

Centro Hospitalar de Entre Douro e Vouga

Grupo de Ajuda Mútua nasce das mãos de um sanjoanense



Primeiro encontro do Grupo de Ajuda Mútua

O Grupo de Ajuda Mútua (GAM) chegou ao Centro Hospitalar de Entre Douro e Vouga para ajudar sobreviventes de AVC e famílias a enfrentarem uma etapa difícil da vida, contribuindo para uma melhor integração pessoal, famílias, e, em muitos casos, profissional. O mais recente GAM é liderado pelo sanjoanense Dário Madeira, também ele vítima de um acidente vascular, quando tinha 42 anos.

»António Gomes Costa
antoniocosta@oregional.pt

É um espaço destinado a sobreviventes de Acidente Vascular Cerebral - AVC, a familiares, cuidadores e profissionais de saúde e tem como responsável máximo Dário Matos, um sanjoanense vítima de um AVC hemorrágico, quando tinha 34 anos. O Grupo de Ajuda Mútua (GAM) para estes sobreviventes entrou já em funcionamento no Centro Hospitalar de Entre Douro e Vouga (CHEDV).

A nossa reportagem esteve lá. Ouvimos testemunhos de sobreviventes e cuidadores que se conheceram ali pela primeira vez. Sentimos a emoção e a força das cerca de 16 pessoas que ali se deslocaram. São histórias de vida amargas, de pessoas que escaparam à morte e tiveram que aprender, de novo, a viver.

Uns ainda não querem falar do assunto, porque preferem não recordar aquilo por que passaram. Outros reconhecem que ficaram com sequelas, mas, ainda assim, garantem que nem tudo foi tão mau.

Em comum, uns e outros têm o facto de ter sobrevivido a um AVC “na flor da idade” e de terem, depois, vivido o “drama” de passar meses no hospital, enfrentando uma recuperação que “parece não ter fim”.

Dário Madeira foi o primeiro a contar a sua história de vida. Não escondeu a satisfação deste primeiro encontro, e da vontade em ajudar, encorajar, pois ali cada passo ou movimento novo é uma vitória. Este sanjoanense lembrou que passou pelos cuidados intensivos, cuidados intermédios, foi submetido a uma cirurgia à cabeça, deixou de falar e de andar. Tudo isto durante cinco meses de internamento hospitalar no Hospital Santo António, no Porto. Andou de cadeira de rodas, fez fisioterapia

assídua, hoje caminha sem grande dificuldade, conduz uma viatura de mudanças automáticas e, atualmente, faz só fisioterapia de manutenção. “Não podia ficar parado. Tinha que ser eu a dar a volta, a lutar pela minha recuperação, não podia estar fechado em casa a depender dos outros”. É isso que quero que “vocês façam também”, assumiu perante uma plateia onde marcaram presença vários técnicos de saúde que acompanham os sobreviventes de AVC. Apesar do lado direito do corpo não responder da mesma forma, este sanjoanense explicou que adaptou-se a conviver com isso. Tornou-se esquerdino e, depois da doença, tornou-se empresário de calçado, enfatizou.

Quanto ao GAM no Hospital S. Sebastião, revelou tratar-se de um sonho há muito desejado, para “ajudar, tal e qual como eu, quem passou por um AVC e, muitas vezes, não sabe o que fazer”. Estes encontros vão ajudar “a encontrar soluções para uma vida melhor”.

GAM - a semente está lançada

A semente está agora lançada por este sanjoanense. “Vamo-nos encontrar todas as últimas sextas-feiras de cada mês,

no Hospital S. Sebastião, em Santa Maria da Feira”, numa sala que se prevê ser pequena no futuro, se olharmos para a adesão deste primeiro encontro.

E, “porque o sonho comanda a vida”, estas pessoas recusam-se a deixar de sonhar. Não ficaram em silêncio. Assumiram com vontade o passado e presente, reconhecendo que não há tempo para parar nesta reabilitação. Cada caso tem o seu ritmo, entre frustrações e conquistas, mas o objetivo é sempre a recuperação possível destes doentes crónicos.

O sanjoanense Aventino Almeida foi um dos que marcou presença no primeiro encontro do GAM. Assumiu à nossa reportagem que a criação deste “grupo de ajuda” foi uma “grande ideia” para vítimas e familiares. “Tenho recebido da minha família um apoio precioso e tem sido fundamental para a minha recuperação. Eles sabem mais da doença do que eu”.

Catarina Branco, Diretora do Serviço de Medicina Física e Reabilitação do CHEDV, é um rosto conhecido por todos os que se encontravam no primeiro encontro GAM da Feira. Além de abordar a importância destas reuniões e de explicar aos familiares a forma como todos estes doentes são ali acom-

panhados, reconheceu a importância e garantiu a presença em futuros encontros de médicos fisiatras, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionais, terapeutas da fala, enfermeiros de reabilitação, assistentes sociais e técnicos de saúde de outras especialidades.

“Cada dia é um acreditar e uma conquista”

José Silva, residente em Cortegaça, Ovar, assume que cada dia é um “acreditar” e cada conquista é uma “vitória”. “Eu não segurava uma folha de papel, estou aos poucos a tentar escrever o meu nome”, mas não desiste do sonho de “conseguir muito mais”.

Além do acidente, da sua lenta recuperação, explicou-nos toda a transformação de que foi vítima e aponta o dedo aos apoios que estas pessoas recebem. “Deixei de trabalhar e vivo agora com uma pensão mínima”, que considera “muito baixa” para quem sofre um acidente desta natureza e fica incapacitado.

Hoje vê a vida com outros olhos. “Valorizo mais os pequenos momentos, fico mais sensível em ver determinadas situações e acho que me tornei num homem melhor”, porque, quando existe saúde, “tudo, praticamente, nos passa ao lado”.

Cuidar destas pessoas não é tarefa fácil. Quem o garante é Teresa Macedo, que “mudou por completo” a sua vida para se dedicar aos cuidados permanentes do marido e da sua irmã. “Ando a correr de um lado para o outro. Deixamos de ter vida e de ter tempo para nós”, confessa. Como outros cuidadores, “chegou a pensar em desistir de tudo”, principalmente, quando se tinha uma vida “familiar fácil”, mas o amor aos familiares “fala sempre mais alto. Vou continuar a cuidar deles até ao limite das minhas forças”, assegura.

António Conceição, presidente da Associação Portugal AVC, criada em 2016, também marcou presença no primeiro encontro do GAM-Feira.



GAM reúne todas as últimas sextas-feiras do mês

Entrevista com Catarina Branco - Diretora do Serviço de Medicina Física e Reabilitação

Centro Hospitalar acompanha 40 sanjoanenses vítimas de AVC



Catarina Branco, Diretora do Serviço de Medicina Física e Reabilitação

Jornal 'O Regional' - De que forma o Centro Hospitalar Entre Douro e Vouga acompanha os sobreviventes de um Acidente Vascular Cerebral?

Catarina Branco (Diretora do Serviço de Medicina Física e Reabilitação do Centro Hospitalar de Entre Douro e Vouga) - O Serviço de Medicina Física e Reabilitação (MFR) do Centro Hospitalar de Entre Douro e Vouga (CHEDV) acompanha os doentes com AVC desde a sua entrada nos Serviços de Internamento do CHEDV, nomeadamente na Unidade de AVC, em casos específicos, no Serviço de Medicina Intensiva - Unidade de Cuidados Intensivos - Intermédios e no Serviço de Medicina Interna, com resposta de avaliação por médicos fisiatras às

24h-72h, cumprindo um programa de reabilitação neurológica, onde intervêm médicos fisiatras, enfermeiros de reabilitação, fisioterapeutas e terapeutas da fala, com o apoio do Serviço Social e em interligação interdisciplinar com os neurologistas, os internistas, os intensivistas e outras especialidades médicas e profissionais de saúde, como os psicólogos (quando justificado).

À data de alta do internamento hospitalar, os doentes têm orientação por MFR para o Centro de Reabilitação Norte, para as Unidades de Cuidados Continuados de diferentes tipologias, para o internamento do Serviço de MFR no CHEDV (Unidade de Doentes Agudos de MFR-UDA), para o Serviço de MFR do CHEDV ambulatório ou para o Mé-

dico de Família do Doente, para orientação para as Clínicas de MFR convencionadas com o SNS.

A recuperação é um processo longo?

A recuperação é variável, consoante o tipo de AVC e a situação clínica particular de cada doente, podendo só ter necessidade de um período curto de reabilitação (no internamento hospitalar, uma pequena percentagem de casos) até vários meses, de um a dois anos, nos casos mais graves. Inclui não só a reabilitação do AVC, mas também muitas vezes processos de recapacitação para a realização de atividades e para a participação social e ocupacional, assim como um *continuum* de educação na prevenção da saúde.

Deve ser realizado que as

situações de sequelas de AVC mais graves obrigam a cuidados de reabilitação neurológica integrados, em fase de manutenção, para, entre outros, evitar o agravamento clínico-funcional e perda dos ganhos anteriores. É sempre importante destacar a importância da prestação de cuidados de reabilitação neurológica aos AVC's de modo contínuo, através dos diferentes níveis de cuidados de Saúde, e de acordo com o estado clínico do doente.

Mas de que modo é feita essa coordenação?

Os Médicos Fisiatras do CHEDV elaboram e coordenam o programa de reabilitação no internamento e em ambulatório da equipa multidisciplinar e multiprofissional central, composta por médico fisiatra, enfermeiro de reabilitação, fisioterapeuta, terapeuta da fala e terapeuta ocupacional; a equipa conta ainda com o apoio do serviço social e de outras disciplinas/profissionais, como a psiquiatria e a psicologia, quando justificado.

O Programa de Reabilitação Neurológica inclui a reabilitação terapêutica (compreendendo a realização de técnicas por médico fisiatra, como a terapêutica com Toxina Botulínica), as intervenções para a recapacitação e para a educação e a realização de exames subsidiários para diagnóstico e monitorização das terapêuticas instituídas, entre outros.

Quantos doentes são atendidos diariamente no serviço?

Prestamos assistência a uma média de 500 doentes, por dia, e a pessoas com patologias neurológicas, cardiorrespiratórias, músculo-esqueléticas (orto-

-traumatológicas reumáticas e outras), oncológicas, vesico-esfincterianas e anais, entre outras, desde a idade pediátrica à idade geriátrica. São cerca de 150 doentes com AVC, por mês, em cuidados de reabilitação neurológica (avaliação, terapêutica, educação) prestados pelo Serviço de MFR.

E quanto a número de doentes residentes em S. João da Madeira?

Até ao momento, são 40 provenientes da região de S. João da Madeira, predominantemente nas faixas etárias dos 60-80 anos, mas também adultos jovens e mesmo em situações mais pontuais e específicas de AVC na idade pediátrica.

Muitos sucessos alcançados no vosso serviço?

O Serviço de MFR, de acordo com as suas capacidades instaladas de recursos humanos multiprofissionais e recursos técnicos e tecnológicos, desenvolve as boas práticas em reabilitação neurológica, com resultados clínicos e funcionais compatíveis com o prognóstico da equipa de reabilitação neurológica e tentando compatibilizar os ganhos obtidos com as expectativas do doente, sua família/cuidadores, face à situação clínica dos doentes.

Cerca de dois terços destas pessoas depois da alta hospitalar precisa de reabilitação. A que é permitida pelo Serviço Nacional de Saúde é suficiente?

Este serviço cumpre as guidelines nacionais e internacionais da reabilitação do AVC, no âmbito das suas capacidades instaladas, tendo sempre como objetivo a melhoria dos seus

cuidados multiprofissionais, multidisciplinares e integrados enquanto instituição e serviço, mas defendendo também a necessidade da continuidade dos cuidados em reabilitação neurológica, integrada, após a alta hospitalar (do internamento ou do ambulatório em hospital de agudos/subagudos), para as fases subaguda e crónica e para os outros níveis e tipologias de cuidados.

O GAM chegou ao Centro Hospitalar. Vai ser uma mais-valia para estes doentes?

Claro que sim. O Grupo de Ajuda Mútua para o AVC (GAM), da Associação Portugal AVC, é uma mais-valia para os doentes, familiares e cuidadores pela partilha de informação e experiências entre os seus membros.

O papel do cuidador é muitas vezes esquecido?

Infelizmente..., o que pode diminuir a efetividade de muitos dos cuidados de reabilitação neurológica na comunidade / de proximidade, incluindo a interligação de cuidados entre a reabilitação dos Cuidados de Saúde Hospitalares e/ou os cuidados da comunidade dos Cuidados de Saúde Primários, assim como os cuidados realizados nas Unidades de Saúde de MFR (Clínicas) convencionadas com o SNS.

Este papel do cuidador do doente/sobrevivente de AVC pode, ainda, ser potenciado pela Literacia em Saúde realizada nos diferentes níveis de Cuidados de Saúde e nas Associações de doentes (quando em ligação aos profissionais de saúde), e por sistemas de TeleSaúde, como a recém criada Rede de TeleMFR.



CLÍNICA MÉDICA Dr. José Belmiro, L.da

Departamento de Implantes Dentários e Ortodontia:

- Implantes de elevada qualidade a preços acessíveis
- Trabalhos com garantia
- Facilidade de pagamento
- Orçamentos gratuitos

TABELA ESPECIAL PACIENTES ADSE

Dr.ª Adelaide Costa (Psiquiatria / Doenças Nervosas)

Contratos com: Câmara Municipal de Oliveira de Azeméis - Trezar - SAMS
Caixa Geral de Depósitos - ADVANCE CARE - CTT/TELECOM - Pingo Doce - Lactogal
YASAK-SALTANO - Continente e SAMS - Quadros

E agora: MULTICARE

Consultas de 2.ª a sábado, até 21h30

S. JOÃO DA MADEIRA Rua 5 de Outubro, 395 - 2 Telef. 256 827 477	OLIVEIRA DE AZEMÉIS C.Comercial Camões, Lj. 1.7 Telef. 256 681 759 Telem. 256 685 077	S. ROQUE Rua das Lagomas Telef. 256 872 898	OVAR Rua Elias Garcia, 140-1.º Telef. 256 575 509
--	--	--	--

www.clinicadrjosebelmiro.com