



JOSÉ ANDRADE GOMES ●

Unidade de Cuidados Intensivos: como ajudar o meu familiar?

Nos hospitais existem dois locais que provocam enorme ansiedade aos familiares dos doentes: o Bloco Operatório e a Unidade de Cuidados Intensivos (UCI). E se no primeiro caso a estada se conta por horas, nas UCI o internamento pode prolongar-se por mais tempo...

O QUE É UMA UCI?

Uma Unidade de Cuidados Intensivos é o local onde estão reunidos meios humanos e tecnologia sofisticada que permitem a vigilância e a terapêutica das situações clínicas potencial ou realmente graves. Para um doente ser lá internado, a sua situação clínica deverá ser reversível (isto é, deverá haver uma possibilidade real de o doente melhorar de forma significativa) e só de lá sairá quando puder ser tratado com a mesma eficácia em outra área do hospital.

FAZ MAL AO DOENTE TER VISITAS DOS FAMILIARES?

Os familiares sentem-se frequentemente inibidos quando estão a visitar um doente internado em UCI. É uma mistura de receio pela gravidade da doença, medo de poder agravar o seu estado clínico, susto pelos alarmes que tocam inesperadamente e, por vezes, ansiedade pela impossibilidade de estabelecer contacto verbal com ele. Esta última pode ser devido a várias razões: doentes em coma, sedados, ligados a ventiladores através de tubos que impedem a emissão de sons, entre outros.

COMO POSSO AJUDAR O MEU FAMILIAR?

A visita dos familiares pode ser positiva para os doentes, mas essencialmente nunca deverá ser negativa. Comece por se informar junto dos profissionais de saúde sobre o estado e a capaci-



dade de comunicação do doente; eles dar-lhe-ão informações úteis sobre o tipo de contacto que poderá ter. Se ele não estiver consciente, poderá à mesma pegar na sua mão e falar com ele de forma calma e com o tom de voz habitual. Se ele estiver consciente, fale-lhe das coisas que o possam estar a preocupar relativas à sua vida habitual (parentes, notícias, etc.), se elas estiverem a correr bem. Evite falar-lhe das coisas que o possam preocupar, mas se elas surgirem tente relativizar a sua importância. Não transmita demasiado entusiasmo: nestas situações, tende a soar a falso. Lembre-se de transmitir prazer por estar ali com ele e, sobretudo, transmita esperança. ●

● Médico de Medicina Interna e Intensiva da Unidade de Cuidados Intensivos do Hospital da Luz.