

Preparar, superar a perda e viver!

“A vida e a morte marcam presença no nosso quotidiano, em que a finitude da vida recorda-nos a inevitabilidade da morte”

EQUIPA SCCID (USIT- CSPV)
ENFERMEIRA LARA RAQUEL MENDES ÁVILA
PÓS-GRADUADA EM CUIDADOS PALIATIVOS
ENFERMEIRA SÓNIA PATRÍCIA BORGES DA SILVA LUÍS
ESPECIALISTA EM ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO

A vida e a morte marcam presença no nosso quotidiano, em que a finitude da vida recorda-nos a inevitabilidade da morte. Porém, vários acontecimentos podem antecipar o nosso confronto com a morte, sendo dos mais penosos, a perda de um ente querido. Por vezes, esta experiência pode deixar-nos debilitados, sem energias, concentrados em pensamentos sobre o ente querido, sem interesse em nós e no que nos rodeia, levando ao isolamento e a barreiras difíceis de ultrapassar.

Perante o desenvolvimento biomédico e tecnológico dos últimos anos, assiste-se a uma necessidade mais premente de ressocializar e reposicionar o fim de vida, a morte e o luto num ambiente familiar e social, tornando natural este processo.

A prestação de cuidados paliativos não culmina com a morte do doente, devendo acompanhar também o período de luto dos familiares.

O luto é uma reação normal a uma perda significativa que envolve vários sentimentos e pensamentos, com fases e características específicas. Não é apenas vivenciado a partir do momento da morte, devendo intervir-se na preparação para a perda, sendo crucial e fundamental a reorganização da vida familiar, segundo as suas necessidades.

Se o luto não for vivido adequadamente pode tornar-se patológico (prolongado ou complicado). Pode atingir 10 a 20% dos enlutados quando se manifestam vários sintomas por um período superior a 6 meses, causando incapacidades consideráveis, nomeadamente, no trabalho, saúde e vida social.



“O luto é uma reação normal a uma perda significativa que envolve vários sentimentos e pensamentos, com fases e características específicas. Não é apenas vivenciado a partir do momento da morte, devendo intervir-se na preparação para a perda, sendo crucial e fundamental a reorganização da vida familiar, segundo as suas necessidades”

Visto que a adaptação à perda é influenciada por um conjunto de fatores que a precedem e que ocorrem durante e após a mesma, é crucial que os enfermeiros desenvolvam programas de apoio ao luto, mantendo a continuidade dos cuidados aos familiares até um ano após a perda, identificando atempadamente os que se encontram em situação de luto patológico (LP), prevenindo complicações associadas.

Neste prisma, a equipa de Setor de Cuidados Continuados

Integrados Domiciliários do Centro de Saúde da Praia da Vitória implementou, em outubro de 2017, um projeto de melhoria contínua da qualidade dos cuidados de Enfermagem. Até abril de 2019 os resultados sugerem que uma percentagem significativa de cuidadores/família experienciam processos de LP, o que justifica a implementação do programa como motor para a sistematização da identificação e encaminhamento destas situações. ♦