

Dia Mundial dos Cuidados Paliativos – 10 de outubro

Cuidados Paliativos, trocando por miúdos

Dr. Ricardo Fernandes – Coordenador do Núcleo de Estudos de Medicina Paliativa da SPMI

Aos olhos de uma criança, viver pode ser tão simples — e tão imenso e tão bonito — como brincar, ouvir uma história, aconchegar-se num abraço, sentir uma mão familiar e querida na sua e acreditar que amanhã ainda guarda uma surpresa (mesmo em situação de doença). Vejamos se este autor consegue reproduzir esta simplicidade na narrativa que abaixo se desenrola.

Mais um dia chegou ao fim. Ambos tinham jantado aquela massa com frango que a avó Dores tinha feito e que tanto gostavam (e como era bom sentir aquele amor todo em cada garfada ou colherada, dependendo do que estava mais perto). Os pais já tinham chegado a casa, cansados de mais um dia de trabalho no hospital ... encaixaram-se no seu abraço e seguiram para o andar de cima, para os seus quartos (não fosse amanhã mais um dia de escola). Rodrigo, já com 8 anos, assumira desde há dois verões atrás (uma vez que já sabia ler com alguma – muita - destreza) a desafiante tarefa de contar uma história todas as noites à sua irmã Clara de 4 anos. Tinha que desafiar os limites da sua imaginação e da sua capacidade de soletrar histórias criadas no momento. Nesse dia ouvira falar de Cuidados Paliativos! Percebeu que o tema era complexo, mas aos seus olhos era tudo muito (talvez demasiado simples).

— Clarinha, queres ouvir uma história de super-heróis? — perguntou Rodrigo.

— Com um mau muito mau?

— Muito mau mesmo. Chamava-se Indiferax, o Desumanizador. Vestia uma armadura cinzenta com alguns apontamentos de ferrugem como há na casa da avó Dores. O seu sorriso metia medo... (e não escovava os dentes desde que tu estavas na barriga da mamã). Ele tinha um superpoder... deixava uma névoa com cheiro a enxofre que fazia as pessoas esquecerem os nomes umas das outras. As pessoas deixavam de ser chamadas pelo nome – eram aquele senhor ou aquela senhora. Imagina no hospital onde o papá e a mamã trabalham eram o doente em vez do Sr. Luís e eram a cama 32.

— Que feio esse “Indiferente”! — disse Clara. O que é enxofre?

— Um dia vamos aos Açores e eu depois explico-te tudo. Não te distraias porque isto vai melhorar. Ele era pior que mau, era péssimo! Mas havia quatro super-heróis que lutavam com ele muitas vezes - Cora, Dignus, Humana e Nexo. Não tinham raios pelos olhos como vemos na televisão. Cada um tinha um poder especial. Queres te conte o poder de cada um?

Clara hesitou um bocadinho porque primeiro os nomes dos heróis (embora muito fixes) eram muito complicados. Ainda assim não desistiu! Manteve-se também ela motivada para perceber como estes novos heróis iriam vencer tão sinistro herói.

Rodrigo continuou - Cora tinha o poder da compaixão. Aprendi que compaixão é uma força muito poderosa - Quando alguém estava triste, com medo ou com dores, aproximava-se, escutava e perguntava: O que te ajudaria agora? A resposta podia ser silêncio ou algo do género “quero menos dor”, “fica aqui comigo, não me deixes” ou “quero contar-te a minha história”.

- Mano, a Cora é muito forte! – Exclamou Clara. Tu foste buscar este nome onde? Tem a ver com coração? – Continuou sem esperar a resposta. Gostava que ela tivesse umas botas cor-de-rosa e tivesse uma mota. Quando for grande quero ter uma mota como o tio.”

Rodrigo sorriu e respondeu: “Claro que sim. Foi mesmo assim que a imaginei. Aliás ela parece-se muito contigo mana”. Vamos continuar?

Clara na sua cama de princesa abanou com a cabeça que sim.

Continuou – “Dignus tinha o poder da dignidade. A sua capa brilhava quando alguém era tratado com respeito. Tinha uma bateria que ficava cheia cada vez que isso acontecia. Lembrava que cada pessoa tem nome, história, escolhas e coisas que lhe dão alegria, medo, como nós quando houve o apagão, lembras-te?”

Ela imaginou-o com quase dois metros, um sorriso branco tipo a publicidade da Colgate. Lembrava o Afonso da sua escola por quem tinha a modos que um fraquinho (uma pré-adolescente tem as suas fragilidades)!

- O grupo ainda não está completo mana – exclamou Rodrigo. Ainda faltam mais dois. Humana tinha o poder da humanidade. Criava pontes invisíveis entre a pessoa-doente, a família e os profissionais de saúde (bastava um ou outro movimento com as mãos). Quando alguém se

sentia só, fazia aparecer uma cadeira extra ou alguém disposto a ficar mais um bocadinho. Por fim, o Nexo tinha o poder do conhecimento. O seu visor, quase com realidade virtual como vimos no museu na semana passada, ajudava a compreender sintomas que as doenças dão — dor, falta de ar, tristeza — e a procurar formas de lhes aliviar o sofrimento. Sabia, desde essa manhã, que os cuidados paliativos podem acompanhar tratamentos da doença e ajudar pessoas com diferentes doenças graves. Não era preciso esperar antes de serem estrelinhas.

— Então os heróis curavam toda a gente, certo? — perguntou Clara.

— Nem sempre. Alguns problemas não desapareciam mesmo com estes poderes. Mas mana... isso não queria dizer que não houvesse nada a fazer. Podiam aliviar o sofrimento, explicar o que estava a acontecer. Sei que isto é um pouco complicado para ti, mas quando fores crescida como eu vais perceber.

Um dia, Indiferax cobriu a cidade com aquela névoa malcheirosa. Ninguém perguntava nomes nem reparava em quem precisava de ajuda, as pessoas pareciam invisíveis umas para as outras! Pareciam ceguinhas como o Toby. O Indiferax ficava cada vez mais forte e poderoso cada vez que isso acontecia.

— E depois? — perguntou Clara, apertando o coelho com alguma ansiedade notória.

— Os heróis juntaram-se. Cora ouviu as pessoas; Dignus devolveu-lhes os nomes; Humana aproximou famílias e profissionais; Nexo explicou a todos como aliviar os sintomas. Em equipa, acenderam uma luz tão forte que a armadura de Indiferax começou a rachar. Conseguiram vencer a indiferença e colocá-lo dentro de uma caixa que mandaram para o fundo do armário do universo.

— Ganharam! — disse Clara entusiasmada.

— Ganharam porque ninguém tentou fazer tudo sozinho — explicou Rodrigo. Trabalhar em equipa é muito importante. Usaram os seus superpoderes - compaixão, dignidade, humanidade e conhecimento. E lembraram-se que cada pessoa continua a ser uma pessoa — eu sou o Rodrigo e tu a Clarinha! E seremos sempre o Rodrigo e a Clarinha.

- E o que aconteceu depois? Eles voltaram para a sua base secreta? – perguntou Clara já com os olhos semicerrados e a bocejar.

- Depois, cada um voltou à sua vida: também os heróis precisam de jantar, descansar e pagar as contas de casa. Rodrigo puxou a manta até ao queixo de Clara.

— Mana sabes qual é o maior superpoder de todos?

— Qual? – disse Clara com uma voz quase impercetível.

— Não é preciso ser um super-herói para reconhecer onde dói, onde há sofrimento como trabalhar em cuidados paliativos como o papá e a mamã fazem.

Que possamos ser mais Rodrigo e Clara e ver o mundo aos olhos de uma criança e a simplicidade do que o viver e o morrer representam reconhecendo que os verdadeiros heróis não usam capas, mas são pessoas a cuidar de pessoas independentemente de doenças, história de vida, religião, género, estrato socioeconómico. Que possamos deixar o mundo um pouco melhor do que encontramos quando cá chegamos.