Intervenção Precoce
CAIPDV
Praceta P. José Anchieta, Lt 5 r/c - Loja C
3000-319 Coimbra

Telefone: 239 928 126

Telemóvel: 965 224 961

Email: caipdv@anip.net



Facebook: <https://pt-pt.facebook.com/ANIP.pt/>