



## CUIDADOS PALIATIVOS EM RELATOS: LIGA ACADÊMICA EXPERIENCIANDO QUALIDADE DE VIDA

TCHANDRA MACHADO DE VARGAS<sup>1</sup>; BRUNO FERNANDO DA SILVA REIS<sup>2</sup>

<sup>1</sup>*Universidade Federal de Pelotas – tchandramv@gmail.com*

<sup>2</sup>*Hospital Escola da Universidade Federal de Pelotas – bruno.fernando@ebserh.gov.br*

### 1. INTRODUÇÃO

Ligas acadêmicas, de acordo com CAVALCANTE et al., 2021, representam grupos de estudantes voltados a ensino, pesquisa e extensão, supervisionados por professores e apoiados pela universidade, focados em um tema específico conforme as Diretrizes Curriculares Nacionais do(s) curso(s). Nesse contexto, a Liga Acadêmica de Cuidados Paliativos e Tanatologia (LACPAT) da Universidade Federal de Pelotas (UFPel) trata-se de uma organização multidisciplinar, com estudantes dos cursos da área da saúde e são ofertadas atividades práticas na Unidade Cuidativa, bem como aulas quinzenais e trabalhos de pesquisa periódicos, além de contar com uma diretoria organizada, proativa e orientada pela Profª. Drª. Julieta Fripp, médica paliativista.

Conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2014), os Cuidados Paliativos (CP) visam a melhorar a qualidade de vida de pacientes e familiares diante de doenças ameaçadoras da vida, incluindo prevenção e alívio do sofrimento, identificação precoce e tratamento da dor total (física, psíquica, social e espiritual). O termo "paliativo", derivado de "pallium" (manto em latim), relaciona-se à proteção do doente, ao respeito à sua dignidade e autonomia, bem como ao acompanhamento cuidadoso durante o processo de morrer (GRANT et al., 2021).

Entretanto, os cuidados paliativos continuam a ser equiparados aos cuidados de pessoas que estão prestes a morrer, associação que leva a encaminhamentos tardios e preconceito com o uso do termo (ZAMBRANO et al., 2019). Por essa razão, o presente trabalho é crucial para que, por meio de um relato de experiência de uma acadêmica de medicina inserida em uma liga acadêmica multidisciplinar repleta de atividades de extensão, os CP sejam expostos à comunidade da Universidade como uma temática que ainda é inexplorada e abreviada, especialmente por membros da saúde, mas que urge legítimas visibilidade e relevância frente à indissociabilidade da morbimortalidade à existência humana.

### 2. METODOLOGIA

Uma vez integrante da LACPAT, como membro da diretoria, pude participar de diversos eventos e rotinas dos cuidados paliativos (CP) na prática diária, dentro e fora da Cuidativa. A partir dessas vivências, nós, integrantes da liga, desenvolvemos relatórios breves, dos quais os meus serviram-me como base para

a integralização deste trabalho. Incluídas nessas experiências estão eventos, práticas de atendimento a pacientes, aulas, reuniões e projetos de pesquisa.

### **3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS**

Iniciei minhas atividades na LACPAT como tesoureira, em setembro de 2022. Minha primeira ação foi a organização do V Congresso de Cuidados Paliativos do Mercosul e II Simpósio Regional Sul de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICs), primeiro evento que tive a oportunidade de integrar a organização enquanto graduanda. Foi realizado entre 5 e 8 de outubro, com minicursos durante o dia, na Cuidativa, e palestras com convidados prestigiados da área, que foram realizadas no auditório do IFSul (Instituto Federal Sul-rio-grandense) - Campus Pelotas. Nós, ligantes, fomos responsáveis pelo credenciamento de ouvintes e pelo andamento geral dos minicursos. Foi uma experiência muito enriquecedora, haja visto ter sido possível desenvolver meus conhecimentos sobre CP enquanto exercia minha responsabilidade, proatividade e manejo de problemas.

Após, no dia 11 de outubro, participei do evento Cuidativa no Bairro: Edição Dia Mundial dos CP, em que aferi a pressão arterial de interessados que chegavam à banca instalada em frente à Unidade Cuidativa, enquanto estudantes de enfermagem dosaram a glicemia capilar e profissionais paliativistas orientaram acerca da importância desse tema e de um dia dedicado a ele. Nesse contexto, pude aprender muito ouvindo quem vive diariamente a prática paliativista. Além disso, ao final do evento, os participantes do evento e eu adentramos o auditório da Unidade Cuidativa e uma profissional voluntária conduziu uma dança circular, a qual nos aproximou em união, risadas, concentração e energização, fazendo com que me sentisse relaxada e desinibida; mesmo que com muitas pessoas que eu ainda não conhecia, senti-me acolhida.

Já em dezembro, alguns integrantes da liga, interessados na área de pesquisa, participaram do levantamento de dados sobre os atendimentos da Unidade Cuidativa de Cuidados Paliativos a moradores do Bairro Fragata de Pelotas, solicitado pelo Conselho Municipal do Idoso com vistas a compreender a saúde da comunidade idosa pelotense. Foram três dias inteiros de análise de prontuários e anotações em formulário destinado a tal, entre nove pessoas. Dessa forma, foram dias bastante produtivos, em que pudemos, principalmente, perceber o perfil dos pacientes da unidade, mas também notar a inabilidade dos médicos no que tange à caligrafia, o que dificulta significativamente a elaboração de um prontuário de um centro interdisciplinar. Assim, satisfez-se, então, o componente de pesquisa inerente a uma liga acadêmica.

No dia 25 de março de 2023 foi minha primeira atividade em contato direto com o cotidiano da Unidade Cuidativa. Nesse contexto, pude acompanhar dois médicos em atendimento a cinco pacientes nas três horas em que estive presente, eles já eram seus pacientes e consultavam-se no dia para acompanhamento

ambulatorial, em consulta clínica. Em outros momentos, também observei acupuntura, auriculoterapia e aromaterapia com a enfermeira responsável, que são técnicas da Medicina Tradicional Chinesa baseadas no fluxo de Qi, além de serem PICs que auxiliam no tratamento de condições crônicas, como dor, ansiedade e depressão e, portanto, são extremamente úteis no cuidado integral ao paciente em CP.

Ademais, presenciei uma primeira consulta de fisioterapia e outra de nutrição, as quais foram focadas em anamnese e prescrição de mudanças de estilo de vida. Ainda, participei em outro momento de uma sessão de fisioterapia voltada a pacientes com Doença de Parkinson, integrantes da ABAPP (Associação Beneficente dos Aposentados e Pensionistas de Pelotas), em que havia cerca de 15 membros, com níveis de limitação variados, realizando exercícios em conjunto e buscando a manutenção de sua qualidade de vida frente às restrições impostas pela doença. Tais experiências foram significativas na minha formação enquanto futura médica, visto que não possuiria outros meios de observar atendimentos como esses ao longo da graduação, embora sejam constituintes cruciais de um cuidado integral em saúde.

Entre os dias 18 e 20 de maio de 2023, compareci à I Conferência Livre Nacional de CP, em Pelotas, a qual almejava promover a proposta de implementar a Política Nacional de CP, com garantia de financiamento, integrada à Rede de Atenção à Saúde (RAS) e como componente de cuidado na Atenção Básica à Saúde através da Estratégia de Saúde da Família. Após tal evento, a meta foi alcançada com sucesso e o projeto está para ser sancionado pelo Executivo. Aliás, foi nessa mesma época em que meu cargo mudou para diretora de extensão e passei a gerenciar as práticas da liga na Unidade Cuidativa.

Em muitas sextas-feiras à tarde, por ser meu momento com mais tempo disponível para atividades extracurriculares, acompanhei o grupo Progeronto, sob responsabilidade dos alunos da terapia ocupacional (TO). Com cerca de 15 idosos, predominantemente mulheres, o objetivo era socializar e se divertir, por meio de atividades lúdicas como karaokê, pintura, desenho e sorteios. Em cada um deles, pude perceber a empolgação e a alegria com que as participantes chegavam e saíam, refletindo claramente um momento essencial nas suas vidas. Por isso, creio terem sido oportunidades riquíssimas para o meu desenvolvimento pessoal e profissional, tendo em vista a evidente importância de promover tal bem-estar aos meus futuros pacientes.

Em outras ocasiões, observei o andamento da academia com um professor de educação física, que instruía um grupo de cerca de dez pessoas com limitações às atividades de vida diárias. Outrossim, presenciei sessões de neuromodulação, com um médico fisiatra, para o tratamento de dores crônicas, especialmente advindas de síndrome dolorosa miofascial, fibromialgia ou neuropatia diabética. Ainda, assisti a uma sessão de Tai chi chuan, ministrada por um voluntário, em que

se evidencia a leveza e tranquilidade das práticas artísticas chinesas, bem como sua significância para o relaxamento de corpo e mente dos pacientes. Para mais, em uma terça-feira à tarde não havia atividades previstas na Cuidativa, então a técnica em enfermagem responsável me orientou acerca das medicações injetáveis disponíveis no serviço e suas indicações, conforme seus conhecimentos práticos.

Essas atividades de extensão supracitadas foram o foco enquanto fui membro da liga. No entanto, também realizamos reuniões da diretoria mensais, a fim de decidir os próximos passos a serem dados pela LACPAT, as atualizações, as medidas a serem tomadas e os comunicados que precisavam ser repassados aos ligantes. Mais além, também havia aulas quinzenais com o Prof. Dr. Bruno Reis, em que ele selecionava um tema relevante referente aos CP e, previamente, a diretoria de ensino accordava datas propícias para ambos, construindo, assim, um cronograma que permanecia disponível a todos os integrantes da liga e ao professor. Nesse cenário, lembro de duas aulas específicas, uma introdutória e conceitual e outra sobre dor total. Assim, cumpriu-se também, por fim, o item de ensino inerente a uma liga acadêmica.

#### 4. CONSIDERAÇÕES

Em conclusão, posso afirmar que as experiências que tive na LACPAT foram extremamente significativas na minha vida, tanto pessoal quanto profissional, pude aprender com muitos mestres em suas áreas de atuações – realçando a multidisciplinaridade intrínseca a essa liga – e com os vários pacientes com os quais interagi ao longo desse um ano e meio. Ainda, sou capaz de afirmar que o objetivo deste trabalho foi alcançado, haja vista que pude mostrar todas as vivências que tive na Unidade Cuidativa e o impacto que esse serviço de CP tem na vida de seus usuários. Por fim, considero relevante em uma próxima escrita buscar dados que comprovem de maneira mais rigorosa essa repercussão na vida dos pacientes, que percebi subjetivamente nas minhas práticas habituais.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CAVALCANTE, A. S. P. et al.. Em busca da definição contemporânea de “ligas acadêmicas” baseada na experiência das ciências da saúde. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, v. 25, p. e190857, 2021.

GRANT, M. S.; BACK, A. L.; DETTMAR, N. S.. Public Perceptions of Advance Care Planning, Palliative Care, and Hospice: A Scoping Review. **Journal of Palliative Medicine**, v. 24, n. 1, p. 46–52, 1 jan. 2021.

SAUNDERS, C.. **The Evolution of Palliative Care. Journal of the Royal Society of Medicine**, v. 94, n. 9, p. 430–432, 23 set. 2001.

ZAMBRANO S. C., CENTENO C., LARKIN P. J., EYCHMÜLLER S.. Using the Term “Palliative Care”: International Survey of How Palliative Care Researchers and Academics Perceive the Term “Palliative Care”. **Journal of Palliative Medicine**, v. 23, n. 2, p. 184-191, 5 jul. 2019.