

DOCUMENTAÇÃO

www.aese.pt

A dama que devolveu o sorriso aos moribundos

Numa cultura que presta culto ao corpo e fomenta a obsessão pela saúde, fazem falta pessoas que se atrevam a olhar de frente a morte. Neste campo sobressai Cicely Saunders que, juntamente com outras duas mulheres do século XX, Teresa de Calcutá e Elisabeth Kübler-Ross, humanizou o rosto da morte e aplicou, com a sua vida e o seu trabalho, um bálsamo sobre uma das grandes feridas do género humano.

Recentemente, a editora Palabra lançou uma biografia de Cicely Saunders (1918-2005), fundadora do movimento Hospice de Cuidados Paliativos, seguramente a instituição médica que mais fez por este campo da medicina. (Shirley du Boulay, "Cicely Saunders. Fundadora del movimiento Hospice de Cuidados Paliativos", edição atualizada e completada por Marianne Rankin. Palabra, Ma-drid, 2011, 348 págs. Original: "Cicely Saunders. The Founder of the Modern Hospice Movement". Tradução para castelhano: Gloria Esteban)

Não se pode dizer que a Dra. Saunders não tenha sido reconhecida pelo seu trabalho: recebeu, além de uma vintena de doutoramentos *honoris causa* em todo o mundo, e no seu país, a Grã-Bretanha, a Ordem do Mérito – a distinção honorífica mais importante do país – e o título de dama do Império Britânico. A sua influência sobre a medicina moderna, muitas vezes desconhecida, justifica largamente tais títulos.

Uma mulher corajosa

Cicely Saunders foi uma autêntica pioneira, embora ela se referisse à sua própria história de modo mais modesto: "fui a pessoa indicada no lugar e momento certos". Nasceu em Inglaterra em 1918. Desde jovem que se sentiu chamada para ajudar os mais necessitados, e orientou a sua carreira profissional para os cuidados com os doentes. A sua sensibilidade para com os desamparados aumentou graças a um acumular de circunstâncias, quase todas bastante dolorosas: por um lado, a sua arraigada timidez, que foi colocada especialmente à prova durante a sua estadia num

colégio interno; por outro, a separação dos seus pais após um tortuoso casamento. Por último, aquilo que a levou a fundar uma nova instituição foi a perda do seu primeiro grande amor, um jovem doente terminal que ela atendeu nos últimos dias da sua vida.

Como no caso de Teresa de Calcutá, para a sua decisão foram fundamentais o degradante ambiente em que morriam muitos doentes na Inglaterra do início do século XX e também uma forte visão vocacional e religiosa da vida. Cicely, que não se tinha ocupado especialmente da sua vida espiritual enquanto jovem, converteu-se à Igreja Evangélica aos 27 anos. Embora pouco a pouco, foi-se afastando desta Igreja. A doutrina cristã foi o seu guia, tanto na sua vida pessoal, como na fundação da Hospice.

O seu carácter audaz e o seu empenho em terminar aquilo que começava, também a ajudaram muito a implementar o seu projeto. Mostra desse carácter, é uma anedota de juventude: quando estudava enfermagem, diagnosticaram-lhe um problema nas costas, agravado pelas longas estadias nas salas de enfermos. A Cicely, que não estava disposta a abandonar a profissão, não lhe ocorreu outra coisa a não ser estudar deitada no chão, virada para cima. Passava horas assim. Acabou por conseguir terminar os estudos de enfermagem.

O otimismo foi um traço saliente do seu carácter. Algo que se plasmou igualmente na sua obra, o movimento Hospice. Talvez, de início, a instituição não tenha constituído nenhum avanço inovador no terreno estritamente científico. A sua contribuição foi modificar completamente a paisagem que rodeava as doenças terminais: convertê-la num ambiente que encorajasse a tirar todo o proveito de uma situação tão decisiva e tão fecunda como a morte. O seu entusiasmo, a sua solicitude pelos mais necessitados e a sua sensibilidade faziam de Cicely uma arma terapêutica em si mesma.

Para a dor total, a medicina total

A morte de David Tasma, o seu primeiro amor, convenceu-a de que "é possível viver uma vida inteira em poucas semanas". Mas havia que criar as condições necessárias para que isto

ocorresse. Cicely referia-se à dor do doente terminal como “dor total”, porque é a soma da dor física, da dor social – a carga que o enfermo acha estar a fazer recair nos seus familiares –, a dor emocional – resultado de se sentir inútil e incapaz de se expressar a si mesmo – e a dor espiritual. Em face da dor total, pensava Cicely, a única solução é uma medicina total: nos centros hospitalares ligados ao movimento Hospice, hoje implantado pelos cinco continentes, cuida-se do atendimento físico dos doentes, mas também da sua criatividade, promovendo atividades de pintura ou música, da sua espiritualidade e do atendimento aos seus familiares.

Estes centros dispõem de uma capela e de um serviço de atendimento espiritual que respeita as convicções de cada doente. Além disso, a dedicação à família do enfermo é outro dos pilares do movimento, por expresso desejo de Cicely. Exemplo disso são os inúmeros telefonemas de familiares que a receção destes hospitais atende, muitas vezes “apenas para conversar”, como queria a fundadora. Permitem que os parentes visitem o doente sempre que queiram sem que impeçam o descanso dele, pelo que os centros se convertem em pequenas cidades com um agradável trânsito de famílias e amigos.

Além disso, Cicely quis que os doentes dos seus hospitais se sentissem sempre como em suas próprias casas, mas que, se em algum momento quisessem regressar durante algum tempo aos seus lares, e isso fosse viável, tivessem total liberdade para o fazer. Daí ter desenvolvido desde o princípio um serviço completo de atendimento ao domicílio.

Cuidar até da cor das cortinas

Quando a morte está próxima, cada pormenor conta. Aquilo que pode ajudar a enfrentar com espírito positivo os últimos momentos são, às vezes, pequenas mostras de carinho. Cicely aprendeu esta lição na sua juventude, nas suas estadias nos hospitais. Por isso, quando fundou o seu, preocupou-se em levar à prática: portas largas para as cadeiras de rodas, uma capela espaçosa à qual se pudesse aceder com as macas, bolos de aniversário para os doentes confeccionados pela equipa de cozinha do próprio hospital, um alojamento com instalações lúdicas para que as enfermeiras pudessem descansar, a distribuição da ala geriátrica em pequenos quartos-apartamento com cozinha, de modo a que se o desejassem, os doentes pudessem cozinhar, etc.

Trata-se, nas palavras de Cicely, de “averiguar o melhor modo de aumentar o bem-estar dos doentes, quando tão enfermos ou às portas da morte; aprender a não perder a serenidade para os manter serenos”. Uma anedota ilustra este cuidado pelos pormenores, que nasce do carinho pelo paciente: numa reunião de trabalho, enquanto observava uma colcha de retalhos de tecidos diferentes, Cicely perguntou a uma das suas ajudantes: “Imagina que estás enferma na cama e não te sentes bem: Que cortinas preferirias?”.

Hospice, uma comunidade

Quando Cicely criou o movimento Hospice, não tinha certezas sobre o que estava a criar: a palavra que lhe vinha à cabeça era a de comunidade. Ainda perturbada pela recente conversão religiosa, propôs-se fundar uma forma de congregação laica mas também médica. Com o tempo, o influxo da religião no movimento foi-se canalizando por outros canais. No entanto, a ideia de comunidade constituiu para Cicely uma ideia básica: iria esforçar-se por criar entre doentes, médicos, familiares, enfermeiros, capelães e todo o restante pessoal, uma forte comunicação, que se fundasse num interesse comum: o bem-estar dos enfermos.

Especialmente relevante foi a importância que deu desde os primeiros momentos às enfermeiras, quando muitas vezes eram vistas como as “donzelas dos médicos”. Cicely, que também tinha sido enfermeira antes de ser médica, compreendia que as enfermeiras são as pessoas que estão mais próximas dos doentes e sabem deles muitas coisas que os médicos desconhecem. Por isso, concedia-lhes uma certa capacidade de decisão nos tratamentos. Certa vez, um doente tinha tido de renunciar ao seu copo de whisky diário, porque mal o podia tragar. Graças à confiança que tinha na sua enfermeira, esta soube que aquilo significava para ele muito mais do que se poderia imaginar. A solução que lhe ocorreu foi congelá-lo: assim, o doente poderia chupar o whisky.

Evitar a dor, melhor que aliviá-la

Contudo, para lá da visão cristã, do otimismo e da alegria com que se rodeava o doente e os familiares, Cicely sabia que o fundamental no seu projeto era a eliminação da dor. Num hospital de freiras católicas onde trabalhou algum tempo, descobriu uma técnica que depois se encarregaria de levar ao mundo inteiro: a administração regular dos fármacos. Em vez de esperar que as dores se manifestem, o doente recebe os seus medicamentos antes, e de forma periódica, ajustável às circunstâncias. Evita-se assim, além disso, a sensação de culpabilidade e de impotência de muitos doentes, que pensam que podem ser encarados como pessoas frouxas, se forem eles a pedir os seus medicamentos.

Cicely não descuidou a faceta científica em prol de uma visão espiritualista da dor. O seu realismo foi outro dos seus melhores aliados. Estava consciente de que o controlo da dor se torna quase que imprescindível para “permitir ao doente continuar a ser ele próprio”. Daí que desde o princípio apontasse a necessidade de criar um departamento de investigação como parte do movimento.

Oposição à eutanásia

Esse mesmo realismo levou-a a opor-se frontalmente às primeiras vozes favoráveis à eutanásia. Conhecia melhor do que ninguém a qualidade de vida que bons cuidados paliativos, juntamente com a atenção aos pormenores e aos familiares, eram capazes de oferecer ao enfermo. “É perfeitamente possível manter a grande maioria dos doentes sem sofrimento com a dor, não sendo necessário administrar-lhes grandes doses de opiáceos e não tendo de recear a criação de uma possível dependência. É precisa maior formação sobre isto no caso de estudantes e enfermeiras”.

Graças em grande parte a Cicely, hoje os cuidados paliativos fazem parte dos estudos de enfermagem. Mas, a mentalidade eutanásica continua a ser forte, especialmente, e não por acaso, entre os que são alheios à profissão da enfermagem. Em 1961, visitou o Saint Christopher, o primeiro hospital do movimento, o Dr. Colebrook, um dos então mais afamados defensores da eutanásia. Após comprovar a alegria, o controlo da dor e a serenidade dos pacientes, disse a Cicely: “Acho que o problema da eutanásia não existiria ou seria muito menor, se os doentes em fase terminal pudessem acabar as suas vidas nesta atmosfera que a Cicely se esforçou em construir”.

O grande resultado de Cicely Saunders não foi esconder a morte ou atrasá-la, mas em modificar tudo o que tradicionalmente esteve associado a ela, uma operação muito de acordo, certamente, com o seu gosto e a sua sensibilidade pelo restabelecimento, como provam os seus hospitais. A união dos melhores tratamentos, um ambiente agradável, pessoal médico muito próximo e unido, atendimento preferencial aos familiares e sentido religioso da vida e da morte são a fórmula do Hospice e a herança de Cicely. É também um poderoso argumento a favor da vida e contra a eutanásia.

Na altura em que Cicely fundou o primeiro hospital, decidiu chamá-lo Saint Christopher por sugestão de uma paciente: seria lógico, visto que São Cristóvão é o patrono dos viajantes. Quando se concluíram as obras, Cicely colocou no jardim de entrada uma escultura deste santo, com o Menino Jesus nos braços, tentando cruzar um rio com uma forte corrente adversa. Uma imagem de como se pode atravessar o último rio, mas que também se pode interpretar como a luta de uma mulher para não abandonar os mais desamparados quando mais necessitam de apoio.

F.R.-B.