

Conversas com valor

Lurdes Mocho

Uma vida dedicada a escutar, ensinar e cuidar.

Se há uma palavra que descreve a enfermeira Lurdes, essa palavra é serenidade. Fala com a tranquilidade de quem construiu uma vida inteira dedicada aos outros e com a convicção de quem nunca teve dúvidas de que cuidar vale sempre a pena.

Natural de Vila Franca das Naves, no concelho de Trancoso, cresceu entre a Beira Interior e Coimbra, numa época em que o futuro ainda parecia apontar para um caminho muito diferente daquele que acabaria por seguir. Durante a adolescência estudou Artes Visuais e sonhava com arquitetura. Gostava de desenhar, de criar, de trabalhar com as mãos. Ainda hoje mantém esse gosto intacto. Continua a pintar, não para vender nem para expor, mas para si própria, para a família e para os momentos em que sente necessidade de ficar a sós com os pensamentos. Curiosamente, olhando para trás, acredita que essa ligação às artes acabou por encontrar lugar na enfermagem: "Gostava de artes, gosto de coisas de mão. Gosto de mexer com as minhas mãos", conta-nos. Talvez por isso se tenha identificado tão naturalmente com a área cirúrgica, onde a destreza manual e a precisão também são fundamentais. Foi depois de realizar os testes psicotécnicos e de conhecer de perto o entusiasmo de uma enfermeira que percebeu que o seu futuro poderia passar pela saúde. A decisão acabou por surgir de forma muito natural. Mudou de rumo, concluiu as disciplinas necessárias e ingressou na Escola de Enfermagem da Guarda e onde iniciou um percurso profissional que completa este ano 39 anos.

Ao terminar o curso começou a trabalhar no então Hospital Sousa Martins, na Guarda. Na primeira reunião que teve com o supervisor fez um pedido simples: queria trabalhar na cirurgia. O desejo não foi imediatamente atendido. Passou pela medicina, psiquiatria e pneumologia antes de chegar finalmente ao lugar onde sentia que pertencia. E foi precisamente na consulta de cirurgia que acabaria por encontrar uma das grandes missões da sua vida. Há mais de três décadas que trabalha na área cirúrgica e recorda que, no início, os doentes ostomizados eram uma realidade pouco frequente. Com o passar dos anos começou a observar uma mudança. Havia cada vez mais pessoas a viver com uma ostomia e, ao mesmo tempo, uma crescente consciência de que esses doentes precisavam de um acompanhamento específico e diferenciado. Foi nessa altura que sentiu que podia fazer mais por eles, mas também que precisava de

mais conhecimento para os ajudar verdadeiramente.

O momento decisivo surgiu quando participou nos primeiros congressos da APECE. Foi aí que percebeu o potencial da estomaterapia e a importância de criar uma resposta estruturada para estes doentes na sua instituição. Em 2006 apresentou à administração o projeto para a criação da Consulta de Estomaterapia do Hospital da Guarda. A proposta foi aprovada e acompanhada por um investimento igualmente importante: a formação. Antes mesmo da abertura da consulta, realizou um estágio no IPO de Coimbra, experiência que ainda hoje recorda como fundamental para o seu crescimento profissional. A consulta abriu portas no final de outubro de 2006. Começou de forma modesta, com apenas um dia de funcionamento por semana. Hoje funciona diariamente e tornou-se uma referência na região. A evolução foi acompanhando as necessidades dos doentes e também o crescimento da própria equipa. Ao longo dos anos, a Enfermeira Lurdes e as colegas investiram continuamente na formação, consolidando uma resposta cada vez mais especializada e abrangente. Mas quando lhe perguntamos o que distingue verdadeiramente o acompanhamento prestado na consulta de estomaterapia, a resposta não passa pela técnica nem pelos dispositivos. Passa pelo tempo. "Primeiro temos de ouvir", explica. Cada pessoa chega à consulta com necessidades diferentes e não existem relógios capazes de determinar quanto tempo é necessário para ajudar alguém a adaptar-se a uma nova realidade: "Há pessoas que precisam de vir muitas vezes, outras não precisam tanto. Temos de conhecer a pessoa e conhecer a família."

> *" As dificuldades fazem-nos ser mais fortes."*

Ao longo de quase quatro décadas de profissão são inúmeras as histórias que guarda consigo. Algumas continuam presentes muitos anos depois. Recorda particularmente uma jovem com pouco mais de trinta anos que a procurava frequentemente e com quem criou uma relação muito próxima. A doente acabaria por falecer, mas até aos últimos momentos continuou a pedir para falar com ela. É uma memória que ainda hoje a emociona. Existe também outra história que a toca de forma especial porque carrega uma dimensão pessoal. Trata-se de uma mulher jovem com doença de Crohn, operada desde a infância e sujeita a inúmeras intervenções ao longo da vida. Acompanha-a há anos e reconhece nela parte da sua própria história. Também vive com doença inflamatória intestinal e conhece na primeira pessoa o impacto das crises, dos tratamentos e das incertezas.: "Poderia ser a minha história", admite. E talvez por isso a compreensão seja ainda mais profunda.

Apesar destas experiências difíceis, mantém uma atitude notavelmente positiva. Os próprios doentes são capazes de perceber quando não está nos seus melhores dias, mas raramente a veem perder o sorriso. Diz que é simplesmente a sua forma de estar na vida. Uma escolha consciente de não transmitir aos outros o peso das próprias dificuldades. Essa postura reflete-se também na forma como incentiva os doentes a olharem para o futuro. Desde o primeiro momento procura transmitir uma mensagem muito clara: "Não é por uma ostomia que a vida acaba." Explica-lhes que podem continuar a trabalhar, a viajar, a conviver e a manter os projetos que tinham antes da cirurgia: "A vida é para continuar e não podem ficar em casa isolados", diz-nos. Ao longo destes vinte anos de consulta tem assistido a uma transformação significativa na forma como a sociedade encara a ostomia. Se antigamente existiam situações em que até os familiares mais próximos desconheciam a condição da pessoa, hoje observa uma realidade muito diferente. Há mais informação, mais partilha e menos vergonha. Muitos dos seus doentes chegam já conhecendo alguém que vive com uma ostomia e que continua a ter uma vida plena. Essa normalização faz toda a diferença no processo de adaptação. Reconhece igualmente o papel fundamental da APECE neste percurso de evolução. Para a Enfermeira, a Associação permitiu abrir horizontes, promover conhecimento e impulsionar o desenvolvimento da estomaterapia em Portugal. Ao mesmo tempo, sente que a sua instituição sempre valorizou o trabalho desenvolvido na consulta, apoiando não só a sua implementação, mas também projetos de formação, investigação e divulgação. Um dos marcos mais importantes aconteceu em 2017, com a criação de uma consulta multidisciplinar dedicada a estas pessoas. Psicologia, nutrição, dermatologia, cirurgia e urologia passaram a trabalhar de forma articulada, permitindo uma abordagem mais completa e centrada nas necessidades de cada doente. Foi mais um passo no caminho da diferenciação e da qualidade dos cuidados. Apesar dos progressos alcançados, considera que continuam a existir desafios importantes. Um dos mais relevantes é a possibilidade de os enfermeiros estomoterapeutas realizarem a prescrição dos dispositivos que acompanham diariamente. Na sua perspetiva, esta mudança simplificaria processos, reduziria burocracias e facilitaria significativamente a vida dos doentes. "Era essencial", resume.

Hoje, quando observa o percurso construído ao longo de quase quatro décadas, fala dele com gratidão. Houve momentos difíceis. Houve períodos em que ficou praticamente sozinha a assegurar a continuidade da consulta. Houve desafios organizacionais, mudanças de equipa e muitos sacrifícios pessoais. Mas nunca permitiu que o projeto desaparecesse. "Aquilo que comecei não vai acabar", recorda. E não acabou. Pelo contrário, cresceu.

Quando lhe perguntamos o que diria à jovem Lurdes que sonhava entre telas, desenhos e projetos de arquitetura, não fala de conquistas nem de reconhecimento. Pensa por instantes e responde com simplicidade: "Estou muito feliz com o percurso que tive."

Houve dificuldades, desafios e momentos em que teve de segurar sozinha um projeto no qual acreditava profundamente. Mas olhando para trás vê, acima de tudo, um caminho construído com propósito.

A capacidade de estar ao lado das pessoas, mesmo nos momentos mais difíceis, constitui o maior legado que deixa à estomaterapia e a todos aqueles que tiveram a sorte de a encontrar pelo caminho.



Coloplast II Portugal, Unipessoal, Lda. - Rua Tierno Galvan 10, Torre 3 - Piso 13, Torres das Amoreiras, 1070-274 Lisboa, Portugal - www.coloplast.pt
The Coloplast logo is a registered trademark of Coloplast A/S. © [2026-10]. All rights reserved Coloplast A/S. PM-44071