

# REVISTA DA **ASMIR**



... Era **BESTial** !!!  
- Porém a "VELHA GUARDA " atacou  
e a **GEStão** afundou !!!



**REVISTA da AS MIR**

Publicação Trimestral

Propriedade da AS MIR - Associação dos  
Militares na Reserva e Reforma

Preço: 1,50€

**SÓCIOS: DISTRIBUIÇÃO GRATUITA**

**SEDE DA AS MIR**

Actividade Principal: 939900

Rua Elias Garcia, 47 - Apartado 76  
2334-909 ENTRONCAMENTO

**ATENDIMENTO** - 2ª a 6ª feira

10H00/12H00 e 14H00/17H00

Telefone 249 726 859 Fax 249 712 466

asmir@asmir.pt

geral.asmir@gmail.com

contabilidade.asmir@gmail.com

**DELEGAÇÃO DE LISBOA**

Rua da Prata, 224 - 2º Dtº

1100-422 Lisboa

**ATENDIMENTO**

Última 2ª feira de cada mês

10H00/12H00 e 13H00/16H00

**PESSOA COLECTIVA:**

501 877 169

Instituição de Utilidade Pública

(DR. Nº 190 - 1ª Série, de 19 de Agosto de 1998)

**DIRECTOR:**

Cap Armando Vieira

**GRAFISMO/IMPRESSÃO**

Tipografia Central do Entroncamento, Lda.

www.tcel.pt

**TIRAGEM**

3.000 exemplares

ISENTO DE REGISTO NA ERC,

AO ABRIGO DA ALÍNEA A)

DO Nº 1 DO ARTº 12º

DO DECRETO REGULAMENTAR 8/99

DE 9 DE JUNHO

OS ARTIGOS SÃO DA  
RESPONSABILIDADE  
DOS AUTORES  
E PODEM NÃO EXPRESSAR  
A OPINIÃO DA AS MIR

# ÍNDICE



|  |       |
|--|-------|
| - MENSAGEM                                   | 3     |
| - INFORMAÇÃO                                 | 4/5   |
| • 27º ANIVERSÁRIO DA AS MIR - 06/JUL/2014    |       |
| • CAIXA GERAL DE APOSENTAÇÕES                |       |
| - DIREITO E OPINIÃO                          | 6/7   |
| • IASFA...PASSADO...PRESENTE...QUE FUTURO... |       |
| - HISTÓRIAS VERÍDICAS                        | 8/9   |
| • DOS COMBATENTES DO ULTRAMAR                |       |
| - CONSULTA ABERTA                            | 10/11 |
| • ESTOU COM GRIPE                            |       |
| • ALTO SOM                                   |       |

**MESA DA ASSEMBLEIA GERAL**

PRESIDENTE: TGEN Fernando Manuel Paiva Monteiro (EXE) | VICE-PRESIDENTE: VALM Eurico Fernando Correia Gonçalves (ARM)

1º SECRETÁRIO: CAP Otelo Feliciano Pessanha (FAP) | 2º SECRETÁRIO: SMOR Domingos Manuel Marques David Pereira (ARM)

**CONSELHO FISCAL**

PRESIDENTE: MGEN Fernando Louzeiro Pires (FAP) | SECRETÁRIO: MAJ Serafim Esteves (FAP) | RELATOR: SMOR António Aires Cardoso Casimiro (FAP)

**DIRECÇÃO**

PRESIDENTE: MGEN Norberto Crisante De Sousa Bernardes (EXE) | VICE-PRESIDENTE: CAP Armando Vieira (FAP)

1º SECRETÁRIO: CAP Alcídio Assunção Amaro (FAP) | 2º SECRETÁRIO: TCOR Manuel Bravo Ferreira Da Mata (EXE)

TESOUREIRO: SMOR Eleutério Moreira Lopes (EXE) | VOGAIS: SCH Herculano Baltazar Nunes Cruz (FAP), SMOR Fernando José Fernandes (FAP)

# MENSAGEM



A continuada gestão irresponsável, por mais de três décadas, dos dinheiros públicos, a "privatização do Estado" com a criação de desnecessárias empresas públicas criadoras de "empregos" para a classe política, a promiscuidade entre os políticos e grandes interesses económicos e a banca, a atribuição de prémios e pensões milionárias, e por curto tempo de exercício, a gestores e administradores de empresas falidas que o estado financia, etc... provocaram o endividamento do país, em termos correntes a "crise".

Não é, no entanto, esta realidade reconhecida ou corrigida.

A "culpa" pelo endividamento é atribuída às pensões que auferem os reformados do sector do Estado, e que teriam que ser reduzidas.

Alguém chamou, avisadamente, a esta visão de "síndrome grisalho".

Outros chamam às pensões de "despesa" ignorando que os reformados, e na sua grande maioria com mais de 65 anos, para auferirem pensão por inteiro descontaram mensalmente durante 36 ou mais anos uma parcela do seu ordenado.

Para aqueles que consideram os reformados uma despesa inútil, o ideal seria não existirem reformados do sector público. Fl. 2 de 3 Fls

A afirmação oficial da inutilidade dos reformados do setor público surgiu em 6 de março na Assembleia da República com a Lei 11/2014. Sem oposição dos deputados do partido que tem sido alternância ao atual governo e sem que a sua publicação tenha previamente suscitado dúvidas de inconstitucionalidade.

Sob pena de perderem o direito à pensão, os aposentados, reformados, reservistas fora de efetividade e equiparados não podem exercer funções públicas para quaisquer serviços da administração central, regional e autárquica, empresas públicas,

entidades públicas, entidades públicas empresariais; ainda que exerçam gratuitamente essa função, na expressão latina "pro bono". Uma novidade legislativa.

Já publicamente criticada, com exemplos que vão desde o reformado médico especialista impedido de assessorar em intervenções cirúrgicas o cirurgião responsável pela intervenção trazendo a experiência que este ainda não alcançou, passando por professores universitários jubilados e aposentados impedidos de integrar Conselhos de Universidades e que pelo prestígio nacional e internacional que alcançaram podem atrair alunos de outras nacionalidades e ainda fazem a transição entre a continuidade e a mudança. E não nos alargando nos exemplos que são de solidariedade, mantem-se em vigor esta disposição. Fl. 3 de 3 Fls

É uma forma nada subtil de aplicar uma eutanásia social e profissional aos aposentados e reformados de funções públicas impedi-los de exercerem atividades não remuneradas, em entidades públicas, abrangendo esta proibição qualquer atividade e com qualquer duração temporal.

Ao desperdício de recursos que nos levou ao estado a que chegamos junta-se este novo desperdício ao nível do saber.

Parafraseando um ilustre académico "Um país que desperdiça recursos dos mais velhos é indigno de um Estado de bem",

O Presidente da Direcção

Norberto Bernardes

MGen/REF

# INFORMAÇÃO

## 27º ANIVERSÁRIO DA ASMIR 06/JUL/2014

Conforme convite na nossa anterior Revista realizou-se o ALMOÇO comemorativo do 27º aniversário na QUINTA DAS 3 RIBEIRAS.



Foi um convívio muito agradável, ate porque estiveram presentes mais de 100 sócios e familiares.

As Associações sócio – profissionais militares, AOFA, ANS, e AP, fizeram-se representar pelos seus presidentes, os quais pronunciaram discursos alusivos ao momento que se vive e no qual os militares (activo, reserva e reforma) não podem deixar de desempenhar as suas funções, mas também "lutar" pelo reconhecimento da importância da sua actividade (presente e passada!), não esquecendo NUNCA o contexto em que a sociedade portuguesa se encontra envolvida.

Guardado que foi um minuto de silêncio pelos nossos camaradas que já não estão entre nós, o presidente da Direcção das ASMIR, MGen. Norberto Bernardes, proferiu um pequeno discurso referindo em especial as dificuldades que são "inventadas" que se aplicam aos militares fora do ACTIVO e formulando o desejo de melhores dias para TODOS (sócios ou não!)



## INFORMAÇÃO

### BANCO DE PORTUGAL – EUROSISTEMA

Alteração ao Regulamento (EU) nº 260/2012

### Autorização de Debito em Conta C2B (SEPA)

Entra em vigor o novo sistema (SEPA), que vem substituir a anterior SICOI, para todo o espaço Europeu (EU).

**Aplica-se a todos os sócios que pagam as quotas por ADC/Mandato, a ASMIR migrou para a nova plataforma desde Março.**

Pedimos compreensão para esta mudança, não sendo da nossa responsabilidade, melhorará (assim desejamos) a relação da ASMIR com os seus sócios.

## SOLICITAÇÃO

- Infelizmente, alguns dos nossos sócios que são o suporte da Associação, por motivos pessoais, cancelam a Autorização do Desconto em Conta (ADC) que se realiza por instituição bancária, ou deixam de pagar pelos meios que costumavam fazer.
- Nestas situações, nada nos esclarece quanto a sua vontade de, eventualmente, quererem desligar-se da Associação de todos nós, enquanto sócios. Admitimos que podem desejar alterar a modalidade de pagamento.
- ASSIM, no nosso desejo de querer cumprir a (nada fácil!) missão, solicitamos que nos informem pelo meio que entenderem a decisão tomada.
- Desejamos o MELHOR para todos,

A DIRECÇÃO

## DONATIVOS

Registamos com enorme satisfação os donativos feitos à ASMIR, os quais agradecemos reconhecidamente.

Senhora D. Maria do Carmo Heitor M. Afonso - 40€

Sócio 3422 - PSARG. António Francisco Lapa F. Gomes - 16€

Sócio 3347 - SMOR. Manuel Nunes Castelão - 40€

Sócio 2358 - SAJ Óscar Ferreira de Jesus - 16€

Sócio 1241 - TCOR Manuel Bravo Ferreira Mata - 40€

Sócio 1189 - SCH João Maria Gaspar Pereira - 28€

## QUOTIZAÇÕES

Lembramos aos nossos associados que as quotas actuais e em falta já estão a pagamento desde Janeiro do corrente ano. As quotas podem ser pagas por vale de correio, caixa directa, cheque ou depositadas, sem encargos, em qualquer balcão da CGD, na conta da ASMIR nº 0282013079430 com o NIB:

(0035 0282 0001 3079430 23)

É fundamental o envio do comprovativo de pagamento para a Sede da ASMIR, para se ter conhecimento de quem efectuou os respectivos créditos.

### Caros Sócios

- Verificamos que alguns depósitos feitos por MULTIBANCO, para pagamento de quotas, não são possíveis de identificar. Por favor façam chegar informação sobre os depósitos já efectuados, para acerto na contabilidade.

# INFORMAÇÃO

## CAIXA GERAL DE APOSENTAÇÕES EXTINÇÃO DO FUNDO DE PENSÕES

Todos sabemos que com a EXTINÇÃO do FUNDO, que foi determinado pelo Decreto-Lei nº 166-A/2013 de 24 de Dezembro, o complemento de pensão (daqueles que já o receberam!) passou a ser da responsabilidade da C.G. Aposentações, IP, a partir de Julho de 2014, inclusive.

Naturalmente que alguns dos nossos sócios repararam (tal como também na Associação!) que a Caixa Geral de Aposentações passou a incluir um duodécimo relativo ao subsídio de Natal, como é feito em relação à pensão de cada um. Esta prática, não era usada pelo BPI – Pensões pelo que, convém recordar à Caixa Geral de Aposentações que de Janeiro a Junho esses duodécimos não foram incluídos no Complemento de Pensão, o que pressupõe que deverá haver uma reposição desses seis duodécimos. Não sabemos quando se verificará, mas a ASMIR solicitou à Caixa Geral de Aposentações que, quando possível nos informem qual a metodologia que vai ser usada para repor esse duodécimos que não foram pagos pelo BPI-Pensões.



### Homenagem aqueles que nos deixam...

|       |     |                                      |          |
|-------|-----|--------------------------------------|----------|
| I TEN | ARM | EUGÉNIO MENDES ALVES                 | MAR 2010 |
| CAB   | ARM | JOÃO ANTÓNIO PERALTA                 | JUN 2010 |
| TCOR  | EXE | VITOR MANUEL RODRIGUES ALVES         | JAN 2011 |
| SCH   | EXE | FRANCISCO MANUEL DA CRUZ             | OUT 2012 |
| CAP   | EXE | MANUEL DA FONSECA TAVEIRA            | DEZ 2012 |
| PSARG | ARM | JOSÉ LUCIANO DE OLIVEIRA HENRIQUES   | MAR 2013 |
| CMG   | ARM | MÁRIO JORGE SANTIAGO BAPTISTA COELHO | MAI 2013 |
| CAP   | FAP | LUÍS MADEIRA GOMES GOUVEIA           | NOV 2013 |
| COR   | EXE | JOSÉ BERNARDO ZEFERINO               | DEZ 2013 |
| CAP   | FAP | HERLANDER FERNANDES DA SILVA MARQUES | JAN 2014 |
| TCOR  | FAP | CARLOS ALBERTO GUERREIRO VICENTE     | JAN 2014 |
| MAJ   | FAP | ANTÓNIO JOAQUIM NUNES RODRIGUES      | JAN 2014 |
| MAJ   | FAP | ANTÓNIO JOSÉ ALVES PEREIRA           | MAR 2014 |

|         |     |                                     |          |
|---------|-----|-------------------------------------|----------|
| COR     | FAP | JOÃO EDUARDO MELO O. E SOBRAL COSTA | MAR 2014 |
| MAJ     | FAP | MANUEL AUGUSTO DE LEMOS PEREIRA     | MAR 2014 |
| TGEN    | EXE | ARTUR BAPTISTA BEIRÃO               | MAR 2014 |
| TCOR    | FAP | JOSÉ MANUEL MOURO FERREIRA          | ABR 2014 |
| I° SARG | FAP | MANUEL ANTÓNIO GONÇALVES DE BRITO   | MAI 2014 |
| SMOR    | ARM | FERNANDO GASPAR TIMÓTEO             | MAI 2014 |
| SCH     | EXE | JOSÉ ALEXANDRE TRINDADE MAGRO       | JUN 2014 |
| SAJ     | EXE | MANUEL DE JESUS GONÇALVES           | JUN 2014 |
| I° SARG | EXE | JÚLIO PINTO MOREIRA                 | JUL 2014 |
| CABO    | EXE | JOSÉ VICENTE BRAZÃO CANEIRAS        | JUL 2014 |
| I° SARG | EXE | JOSÉ ANTÓNIO                        | JUL 2014 |
| TCOR    | FAP | FRANKLIM BRANCO ARMINDO             | JUL 2014 |

Às famílias enlutadas os nossos sentidos pêsames.

# DIREITO e OPINIÃO



## IASFA...PASSADO...PRESENTE...QUE FUTURO...

Em 18 de Junho de 2014, comemora-se o 222º Aniversário do lançamento da primeira pedra para a construção do Hospital Real de Inválidos Militares, em RUNA, pela Princesa MARIA FRANCISCA BENEDITA, irmã da Rainha D. Maria I, hospital que se tem como a primeira obra social de assistência aos Militares em PORTUGAL.

O IASFA sucedeu aos Serviços Sociais das Forças Armadas integrando no seu âmbito o Cofre de Previdência das Forças Armadas, bem como incorporando nos seus equipamentos sociais o Lar de Veteranos Militares, o Complexo Social de Oeiras e o Centro Médico e Educativo do Alfeite, os quais tomaram as designações de Centros de Apoio Social, conforme o estabelecido no Dec. Lei 284/95 de 30 de Outubro, no qual, houve o cuidado de não referir que a identidade da “entidade” Cofre de Previdência das Forças Armadas estava fortemente beliscada. Todavia, neste Dec. Leis estão contempladas e expressas as definições de BENEFICIÁRIOS.

O Instituto de Acção Social das Forças Armadas (IASFA) é uma instituição de solidariedade social, de natureza e de espírito mutualista, para a qual todos os Militares dos Quadros Permanentes, em qualquer situação, descontam uma parte dos seus vencimentos.

Este facto concretiza um contributo financeiro com o qual, os Militares auxiliam organizada e desinteressadamente os seus camaradas de armas ou os seus familiares dependentes, carenciados ou necessitados de um apoio especial e continuado de acordo com a sua situação social, física ou anímica.

Por isso e para isso, o IASFA é uma instituição de interesse público que assegura aos seus Beneficiários prestações no campo da Acção Social Complementar.

“ALI TEREIS SOCORRO E FORTE ESTEIO” é a divisa do IASFA.

A Missão do IASFA é (tem que ser) deduzida interpretando aquela divisa.

No campo da acção social complementar, a missão inclui o propósito de proteger e apoiar os Beneficiários

mais necessitados, para Eles canalizando, com justiça e em tempo oportuno, o produto do trabalho de quem serve o IASFA e do contributo solidário dos Militares das Forças Armadas.

A riqueza do ideal de solidariedade que está subjacente à actividade do IASFA só se consegue com trabalho e humildade, com constância e pureza de intenções visando o bem-estar dos outros.

Será que os conceitos expressos, até aqui, estão sendo cumpridos?

Continuando ... a divisa do IASFA apela à solidariedade, atitude onde o bem comum prevalece sobre o interesse particular.

Quando o Homem conclui o seu ciclo de trabalho útil, quando “se reforma”, chega a uma situação irreversível, pois refazer a vida, voltar ao princípio, é naturalmente impossível.

Assim sendo, a justiça e a moral aconselham a respeitar, de um modo especial as expectativas criadas pelo Homem ao longo da sua vida.

Aos Militares e Civis que serviram as Forças Armadas de Portugal, assiste-lhes o direito de serem respeitados e de usufruírem de um apoio social digno.

Na verdade, a Missão cumprida envolveu os sentimentos vividos do seu País, da sua Nação e da sua Pátria. A Família foi, continua a ser, quase sempre, sacrificada e, por isso, quem serve no IASFA tem o dever de acarinhar e apoiar os Militares e as suas Famílias que, necessitando, batam à sua porta e com um real apoio social complementar.

Desde 1995 parece haver “um não sei quê” contra a natureza e os fins da “Obra Social” das Forças Armadas pois quem serve na Instituição Militar tem que sentir que o IASFA pertence aos Beneficiários... uma vez que “quem manda” não sabe o que é SERVIR A PÁTRIA.

Entre 2001 e 2004 houve várias tentativas (sem sucesso) em “meter” as ADMA, ADME e ADMFA no IASFA; atitudes que esbarraram nos responsáveis da sua Direcção, pois a Assistência na Doença deve pertencer, em exclusivo ao Ministério da tutela.



Quando em 2004, a Lei 3/2004 de 15 de Janeiro aprova a Lei Quadro dos Institutos Públicos, o Presidente do C.D.do IASFA invocou, em contacto com a tutela, o nº.2 do Artigo 51º. Daquela Lei Quadro:

“A designação “Fundação, IP” só pode ser usada quando se trate de institutos públicos com finalidades de interesse social e dotados de um património cujos rendimentos constituam parte considerável das suas receitas”.

Naturalmente a resposta da tutela não se fez esperar: “o que o Senhor General quer é sair da minha dependência”. E este General saiu do IASFA. E o INATEL, em situação similar, originou uma Fundação IP! Era o que deveria ter acontecido com o IASFA.

Depois “meteram” as ADM’s no IASFA, atitude claramente anti natura, pois elas não se enquadram minimamente na Missão do IASFA.

E mais, as participações dos Militares para o IASFA essas sim, estão explicita e implicitamente incluídas na Divisa do IASFA e no espírito mutualista que a mesma encerra “dos que têm para os que precisam” ... apoio social complementar. E foram encaminhadas para onde? Para a ADM !!! E, deste modo, a divisa do IASFA está ferida de morte.

Mas afinal o que é que os quatro Chefes de Estado Maior em 2004 e 2005 fizeram para impedir este “arranque” da destruição da Obra criada pela Princesa MARIA FRANCISCA BENEDITA? Qual a finalidade do Dec.Lei 193/2012? E ... hoje, ano de 2014, continuamos a assistir a mais ataques consumados em Despachos, nomeação de grupos de trabalho e actos e atitudes provocatórias dirigidas aos Militares e suas Famílias para quem SERVIR é um dogma, quando se trata da Instituição Militar de Portugal. Urge estarmos atentos pois aqueles que enformam “essas equipas” não sabem, porque não viveram e quiçá não estudaram, o que é uma Obra Social onde o mutualismo é parte importante. Ao que parece, “exterminar” as Instituições cuja Missão é SERVIR PORTUGAL está na ordem do dia de e para “alguns”.

Mas NÓS – Soldados de Portugal – dizemos não ao medo e com as mãos bem em cima dizemos SIM à Esperança e ao Futuro ... Futuro que é (tem de ser)

Portugal.

É um imperativo notar e fazer notar que a génese do Instituto de Acção Social das Forças Armadas é, marcadamente, uma iniciativa de amor pelo próximo, de generosidade e dádiva pessoais. Na verdade, é preciso amar as pessoas como se não houvesse amanhã.

Todos nós, SOLDADOS DE PORTUGAL, estamos (temos de estar) irmanados na continuação real e efectiva desta OBRA SOCIAL honrando aquela génese.

Num futuro próximo poderá haver acções que envolvam a feitura de uma nova estrutura (proposta de Plano de Reestruturação do Apoio Social) para o Instituto de Acção Social das Forças Armadas e, por isso, é imperativo estarmos atentos para que os Beneficiários sejam realmente a razão de ser daquela obra social. É preciso que “eles” ouçam:

**O IASFA PERTENCE AOS BENEFICIÁRIOS!**

Nós, os Soldados de Portugal sabemos que o Trabalho, a Virtude, a Honra e a Educação estão constantemente a estabelecer diferenças entre as pessoas ... e também sabemos, e Nós sabemos sentindo, que a ÉTICA diferencia e distingue os HOMENS.

É imperativo, ao terminar, dizer, dizendo-o para TODOS ... é preciso ser capaz de sonhar um FUTURO MELHOR vivendo com ALEGRIA e com FÉ, cultivando a ESPERANÇA em cada DIA que DEUS nos dá.

O INSTITUTO DE ACÇÃO SOCIAL DAS FORÇAS ARMADAS, pela mão da Princesa Maria Francisca Benedita, É UMA OBRA SOCIAL que pertence aos SOLDADOS DE PORTUGAL.

Feito em Lisboa no Dia 10 de Junho de 2014

Frutuoso Pires Mateus  
Tenente-General (Ref.)

Presidente do Conselho de Direcção do IASFA entre Junho de 2001 e Setembro de 2004

Membro Efectivo da Ordem dos Engenheiros - Conselheiro  
Membro Efectivo (Presidente em exercício) da Assembleia Geral da Associação Mutualista dos Engenheiros

# HISTÓRIAS, VERÍDICAS

## DOS COMBATENTES DO ULTRAMAR.

**“ Os escritores dizem mentiras, para contar a verdade, os verdadeiros mentirosos usam a mentira, para esconder a verdade.”**

### Os soldados também choram

O cachimbo cai, ensopando corpos e almas, dá-nos nostalgia, o tempo corre mas o tempo é igual para o relógio mas não para o homem.

Altas horas da noite, aparece o “Braga”, desta vez acompanha-o uma cafeteira de café quente.

Misturamos o whisky com café e ele vai desabafando, tem uma foto do filho, que não conhece, e chora convulsivamente baixando a cabeça.

As minhas palavras, não conseguem dizer, o que ele quer ouvir.

Fala na sua mãe que reza pela sua vida e pelo seu regresso. Ele ainda não sabe que o patriotismo é a virtude dos perversos (O.W). Deseja ver o pai que doente cultiva a terra e coze “o pão que o diabo amassou”. Este soldado anda doente, chora a fio, vamos bebendo, ele não está bêbado.

Entorpecido, cansado, nervoso, deita-se na calma ao lado da minha, eu tiro-lhe a manta ensopada de cacimbo, e ele dorme até o sol ir alto, e esquece, que a vida bate com muita força.

As pancadas são fortes, mas temos que aguentar (até quando?), e tentar seguir em frente porque o sentido da vida é a felicidade, mas esta não tem medida.

### O Charlie “elo fundamental para liderar homens em campanha”

O Braga, numa nomadização pediu-me para ser o meu “guarda-costas”, essa função não existe! Informe-me-o eu.

Com convicção respondeu: o nosso capitão tem um.

Pela sua existência, tentei convencê-lo: eu não sou o capitão! A sua vontade era enorme e voltou à carga: é o comandante do meu pelotão, da minha secção e o meu maior amigo.



Nas suas simples palavras estava a prestar-me um tributo que eu não merecia.

O homem é aquilo que quer ser, e eu sinto-me homem a liderar porque já servi, e mesmo a liderar, sirvo.

### O diálogo

O Charlie está só, encostado a uma árvore, estamos numa operação difícil, não fez reunião para explicar a mesma.

Com a monção os rios inundam as matas cerradas e estas ficam impenetráveis. O ar húmido pesa sobre nós enquanto o sol nos fustiga.

O meu casaco camuflado, está ensopado em suor da forte transpiração e limpo gotas da testa.

Ao longe ouvem-se tiros dispersos, o inimigo está a juntar-se e vai-nos acompanhando, acumulando a tensão entre todos, e mais uma vez, fico a saber que a fina linha que separa a valentia da cobardia, porque sei o que é o medo. O Charlie resolve mandar atravessar um ribeiro, manifesto a minha discordância dizendo: porra, vamos levar porrada. É melhor retirar pelo mato e atacar depois com os morteiros e a bazuca. As balas voaram por cima de nós e eu já vi este “filme” várias vezes com o Charlie como actor principal.



O Charlie está a “passar-se”, urina muitas vezes, manda fazer um alto, ordena que estabeleça o perímetro de segurança.

Os mosquitos devido à libertação do CO2 do nosso corpo com suor, atacam, o Braga, despeja um cantil de água em cima de mim. A água é fria, para a minha pele e refresca-me do calor afugentando os mosquitos, tiro o camuflado, a minha boca parece que esta cheia de pó, fico em tronco nu, e ponho as cartucheiras atravessadas no peito. Então o Charlie vindo debaixo de uma palmeira dispara, você não pode estar em tronco nu! Não tem que ser rebelde, para ter o respeito dos militares que comanda, pois já o tem e fui eu que lhe dei o comando! O Charlie estava muito nervoso e continuou todos sabemos que tem várias comissões em campanha. Na Guiné é que queria ver! Eu pensei em manda-lo contar os papagaios em cima das árvores ou pentear macacos, que saltando nas palmeiras, faziam com que estas parecessem vivas ou então mandá-lo urinar contra o vento e que fosse dar uma volta para onde estava, antes de ter estado ali.

As suas palavras em guerra têm outro valor e significado. Afastei-me, fui por o casaco ao sol e só depois de seco voltei a vesti-lo “mais vale aprender do que ter educação”.

O Charlie não me podia admoestar em frente dos militares no regresso da operação. A sós dirigi-lhe palavras sem disfarces, duras e cruas que me doeram mais a mim do que a ele. Terei razão?

Disse o que sentia e não o que deveria dizer. Falámos como homens e profissionais desta guerra.

Na minha opinião este Charlie não merece a minha confiança porque sofre de uma doença crónica chamada “balda”.



### O final

Na chegada à base, o Braga reparou que a coronha da sua arma, tinha sido atravessada por um projectil inimigo.

A partir daí, mudou, tornou-se violento, ameaçava os colegas, e pediu-me para o levar ao médico do Batalhão, o mesmo diagnosticou estado psicótico. Foi evacuado para Portugal.

Perdi não um subordinado, mas um camarada e um amigo. Ele era todos “nós”, e eles serão sempre “eu” enquanto estiverem ao meu lado.

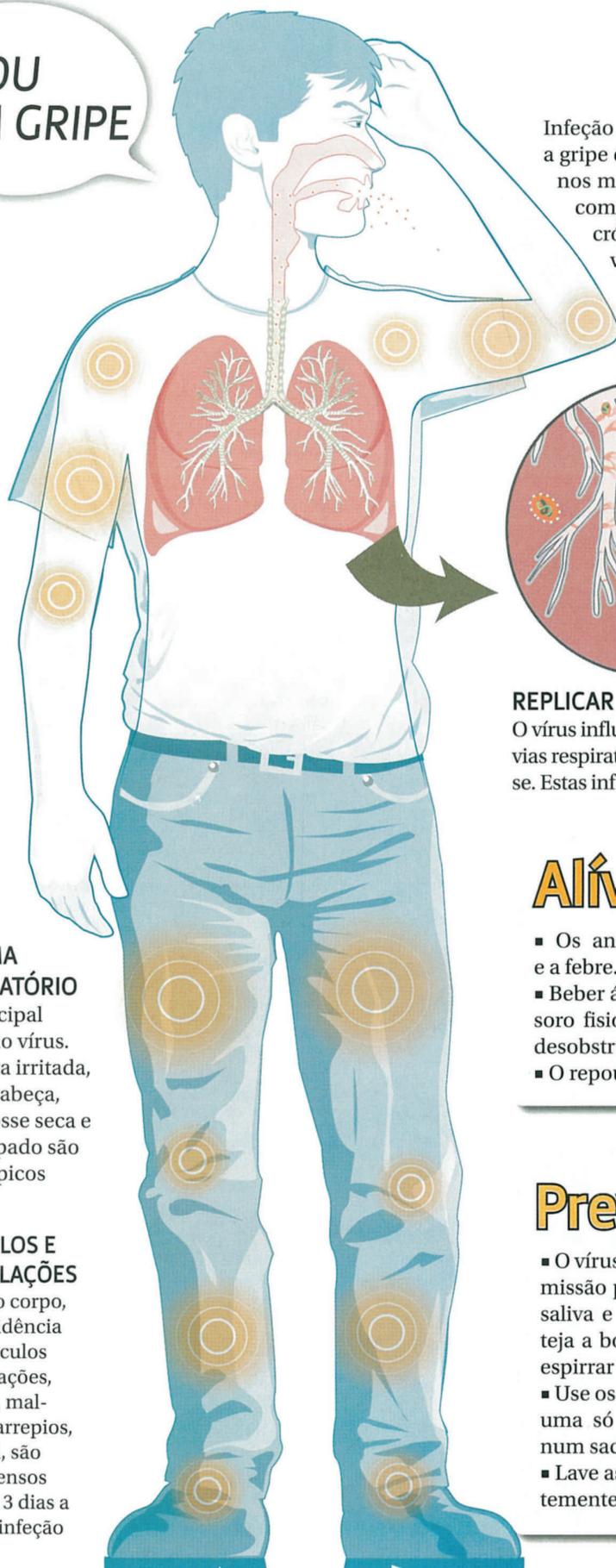
Egídio Casquinho  
CAP.  
sócio da asmir 2323

### **Dedicatória**

Ao soldado Eduardo Lopes “Braga” e a todos os “Bragas” deste exército que morrem, mas não fazem parte da história, porque esta é para os “generais” quer ganhem ou percam guerras.

Fontes: livro arquivos de guerra (edição de autor)  
Foto: arquivo pessoal do autor (Braga)

**ESTOU  
COM GRIPE**



### SISTEMA RESPIRATÓRIO

É a principal vítima do vírus. Garganta irritada, dor de cabeça, febre, tosse seca e nariz tapado são sinais típicos

### MÚSCULOS E ARTICULAÇÕES

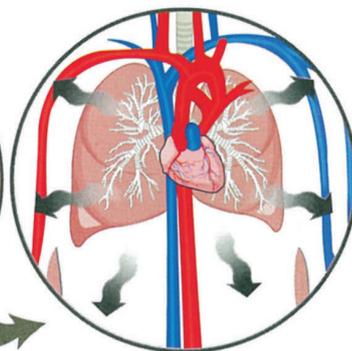
Dores no corpo, com incidência nos músculos e articulações, cansaço, mal-estar e arrepios, em geral, são mais intensos nos 2 ou 3 dias a seguir à infeção

Infeção respiratória sazonal comum e muito contagiosa, a gripe é causada pelo vírus influenza. Ataca, sobretudo, nos meses frios e não é grave. Nalguns casos, pode ter complicações sérias, como pneumonias. Os doentes crónicos respiratórios, cardíacos e diabéticos devem consultar o médico se os sintomas durarem mais de 3 dias. Estes doentes, os maiores de 65 anos e os profissionais de saúde ou de lares devem ser vacinados no início de cada outono.



### REPLICAR

O vírus influenza entra nas vias respiratórias e multiplica-se. Estas inflamam



### NO SANGUE

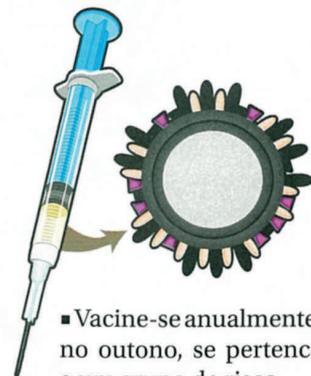
Do trato respiratório, o vírus passa para o sangue e surgem os primeiros sinais

## Alívio de sintomas

- Os analgésicos e antipiréticos reduzem as dores e a febre.
- Beber água com frequência, expor-se a vapores, usar soro fisiológico e descongestionantes nasais ajuda a desobstruir as vias respiratórias.
- O repouso é essencial para recuperar mais rápido.

## Prevenir

- O vírus é de fácil transmissão por gotículas de saliva e secreções. Proteja a boca e o nariz ao espirrar ou tossir.
- Use os lenços de papel uma só vez e feche-os num saco de plástico.
- Lave as mãos frequentemente com sabão.

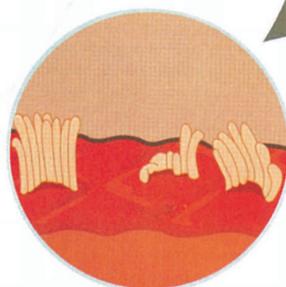
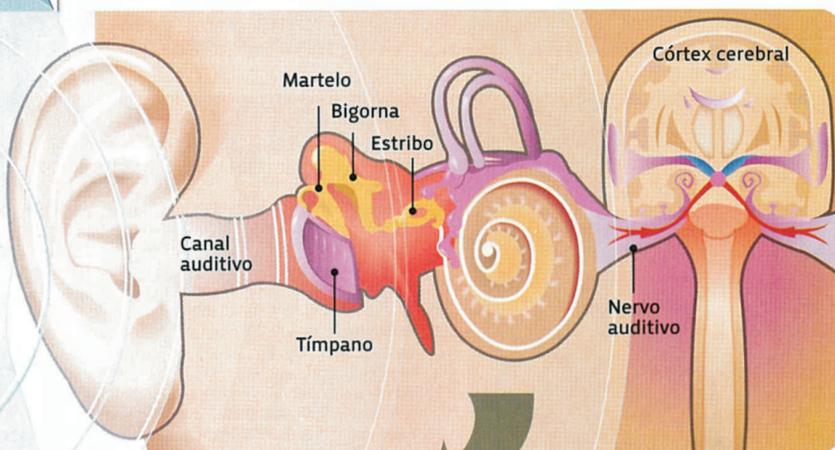


- Vacine-se anualmente, no outono, se pertence a um grupo de risco.

ALTO SOM

Em Portugal, existem 150 mil deficientes auditivos, segundo a Federação Portuguesa de Associações de Surdos. O problema pode ser hereditário ou causado por doenças, como meningites, otites e tumores, idade avançada ou ruído.

A surdez induzida pelo último é frequente e afecta cada vez mais jovens, em parte, devido ao uso de leitores de música portáteis. Pode resultar de um episódio único, como uma explosão, ou da exposição frequente a mais de 85 decibéis, o equivalente, por exemplo, ao som do trânsito citadino.



### Lesão na cóclea

Os cílios danificados perdem capacidade para transformar as ondas sonoras em sinais compreensíveis para o cérebro



### Aparelho auditivo

Amplifica o som para facilitar a tarefa aos cílios

## Prevenir já

- Manter ambientes ruidosos à distância é a melhor forma de evitar perdas auditivas. Se não for possível, por exemplo, por questões profissionais, use tampões.
- Quando ouvir música, prefira auscultadores externos. Os intra-auriculares são mais prejudiciais.
- Se o seu filho passa muito tempo com música nos ouvidos, insista para que ajuste o volume para 70 dB (metade do máximo) ou restrinja o uso a 1 hora por dia.
- Se tiver dificuldade em ouvir ou sentir zumbidos, consulte o médico.

## Soluções a tratar

- O aparelho auditivo é a solução mais comum para lesões causadas pelo ruído e surdez de idade avançada.
- Quando há perfuração do tímpano, pode ser necessária uma cirurgia para reconstruí-lo.
- A surdez causada por uma doença, como uma otite, em geral, resolve-se com o tratamento desta.

