

Reflexão Semana 5 (24/03-30/03)

Mais uma semana concluída, nesta semana tive a oportunidade de vivenciar diferentes experiências que enriqueceram o meu percurso académico e profissional e que me permitiram aprofundar a compreensão sobre o cuidado centrado na pessoa, a importância de uma abordagem centrada no bem-estar físico, emocional e espiritual dos utentes. Cada uma destas experiências contribuiu para aprofundar os meus conhecimentos, melhorar a minha prática e reforçar a importância do cuidado centrado na pessoa.

Um dos momentos que pude observar e refletir foi sobre a visita dos utentes a Fátima, uma experiência significativa para muito deles. Apesar de não ter acompanhado a visita de forma presencial, pude observar o impacto emocional que este evento teve no seu regresso. Para muitos dos utentes, a espiritualidade tem um papel essencial nas suas vidas, funcionando como um suporte emocional e psicológico, sobretudo em situações de vulnerabilidade e compete a nós enfermeiros respeitar a espiritualidade individual de cada indivíduo sem pôr em causa crenças pessoais. O entusiasmo e a serenidade com que alguns utentes relataram a experiência demonstram como este tipo de atividade contribui para o bem-estar geral, ajudando a reduzir a ansiedade e promovendo um sentido de pertença e conforto.

Outro momento importante nesta semana e o qual me orgulho e traz em mim certo nível de felicidade foi a promoção da mobilidade do utente referido nas reflexões anteriores que se encontra em isolamento no seu quarto. A promoção da mobilidade é um aspeto fundamental na manutenção da autonomia e auxiliar na prevenção de complicações associadas ao imobilismo. Neste contexto, tive a oportunidade, juntamente com o meu colega Rodrigo, de acompanhar a aplicação de estratégias para estimular a mobilidade, adaptadas à condição física do utente em questão. Esta experiência permitiu-me perceber que, mesmo pequenas intervenções, como incentivar a marcha supervisionada, exercícios simples podem fazer uma grande diferença na qualidade de vida dos utentes. Além disso, compreendi a importância da abordagem individualizada, pois cada utente apresenta necessidade e limitações específicas que devem ser respeitadas e trabalhadas de forma gradual e individual. Esta experiência contempla na boa prática de um excelente profissional pois reforça a prevenção da perda de funcionalidade, contribuindo nesta maneira para que os utentes mantenham o máximo de independência possível no seu dia a dia.

Por fim, o aspeto mais marcante nestes 4 anos da licenciatura e o que mais temia de presenciar foi presenciar a morte de uma utente quando ia trocar a mesma de decúbito. Perante a situação fiquei perplexo e sem reação tendo apenas me certificado que a mesma se encontrava realmente morta e posteriormente afastei-me até à chegada de uma auxiliar de ação direta. A morte é um tema delicado, mas inevitável na prática de enfermagem, especialmente em contextos geriátricos. Tive a posteriori contacto com os procedimentos e orientações institucionais que devem ser seguidos perante o falecimento de um utente. Mais do que um processo técnico, percebi que este momento exige grande sensibilidade e respeito, tanto para com a utente como para com a família e equipa. Refleti sobre a

importância da comunicação nestes momentos e sobre a necessidade de garantir que os últimos momentos de vida sejam dignos e humanizados. Além disso, compreendi melhor o impacto emocional que estas situações trazem aos profissionais de saúde e a necessidade de um suporte adequado para lidar com a carga emocional associada.

De forma geral, esta semana permitiu-me consolidar a ideia de que enfermagem vai muito além da prestação de cuidados “diretos”. É uma profissão que exige empatia, sensibilidade e capacidade de adaptação, reconhecendo que cada utente é único e tem necessidade de que vão além das suas condições clínicas. Estas experiências ajudaram-me a crescer, tanto a nível técnico como humano, reforçando o meu compromisso com um cuidado mais centralizado na pessoa.

Alex Damas Santos (a22101256)