

REFLEXÃO SEMANA 8

Esta semana de estágio foi caracterizada por uma certa tranquilidade em termos de dinâmica institucional e intercorrências clínicas, o que, longe de significar uma ausência de aprendizagens, representou uma oportunidade importante para consolidar práticas, desenvolver a observação crítica e reforçar o vínculo com os utentes. Um dos momentos mais significativos foi a dinamização de uma sessão de quebra-gelo, na qual os utentes apresentaram-se e falaram sobre quem eram e partilharam memórias das suas vidas.

A sessão foi organizada com o intuito de promover a interação, socialização e valorização da identidade pessoal, algo que considero fundamental no contexto de uma ERPI, onde o risco de isolamento, apatia e perda de sentido de pertença pode ser elevado. Durante a atividade, os utentes apresentaram-se de forma espontânea, com partilhas que iam desde as suas origens, profissões, histórias de infância, episódios caricatos ou momentos marcantes da juventude de cada um. Foi visível que, à medida que falavam, o brilho nos olhos reaparecia e as expressões ganhavam vida, como se cada memória os trouxesse novamente àqueles momentos das suas vidas.

Para mim, foi particularmente interessante observar as reações entre os próprios utentes: alguns descobriram semelhanças entre si, outros partilharam locais de origem comuns, e todos mostraram curiosidade pelas histórias uns dos outros. Esta partilha criou um ambiente de confiança e empatia, contribuindo para o reforço da coesão no grupo e para a promoção da autoestima individual. Enquanto estudante, percebi o quanto as memórias e a história de vida fazem parte do cuidado, e que ouvir é, muitas vezes, tão terapêutico quanto intervir tecnicamente.

Esta atividade reforçou também a importância da comunicação relacional e da escuta ativa como ferramentas essenciais no exercício da enfermagem em contexto do idoso. Muitos dos utentes institucionalizados têm pouca ou nenhuma rede familiar e, por isso, são momentos como este que lhes permitem sentir-se valorizados, reconhecidos e lembrados. Num contexto onde o tempo é frequentemente consumido por tarefas técnicas e rotinas, criar espaço para a palavra e a memória é, a meu ver, um verdadeiro ato de cuidado.

Apesar de não ter havido acontecimentos clínicos de grande destaque esta semana, considero que a “tranquilidade” teve um valor próprio. Permitiu-me observar com mais profundidade as rotinas dos diversos setores da instituição, reconhecer padrões, ritmos institucionais e refletir sobre o papel que o enfermeiro pode (e deve) assumir enquanto agente promotor do bem-estar emocional, e não apenas físico. Ao contrário de outras semanas mais agitadas, esta deu-me espaço para aprofundar o contacto humano, sem pressa nem distrações, o que se revelou profundamente enriquecedor.

Por outro lado, tive também mais tempo para refletir sobre o meu próprio percurso no estágio. Percebo que, a cada semana, estou a ganhar mais segurança não só nas competências técnicas, mas também na relação com os utentes, na comunicação com a equipa e na forma como me posiciono enquanto futuro profissional. A experiência está a permitir-me crescer, não apenas no domínio dos procedimentos, mas sobretudo no entendimento da importância do cuidar com presença, atenção e respeito pela singularidade de cada pessoa.

Em suma, esta semana veio reforçar que o estágio não se resume apenas a procedimentos técnicos ou situações clínicas complexas. Muitas vezes, é nas semanas aparentemente “calmas” que se realizam as aprendizagens mais subtis, mas igualmente profundas, através da escuta, da partilha e do reconhecimento da história de vida de quem cuidamos. A sessão de quebra-gelo, ainda que simples na sua conceção, foi um exemplo claro de como pequenos gestos podem gerar grandes impactos na vivência institucional dos utentes – e também na minha formação enquanto enfermeiro.

Alex Damas Santos (a22101256)