

---

**De:** Cuidadores Informais <cuidadores.demencias@gmail.com>  
**Enviado:** sábado, 16 de junho de 2018 00:00  
**Para:** Comissão 10ª - CTSS XIII  
**Assunto:** Fwd: Mensagem para Deputados

**Categorias:** Categoria Vermelha

Exmos. Senhores,  
Reencaminhamos um mail recebido de uma cuidadora  
Respeitosos cumprimentos

*Associação Nacional de Cuidadores Informais-Panóplia de Heróis*  
*Sofia Figueiredo*  
*Maria Anjos Catapirra*



CUIDADORES  
INFORMAIS

----- Mensagem encaminhada -----

**De:** Tânia Araújo  
**Data:** 15 de junho de 2018 às 13:45  
**Assunto:** Mensagem para Deputados  
**Para:** "[cuidadores.demencias@gmail.com](mailto:cuidadores.demencias@gmail.com)" <[cuidadores.demencias@gmail.com](mailto:cuidadores.demencias@gmail.com)>

Ex.mos Senhores Deputados,

Tenho 36 anos, sou filha única, o meu pai foi diagnosticado em 2015 com demência vascular mista, necessitando neste momento de vigilância permanente e a minha mãe foi diagnosticada em 2016 com doença de Alzheimer, sendo ela que convive mais tempo com o meu pai (24 horas por dia) e tendo a sua doença evoluindo de forma galopante devido ao desgaste físico e psicológico a que está todos os dias sujeita. Os meus pais têm pensões baixas, apesar de terem trabalhado uma vida inteira, não temos habitação própria e temos de pagar uma renda mensal de 250 euros e eu, encontrando-me desempregada ou com trabalhos precários, fico impossibilitada de lhes possibilitar melhores condições de vida. Por outro lado, a minha situação familiar impede-me de ter a estabilidade psicológica e emocional que preciso para trabalhar. O meu pai defendeu a Pátria na guerra colonial durante 25 meses, experiência que lhe custou (e à sua família) stress pós-traumático, fez descontos para a Segurança Social durante 51 anos e agora o Estado não lhe assegura as condições para ter uma vida digna; por sua vez, a minha mãe trabalhou a vida toda e a sua pensão nem sequer corresponde ao salário mínimo nacional, continua a trabalhar como cuidadora quando ela também precisa (e cada vez mais) de ser cuidada. E eu enfrento uma luta diária para conseguir cuidar dos meus pais e ao mesmo tempo cuidar de mim e poder sustentar-me. Por favor, tenham o máximo de consideração por esta questão, pois trata-se de pessoas, de famílias, de vidas. Deem condições para que os doentes e os cuidadores tenham a dignidade que eles merecem! Obrigada