

2022-06-27 18:08:54

<http://justnews.pt/noticias/ha-quase-30-anos-a-tratar-a-dor-total-dos-utentes-do-hospital-garcia-de-orta>



Há quase 30 anos a tratar a dor total dos utentes do Hospital Garcia de Orta

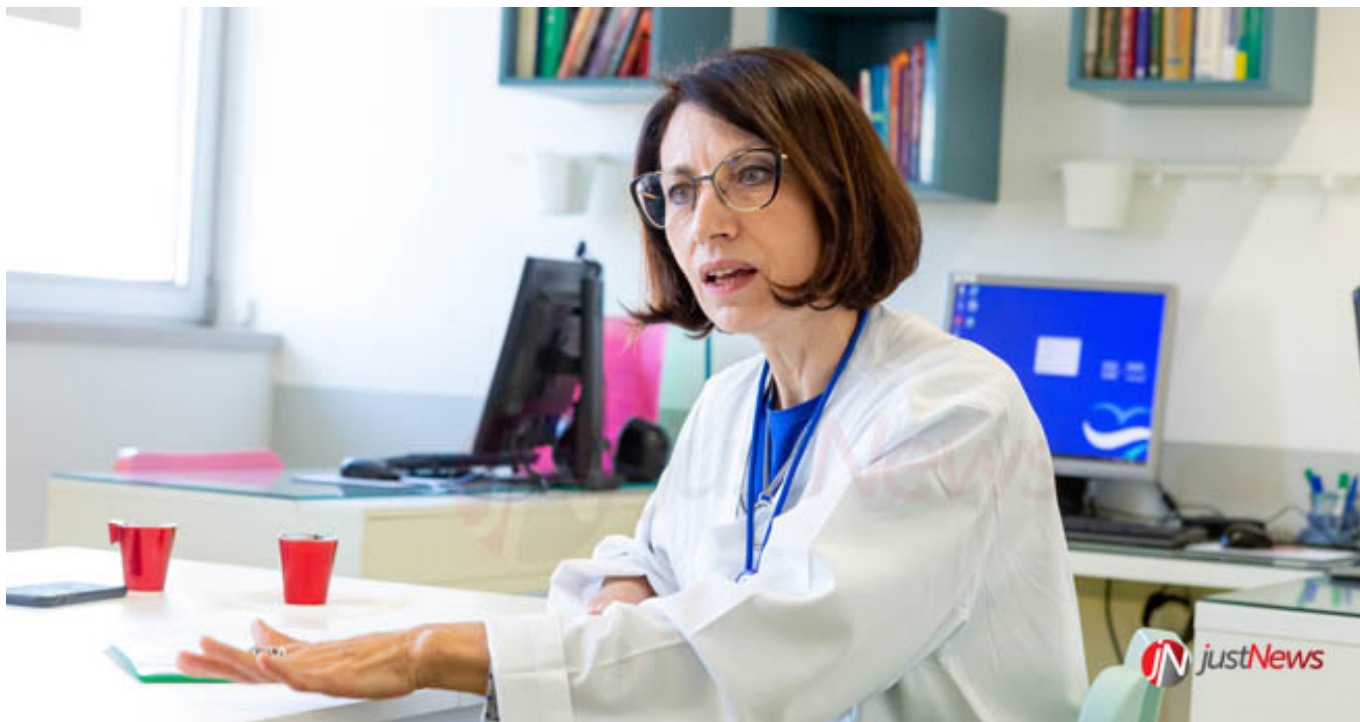
O espaço onde está instalado é novo, mas a dedicação à Medicina da Dor mantém-se igual há quase três décadas no Hospital Garcia de Orta. No Centro Multidisciplinar de Dor Beatriz Craveiro Lopes, nome que faz jus à sua fundadora, aposta-se numa abordagem individualizada da dor crónica, com base no modelo biopsicossocial. Mas sem nunca esquecer a formação e a partilha de conhecimento.



O tratamento da dor no Hospital Garcia de Orta (HGO), em Almada, começou de forma mais individualizada num espaço pequeno, onde se cuidava quer da dor aguda pós-operatória como da dor crónica. A partir do ano 2000, o agora denominado Centro Multidisciplinar de Dor Beatriz Craveiro Lopes (CMDDBCL) passou a dedicar-se exclusivamente aos casos crónicos.

Nos últimos tempos, dominados pela covid-19, a atividade do Centro nunca foi interrompida, tendo ficado apenas mais reduzida nos primeiros 15 meses de pandemia, ou seja, até maio de 2021.

Durante esse período, a equipa viu-se obrigada a optar, preferencialmente, pelas consultas feitas pelo telefone e a deixar as salas habituais de tratamento para que estas fossem convertidas em ala covid. Mesmo assim, a equipa nunca deixou de dar apoio aos doentes, inclusive presencial, sempre que tal foi considerado necessário.



Alexandra Reis

“As condições logísticas e de trabalho são agora muito melhores”

Desde setembro do ano passado, tudo se alterou (para melhor!), depois de os profissionais do CMDBCL se mudarem para umas instalações no Laranjeiro, que ocupam em exclusividade e que ficam localizadas a apenas 4 km do HGO.

“As condições logísticas e de trabalho são agora muito melhores, quer para os doentes como para os profissionais de saúde”, reconhece Alexandra Reis, a diretora do Centro, que integrou este grupo de trabalho em 2008, quando ainda se denominava Unidade Dor.

No entanto, admite que andaram “numa verdadeira roda-viva” para pôr tudo em ordem, logo acrescentando que “valeu a pena”, porque podem ter, no mesmo local, toda a atividade de ambulatório – três gabinetes de consulta médica, um gabinete de Psicologia, um outro de Enfermagem, um Hospital de Dia, um secretariado, uma sala de reuniões e outros espaços necessários à atividade assistencial.

A deslocação ao Garcia de Orta apenas acontece quando é necessário realizar procedimentos que necessitam de fluoroscopia e para a atividade assistencial em regime de internamento.



“O que conta é a dor total e a sua valorização do ponto de vista biopsicossocial”

Atualmente, cerca de 1400 doentes são acompanhados por uma equipa que inclui quatro anestesiológicos, quatro fisiatras, uma internista, cinco enfermeiras, uma psicóloga, um musicoterapeuta, uma psicomotricionista, uma assistente técnica e três assistentes operacionais. A farmacêutica e a técnica do Serviço Social são partilhadas com outros serviços. As causas da dor crónica são as mais diversas, predominando os casos não oncológicos.

“O regime de trabalho é baseado na interdisciplinaridade, tendo como preocupação final a perspetiva da dor total, segundo o modelo biopsicossocial”, indica Alexandra Reis.

A referenciação dos doentes para o Centro ocorre, sobretudo, por parte dos cuidados de saúde primários, mas também de várias especialidades do hospital.

No Hospital de Dia são realizadas todas as técnicas invasivas que não necessitam de fluoroscopia e as não invasivas, como diatermia, estimulação muscular de alta frequência (EMAF), estimulação elétrica nervosa transcutânea (TENS) e aplicação de bandas neuromusculares.

“Somos o único, a nível nacional, nestas condições”

Para além de procurar assegurar uma atividade assistencial de qualidade, o CMDDBCL tem outra vertente que a diretora considera de “grande relevância”: a formação.

“É ponto de honra do Centro satisfazer a procura de estágios de internos médicos de várias especialidades hospitalares e de Medicina Geral e Familiar, oriundos de vários pontos do país. O mesmo acontece relativamente à Enfermagem e à Psicologia Clínica”, refere.

Para Alexandra Reis, o trabalho desenvolvido tem sido facilitado por todos os elementos da equipa se dedicarem à Medicina da Dor e por serem um Centro com autonomia própria, não integrando qualquer Serviço do HGO.

“Somos o único, a nível nacional, nestas condições, remetendo diretamente ao Conselho de Administração, que, aliás, sempre nos apoiou”, afirma.

Comunicar a dor com o psicodrama e a musicoterapia

No CMDDBCL, os profissionais não se limitam a aplicar técnicas farmacológicas. Para quem entra no gabinete de Psicologia, onde se conta com o apoio do musicoterapeuta sempre que é necessário, chamam imediatamente a

atenção os panos coloridos e os instrumentos musicais que ali se encontram.

Na altura em que a reportagem da Just News ali se deslocou, foi possível observar que – enrolando panos à volta do corpo, numa sessão de psicodrama com a psicóloga clínica Cristina Catana – uma doente expressa o que nem sempre é possível fazer por palavras: a dor que sente.



Cristina Catana e Gil Henriques

“É algo muito subjetivo, não tendo o doente forma de explicar ao outro o que sente, fechado no seu mundo. Emergem, assim, dois problemas: falta de empatia e solidão”, afirma a psicóloga.

De acordo com Cristina Catana, esse sentimento de se estar sozinho é “um dos muitos gatilhos que levam à depressão e a perturbações da ansiedade, contribuindo para um agudizar dos quadros álgicos. Com o psicodrama, quebra-se a barreira do que não se consegue dizer por palavras.”

E explica a ideia: “Tudo tem um sentido: a forma como a pessoa se encolhe, o desenrolar do pano como sinal de se libertar do peso da dor... Acaba por ser um jogo entre a subjetividade e a objetividade, um jogo entre o explícito e o implícito da perceção da dor e dos seus impactos na intimidade psicossocial.”

Trabalho não farmacológico é “um apoio essencial”

A acompanhá-la em várias consultas está o musicoterapeuta Gil Henriques, que pede aos doentes para expressarem o que sentem com base em instrumentos, como o hang drum ou o tambor de som. “A dor é invisível e através do ritmo consegue-se perceber o sentimento que se pretende transmitir”, justifica.

A música é também um “remédio” para relaxar, nomeadamente em sessões de grupo: “Também toco e faço mobilizações. É preciso quebrar ciclos viciosos de dor, para que esta não seja o centro da vida daquela pessoa.” Quer Cristina Catana, que também tem outras intervenções psicológicas, como psicoterapias, quer Gil Henriques veem neste trabalho não farmacológico “um apoio essencial”.

“Não costumam ser compreendidos, por haver essa limitação em transformar em palavras aquilo que se sente num plano invisível e subjetivo, quando ainda nem todos estão sensibilizados para a dor crónica com significativo sofrimento psicológico”, especifica a psicóloga.

Enfermagem: “É impossível ser insensível”

Também sempre atenta a estes sintomas está a enfermeira Madalena Mela, que integrou a então Unidade Dor em 2006.

“Todos estes doentes passam por fases muito difíceis e angustiantes, podendo isso implicar perdas a nível familiar, social e profissional”, comenta.

Mais que administrar algum tratamento, orienta e ensina doentes e familiares a gerir a sua patologia, além de dar apoio na consulta telefónica. Dedicada à dor há 17 anos, gosta muito do que faz, mas admite ter necessidade de aprender estratégias para se distanciar o suficiente quando ajuda quem passa pelo Centro.



Madalena Mela

“É impossível ser insensível, porque partilham connosco as suas vivências. Temos que nos proteger, mas nunca perdendo a proximidade e a empatia”, reconhece Madalena Mela.

Para o futuro, o Centro Multidisciplinar de Dor Beatriz Craveiro Lopes do Hospital Garcia de Orta mantém o desejo de assegurar os cuidados habituais mas também de reiniciar a acupuntura médica, que já mesmo quando funcionava nas instalações do HGO era da responsabilidade da diretora do Centro, assim como apostar no biofeedback e na hipnoterapia.

“Temos evoluído bastante nos últimos anos e não podemos parar”, frisa Alexandra Reis.