

A mestria das mãos: história de umas mãos que cuidam...

Nídia Salgueiro *

Nós enfermeiros utilizamos o corpo como ferramenta terapêutica somos manuais, e devemos orgulharmo-nos, no sentido de que são as nossas mãos que materializam as nossas concepções, as decisões que a cada momento tomamos, dando-lhe um cariz muito especial, o que faz com que o mesmo cuidado leve a marca artística de quem o executa, tornando-o único. Elas dão vida aos valores que perfilhamos, aos nossos sentimentos e atitudes, àquilo em que acreditamos. São o instrumento privilegiado para transmitirmos a doçura, a ternura, a compaixão, o amor incondicional de nós enfermeiros, seres humanos e técnicos, a outros seres humanos, geralmente em situação de fragilidade, de alguma carência, aliviando-lhes as dores e o desconforto. E não tenhamos ilusões, quando poisamos as nossas mãos no corpo destes outros seres humanos ou executamos os gestos inerentes aos cuidados, por mais simples que sejam, somos reconhecidos nas nossas competências técnicas e como seres humanos no seu todo. Elas transmitem mensagens silenciosas muito potentes e duradoiras, perdurando, por vezes, durante toda a vida. Podemos dizer que as nossas mãos falam, tornando, não raro, a linguagem falada desnecessária, adoçando-a, completando-a ou mesmo negando-a quando a sua mensagem não é congruente com a daquela. Podemos dizer que

às vezes elas nos traem. Através delas, recebemos também informações preciosas, captamos a dor e o sofrimento, os males do corpo e da alma. Hoje, já não restam dúvidas de que desde o tempo em que ainda habitávamos no útero das nossas mães até aos derradeiros momentos das nossas vidas temos necessidade de ser tocados, de ser reconhecidos na nossa individualidade pelo toque afectivo-confirmante.

As mãos, uma ferramenta maravilhosa que precisa de ser trabalhada

Esta ferramenta maravilhosa que são as nossas mãos de enfermeiros, para que dê corpo às criações da nossa mente, aos nossos saberes, para que transmita as dádivas do nosso coração e a essência do nosso ser, precisa de ser trabalhada, feita, e como qualquer ferramenta complexa, de múltiplas funções, exige cuidados de manutenção e aprendizagem para que o seu utilizador tire dela o máximo rendimento, isto é, não deixe subaproveitadas nenhuma das suas funções e não sofra acidentes, doenças profissionais ao utilizá-la.

Como muitos dos leitores deste escrito possivelmente serão estudantes, lembrei-me de lhes contar uma história, na primeira pessoa, que bem podia

* Enfermeira; Professora aposentada da Escola Superior de Enfermagem Dr. Ângelo da Fonseca.

começar como a maioria das histórias da nossa infância: *Era uma vez, há muito tempo...*

No meu segundo ano de curso (1954) tive o privilégio de fazer estágio no serviço de Cirurgia e Ginecologia dos velhos HUC, de que era Enf. Chefe a Senhora D. Belmira Lapa.

Digo que foi um privilégio porque a Senhora D. Belmira Lapa era uma pessoa maravilhosa, de uma educação estremada, muito humana e um exemplo de doçura e cordialidade, muito discreta na sua actuação tranquila, uma pessoa de que se gostava facilmente. Mais tarde privei com ela de igual para igual, como Enfermeira Encarregada de Enfermaria Escola, sempre a mesma delicadeza, a mesma lhanza de trato, quer se tratasse da transferência de uma doente do meu serviço para o dela ou vice-versa, da troca de uma ronda, discutíssemos assuntos em reuniões de enfermeiras chefes ou de outro qualquer assunto. Recordo um episódio triste, em que a vi maltratada e com as lágrimas a correrem-lhe pelo rosto, mas de que nunca lhe ouvi qualquer queixume ou crítica destrutiva: era o feriado de oito de Dezembro, dia de Nossa Senhora da Conceição, a Senhora D. Belmira estava de serviço, foi à missa, na capela dos HUC que ficava a dois passos (como se costuma dizer) do seu serviço, levando consigo todas as doentes que puderam e quiseram ir, aliás era de seu hábito fazê-lo quando estava ao serviço em Domingos e dias festivos. No final da Missa da Sé Nova, uma dirigente resolveu dar uma volta pelos serviços do seu sector para se inteirar de que tudo estava a correr na perfeição, ao passar na Ginecologia uma das doentes acamada chamou, dizendo que a sonda vesical tinha saído da bexiga. Fui chamada, para resolver o problema, porque estava de serviço, com a incumbência de “coordenar” o sector feminino. Quando acabava de realizar o cateterismo vesical, para colocar nova sonda, dou com a minha querida D. Belmira a receber um ralhete em frente do grupo de doentes que a tinham acompanhado à missa, sem ser ouvida na explicação que tentava dar. Naquele tempo a dotação de pessoal dos serviços era extremamente reduzida, e as equipas constituídas na sua grande maioria por auxiliares

de enfermagem, não há comparação possível com o presente, por isso se faziam parcerias com os serviços vizinhos, ajudavam-se mutuamente. Possivelmente, a enfermeira do serviço ao lado teria ficado em apoiar aquele e a própria empregada (criada, era a categoria, uma por serviço) que me foi chamar (à ala oposta, bastante distante) teria ficado incumbida de ir à capela chamar a Senhora Enfermeira Chefe, em caso de necessidade. Senti-me profundamente magoada, mais magoada de que se fosse eu própria, que aliás também não tinha escapado, porque tentei ir em favor da minha amiga e achei não ser imperioso a minha intervenção, podendo esperar por ela ou ir chamá-la à capela. A imagem do seu rosto magoado, lavado em lágrimas silenciosas, nunca foi por mim esquecido, mas nela nunca observei qualquer azedume, sempre a mesma postura e deferência para com a sua superiora hierárquica, possivelmente entendeu o incidente como o resultado da verdura dos anos, da experiência profissional que não permitia ainda uma avaliação e postura mais ponderadas.

Mas vamos à história que lhes queria contar, a história de umas mãos duras e desajeitadas.

Nesse tempo, regra geral, a Enf. Chefe fazia o primeiro penso pós cirurgia bem como os que exigiam maior delicadeza. Fui sua ajudante nessa tarefa, numa época em que os papéis de executante e ajudante estavam perfeitamente definidos e os tempos na execução do penso bem marcados e respeitados nos seus aspectos técnicos. Foi um encantamento vê-la trabalhar: os seus gestos firmes e delicados a limpar as feridas, a retirar crostas, a suavidade das suas mãos, que pareciam de cera, a forma como pegava nas pinças. Num penso de mastectomia com esvaziamento ganglionar, em que havia retracção dos tecidos circundantes, ela realçou a importância da suavidade dos gestos, demonstrando como fazer, a certa altura, parou e disse-me: “Olhe menina, é preciso ter sempre em atenção *não provocar dor nem fazer estragos!*” palavras que ficaram bem gravadas na minha memória.

Lembro-me perfeitamente, de a seguir a esta bela experiência educativa, dar comigo a olhar para as minhas mãos, que são ossudas, e de mentalmente as comparar com as dela, que ficaram na minha memória como as de uma “Madona” das pinturas antigas, e pensar que nunca atingiria a suavidade das dela, dizendo a mim própria «Bem, não fui dotada com mãos como aquelas». Mas não me rendi a tal evidência, possivelmente naquele dia, interiormente e sem ter consciência disso, determinei que havia de conseguir fazer das minhas mãos instrumentos privilegiados. No final desse mesmo ano, em estágio na consulta externa de cirurgia, coube-me fazer os pensos a feridas de uma prostituta, resultantes de uma zaragata em que se tinha envolvido, sendo agredida na cabeça e outras partes do corpo com uma garrafa partida no fundo. Penso que me esforcei por ter em atenção as recomendações da Senhora Enfermeira Belmira e era bem necessário para que aquela rapariga não ficasse muito marcada. No final (não sei se do meu estágio, se aquando da sua alta) ela ofereceu-me, reconhecida, uma tigelinha de porcelana que guardei como uma relíquia e muito lamentei quando alguém a fez cair do local de exposição. Honestamente, não sei se a manifestação de gratidão foi das mãos que cuidaram das suas feridas ou de a ter tratado como gente. Lembro-mo, que apanhada de surpresa, fiquei sem saber o que fazer, tanto mais que era uma aluna, mas a enfermeira veio em meu auxílio, “Aceite, não lhe faça essa desfeita”.

Fiz-me observadora atenta e, mãos de outras exímias enfermeiras e enfermeiros ficaram também na minha memória.

Mãos postas à prova

Em 1956, no primeiro serviço que chefei, as minhas mãos foram postas à prova: encontrei internada no serviço a Senhora Conceição Baptista, com um cancro na cara e couro cabeludo, que já lhe tinha destruído a metade direita da face, o olho e ouvido direitos e invadido a metade anterior do couro cabeludo. Estava em estado deplorável e muito mal cuidada. Pelo terreno altamente vascularizado, fazia

hemorragias em toalha e as enfermeiras defendiam-se, aligeirando a limpeza das lesões, dado o seu estado de debilidade, o penso era feito no leito. Talvez marcada pela imagem do meu modelo de Enf. Chefe, tomei-a ao meu cuidado, propondo-lhe fazer-lhe o penso na sala de tratamentos, que aceitou sem qualquer objecção. No final da manhã, com a sala devidamente aquecida e todo o material preparado, ia buscá-la ao colo (ela pesava pouco e eu era forte) e ali, de porta fechada para evitar interrupções, como se tivesse todo o tempo do mundo cuidava dela e da sua ferida, esforçando-me para o fazer com a delicadeza que a situação exigia. Tenho bem presente a primeira vez que dela cuidei: uma trancita apanhava o pouco cabelo que lhe restava e na raiz dessa trança uma pasta amarela pegajosa. Usava-se nesse tempo, para lavar e desinfetar as feridas o rivanol, que até nos recipientes deixava um resíduo amarelo. O cheiro desagradabilíssimo e na ferida nem vou dizer o que encontrei! Ao pedir-lhe se me autorizava a cortar a trança para poder lavar bem a cabeça: “Faça como melhor entender”. E assim fiz, primeiro uma boa limpeza e depois o cuidado à ferida. Ficou no céu, nas suas próprias palavras. O ritual repetia-se diariamente e ali estávamos as duas naquela sala de tratamentos, em perfeita comunhão, uma procurando *não provocar dor nem fazer estragos* e a outra colaborando na medida do possível, sem um ai, sem um queixume ou uma revolta e tinha boas razões para isso! Não sei se era ou não crente, sei, isso sim, que não aceitava os serviços do capelão, escusando-se delicadamente. Um dia, durante o tratamento disse-me: “Ó minha santinha (era assim que me tratava) devo estar a ficar maluca, vejo aí, ao seu lado e, apontava, a cara de um velhinho a sorrir para mim” Ele diz-lhe alguma coisa? “Não, só sorri, mas é o rosto de um velhinho bondoso” e logo acrescentou: “Não estou boa da cabeça, é isso!” Este facto repetiu-se mais vezes e embora a questionasse se não via outras partes do corpo, por exemplo as mãos, o relato era sempre idêntico: “o rosto de um velhinho bondoso e sorridente”, que aparecia mais à frente ou mais ao lado. Nunca lhe atribuiu qualquer identidade ou significado, a não ser o de estar a ficar maluca.

Por imperativo institucional, mudei de serviço, a mesma razão porque ali fui colocada, isto é, “apagar um fogo”, como costumava dizer. Claro que me custou aceitar o novo desafio, agora que tinha o serviço organizado e começava a dominar a especificidade dos cuidados o que me tinha exigido um considerável investimento em estudo e tempo para além do horário normal de trabalho. Não tinha sido fácil, deixar o que estava a fazer com grande envolvimento para, de um dia para o outro, ir chefiar aquele serviço, praticamente à deriva, já que a colega que o chefiava tinha ido para o Hospital de Santa Maria, por lhe ter sido oferecido a categoria de enfermeira chefe, enquanto aqui só detinha, como eu, as funções, embora legitimadas por Ordem de Direcção. Também não tinha sido fácil aos 22 anos lidar com meretrizes em situação de prisão e dar cumprimento a prescrições lacónicas sem ter quem me orientasse, como “Fazer RX e mandar vir para depilar”. Naqueles tempos os convites correspondiam a ordens, eram irrecusáveis. Lá fui participar na remodelação da Consulta de Ginecologia para uma nova dinâmica, que foi também uma excelente experiência profissional.

Dentro das minhas possibilidades não deixei, no entanto, de ir acompanhando a Senhora Conceição na recta final do seu doloroso percurso existencial, embora, como se compreende, já não fosse eu a fazer-lhe o penso. Sei que sofreu muito, com a minha saída do serviço. Um Domingo estava na Missa em Santo António dos Olivais e comecei a ter uma estranha sensação. O cheiro do cancro da Senhora Conceição chegava a mim como que em baforadas. A primeira ideia foi de que havia alguém perto que exalava aquele cheiro: comecei a cheirar as pessoas da frente, de trás e dos lados e não podia atribuir-lhes tal cheiro e novas lufadas de cheiro chegavam. Pensei que talvez fosse algum apelo da minha amiga e num impulso irresistível saí e fui visitá-la (estava num pavilhão de Celas). Ao chegar, ela disse-me “Tenho estado a pensar tanto na minha santinha”. Estava bastante revoltada, o que não era da sua natureza, até com ideias suicidas: “Se pudesse atirava-me da janela”. Acho que tinha razão para estar desesperada, pois a seguir a colega que me substituiu abordou-me para indagar se

alguma vez tinha dado conta da tal situação que acima me escusei de descrever, estava bastante incomodada com o que se passava. Claro que dei, mas quando lhe fiz o primeiro penso.

Após o seu falecimento, que como se depreende do acima exposto, ocorreu quando já não estava à frente daquele serviço, recebi duas filhas da Senhora Conceição que vinham desobrigar-se de um compromisso com a sua mãe: entregarme uma toalha de lavatório de linho caseiro que ela fizera questão em me deixar. Era uma toalha com uma renda muito simples e reparei que as pequenas letras cor-de-rosa, a ponto de cruz, não correspondiam às iniciais da Senhora Conceição, possivelmente teria pertencido a alguém que lhe era muito querido, seria talvez o objecto com maior valor estimativo que possuía. Disse-lhes que não podia aceitar uma oferta com tal carga afectiva, que esta pertencia à família. Não as demovi, era a última vontade da sua mãe. Olhando-as nos olhos fiquei com a convicção que esse era também o seu desejo. Essa toalha é para mim uma relíquia sagrada, baptizou os meus filhos, os meus netos e afilhados e outros a quem a emprestei. Ao tocar-lhe sempre experimento um sentimento de gratidão para com a minha doente e todas as enfermeiras e enfermeiros que fizeram ou fazem das suas mãos ferramentas mágicas, entre as quais se inclui a Senhora Enfermeira Belmira Lapa. Também a vejo como um tributo às minhas mãos.

Uma experiência determinante para abraçar definitivamente a minha profissão

Esta gratificante experiência profissional foi determinante para que a enfermagem fosse definitivamente a minha profissão, onde estou de alma e coração há 52 anos. Até aí, pensava seguir outros rumos e tinha pessoas a estimularem-me a isso. Ao cuidar daquela doente, compreendi a essência desta profissão maravilhosa que nos dá oportunidades únicas de aprendizagem, de nos desenvolvermos como seres humanos, de progredirmos espiritualmente, assim saibamos

agarrar essas oportunidades e estar abertos ao que nos diz a nossa intuição. Quando me questionavam, inclusive os médicos com quem trabalhei, porque não tinha continuado os estudos, isto é, fazer um curso universitário, respondia “Busca quem ainda não encontrou e eu encontrei”.

Nestes últimos tempos, têm-me perguntado frequentemente o que motivou a minha escolha profissional, se fui influenciada por alguém ou se tinha algum familiar enfermeiro, se foi um chamamento interior... Sinto muito, mas não tive qualquer chamamento interior, não fiz tratamentos a bonecas em pequena, nem nunca tinha pensado em tal profissão até ao momento em que inesperadamente essa oportunidade se me apresentou. Foi uma saída, o que aliás aconteceu e acontece a muito boa gente, ao inscreverem-se nos cursos, no de enfermagem e noutros. Depois ou se encontra a essência que nos toca o âmago do nosso ser e nos empenhamos seriamente em adquirir as competências necessárias para a exercer dignamente ou somos toda a vida uns frustrados, uns tristes, atribuindo a responsabilidade desse estado de alma às instituições que nos dão trabalho ou aos que vamos encontrando no caminho, isto se não tivermos a coragem de mudar de profissão. Eu encontrei-a naquela experiência. Por isso, aquela toalha me desperta um sentimento de tanta gratidão, para quem ma ofereceu, mas também ao Alto pelas oportunidades que tive.

Guardo também um pequeno gesso com a imagem da Rainha Santa oferecida por um doente muito idoso (1958) a quem administrava aminofilina e strosfide EV e que carinhosamente me tratava por Mademoiselle. Habitualmente, colocava uns segundos a palma da minha mão no seu braço, gastava algum tempo a explorar a rede venosa e a preparar as veias a fim de se tornarem salientes, tempo esse que era recuperado de imediato. Talvez pela energia que as minhas mãos transmitiam, pela destreza dos gestos ou simplesmente pela relação estabelecida recebi o testemunho da sua gratidão, materializada numa obra por si executada.

Ao longo do meu exercício hospitalar muitos foram os testemunhos recebidos sobre as minhas mãos, aprendi a falar através delas, apesar de ser

por natureza uma faladora. Em situações penosas, intuitivamente, sabia que as mãos tornavam as palavras desnecessárias, iam além destas ou amenizavam o impacto duma mensagem verbal desagradável. Por pura intuição colocava uma mão na testa e outra, paralelamente, atrás na cabeça das doentes debilitadas, aquando da visita rápida que fazia a todas as doentes do serviço, imediatamente a seguir à passagem do turno da manhã e noutros posteriores contactos. Na época não sabia nada de energias, mas sentia que transmitia bem-estar e recebia feedback nesse sentido.

Devo dizer que comecei a fazer esta visita após o nascimento da minha filha (1961), em que estive internada nos Quartos Particulares, por ter observado que o Senhor Enfermeiro Chefe Adolfo após a curta passagem de turno, batia à porta do meu quarto: “Dá licença, bom dia Senhora Enfermeira, como passou a noite?” E a seguir algumas palavras sempre muito ajustadas à minha situação (cesariana, após um processo arrastado). Fiquei admirada e pensei que era uma deferência para com a jovem colega. Observei-o e pude concluir que fazia isso em todos os quartos. Ele tinha uma figura distinta, sempre muito bem fardado e impecável tanto na farda como no trato, competentíssimo na área da urologia masculina, perito nos cateterismos, dilatações e outros difíceis tratamentos, num tempo em que o material nada tinha a ver com o actual. Foi para mim uma grande lição e quando entusiasmada contava a outras colegas o que observara, logo houve quem desse outra interpretação. Seis anos mais tarde, em novo internamento, pude não só confirmar estes factos como a sua competência noutros domínios.

Esta visita matinal, tornou-se preciosa no meu desempenho de chefia: permitia-me observar o estado das doentes, como tinham sido cuidadas no turno da noite, colher dados para novas orientações e levar-lhes algum conforto afectivo e estímulo para a vida. Algumas vezes detectei agravamentos que exigiram intervenção rápida, recordo, por exemplo, a situação de uma doente com Miastenia Graves, entrada durante a noite (tinha saído de uma clínica), mal diagnosticada, em completa falência respiratória por ineficácia do seu diafragma.

A princípio fiz uma grelha de observação, com os pontos-chaves em que devia focar a atenção. Depois, integrei-a de tal forma que os rápidos flashes recobriam esses pontos sem esforço. Era a observação instantânea de André Montesinos, de que muitos anos mais tarde tomei conhecimento.

Também sempre gostei de fazer massagens e quantas fiz para aliviar o mal-estar, o desconforto! Mesmo fora do meu serviço, quando ao passar as minhas rondas encontrava doentes em sofrimento que a terapêutica farmacológica não aliviava e aconteceu-me ser chamada, nessas rondas, para doentes rotuladas de “histéricas” que não paravam de se queixar e as minhas mãos detectavam situações a exigir intervenção cirúrgica imediata., assim como vi muitas colegas a detectarem sofrimentos, situações graves quando, com as suas mãos, efectuavam um qualquer cuidado. Igualmente observei muitos médicos exímios na utilização das suas mãos: através delas faziam diagnósticos que posteriormente as intervenções cirúrgicas ou os exames confirmavam, bem importante num tempo não se dispunha dos sofisticados meios de diagnóstico actuais. E que dizer da destreza, da sensibilidade, da segurança e rapidez dos gestos de notáveis cirurgiões, de que eu própria fui beneficiária! Os talentos fazem-se com determinação e trabalho, embora não se possa negar que se nasce com dons específicos para determinadas actividades.

Nos meus graves episódios de doença, também eu como receptora de cuidados, era capaz de reconhecer a pessoa que me prestava, pelas suas mãos, mesmo de olhos fechados, no bom e no mau sentido. Recordo a cara de espanto, quando, numa situação de perfuração intestinal, cujo diagnóstico não foi correcta e rapidamente efectuado devido a sintomatologia atípica e radiografia abdominal sem preparação não esclarecedora, me disse “quer esperar pelo Sr. Professor?” e eu respondi: “mostre-me as suas mãos”. Apanhado de surpresa estendeu as duas mãos, observei-as e disse-lhe: “Se sente forças, pode operar-me” e acrescentei “Deus me livre de algumas mãos, se não morresse do mal, morria da cura!” Isto é, do traumatismo provocado por mãos pouco destras e pouco sensíveis, a

procurar atabalhoadamente o “furo”, que não se sabia onde estava.

Em suma

Em aluna, o exemplo duma exímia enfermeira despertou-me para a importância de trabalhar as mãos de modo a que não elas *não provocassem dor nem fizessem estragos*, ao longo da minha vida profissional, aprendi que elas podem também reconhecer e aliviar sofrimentos do corpo e da alma, transmitir amor, compaixão, respeito e consideração. Podem até despertar a memória de ambiência afectiva, da doçura dos primeiros tempos de vida, quando se recebia os carinhos e cuidados de sua mãe, tornando-se apelos de “humanidade”. Aprendi que elas falam e que as suas mensagens são potentes e duradouras no bom e no mau sentido. Decidi que havia de fazer das minhas mãos uma ferramenta mágica, apesar de reconhecer que não eram fisicamente nenhuma maravilha. Honestamente, penso que consegui e recebi muitos testemunhos disso, quando o meu exercício profissional me deu as muitas oportunidades de o demonstrar.

Como afastamento do terreno, elas adormeceram um pouco, para despertarem novamente a partir da formação em Reiki e de conhecer a bela filosofia de cuidados de “Humanidade” e as suas aplicações.

No presente, colegas Reikianas, sem saberem umas das outras, dizem-me: «conheço as suas mãos entre todas, elas parecem veludo», outras dizem cetim ou seda. Ao contactar com pessoas em sofrimento ou mesmo colegas cansadas, irritadas, pego-lhes na mão segundo os princípios da captura sensorial, uma aplicação da filosofia de “Humanidade”, juntando-lhe, é claro, a intenção de ser canal de Reiki, o *feedback* é imediato e muito positivo.

Neste texto deixei algumas mensagens, esperando que sejam decifradas e tenham alguma utilidade. A principal é para os que frequentam o curso de enfermagem ou já são enfermeiros e não sentiram ainda o chamamento interior, a essência desta maravilhosa profissão. Tenham esperança

e procurem nos pequenos nadas do dia a dia, na abertura calorosa ao outro, seja ele um cliente, receptor dos vossos cuidados ou um colega de caminhada. Espelhem-se neles. Observem e aprendam a reflectir sobre as vossas observações e as vossas práticas, tenho a certeza que encontrareis a essência subtil que faz da enfermagem uma profissão única nas oportunidades de crescimento a todos os níveis. Para os de mãos menos dotadas, acreditam elas fazem-se e com vontade e trabalho e sereis reconhecidos através delas, como pessoas únicas e como enfermeiros. Pela forma como um trabalhador pega e utiliza a sua ferramenta de

trabalho (um simples martelo), percebe se é um profissional ou um "amador". Desejo sinceramente que todos os que abraçam a enfermagem transmitam uma postura, a imagem de profissionais qualificados.

Uma recomendação

Não tenham medo de utilizar as mãos nuas, o pele a pele. As luvas são a maior parte das vezes tão falsa protecção como caricata é a sua utilização, observem! Mas, por favor, *lavem as mãos!*