

# Ser Voluntário em Pediatria na Acreditar/ Porto

written by Amaro F Correia | 11 de Maio, 2026

**OCIDADÃO**  
Journalism Online

**OPINIÃO**  
Amaro F. Correia



Ser voluntário: um compromisso que me transformou.

Há anos que tento incentivar amigos e conhecidos das redes sociais a tornarem-se voluntários na Acreditar – no Joãozinho ou no IPO Pediátrico – sempre que surgem candidaturas. A receptividade costuma ser grande – as pessoas mostram interesse, elogiam a causa, dizem que faz falta. Mas, quase sempre, a vontade esmorece quando chega o momento de avançar. A explicação, no fundo, é simples. Todos temos vidas cheias, compromissos pessoais e familiares que exigem atenção constante, além das exigências profissionais que, num país como o nosso, se tornam cada vez mais pesadas.

Há quem tenha de trabalhar em dois empregos, quem viva com horários instáveis, quem simplesmente sinta que não tem tempo

para mais nada. É a vida, dizem. Mas foi também no meio dessa mesma vida que, em 2010, tomei uma decisão que mudaria a minha forma de olhar o mundo: por vontade própria, juntei-me à Acreditar. Não foi um impulso momentâneo, nem uma necessidade de valorização pessoal...muito menos uma linha para o currículo. Foi, acima de tudo, um desejo antigo de ser útil de forma mais consciente, mais comprometida.

De certa forma, sempre procurei ajudar os outros, mas ali senti que estava a assumir um verdadeiro compromisso – um compromisso de honra. Ser voluntário no IPO Pediátrico é, acima de tudo, um compromisso profundamente humano. Não se trata apenas de estar presente – trata-se de estar verdadeiramente disponível. É olhar para cada criança e para cada família com empatia, respeito e sensibilidade, reconhecendo que estão a atravessar momentos que nenhum de nós gostaria de viver. O voluntário torna-se uma ponte entre o ambiente hospitalar e o mundo lá fora. Leva consigo algo que não se mede: conforto, leveza e esperança.

Às vezes, é uma brincadeira, uma história, um sorriso. Outras vezes, é apenas a capacidade de estar em silêncio, ao lado de alguém que precisa de sentir que não está sozinho. É também um papel que exige responsabilidade. Há regras a cumprir, limites a respeitar, confidencialidade a preservar. O voluntariado não substitui médicos nem enfermeiros – complementa-os, oferecendo aquilo que nenhuma técnica consegue garantir: humanidade, proximidade, afeto. Ao longo deste percurso, aprendi que são os pequenos gestos que mais marcam. Um momento de riso pode aliviar o peso de um dia difícil. Uma conversa simples pode transformar a forma como alguém enfrenta a dor. E, paradoxalmente, somos nós – voluntários – que acabamos por receber tanto ou mais do que damos.

Mas não é fácil. O contacto com a doença, especialmente, quando envolve crianças, exige força emocional, maturidade e, muitas vezes, a capacidade de lidar com sentimentos que não sabemos bem como nomear. Ainda assim, é precisamente aí que

reside a beleza deste compromisso: na forma como nos confronta com o essencial. Ser voluntário ensinou-me a relativizar tudo o resto.

As pequenas preocupações do dia-a-dia perdem importância quando percebemos o que realmente está em causa na vida de outras pessoas. Dá-nos uma perspetiva diferente. Tornamo-nos mais conscientes, mais humanos.

Por isso, quando insisto com outros para darem este passo, não o faço apenas pela ajuda que podem oferecer – faço-o porque sei o quanto podem crescer com essa experiência. Ser voluntário é, no fundo, um ato de generosidade que nos transforma profundamente. E é isso que tento dizer, uma e outra vez: mesmo quando não podemos curar, há sempre algo que podemos fazer. Podemos cuidar. Podemos estar presentes. Podemos, simplesmente, fazer com que alguém se sintá menos só. E, às vezes, isso muda tudo.

Dedico este texto a todos(as) os voluntários(as) da Acreditar especialmente aqueles que me acompanharam e ainda se preocupam: Carlos Nogueira; Ana Santos, Margarida Neiva, Joana Pereira; Tiago Jesus. Bem hajam pela disponibilidade. Obrigado pela presença constante e pela amizade sempre presente. Enquanto puder e tiver saúde estarei sempre aos domingos no IPO Pediátrico entre as 17 e as 20 horas. Nota Final: a Acreditar abre com frequência vagas para o voluntariado. Devem contactá-los através do site. Qualquer dúvida podem enviar via Messenger ou facebook: amarofcorreia.

