



Enfermeira, Vânia Gonçalves
Vogal do Conselho de Enfermagem
Regional
Enfermeira Especialista em
Enfermagem de Reabilitação
Mestre em Ciências de Enfermagem

UM “OLHAR” SOBRE O CUIDAR

Foi das primeiras palavras que ouvi quando entrei para a Escola Superior de Enfermagem de Angra do Heroísmo: CUIDAR! Duas sílabas apenas... mas uma infinidade de manifestações!

Todos nos revimos outrora na definição de cuidar proposta por Collière, em que se torna importante realçar que existem dois sujeitos: o cuidador e quem é cuidado, e apenas um verbo, uma ação completa e dignificante para com o outro! Numa perspetiva holística o ato de

cuidar implica colocar-se no lugar do outro, geralmente em situações distintas, quer na dimensão pessoal, quer na social.

Entendido como modo de ser, ou um modo de agir, o cuidado impõe-se face ao confronto da fragilidade e vulnerabilidade do ser humano, que necessita de ser acompanhado e auxiliado de forma a cumprir a sua condição de pessoa única e incomparável, numa crescente relação de reciprocidade e aprendizagem. O cuidado que se recebe do outro

reflete pensamentos e emoções simples e torna os humanos capazes de se interessarem ativamente uns pelos outros, porque o cuidar tem, implícita, uma maneira de estar e de se relacionar que compreende a ajuda do outro, mas no sentido do seu crescimento. Desta forma, prestar cuidados, em qualquer das dimensões holísticas dos utentes, revela-se uma virtude que integra os valores que definem a profissão de Enfermagem. Posto isto, quando o ano de 2020 começou... cheio de sonhos, projetos, promessas e ideais, ninguém se encontrava preparado para o maior e mais desafiante acontecimento que marcaria o Ano Internacional do Enfermeiro, de uma forma tão íntima e pessoal que nunca nenhum ser humano se esquecerá, muito menos aqueles a que se dão o nome de

ENFERMEIROS. Estou a falar do vírus SARS COV-2, conhecido mundialmente por Covid 19, e é assim que o passarei a chamar. Sim, tenho essa confiança para o fazer, não que tenha tido alguma vez que cuidar de alguém infetado, mas sim por toda a panóplia de alterações que fez na minha vida, pessoal e profissional e dos meus colegas de trabalho.

Desde o início da minha vida profissional sempre tive presente o dever de CUIDAR do próximo com toda a complexidade e individualidade que a profissão me exige, mas nunca até então senti uma opressão, nas atividades a desempenhar, como agora. Numa fase inicial todos nos sentimos receosos pois conhecemos as fragilidades do Serviço Regional de





Saúde, o deficit de recursos humanos e materiais, a situação arquipelágica que nos rodeia e o desconhecimento do comportamento deste vírus. Muito se leu, muito se procurou informação e muito se perguntou... mas tudo isto já com a máscara posta... tapamos o rosto!

Tapamos o rosto... talvez para esconder o medo que nos fazia definhir o sorriso, para abafar os suspiros dados de desalento. Parámos de tossir e de espirrar. Houve dias e dias que não se ouvia ninguém tossir nos serviços. Passámos a estar distantes uns dos outros com medo do desconhecido. Falávamos o essencial... com essa voz rouca de quem está a falar atrás de uma máscara.

Só os olhos sobressaem! Olhos que procuravam ávidos uma resposta para as intermináveis perguntas que fazíamos a nós mesmos... e que nos

faziam e para as quais não tínhamos respostas imediatas.

E os utentes? Assustados com o aparato que se desencadeou nos serviços de internamento, as atividades suspensas, as visitas dos familiares que deixaram de surgir, os exames de protocolo... e estavam sós nos quartos. Sentia-se o frio nas enfermarias e o medo andava a pairar. Deixaram de nos ver o rosto sorridente no início do turno. As vozes estavam adormecidas por baixo do tecido de TNT das máscaras. E os olhos sorriam, o que podiam, e transmitiam a calma que, por réstias de segundos, conseguíamos transparecer. Nunca ficou um olhar por dar, num longo e contínuo desabafo da alma.

Passámos a olhar dentro dos olhos do outro, a acompanhar a sua alegria com um olhar mais rasgado, ou sofrimento perante um diagnóstico com o olhar

mais compreensivo e muitas vezes com o toque. Nunca deixamos de sentir! Passámos a olhar mais e a apaziguar a dor alheia de olhos bem abertos e a consentir a alegria com um piscar de olho.

As máscaras foram a resposta adequada à situação que o vírus nos obrigou, e obriga, a viver.

Fomos rapidamente reorganizados, de forma interna, da melhor forma... à espera do pior. Refizeram-se os horários, redistribuíram-se as atividades e repensou-se, em equipa, a melhor estratégia para os outros, sim os utentes “não Covid”.

Além das alterações estruturais e dinâmicas nos serviços, acima de tudo, pelo que observo e ouço de comentários de colegas, existiram alterações pessoais e nas géneses individuais que demorarão tempo a desaparecer. Houve mães e pais que deixaram de ver os seus filhos, netos que ficaram por beijar, velas de aniversário que serão sopradas com tios, primos e avós numa outra oportunidade e jantares de Natal

suspensos na névoa da situação vivida. Reviu-se e reviveu-se, num curto espaço de tempo, emoções muito intensas.

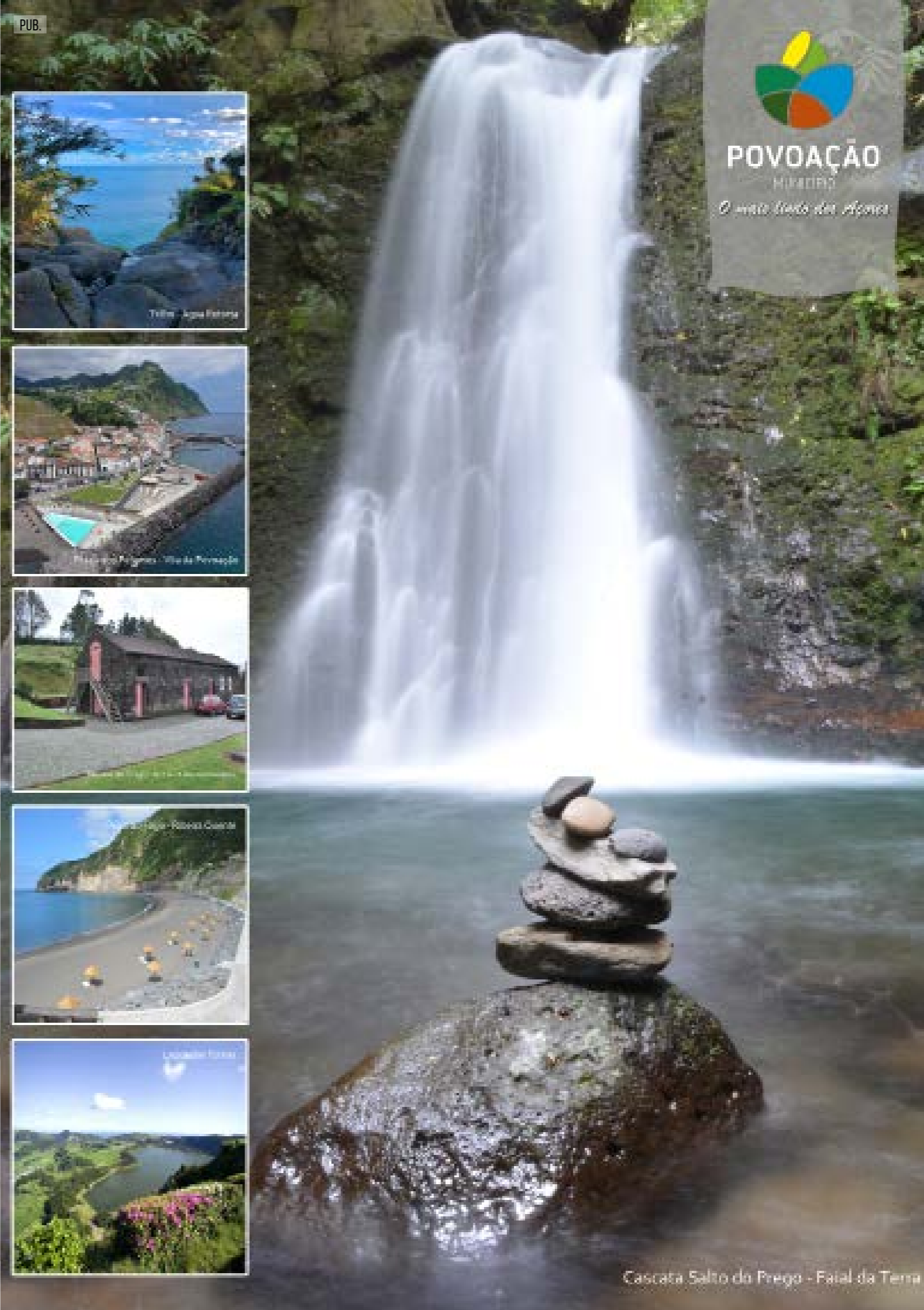
Hoje, passado sensivelmente um ano sobre a avalanche de situações vivenciadas consegue-se perceber que apesar de todas as restrições que foram impostas, de toda a aprendizagem que teve de ser feita, de todos os desesperos sentidos por não conseguir saber mais, fazer mais, assume-se que o Cuidar, por todo e qualquer enfermeiro, foi assegurado na sua mais forma mais pura. Conseguiu-se chegar mais além das “rotinas” diárias, conseguiu-se compreender melhor as vivências dos utentes, analisar as preocupações dos familiares, quebrar algumas barreiras físicas com o uso das tecnologias, para que o longe se tornasse mais perto, e conseguiu-se harmonizar toda uma forma de cuidar com a equipa interdisciplinar.

O telefone toca, a pergunta impera: “Quantas vagas temos?” “O utente que está na Unidade de Cuidados



Intensivos já pode vir para o serviço?”, “Na hemodiálise está um senhor para vir para internamento para continuidade de cuidados”... e lidamos e gerimos necessidades que não são nossas, são do outro!... Mas ao entrar no nosso serviço, a melhoria do seu estado de saúde passa a ser o nosso maior objetivo. Cuidar, para que a promoção e recuperação do bem-estar físico, psicológico, social e espiritual aconteça, passa a ser a nossa meta. O ato de cuidar renasceu como o ideal moral da enfermagem, tendo como principais objetivos a proteção e a preservação da dignidade humana, envolvendo valores, vontade e conhecimento e desprende-se da pujança médico-cirúrgica imposta pelas necessidades atuais. Os enfermeiros, a fazer enfermagem, conseguem

desenvolver duas vertentes distintas: uma objetiva, que se refere ao desenvolvimento e aplicabilidade de técnicas e conhecimentos específicos, e outra subjetiva, que abraça toda a sensibilidade, criatividade, intuição no jeito e forma de cuidar o outro. E é, todos os dias, com esta sensibilidade, com esta disponibilidade e autenticidade que entramos ao serviço, com vontade de no turno que nos espera, de oito ou dezasseis horas, colocamos a máscara no rosto e deixamos os olhos transparecer a missão de cooperar, disponibilizar, envolver, interagir, respeitar, confiar, valorizar e aceitar a essência do outro no grande gesto que nos define, que é CUIDAR!



Cascata Salto do Prego - Faial da Terra