

# Os interesses em jogo na Ucrânia

## Debate Referendo da Crimeia Domingos Lopes

**N**ão é possível olhar para o conflito que agita a Ucrânia sem ter em conta os diversos interesses conflitantes entre si e os que devem prevalecer sobre todos os demais são os do povo ucraniano.

Em democracia, a vontade soberana dos povos exerce-se através de eleições livres e democráticas. Na Ucrânia, foi eleito um Presidente e um Parlamento, o que nunca aconteceu, por exemplo, na Arábia Saudita ou nalguns Estados do Golfo. Aqui as manifestações são violentamente reprimidas por tropas sauditas chamadas a manter os reinos obscurantistas que o Ocidente tanto preza. Não há dúvidas que o Presidente foi contestado em vários momentos, o que acontece em vários países. Em Portugal, a título de exemplo, o Governo é diariamente contestado até pelas próprias forças de segurança. Em Kiev, os manifestantes não foram pedir eleições antecipadas, mas para derrubar o Governo e através da “democracia direta” escolher os ministros em plena Praça Maidan, o que em nenhum país do mundo seria aceite.

Para tanto, estas dezenas de milhares de manifestantes usaram as mais diversas armas democráticas: cocktails-molotov, sabres e armas de fogo. Entraram em confronto armado com as forças policiais.

Os mandatários das principais potências da NATO logo se movimentaram para dar todo o seu apoio a este movimento. Estes combatentes de armas na mão não eram terroristas, como são os palestinos que lutam pela independência. São democratas que rasgaram o acordo celebrado dois dias antes da tomada do poder pelos sitiantes entre os representantes da França, Polónia e Alemanha para a realização de eleições. Os negociadores não estavam a negociar. Estavam a fazer de conta até que a situação descambasse. São os que se empenharam a fundo em aceitar que o Kosovo, parte integrante da Sérvia, pudesse ser independente sem mais. e porque a maioria era albanesa. Na Crimeia, é russa. O referendo entretanto realizado confirma esse facto: neste quadro, os russos da Crimeia não querem ser governados por Kiev, tal o grau de enfundamento à NATO do novo poder ucraniano.

Dizem os alemães, os polacos e os franceses e sobretudo os EUA que os interesses ocidentais coincidem com o novo poder em Kiev e com ele estão totalmente solidários. Não é nada de novo. Está a acontecer na Venezuela com um Presidente eleito em eleições universalmente reconhecidos como livres, tal como na Ucrânia. Dito de uma maneira simples: para

os ocidentais, a legitimidade de um regime não depende de eleições, tal como não depende nos emirados, sultanatos e reinos do Golfo, mas sim do modo como os seus interesses são defendidos.

É a real política das potências que mandam. Só que para desmitificar o invocado apoio às “democratizações” façamos o seguinte raciocínio: se no México as eleições forem ganhas pela esquerda, que estabeleça com os países que entender os mais diversos acordos, nomeadamente com Cuba, Equador, Brasil, Argentina e Venezuela? Decidem celebrar acordos militares dentro das suas ordens constitucionais. Entabulam relações de carácter militar com a China, Rússia e com quem mais entenderem. São capazes de imaginar a reação dos EUA? Os EUA iriam na sua fronteira do sul permitir tais acordos? Não se está sequer a falar de bases militares, apenas de acordos. Teríamos seguramente uma crise tão grave como a crise dos mísseis nas Caraíbas aquando da revolução cubana.

É que há interesses e interesses. É obrigatório reconhecer que a Rússia tem também interesses no que ao futuro da Ucrânia diz respeito. Resultam da URSS e da ligação entre a Rússia e a Ucrânia dentro da URSS. Resultam de um conjunto de fatores que têm a ver com a própria composição nacional do povo ucraniano. Resultam da presença da esquadra russa



no mar Negro e regulada com os Governos anteriores. Resultam das relações históricas conturbadas da Rússia e da URSS com a Crimeia e regiões limítrofes. Resultam ainda da longa fronteira ocidental com a Ucrânia.

A Crimeia era russa até Nikita Khrutchov a ter colocado na Ucrânia. no fim da Segunda Guerra Mundial.

É preciso ter em conta que uma das primeiras decisões do novo Governo foi proibir o russo na Crimeia, onde a maioria da população fala russo. Por isso os que apregoam as virtudes do Ocidente e as maldades da Rússia devam lembrar-se do que se passa nos seus países.

O Presidente Cavaco Silva e o primeiro-ministro Passos Coelho admitiriam, por mero exercício académico, que trinta ou quarenta mil manifestantes tomassem os ministérios da Justiça, da Administração Interna, as escadas do Parlamento e escolhessem no Terreiro do Paço os ministros? Será que o Ocidente os apoiaria?

Advogado

# Sono e erro

## Debate Dia Mundial do Sono Miguel Meira e Cruz

**P**or distintas razões, o mundo encara na actualidade a dificuldade em manter o sono original. Os nossos antepassados seculares, em tempo de descobrimentos e de inspiração artística inigualável, dormiam quase mais duas horas do que fazemos hoje. Para além do cérebro, o sono “alimenta” diversos órgãos e sistemas e cre-se que, de alguma forma, todas as células do nosso corpo dormem. Mas é no cérebro que se reflecte uma boa parte do impacto do sono e da sua privação.

Sequelas cognitivo-comportamentais, resultantes da privação de sono, têm sido exploradas em diversos domínios e um dos aspectos mais mediatizados é o da sua influência nos acidentes de viação. São conhecidos múltiplos factores que, no âmbito dos mecanismos de sono e vigília, interferem com capacidades necessárias para a atenção, concentração, velocidade de reacção e condução segura. Entre eles, um sono adequado e consolidado. Mas não o único.

Um dos mecanismos reguladores do sono integra a influência da luz sobre receptores sensíveis nas retinas dos olhos, que, por sua vez, comunicam com um centro cerebral especializado em orquestrar comportamentos cíclicos, com um período semelhante àquele que tem a variação entre a noite e o dia. Esta componente de regulação denomina-se circadiana porque tem cerca de um dia (pouco mais de 24h) de duração. Justifica-se, por isso, que a noite coincida com o sono da espécie humana, que, por sua vez, encontra marca genética milenar. Também por este motivo, a quantidade de acidentes é significativamente maior a horas nocturnas, aumentando o número quando existe privação de sono anterior. Mas não é só o número que aumenta. A gravidade dos acidentes causados por sonolência e por privação de sono parece ser maior do que quando os acidentes são inevitáveis noutras circunstâncias. Para além disto, o efeito potenciador do efeito da alcoolemia com a privação de sono determina um risco ainda mais elevado em determinadas condições como, por exemplo, as saídas até tarde e consumo de álcool pelos jovens universitários.

Muitos acidentes profissionais têm sido correlacionados com o acumular de fadiga ou ausência de sono adequado e as consequências não se limitam ao escopo individual. Exemplos que deixaram marca são o acidente com o petroleiro Exxon Valdez e o desastre nuclear de Chernobyl. Os lapsos e a incapacidade de decidir adequadamente são comuns em todas as variantes. Claro que existem factores independentes para o risco de acidentes e que não se relacionam com o sono ou com alterações dos ritmos biológicos, mas quando

se ajustam metodologias estatísticas para prevenir a contaminação, confirma-se que estes são, com frequência, os mais relevantes.

Têm sido debatidas estratégias para minorar o impacto negativo da privação de sono, sonolência e fadiga nos acidentes e as sociedades de sono têm-se empenhado em defender normas profiláticas. Contudo, o aspecto particular do erro profissional tem sido relativamente esquecido e alguns aspectos que influenciam a saúde das populações têm sido negligenciados.

Curiosamente, o tema não é recente e na década de 70 já existiam indícios de que a vigília continuada e a falta de sono adequado influenciavam a produtividade clínica. Quando comparado com outros temas, este tem sido, no entanto, pouco explorado e talvez uma dúzia de investigações direccionadas tenham sido publicadas nos últimos 30 anos.

**“**  
**Sem dormir, a probabilidade de tomar decisões acertadas diminui**



Em 2013, um estudo que englobou 111 profissionais de saúde cubanos detectou uma prevalência de sonolência diurna excessiva de 32%. Médicos internos e especialistas, enfermeiros e técnicos de saúde constituem, frequentemente, as amostras neste tipo de trabalhos e, apesar disto, o problema não é exclusivo da saúde. Os advogados

são profissionais com problemas neste contexto e os resultados preliminares de um estudo realizado, em 2013, pela Associação Portuguesa de Cronobiologia e Medicina do Sono (APCMS) conclui que dormem pouco (menos de 7h). Em comum, profissionais de saúde e advogados têm necessidade de decidir adequadamente, de realizar um julgamento crítico e de conseguir respostas eficientes e eficazes. Para todas estas etapas concorrem mecanismos dependentes de uma organização que ocorre durante o sono. Alguns trabalhos demonstraram que quando não se dorme se aprende menos e que a qualidade da aprendizagem é comprometida. As regiões do cérebro humano responsáveis pelas funções executivas e pela decisão face a experiências prévias funcionam mal quando não existem períodos de sono ou quando estes são reduzidos. Por esse motivo, a probabilidade de tomar decisões acertadas diminui. A incapacidade de controlo sobre as emoções não permite a passividade desejável e, neste contexto, o erro, que é de facto humano mas evitável, torna-se frequentemente impossível de prevenir.

Mestre em Ciências do Sono e responsável pela Área de Sono da Best Medical Opinion