



Ligação profunda ao mar

Com exceção dos seus anos de formação médica e especialização em Nefrologia, durante os quais residiu em Portugal Continental, o Dr. José Augusto Araújo, hoje com 69 anos, esteve sempre ligado às lides náuticas, fruto de uma atração muito forte pelo mar. A navegação à vela, nomeadamente em viagens de longo curso, tem desempenhado um papel preponderante no alimentar dessa ligação, despertando o seu espírito desbravador. Junto ao rio Tejo, com a porta oceânica de Lisboa no horizonte, o atual diretor clínico da NephroCare Funchal aprofundou esta sua vertente em entrevista à *SPN News*, partilhando histórias e lições das suas aventuras em alto mar.

Rui Alexandre Coelho

S em influências familiares que o fizessem prever, José Augusto Araújo procurou atividades aquáticas desde cedo (ver caixa), bem como alguma formação neste âmbito: com tenra idade, fez um curso de marinheiro amador no Centro Náutico da extinta Mocidade Portuguesa, no Funchal. Já no ensino secundário, ponderou «seriamente» seguir a carreira da Marinha, mas essa ideia esfumou-se. No entanto, o seu gosto pelas lides náuticas não parava de aumentar. «Ainda que de modo um pouco inconsciente, a proximidade ao mar foi uma das razões pelas quais decidi estabelecer-me na ilha da Madeira, que é também a minha terra-natal», admite.

Depois da formação médica em Coimbra e Lisboa, sendo que grande parte do internato em Nefrologia foi passada em França (Montpellier e Paris), José Augusto Araújo regressou ao Funchal e retomou a sua ligação ao mar. Por essa altura, já com carta de patrão de costa, primeiro, e de alto mar, depois, comprou o seu primeiro barco à vela, que trouxe de Inglaterra para a Madeira. Esta foi a sua primeira grande viagem de longo curso num barco próprio. «Claro que entre as cinco pessoas que me acompanharam algumas tinham experiência náutica. Foi uma forma de ir aprendendo.»

O barco partiu de Hayling Island, perto de Portsmouth, e só atracou no Funchal depois de vários dias de navegação e um susto à passagem pelo Cabo Finisterra, na Corunha. «Uma vaga de mau tempo, com vento e frio, deixou-nos em dificuldades durante

24 horas. Mas a chegada a Baiona permitiu-nos esquecer rapidamente todas as adversidades e confortar-nos», recorda o nefrologista. Desta forma, José Augusto Araújo começava a conhecer a força do mar, num barco próprio, e a aprender as muitas lições que o mar tem para dar aos que nele se aventuram, a começar pelo «respeito» que se lhe deve.

FUNCHAL – SALVADOR; SALVADOR – CARAÍBAS; CARAÍBAS – FUNCHAL

Ao longo dos anos, José Augusto Araújo acumulou inúmeras milhas náuticas em modo de navegação oceânica. Por um lado, tem desfrutado da «sensação fascinante de atravessar esse espaço enorme que é o mar, rodeado de azul, e chegar a um novo sítio». Por outro lado, adquiriu uma vasta experiência que lhe faz cumprir sempre um ditado popular que é sagrado para os marinheiros: «Quem vai ao mar avia-se em terra».

Há todo um plano de prevenção de situações adversas que se podem encontrar em alto mar que urge cumprir, incluindo a preparação do barco para antecipar eventuais avarias, o estudo da meteorologia ou o aprovisionamento de alimentos e outros bens necessários para toda a duração da viagem. Além do peixe que pesca no mar, o nefrologista alimenta-se à base de massas, enlatados e produtos fumados a seco ou salgados, por serem os

que «mais resistem à escassez de espaço que um veleiro tem para armazenamento em frio».

Do mar, José Augusto Araújo já levou muitas lições, sendo a mais importante de todas a certeza de que é inútil tentar contrariá-lo. Assim o percebeu no regresso daquela que foi a sua maior viagem até agora: um percurso com mais de 10 000 milhas náuticas (cerca de 18 500 quilómetros) em três grandes etapas, com início em novembro de 2007, na ligação Funchal-Salvador (Bahia), numa travessia de 3000 milhas náuticas (cerca de 5500 quilómetros), a qual prosseguiu com o trajeto Salvador- Le Marin - Martinica e terminou, em abril de 2008, com o regresso à Madeira, depois de mais de 60 dias de navegação. «No regresso das Caraíbas, apanhámos uma depressão muito cavada, que demorou dois dias e causou alguma aflição. Acabámos por ultrapassar esse momento, que terá sido o mais complicado que vivi nestes anos todos no mar», partilha o nefrologista. E acrescenta: «Definimos planos, traçamos rumos, mas temos de aceitar calmamente que, por vezes, há que os alterar, em função de situações adversas que encontramos.»

Nas viagens em alto mar, José Augusto Araújo prefere a companhia dos dois filhos e dos amigos, por exemplo, à solidão. «A partilha do espaço, o convívio com as pessoas e a tomada de decisões em conjunto» são aspetos aos quais dá grande importância. Mas nem sempre as águas são calmas em alto mar, por isso, é importante saber com quem se divide um barco. «Em viagens deste tipo, partilhar um espaço pequeno como o de um barco e estar confortável exige que as pessoas se conheçam muito bem e que os perfis encaixem. De outro modo não é fácil, mas toda a experiência é enriquecedora.»

Também importante é saber estar na própria pele e promover o entretenimento, quando o vento não ajuda o barco a avançar.

// Principais passos na Nefrologia

- 1985: término do Internato de Nefrologia, que foi realizado em quatro instituições: Hospital Dr. Nélio Mendonça, no Funchal; Hospital Curry Cabral, em Lisboa, Centre Hospitalier Universitaire de Montpellier e Hôpital Necker-Enfants Malades, em Paris;
- 1986-1999: responsável pela Unidade de Nefrologia do Centro Hospitalar do Funchal/Hospital Dr. Nélio Mendonça (CHF/HNM);
- 1999-2013: diretor do Serviço de Nefrologia do CHF/HNM;
- 1994: presidente do IX Congresso Português de Nefrologia;
- 2000-2002 e 2012-2017: membro da direção do Colégio da Especialidade de Nefrologia da Ordem dos Médicos.

Nesses tempos de «calmaria», o gosto pela música, sobretudo pelo jazz, ajuda José Augusto Araújo a passar as horas. «Oiço muito Miles Davis, John Coltrane, Count Basie e o resto das *big bands*», diz o nefrologista, que até deu o nome *Swing* aos seus últimos dois barcos, em alusão ao seu estilo de jazz preferido.

A sua última grande travessia aconteceu no ano passado, na ligação de 750 milhas náuticas (cerca de 1400 quilómetros) entre Huelva e La Gomera, nas Canárias. A próxima, idealmente, seria a volta ao mundo, alcançando e dobrando os três cabos: primeiro o Horn, depois o Leewin e, por fim, o da Boa Esperança. «É o sonho de qualquer navegante», afirma José Augusto Araújo, admitindo que cumprir esse desiderato será «muito difícil», mas julga ser viável repetir a travessia atlântica, desta feita rumando mais a norte. Contudo, mostra incerteza quando é questionado sobre a hipótese de rumar a destinos como Estados Unidos ou Canadá. «Prefiro apontar para o norte das Caraíbas, passando por Cuba e pelas Bahamas. Frio, para mim, só na cerveja», responde, entre risos. //

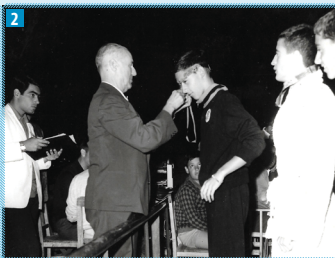
Regatas à vela, mergulho, natação...

Além de navegar à vela por mero lazer, José Augusto Araújo também participa em regatas oceânicas: já fez mais de uma dezena. O nefrologista madeirense sublinha que não disputa essas competições «como um fim em si mesmo», mas antes «como mais uma forma de desfrutar do prazer da navegação à vela». Ainda assim, não se tem dado nada mal a nível competitivo, uma vez que já conta com algumas vitórias, caso da regata Madeira-Canárias, em 2016, com o seu *Swing* a vencer o Prémio Dr. Alivar Jones Cardoso (1).

Mas o interesse deste nefrologista por desportos e atividades aquáticas não se fica pela vela. Enquanto atleta federado, pelo seu clube do coração, o Marítimo, praticou polo aquático e natação. Foi nesta última modalidade, ainda nos tempos da imagem a preto e branco, que se sagrou campeão nacional, neste caso ao serviço do Club Sport Marítimo, em 1965 (2), quando tinha

15 anos. Mais recentemente, em 2015, participou nos campeonatos nacionais de Masters e também venceu no escalão 65-70 anos (3).

O mergulho, que pratica desde muito novo, tem levado José Augusto Araújo a correr mundo. A sua última viagem para fazer mergulho, no ano passado, foi a Omã. «Há mais de duas décadas que tiro pelo menos uma semana por ano para fazer mergulho. Já tenho os mares todos no meu currículo», revela o nefrologista, dando como exemplos o Oceano Índico, o Oceano Pacífico ou a Grande Barreira de Coral da Austrália – onde se deixou fotografar com um peixe-napoleão (4). Quando perguntamos a José Augusto Araújo o que o fascina no mundo subaquático, a resposta é automática: «Tudo menos cavernas. Desde as zonas dos grandes pelágicos, passando pelo pequeno mundo dos nudibrânquios e dos corais... Há mundos marinhos fantásticos!»



Fotos: DR