



Conversas  
com valor 

# Palmira Peixoto

*Desde cedo soube que queria cuidar.*

**É enfermeira há mais de trinta anos e, ao falar da sua profissão, fá-lo com brilho nos olhos e uma voz serena que espelha a tranquilidade de quem encontrou, no cuidado ao outro, um verdadeiro propósito de vida.**

Natural de Vila Nova de Famalicão, mudou-se para Braga para estudar Enfermagem e por lá ficou, não só porque se apaixonou pela cidade, mas também porque ali construiu a sua vida, a sua família e a sua carreira.

Desde cedo soube que queria cuidar. Conta que, ainda em criança, era ela quem cuidava das bonecas, quem improvisava ligaduras, quem se colocava no lugar do outro com naturalidade. O ambiente hospitalar encantou-a desde muito nova e por isso, conta-nos, quando chegou a altura de escolher, não teve dúvidas.

Iniciou o seu percurso profissional no serviço de cirurgia geral, onde permaneceu alguns anos. Foi nesse ambiente que teve o primeiro contacto com pessoas com ostomia e onde sentiu, de forma clara, que essas pessoas tinham necessidades especiais, mais profundas e mais complexas: “as alterações à sua imagem corporal, à sua autoestima, ao seu estilo de vida, tudo isso requer um acompanhamento mais diferenciado, mais humano e mais individualizado”, explica. E assim começou uma jornada de especialização que a levou a investir em formação constante, desde a especialidade em Enfermagem Médico-Cirúrgica, pós-graduação em Estomaterapia, mestrado em Feridas e Viabilidade Tecidual e a sua participação e inclusão nos órgãos sociais da APECE (Associação Portuguesa de Enfermeiros de Cuidados em Estomaterapia).

Pelo caminho, procurou também outras ferramentas que a ajudassem a cuidar de forma mais holística, estudando nutrição, espiritualidade, toque terapêutico e reiki: “a pessoa é muito mais do que a soma das partes”, afirma.

O seu percurso na estomaterapia coincidiu com o crescimento e desenvolvimento da própria área em Portugal. Reconhece que teve a sorte de fazer parte das primeiras consultas especializadas de enfermagem de estomaterapia no país. Ainda assim, nem sempre foi um caminho linear, mas a vontade de cuidar destas pessoas falou sempre mais alto.

Quando lhe perguntamos qual acha que é a competência chave para acompanhar estes doentes não hesita, “escutar é talvez das coisas mais importante que fazemos”, diz, com a convicção de quem já testemunhou transformações profundas e enquanto recorda um doente que chegou em silêncio, tomado pela revolta: “a consulta foi quase toda passada sem palavras. No fim, pediu-me um abraço. E foi ali, naquele abraço, que senti que o ajudei a ultrapassar algumas barreiras emocionais e eu recebi uma recompensa silenciosa, mas imensa. Foi nesta partilha onde aconteceu o verdadeiro sentido de cuidar.”

Sente que atualmente o reconhecimento e desenvolvimento da estomaterapia cresceu de forma significativa. Os materiais são muito melhores, há mais formação, mais informação e muitos mais recursos. Mas também mais desafios: “por vezes os doentes chegam com muita informação, nem sempre correta. Cabe-nos a nós desconstruir, explicar e apoiar.” Fala também do impacto que a ostomia tem nas famílias, que muitas vezes precisam também de acompanhamento e até de consultas próprias, para que possam apoiar sem julgar, sem compaixão excessiva, mas com naturalidade.

Quando lhe perguntamos se sente que faz realmente a diferença na vida destas pessoas, diz-nos com toda a certeza: “Sim. É isso que me move. É caminhar lado a lado com quem confia em nós nos momentos mais delicados da vida. O que recebo das pessoas é muito. Abraços, sorrisos, olhares. Sinto-me grata todos os dias.”

Sempre com um sentimento imenso de gratidão e um espírito positivo, mesmo quando nos fala das adversidades que foi encontrando, termina partilhando que sem dúvida se pudesse voltar atrás escolheria o mesmo caminho: “com curvas, com pedras, mas também com muito crescimento.” E à menina que sonhava ser enfermeira, diria apenas: “Continua. Vais ser muito feliz.”

*“por vezes os doentes chegam com muita informação, nem sempre correta. Cabe-nos a nós desconstruir, explicar, apoiar.”*

