



Enfermeira Ana Catarina Simões

UM OLHAR NA SAÚDE PÓS PANDEMIA

Nos últimos tempos, o mundo assistiu a um facto histórico disruptivo, que não se repete habitualmente e para o qual a população em geral e as autoridades competentes em saúde não estariam preparados para combater. Em março de 2020, quando a Organização Mundial da Saúde classificou a doença provocada pelo coronavírus como uma pandemia, a população mundial ainda não tinha ideia do que poderia acontecer nos tempos que se seguiam. A verdade é que esta transformou muitos aspetos da nossa vida, desde a rotina de trabalho até às relações interpessoais, criando situações muito desa-

fiadoras e tornando-se assim numa crise global que obrigatoriamente trouxe muitas reflexões sobre saúde e qualidade de vida.

Após dois anos muito complicados, percebe-se que uma das piores fases desta situação está a ser ultrapassada, nomeadamente no que concerne ao medo e incerteza do desconhecido e à necessidade da melhor adaptação possível dos sistemas e dos profissionais de saúde. Desta forma, o cenário foi mudando, fazendo com que o impacto direto, que o surgimento de novos casos e a sua resolução tem na comunidade em geral e nos sistemas de saúde em

particular, foi diminuindo.

A pandemia acelerou mudanças principalmente relacionadas a comportamentos e atitudes, mas que mudanças serão necessárias no futuro e que aprendizagens surgirão? Os períodos de isolamento e confinamento não foram fáceis e o período de sucessão que se está a viver atualmente tem sido de adaptações, pois toda a situação de pandemia gera apreensão, prejuízos e perdas. Percebemos acima de tudo que é necessário estarmos preparados para mudanças que possam surgir, quer a nível pessoal, como profissional. Vivemos num mundo dinâmico e acelerado, onde a mudança

é a única certeza, pelo que a capacidade de adaptação individual e coletiva é crucial.

Relativamente ao setor de saúde, novas preocupações e mudanças foram surgindo e se instalaram devido à pandemia. A brecha que se abriu com a falta de acompanhamento médico de outras doenças, devido à necessidade de isolamento social e à lotação dos serviços de saúde dedicados quase 100% a esta doença, já demonstra algumas mudanças e consequências nem sempre boas.

Por todo o mundo, a inovação, a implementação e a adoção de novas tecnologias na área da saúde, que geralmente levariam mais tem-





po a entrarem em funcionamento, foram postas em prática muito rapidamente para fazer face às necessidades, por outro lado, os profissionais de saúde tiveram que se adaptar não apenas às mudanças implementadas no funcionamento dos seus serviços, como à forma de lidar com situações tão complexas e desconhecidas. Assim, ficou ainda mais latente a importância da boa atuação destes profissionais, não apenas no combate ao surgimento de novas doenças, bem como no acompanhamento da evolução da tecnologia, dos procedimentos, dos medicamentos e da forma de organização e gestão dos serviços de saúde.

Torna-se por isso importante que o

reconhecimento e visibilidade dos profissionais de saúde, incluindo dos enfermeiros, se mantenha para além da fase mais problemática da pandemia. É necessário que estes continuem a apostar na sua formação, a serem apoiados para tal, a sentirem melhoria nas suas condições de trabalho e acima de tudo a serem reconhecidos devidamente. O mundo do trabalho, seja em que área for, depende de profissionais qualificados. São estes que impulsionam o fortalecimento da profissão e a qualidade da assistência, com a sua preparação técnico-científica, pensamento crítico reflexivo e aptidão para empreender, pesquisar e multiplicar boas práticas assegurando assim uma assistência em

saúde segura, livre de danos e com excelência.

No caso da Enfermagem, sabia-se que no ano 2020 esta profissão estaria em evidência, pois foi o ano definido pela Organização Mundial da Saúde como Ano Internacional do Enfermeiro, mas não se esperava que junto com este reconhecimento viria a tão importante atuação do enfermeiro num momento pandémico. O cenário atual aumentou muito a visibilidade e o respeito para com a Enfermagem em todo o mundo, que mesmo com todas as campanhas possíveis, provavelmente não ocorreria.

Muito provavelmente a nossa sociedade conviverá com este vírus por

anos, sendo preponderante a excelência do trabalho dos profissionais de saúde, mas também a colaboração dos cidadãos, para a qual a aposta na sensibilização e literacia em saúde são fundamentais, para que estes tenham consciência que devem manter cuidados preventivos, curativos e de reabilitação com o objetivo final de atingirem maiores níveis de saúde e bem-estar. Por isso, para além de ser importante manter os cuidados que tanto foram e continuam a ser recomendados pelas autoridades de saúde, os quais ajudaram a combater a propagação deste vírus, tais como: o distanciamento social, o uso adequado de máscaras e a correta lavagem/





desinfecção das mãos, também é necessário que os cidadãos aprendam e criem hábitos de vida saudáveis, de forma a estarem preparados a combater as doenças já conhecidas e o provável surgimento de novas e desconhecidas doenças.

Uma das principais mudanças que é necessário efetivar na população em geral tem a ver com a ideia de que a saúde vai muito para além do físico. Sabe-se que já existe um grande número de pessoas a preocuparem-se com a parte física, nomeadamente com a sua aparência estética, mas é preciso cativar mais pessoas para a

importância de manter a estabilidade emocional e o bem-estar mental, uma vez que neste último período, as medidas restritivas impostas trouxeram solidão, ansiedade e depressão e nem todas conseguiram ultrapassar este período com facilidade e sem quaisquer prejuízos.

Outra mudança a tentar implementar na sociedade nesta fase, tem a ver com o facto de ser necessário voltar a recuperar e garantir atividades preventivas e curativas no que diz respeito às doenças potencialmente tão graves, as quais ficaram em “stand by” devido ao cenário

que se viveu. A prática da realização de rastreios de saúde, as campanhas de sensibilização à população, a garantia de serviços e cuidados de saúde para todos, serão medidas urgentes a implementar e que serão um auxílio tão importante na recuperação da vigilância e manutenção da saúde.

Em suma, percebe-se que o ser humano é muito resistente e que a sua capacidade de adaptação foi imperativa para o desfecho mais positivo possível para uma situação tão complicada e inesperada, que assombrou o mundo durante estes tempos. A cooperação, empenho,

esforço e capacidade organizativa e de gestão dos enfermeiros, bem como dos restantes membros das equipas de saúde, foi inequivocamente vital. Com isto, deveremos assimilar e transportar para o futuro tais ensinamentos que foram tão relevantes e que nos auxiliarão a combater possíveis novas situações do género. Com alguma sorte, continuaremos a colocar a nossa saúde e o nosso bem-estar no centro das atenções, reforçando a necessidade da interconexão da mente, corpo e espírito, de forma a criar um futuro que pareça mais saudável para todos nós.

PUB



BEM-VINDO
WELCOME - BIENVENUE - WILLKOMMEN

“NOSSA TERRA”
“OUR LAND”

500
ANOS DE HISTÓRIA
Years of History
NATUREZA, CULTURA E GASTRONOMIA
Nature, Culture and Gastronomy
SÃO JORGE AÇORES
S. Jorge Azores

