

Conversas
com valor 



Carla Nunes

Nasceu e cresceu em Penafiel e descreve-se, antes de tudo, como alguém do Norte - prática, intuitiva, determinada.

Em 2003, uma semana após terminar o curso já estava a trabalhar no internamento de cirurgia geral da ULS do Tâmega e Sousa, onde tinha feito o estágio de integração à vida profissional.

Para a Enf.^a Carla a enfermagem, não surgiu de um episódio marcante ou de uma herança familiar; foi uma vontade silenciosa, antiga, quase instintiva, que a acompanhou desde a infância. Ainda assim, olhando para trás, admite que talvez algumas doenças da infância e uma cirurgia precoce possam ter deixado ali a semente - algo subtil, alojado no subconsciente, que mais tarde ganharia forma e direção.

O primeiro passo no exercício profissional não demorou: em 2003, uma semana após terminar o curso, já estava a trabalhar no internamento de cirurgia geral da ULS do Tâmega e Sousa, onde tinha feito o estágio de integração à vida profissional. Foi ali, entre doentes operados e aprendizagens apressadas, que surgiu o primeiro contacto com pessoas ostomizadas e, com elas, a revelação da área que viria a marcar toda a sua carreira.

Nessa altura, recorda, quase não existia formação estruturada em estomaterapia, apenas fora do país. A APECE ainda não estava consolidada e os recursos disponíveis eram escassos. Mas o que lhe faltava em oferta formativa sobrava-lhe em curiosidade e vontade de aprender. Fez pequenos cursos sempre que surgiam, a primeira formação mais completa com a equipa da Universidade do Minho, e pediu mesmo um estágio direto na consulta de estomaterapia do Hospital de São João. Mais tarde enfrentou o desafio de viajar regularmente até Lisboa para frequentar o primeiro curso de pós-graduação focado exclusivamente em ostomias.

Quando fala sobre o momento em que percebeu que queria dedicar-se a estes doentes, escolhe uma palavra: fragilidade. Não uma fragilidade que paralisa, mas aquela que revela as fissuras humanas mais profundas — o choque de acordar no pós-operatório e descobrir um saco colado ao corpo, a constatação de que o funcionamento do organismo tinha agora um novo caminho, o medo e o desconhecido. “Eram pessoas diferentes dentro do grupo de doentes que tínhamos”, diz. Pessoas que precisavam de mais tempo, mais escuta, mais sensibilidade. Pessoas que se sentiam sozinhas.

Na altura, não existia tanta variedade de dispositivos e acessórios, as soluções muitas vezes improvisadas. E talvez por isso a presença da enfermeira ganhasse ainda mais importância. Percebeu cedo que, para cuidar destes doentes, não

bastava saber trocar um dispositivo: era preciso estar, sentir, compreender e dedicar tempo. Era preciso ler o que não era dito, sobretudo quando a vergonha, o medo ou a tristeza impediam a palavra de sair.

Depressa começou a acompanhar estes doentes para além do horário de trabalho. Sem consulta estruturada, os doentes voltavam ao internamento dias após a alta apenas para que ela pudesse avaliar a pele, reforçar ensinamentos, ajustar o dispositivo ou, simplesmente, conversar. Entre turnos preenchidos e muitas horas extra, foi ganhando uma compreensão profunda das necessidades destas pessoas - e, ao mesmo tempo, consolidando a certeza de que uma consulta formal faria toda a diferença.

Foi justamente essa a visão que levou a diretora da consulta, a Doutora Filipa Carneiro, a convidá-la para criar o projeto. A implementação do primeiro gabinete de estomaterapia foi quase uma obra artesanal. Não havia espaço, não havia condições, não havia equipamentos. Mas havia persistência. Transformou uma sala de sujos que já possuía uma janela, num gabinete de enfermagem: abriu uma porta para uma das casas de banho dos profissionais e foi assim criado um wc adaptado à pessoa ostomizada onde instalou o que era possível, tendo sempre em consideração a privacidade e conforto da pessoa. O gabinete era tão pequeno que não cabia uma maca, apenas uma marquesa; se um doente viesse em maca, era preciso usar outro espaço. Mas era um começo. A consulta abriu oficialmente a 2 de janeiro de 2012. Durante cinco anos trabalhou apenas duas manhãs por semana, acumulando estatísticas, relatórios, argumentos, tudo para provar aquilo que via todos os dias: que a consulta era necessária, que os doentes precisavam de mais tempo, mais espaço, mais continuidade. Em 2017, finalmente, conseguiu ampliar e transformar dois gabinetes médicos num só espaço de consulta de enfermagem de estomaterapia - amplo, funcional, com casa de banho adaptada, chuveiro, zona de tratamento e área de conversação. Um gabinete pensado por ela, desenhado por ela, e conquistado numa luta que, admite, "Hoje não sei se teria forças para repetir".

"Sabia que havia pessoas que acreditavam no meu trabalho. E sabia, pelo que os doentes me diziam, que fazia a diferença na vida deles."

Durante muitos anos esteve sozinha. Se ia de férias, a consulta fechava; ao regressar, encontrava semanas acumuladas de situações para resolver. A gestão do gabinete, o pedido de materiais, a adaptação da estrutura - tudo recaía sobre si. Mas nunca pensou desistir. "Sabia que havia pessoas que acreditavam no meu trabalho. E sabia, pelo que os doentes me diziam, que fazia a diferença na vida deles."

Acompanhou de perto a evolução da estomaterapia em Portugal. Reconhece o enorme avanço dos dispositivos, dos acessórios, das participações e das formações disponíveis. Ainda assim, nota que persiste algum afastamento por parte de profissionais de outras áreas, sobretudo nos cuidados de saúde primários, que frequentemente encaminham os doentes de volta para o hospital. "É uma questão de interesse", diz. "Hoje há muito mais formação disponível do que havia no passado. Mas é preciso querer."

Vê com preocupação o aumento de situações mais complexas e complicações no pós-operatório - consequência, acredita, de múltiplos fatores: comorbilidades crescentes, atrasos no acesso a cuidados, diagnósticos tardios, idas sucessivas ao bloco que transformam o abdómen num território difícil de gerir. E, ainda assim, insiste que é possível encontrar soluções, desde que haja tempo, paciência e conhecimento.

Ao longo da carreira, somou histórias que carrega como quem carrega fragmentos de vida. Algumas tornaram-se amigas; outras marcaram-na de uma forma que ainda hoje a comove. Como uma jovem de vinte e poucos anos que trocava dez sacos por dia e cuja pele estava tão queimada que já não havia aderência possível. Anos depois, numa das consultas de rotina conta-nos "estava tão desesperada que confessou à mãe que preferia pôr fim à própria vida se fosse para viver assim". Hoje, é casada, tem duas filhas e continua a procurar a Enf^a Carla sempre que precisa. "Ainda bem que a pude ajudar e fazer a diferença na vida dela", diz, com a voz ainda cheia da emoção daquele dia.

Anos mais tarde foi convidada para celebrar o primeiro aniversário da filha desta utente, o que a deixou bastante emocionada, pois acompanhou de perto todas as dificuldades com a doença, o estoma, as alterações corporais e o processo de engravidar.

Diz com orgulho que acompanhou o percurso desta jovem não só no que à ostomia diz respeito mas também abordando temas como a sexualidade, onde sente que os conselhos e ensinamentos de enfermagem foram também fundamentais.

Ou o caso de um outro doente, pai de uma filha adolescente, que chegou à consulta incapaz de se sentar, desesperado com a dor e com medo do futuro. Saiu dali com uma técnica simples para se levantar sem dor, um espelho para aprender a cuidar sozinho do estoma e, sobretudo, esperança. Nunca mais deixou de repetir: "A Enfermeira Carla é o meu anjo." Anos depois, quando a filha concluiu o curso de Psicologia, foi a própria jovem que fez questão de partilhar com a Enfermeira esse marco da sua vida.

Quando fala sobre estas histórias - e são muitas - fica claro que a técnica é apenas uma parte do que faz. O resto é presença, empatia, entrega. É a capacidade de estar com o doente e com a família, de aliviar medos, de traduzir o que ainda não foram capazes de dizer. Em alguns casos, é também fé - não necessariamente religiosa, mas uma fé humana, aquela que sustém e que empurra para a frente.

A Enfermeira Carla é uma profissional a destacar na área da estomaterapia, estando envolvida como formadora e palestrante em vários eventos internos e externos na área da estomaterapia. Organiza também vários congressos e encontros no hospital, dirigido a profissionais de saúde e população em geral, na área da pessoa com ostomia e pessoa com incontinência. Sempre com o intuito de dar visibilidade ao trabalho desenvolvido na consulta de enfermagem de estomaterapia, fazer formação a enfermeiros na melhoria dos cuidados prestados a pessoa com ostomia e esclarecimento da população sobre a temática que muitas vezes é um tema tabu que não é falado, silenciado ou simplesmente desconhecido ...

No seu gabinete dá apoio a pessoas com ostomia de eliminação, mas também a feridas e a quem sofre de obstipação ou a de incontinência fecal que coloque terapia de neuromodulação das raízes sagradas.

Entre risos tímidos, admite que houve momentos em que sentiu medo: não de desistir, mas de não estar à altura. Medo de não conseguir responder à complexidade dos casos, de não ter as ferramentas certas, de falhar. Mas nunca voltou atrás. E se pudesse dizer algo à Carla que, em criança, dizia que queria ser enfermeira, diria apenas isto: "Vai ser difícil. Vai ser mesmo muito difícil. Mas vai valer a pena. Vale cada esforço, cada lágrima, cada vitória. A caminhada é dura - mas é bonita."

