

MAFALDA E DANIEL VAZ
COM MÓNICA MENEZES

Miguel & Sinatra

Uma Amizade
Especial



v o g a i s

Índice

Nota introdutória	7
Dois tracinhos que mudam uma vida	9
Uma cumplicidade crescente	17
O dia em que tudo mudou	25
O que é o autismo do Miguel?	61
Uma nova forma de estar na vida	67
Inês, Susana e Maria: as três mulheres que mudaram o mundo do Miguel	93
Miguel e <i>Sinatra</i> , uma amizade terapêutica	125
O que é um cão de assistência	143
Associação Portuguesa de Cães de Assistência	171
O cão não pode entrar!	179
Miguel e <i>Sinatra</i> : uma história feliz	203
Quem sonha sempre alcança	211
Agradecimentos	219

Nota introdutória

Olá, chamo-me Miguel, tenho cinco anos e o Sinatra é o meu cão. Eu e o Sinatra brincamos juntos, dormimos juntos, fazemos bolos juntos. Ele dorme comigo nos meus pés. No outro dia comeu o nariz do meu boneco novo, o Marshall, e ficou de castigo, dormiu no chão. Só eu é que tenho um cão assim especial. Durmo melhor quando durmo com o Sinatra porque ele não deixa entrar maus no meu quarto. Os maus têm medo do meu cão.

O Sinatra entra em qualquer lado porque ele gosta muito de mim e porque eu sou lindo. Ah, e porque é do Benfica! O Sinatra pode entrar em todo o lado, tem um papel que diz que pode entrar em todo o lado, temos de dizer que ele é um cão de assistência.

O que eu mais gosto de fazer com o Sinatra é ver televisão. Eu vejo e ele fica a dormir porque é um dorminhoco.

O Sinatra não vai à escola comigo, fica em casa, mas já fui ao cinema com ele, vimos A Vida Secreta dos Nossos Bichos.

Gosto do meu cão daqui até Marte. O Sinatra é o meu melhor amigo.

Miguel não sabe que foi quando tinha um ano e meio que os pais começaram a suspeitar que algo não estava bem na sua evolução. Miguel não sabe que foi a 2 de fevereiro de 2014, já com o diagnóstico de perturbação do espectro do autismo feito, que começou as consultas com Inês Munhá, técnica especialista em Neurodesenvolvimento. Miguel não sabe que os pais, Mafalda e Daniel, já choraram muito, mas riram ainda mais com cada vitória que conseguiram com o *Sinatra* ao lado.

É para falar dessas vitórias que este livro existe.

É para reconhecer os cães como essenciais para crianças ou adultos com necessidades especiais que este livro existe.

Mafalda

É para mostrar a química entre um cão e uma criança, para mostrar como os pais arregaçaram as mangas, para mostrar como todos podem meter mãos à obra, que este livro existe.

Daniel

É para, um dia mais tarde, Miguel saber porque é que todos os maus tinham medo do *Sinatra* e nunca entravam no seu quarto.

Dois tracinhos que mudam uma vida



Todos os dias começa e acaba uma história de amor. Umás começam e duram para sempre, umas começam e quase nem dão os primeiros passos, outras começam porque era inevitável que assim fosse, e acreditamos que nunca terão um fim.

Mafalda e Daniel conheceram-se em 2006 e a empatia foi mútua. As famílias já se conheciam, as férias começaram a ser vividas em conjunto, tudo aconteceu de forma natural. Por isso, no dia em que olharam um para o outro com vontade de serem mais do que os amigos que haviam sido até àquela data, ninguém estranhou. Era 7 de julho de 2007. Em Lisboa estavam a ser apresentadas as Sete Maravilhas do Mundo Moderno e as Sete Maravilhas de Portugal. Mas para a história deles não é isso que interessa, para a história da Mafalda e do Daniel o que fica registado é que foi naquele dia que começaram a escrever a primeira linha de um livro que é a sua vida em comum.

Mafalda tinha 19 anos, Daniel, 20. O casamento surgiu naturalmente dois anos depois. Casaram-se no meio de Sintra, numa cerimónia que teve todos os contornos do que ambos são no dia a dia — simples e descontraídos. As peças do puzzle estavam encaixadas: namoro, noivado, casamento. Um ano depois da troca de alianças, Mafalda e Daniel quiseram celebrar a data com um presente para ambos.

Eu queria um cão, para mim um qualquer servia, mas estava mais inclinada para um cão pequenino, um *shi-tzu*.

Mas o Daniel dizia sempre: «Para ter um cão, é para ter um cão a sério!»

Nem um nem outro tinham tido um cão. A mãe de Daniel sempre sofreu com alergias aos pelos e o máximo que houve em casa foi um coelho. Já Mafalda foi criada pela avó numa casa cheia de crianças, e ter um cão era, simplesmente, uma loucura. Agora que tinham a sua própria casa, pequena, mas sua, não havia entraves para aumentarem a família.

Mafalda agarrou-se ao computador e pesquisou, pesquisou, pesquisou. A árdua investigação levou-a a um criador de labradores. Primeiro ainda ponderaram a hipótese de ter um pastor-alemão, mas para primeira experiência acharam melhor optar por um labrador.

Começámos a investigar criadores que tivessem os cães em condições, que estivessem registados no Clube Português de Canicultura, que os cães tivessem LOP (Livro de Origens Português), que tivessem testes de saúde feitos e deparámo-nos com um criador que tinha uns cães pelos quais me apaixonei assim que vi as fotos. Telefonei e gostei bastante do discurso deles: «Temos aqui um macho e uma fêmea, mas não têm de levar nenhum.» Gostei porque não me estavam a impor nada.

Mafalda, que já tinha metido na cabeça que queria uma cadela bem pequenina, ficou desiludida quando chegou a Santo

André e conheceu aquele que seria o seu cão — e Mafalda ainda menos suspeitava, mas aquele cão mudaria a sua vida e a do seu futuro filho. Com dois meses e três semanas, os 12 kg do labrador tiravam-lhe o ar «abebezado» com que Mafalda sempre sonhara. Então, os donos puseram o cão num tanque antigo que estava fechado e, enquanto Mafalda dizia a Daniel que não queria um cão tão grande, o labrador esticou a pata e, mesmo não parando de tremer, ficou com ela pousada no peito de Mafalda.

Pareceu cena de novela? Não foi. Mafalda não precisou de mais nada para se render e mudar a sua vida para sempre: «Pronto, *Sinatra*, vamos para casa.» Afinal, a mulher que queria uma cadela tamanho XS já tinha o nome para um cão, e logo o nome de um gigante da música mundial!

Mesmo assim, na viagem para casa, Mafalda ainda não estava totalmente convencida. *Sinatra* era tão grande!

Assustado, foi a tremer o caminho todo, e assim se manteve nos primeiros tempos. Nem a energia do coelho *Elvis*, com a gaiola estrategicamente colocada ao seu lado, a ver se começava ali uma amizade, fez com que *Sinatra* descontraísse. Claro que a timidez acabou por ser sol de pouca dura.

De cão assustado passou a cão terrorista que destruiu tudo o que se cruzou com ele. Sapatos eram o prato preferido, mas portas, ombreiras, paredes, árvores, enfim, tudo o que aparecia à frente de *Sinatra* corria o risco de ser roído. Para Mafalda e Daniel, o cão que tinham levado para casa só tinha uma descrição possível: o pior cão do mundo. Como recorda Daniel:

Ele era o típico labrador, muitas vezes quando me dizem que querem ter um labrador eu falo logo dos aspetos maus, porque os aspetos bons... Toda a gente gosta de um cão pequenino e fofinho. Então eu digo que se tiverem muito amor às suas coisas, nem vale a pena. Se forem muito esquisitos com a casa, vão ter de andar sempre a varrer os pelos e passada meia hora vai estar tudo igual! O *Sinatra* estragou-nos muita coisa, apanhava uma peça de roupa e estragava. Tínhamos portas de madeira e, ele fez um buraco e entrava na casa de banho à tropa.

Até que de um dia para o outro, o *Sinatra* passou a comportar-se de forma diferente, principalmente com Mafalda. Quando chegavam a casa do trabalho, *Sinatra* não escondia a alegria por ter de novo a família reunida, mas controlava a força que, por norma, quase atirava ao chão a dona. Ninguém percebia porquê. O que se estava a passar? Segundo Mafalda, o «pior cão do mundo» saltava mal eles entravam em casa, não queria saber se magoava os donos, se os pisava. Não queria saber de nada mas um dia, sem razão aparente, *Sinatra* não saltou e praticamente não reagiu à chegada de Mafalda.

Comecei logo a chorar, deitei-me no chão a dizer: «O meu cão está doente, o meu cão está doente, vamos levá-lo para o veterinário...» Mas quando vi o *Sinatra* a saltar para o Daniel, voltei a chorar: «O meu cão já não gosta de mim...»

Sinatra, o cão terrorista, o «pior cão do mundo», respondeu de forma única à dona. Enquanto Mafalda chorava desalmadamente sentada no sofá, *Sinatra* aconchegou-se ao seu lado e começou a lambe-lhe a barriga. *Sinatra* não estava doente nem tinha deixado de gostar da dona, apenas sabia o que ninguém ainda tinha descoberto: haveria uma nova vida naquela casa.

De um dia para o outro, *Sinatra* só recebia a dona com mimos e lambidelas na barriga. Estranho, pensava Mafalda, mas a menstruação estava prestes a chegar e só podia ser uma reação a isso. Até que Mafalda começou a fazer as contas e a menstruação já estava atrasada. Os episódios começaram a rolar de forma rápida na sua cabeça. O irmão tinha morrido, no meio do luto tinha tido um abscesso que tratou com um antibiótico, a angústia pela morte alterou-lhe o sistema nervoso e o funcionamento do seu corpo, e o inevitável aconteceu: Mafalda e Daniel iam ser pais.

A notícia não trouxe consigo fogo de artifício ou lágrimas de alegria. Ter filhos fazia parte dos planos do casal, mas não quando tinham apenas 23 e 24 anos, não quando viviam numa casa de apenas um quarto, não quando estavam casados apenas há dois anos... Não, não, não. Ter filhos não era mesmo um sonho naquela altura. Depois do teste confirmar que às vezes os sonhos se concretizam quando não se está à espera, Mafalda fechou-se no seu mundo a chorar. E chorou um dia inteiro. Com a sua descontração habitual, Daniel confortou a mulher: «Calma, podia ser uma doença, ou uma perna partida!» Mafalda não queria saber. Uma doença pode ter cura, uma perna partida tem cura,

um bebé a crescer dentro de si é o começo de uma nova história para a qual Mafalda ainda não estava preparada.

Dois dias depois, Mafalda secou as lágrimas. Mas que loucura era aquela de estar a chorar, de ter medo de contar à família? Estava casada e era feliz, qual o problema de estar grávida? Mafalda e Daniel foram ao médico, e assim que souberam que estava tudo bem, que aqueles dois tracinhos que os tinha deixado desnorteados se traduziam num bater acelerado de coração, simbolizavam uma nova etapa das suas vidas, assentaram as ideias e começaram a usufruir do momento. Agora, finalmente, percebiam porque *Sinatra* se tornara um cão diferente.

Ele nunca mais saltou para cima de mim. Tenho fotografias dele a cheirar-me a barriga e a acompanhar os movimentos da barriga com a cabeça. Era incrível, não deixava que nenhum cão se aproximasse de mim e muito menos que se chegasse perto da minha barriga. Durante a gravidez tive muito sono e o *Sinatra* ficava ao meu lado na cama a dormir sempre encostado a mim.

Uma cumplicidade crescente



A 21 de dezembro de 2011, Mafalda dá entrada no hospital. O parto foi induzido às 11 horas, mas Miguel acabou por nascer no dia seguinte às 2 horas. Foi um parto simples. Mafalda tinha-se preparado para este momento e, além disso, na sua família os relatos das mulheres eram de partos simples e todos eles feitos em casa. Por isso, o que poderia correr mal? Nada, claro. No meio das contrações, sem nunca perder a concentração na respiração, nos sintomas e nos sinais que o seu corpo lhe ia dando, Mafalda foi falando consigo própria:

Se na minha família são todas parideiras, porque é que eu hei de ser diferente? Se tenho estas ancas também deve ser por algum motivo, portanto também vou ser boa parideira.

Até as médicas estranharam tanta concentração. Naquela cama estava uma menina-mulher, sem fazer dramas, sem gritar as dores que o seu corpo sentia, apenas pronta para trazer ao mundo o seu filho. Foi quando deu o único grito que o bebé saiu, a 22 de dezembro de 2011. As lágrimas que Mafalda tinha deixado cair durante 24 horas tinham agora um nome e um novo significado. Miguel deixou os pais a chorar, sim, mas daquelas lágrimas que se misturam com sorrisos, daquelas lágrimas que lembram que nenhuma vida substitui outra; mas a dor da perda do irmão de Mafalda era agora acalmada com a chegada do novo membro à família.

Semanas antes, já tinham lido nos livros da especialidade o que fazer para o *Sinatra* reagir de forma amigável a Miguel. A primeira roupa que o bebé vestiu foi levada para casa por Daniel para *Sinatra* sentir o cheiro do Miguel.

Trouxe a roupinha dele e o *Sinatra* estava muito curioso. Eu fui sempre elogiando-o, sempre a dizer: «que lindo cão!», «muito bem», «é o Miguel».

Mafalda saiu do hospital dois dias depois de ter dado à luz e quis ser a primeira a entrar em casa e cumprimentar um ansioso *Sinatra* que já não via a dona há três dias.

Há um filme que mostra a alegria do cão a ver a dona outra vez. Aí já voltou a não haver preocupação com a barriga. O *Sinatra* tinha voltado a ser o «cão maluco»!

Depois o Daniel subiu com o Miguel, o *Sinatra* já estava maluco e, com aquelas dentadinhas que os labradores dão quando estão muito excitados, só com a pontinha dos dentes. Ele fez isso nos pés do Miguel, claro que o Miguel tinha cinco pares de meias! Nós estávamos em pânico, é um cão, não deixa de ser um cão! É que se o bebé mandasse um guinchar daqueles que eles dão, o cão assustava-se e mordia, não sei... Nós sempre a incentivá-lo: «Muito bem, *Sinatra*, é assim mesmo, é o teu mano!»

Sinatra passou a ser tratado como o irmão mais velho, cuja atenção não pode ser descurada para não se correr o risco de os ciúmes começarem a vir ao de cima. Mafalda e Daniel não lhe poupavam mimos, festinhas, ossos. E *Sinatra* reagiu com amor à chegada do irmão mais novo, mas não escondeu que não estava a gostar da mudança de rotinas. Voltou a fazer cocó dentro de casa só para voltar a ter a atenção dos donos sobre si. Fazia-o sempre que Daniel e Mafalda se fechavam no quarto a tratar do bebé. Então perceberam que o melhor era não deixar *Sinatra* de fora e incluí-lo nas rotinas da família. Assim, *Sinatra* passou a ser uma sombra de Miguel.

Às vezes eu até queria que o Miguel chorasse um bocadinho, para aprender a acalmar-se sozinho, mas o *Sinatra* não deixava. Vinha para ao pé de mim ladrar e só parava quando eu ia ver o Miguel! Era muito engraçado: quando lhe dávamos banho, o *Sinatra* estava lá, quando mudávamos as fraldas ao Miguel, o cão estava lá, e até nas primeiras cólicas do Miguel, o *Sinatra* estava lá. Aliás, foi mesmo o *Sinatra* que nos fez perceber o que se podia estar a passar. O Miguel chorava, desconfortável, e o *Sinatra* cheirava-lhe a barriga e ficava com a cabeça lá em cima, como se assim o pudesse aliviar. Eu só pensava: «A este cão só falta mesmo falar!»

Sinatra não falava, nem fala, mas já naquela altura era o melhor amigo do Miguel. São várias aventuras, momentos

divertidos ou mais angustiantes que viveram juntos. Quando Miguel ainda não andava, *Sinatra* era o irmão malandro que lhe roubava os brinquedos e assim lhe arrancava as melhores e mais genuínas gargalhadas do dia. Miguel respondia com festinhas «violentas» a sentir-lhe o pelo, a fazer-lhe cócegas no lombo, e *Sinatra* a reagir sempre impávido e sereno, a viver com felicidade a chegada do irmão mais novo. Quem assistia de perto chegava a deparar-se com uma relação digna de dois seres humanos.

Lembro-me que, quando o Miguel estava doente, o *Sinatra* ficava ou incrivelmente parado ou então ele próprio ficava doente. Nós, às vezes, estranhávamos, porque quando o Miguel ficava doente, no dia a seguir o *Sinatra* vomitava ou estava com diarreia, portanto sentia, ficava afetado. Sempre que o Miguel adoecia, o *Sinatra* parecia mesmo uma pessoa, ficava nervoso, preocupado.

Até que Miguel começou a tentar dar os primeiros passos e *Sinatra* assustou-se com a fragilidade do «seu menino», com as inevitáveis quedas, e quis, desde aí, ser a sua bengala. Mas o tamanho exagerado e o ladrar forte não ajudaram. Miguel ficava assustado e *Sinatra* não sabia o que fazer para ajudar.

Quando o Miguel gatinhava — nessa altura ainda não andava sozinho —, o *Sinatra* andava sempre à volta

dele, e houve uma vez em que o Miguel estava a começar a andar e ganhou medo, não sei se se assustou porque o *Sinatra* foi a correr ter com ele, como a dizer «o que é que estás a fazer?», mas a verdade é que demorou muito mais tempo a voltar a andar, porque ele já sabia andar, mas depois ficou com muito mais medo. Ele tentava dar um passo e o *Sinatra* ficava ao lado dele e depois começava-lhe a dar beijinhos se o visse atrapalhado, e então estava a prejudicar mais do que a ajudar, porque parecia que o Miguel pensava «espera aí, estás a dar-me um beijinho, eu vou cair!» E eu e o Daniel tentávamos afastar o *Sinatra* para o Miguel se tentar desenrascar, mas ele arranjava sempre forma de se aproximar, mesmo à nossa revelia.

E um dia, aos 14 meses, cansado da azáfama que é gatinhar e levar lambidelas do seu cão, o Miguel começou a andar.

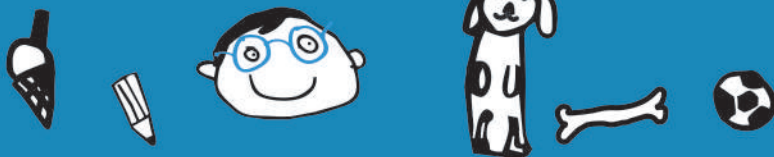
Agarrava-se no *Sinatra*, depois caía porque o *Sinatra* andava mais rápido do que ele. Depois o *Sinatra* parava ao lado dele, ele caía para cima do *Sinatra*, o *Sinatra* zangava-se e fugia dele, andavam sempre assim. Não era aquele cão que ficava ali tipo colchão, «vá, podes cair para cima de mim», não! Se ele caísse, o *Sinatra* levantava-se e tentava fugir o mais depressa possível, mas ia chamar-nos porque o Miguel tinha ficado a chorar. O *Sinatra* nunca gostou de ver o Miguel a chorar,

sempre lhe lambeu a cara para lhe limpar as lágrimas, sempre, sempre.

Como esta amizade nasceu praticamente mal o Miguel chegou à sua família, não é de estranhar que as primeiras três palavras que ele disse tenham sido «mamã», «papá» e «nata», uma forma simplificada de chamar o *Sinatra*.

Um dia, entrámos em casa, o Miguel ainda mal andava, e eu disse: «*Sinatra*, anda para casa», e o Miguel repete: «*Nata*, casa!» Ficámos surpreendidos! «Espera lá, então só dizes mãe, pai e já dizes: “*Sinatra*, para casa”?!» Ele dizia sempre: «*Nata* não, *Nata* sim.» Era tão engraçado... Mas o *Sinatra* não fazia o que o Miguel queria, sabia que eram as nossas instruções que tinha de seguir. Mesmo antes do diagnóstico do autismo do Miguel, o *Sinatra* já sabia que era a nós que tinha de obedecer, apesar de tanto eu como o Daniel incentivarmos o *Sinatra* a seguir as ordens do Miguel para trabalharmos a autoestima dele.

Estava, assim, a crescer uma cumplicidade e uma amizade que iria dar muitos frutos no futuro.



«Olá, chamo-me Miguel, tenho cinco anos e o *Sinatra* é o meu cão. Eu e o *Sinatra* brincamos juntos, dormimos juntos, fazemos bolos juntos. Ele dorme comigo, nos meus pés.

No outro dia comeu o nariz do meu boneco novo, o Marshall, e ficou de castigo: dormiu no chão.


Só eu é que tenho um cão assim especial.»

A vida de Miguel podia ser mais uma história de amizade entre uma criança e o seu cão. Mas ela é muito mais do que isso, já que a vida de Miguel é uma emotiva história de superação que não deixa ninguém indiferente.

O crescimento de Miguel assemelhava-se ao das outras crianças, até ao dia em que deixou de falar. Nem sequer chamava pelo seu melhor amigo, *Sinatra*, o cão da família. Foi nesse momento que os pais começaram a procurar respostas para o que se estaria a passar com o filho. Se outros ficariam arrasados com um diagnóstico de «autismo», Mafalda e Daniel não. A determinação de ambos e o apoio de *Sinatra* foram fundamentais para a recuperação de Miguel.

**Este livro não é sobre autismo.
É a história de como o amor de um cão
pode mudar a vida de uma criança,
que por acaso tem autismo.**



v o g a i s com todas as letras 20 20 editora	ISBN 978-989-668-430-3  9 789896 684303 Biografia
--	---

