



**Conversas**  
com valor 

## Helena Fernandes

*Um projeto que começou inesperadamente em Madrid e levou à fundação da Consulta de Estomaterapia em Santarém*

**Quando olha e trata um doente, coloca-se sempre na sua posição e em como gostaria de ser tratada se estivesse no seu lugar. Acredita que é essa empatia, que vai além daquilo que se aprende nos cursos, que marca a diferença e que faz com que os doentes voltem ao hospital só para a visitar, a acarinhem e a vejam como o seu “anjo da guarda”, como carinhosamente já a apelidaram.**

A história da Estomaterapia em Portugal, facilmente se confunde com as histórias dos profissionais que iniciaram estes cuidados no nosso país. A Enf.<sup>ª</sup> Helena é um desses casos. Nasceu em Angola, mas a família regressou ao nosso país quando tinha treze anos. O curso de enfermagem tirou-o em Bragança, onde os pais moravam, mas foi no Hospital de Santarém, onde nos recebeu, que em 1986 começou a trabalhar como enfermeira. O pai queria que fosse professora, mas a Enf.<sup>ª</sup> Helena sempre soube que a sua vocação era cuidar dos outros e acredita que a sua missão no mundo é ajudar as pessoas, não só ao nível da enfermagem, mas sempre que pode. Quando olha e trata um doente, coloca-se sempre na sua posição e em como gostaria de ser tratada se estivesse no seu lugar. Acredita que é essa empatia, que vai além daquilo que se aprende nos cursos, que marca a diferença e que faz com que os doentes voltem ao hospital só para a visitar, a acarinhem e a vejam como o seu “anjo da guarda”, como carinhosamente já a apelidaram.

A estomaterapia aparece um pouco por acaso. No início dos anos 90, o Hospital de Santarém abre uma bolsa para um curso de Estomaterapia na Universidade Complutense. Incentivada por uma colega, concorreu, ainda que com poucas esperanças de ser escolhida. Foi o facto de já na altura trabalhar em cirurgia que fez com que se destacasse e acabasse por rumar a Madrid e especializar-se numa área que adora e que a complementa: a nossa ajuda é imprescindível para que os doentes tenham uma boa qualidade de vida, para que sejam independentes. O nosso papel é essencial para que as pessoas percebam que continuam a ser a mesma pessoa depois da ostomia.



Decidiu então ir vê-lo todos os dias: conversava com ele e respondia-lhe a todas as questões. Esta disponibilidade e dedicação acabaram por fazer com que o doente lhe dissesse, mais tarde, que não só já não lhe passava pela cabeça interromper a sua vida e como inclusivamente já estava habituado ao saco e não queria nem aprender a fazer irrigação.

Estima-se que em Portugal existem cerca de 15 mil pessoas com ostomia e a realidade da doença tem mudado muito, com novas técnicas que permitem que os doentes sejam cada vez mais independentes. A Enf.<sup>a</sup> Helena conta-nos que os doentes que lhe chegam são cada vez mais novos e com a doença em estado mais avançado, facto que associa à pandemia e à altura em que as pessoas deixaram de ir ao médico com a frequência aconselhável. Talvez por isso quando lhe demos a hipótese de concretizar qualquer desejo, caso tivesse uma varinha mágica, nos tenha dito que pedia que não houvesse doença. Se isso significasse que o seu papel como enfermeira deixava de existir, isso não era um problema: dedicava-me a pintar e às artes manuais que são outras das minhas paixões, diz ela sorridente.

*“O nosso papel é essencial para que as pessoas percebam que continuam a ser a mesma pessoa depois da ostomia.”*

De Espanha, trouxe o conhecimento, a vontade e o projecto já idealizado, e em 1995 é criada a Consulta de Estomaterapia. Mas o desafio, esse, estava só a começar. Nos primeiros anos, sem um gabinete dedicado, acabava por receber os doentes onde era possível, muitas vezes sem o recato que estes precisavam para poderem colocar todas as suas questões.

Exemplo disso, foi um dos seus primeiros doentes, que com apenas 20 anos tinha muitas dúvidas em relação a como seria a sua intimidade depois da ostomia, mas ao mesmo tempo sentia algum pudor em colocar questões uma vez que os locais onde era acompanhado não tinham privacidade para tal. Mas desistir não era uma opção e nunca deixava de ver os seus doentes a quem dizia para a procurarem sempre que precisassem. Em 2010, quinze anos depois de ter iniciado a Consulta de Estomaterapia, a Enf.<sup>a</sup> Helena consegue ter um gabinete para receber os seus doentes com o tempo, a calma e a reserva necessárias.

Mesmo ao fim de 36 anos de profissão, diz-nos que todas as histórias mexem consigo e a tocam profunda e emocionalmente, tanto que é difícil destacar uma entre tantas, no entanto lembra-se de um doente que após a cirurgia falava constantemente em suicidar-se. Não aceitava e não compreendia a sua condição.

