



magazine

INFETADOS A SALVAR VIDAS

Os medos, as angústias
e a coragem dos
profissionais de saúde
apanhados pela Covid-19



OS HERÓIS

O medo de infetarem os que mais amam. De não estarem devidamente protegidos. O medo da morte. A angústia de não poderem estar na frente de batalha. E de saberem de cor tudo o que pode correr mal. A medida que a Covid-19 ganha terreno, são cada vez mais os profissionais de saúde infetados. Histórias de quem se viu do outro lado. E se sentiu tão igual a todos nós.

TAMB

E TAMBÉM

TEMEM



TEXTO Ana Túlha

Soubes-lhe a medo aquele despertar. A garganta a arranhar. A tosse a arrelhar. O peito a oferecer resistência quando tentava respirar fundo. Num tempo que não este, na vida pré-Covid, talvez não ligasse. Mas naquele sábado, 14 de março, o Mundo não era como dantes. O vírus que tudo mudou já pairava como maldição. Em Portugal, havia mais de uma centena de casos confirmados. Mais de mil suspeitos. Para piorar, Matilde Moreira, 40 anos, técnica de análises clínicas do Centro

Hospitalar e Universitário de Coimbra, sabia-se par-

ÉM CAEM.

manhã em que tive taquicardias por não conseguir controlar a ansiedade." Nas horas do aperto tudo é medo. Matilde percebeu-o naquele quarto de hospital, felizmente reduzido agora à condição de uma recordação amarga.

Quinta-feira, dia 26, Matilde foi por fim autorizada a voltar para casa. Mas a vida ainda anda longe de se fazer normal. Para proteger os dela, continua confinada ao quarto. À hora das refeições, deixam-lhe a comida à porta e ela põe a máscara para a ir buscar. Às vezes vai à janela. E falam-se à distância. Conta-o animada. À beira daquele quarto de hospital atulhado de angústia, o novo poiso sabe-lhe a um longo suspiro de alívio. Isso e o facto de os sintomas já estarem a dar tréguas. Mas os receios não se foram de vez. "Preocupa-me o regresso ao laboratório e a possibilidade de

particularmente exposta. "Nessa semana, tínhamos tido indicação para testar todas as pessoas que não estivessem a recuperar das pneumonias e descobrimos vários doentes com Covid. Isto numa altura em que as condições de segurança no laboratório ainda eram muito limitadas." E então veio o medo. Pelos que ama primeiro. Por ela depois. "A minha principal angústia foi por causa do meu marido e da minha filha. A ideia de poder ter levado o vírus para casa. Fiquei um bocadinho apavorada. Com aquele aperto de quem já desconfiava que fosse. A primeira coisa que fiz foi afastar-me deles."

Saiu para trabalhar ainda assim. Fazia noite no laboratório. Pediu para ser testada mal lá chegou. Mas continuou a trabalhar. "Sempre de máscara. Nem parei para comer, para não a tirar." Eram 7.30 horas da manhã quando saiu o resultado que veio dar razão ao aperto. A Covid tinha-a apanhado. "Houve ali uns momentos em que me deixei levar pela angústia e pelo pânico, confesso. Ainda por cima tenho bronquite asmática. Exigi ser vista pelo infeciologista de serviço e disse logo que preferia ser internada do que ir para casa." E foi. Seguiram-se 12 dias, numa ala exclusivamente dedicada a doentes com Covid. Dias de cansaço tremendo. De falta de fôlego. De dores fortes nas articulações. De horas demoradas de angústia. Não tanto pelos sintomas. Mais pelo resto. "O facto de estar ali fechada, sem visitas. O facto de me ir apercebendo do que corria mal, nos quartos ao lado. O facto de ter uma colega de quarto que panicava e que queria ter sempre a televisão ligada. Eu até as notícias deixei de conseguir ver. Ali dentro tudo assumia proporções maiores. Tive dias horríveis. E uma



OS HERÓIS TAMBÉM CAEM. E TAMBÉM TEMEM

voltar a trazer alguma coisa para casa. Neste momento, o que se acha é que contrair o vírus dá alguma imunidade, mas não há certezas. Essa é a minha grande preocupação.”

O peso que Matilde carrega não é só dela. É também o de muitos outros profissionais que estão na linha da frente no combate à Covid. Dos que têm merecido rasgados elogios. Dos que motivam salvas de palmas à janela pelo país fora. Dos que (justamente) vão ascendendo à categoria de heróis. Mas nenhum reconhecimento os livra do perigo. Da exposição a essa doença que se multiplica sem pedir licença. Da angústia de levar o bicho aos que mais amam. Segundo os últimos dados disponíveis, Portugal já tem mais de 1100 profissionais de saúde infetados. Serão mais quando estas linhas forem lidas. Serão mais ainda os que ainda não foram testados mas já estão infetados.

É entre este rol de certezas que se vão desenrolando acusações. Jorge Roque da Cunha, secretário-geral do Sindicato Independente dos Médicos, garante que os números estão sub-reportados. E que já há pelo menos dez médicos nos cuidados intensivos. Há outras queixas, tão ou mais prementes. De falta de material, sobretudo. Ainda na semana passada, os bastonários das ordens dos Médicos, Enfermeiros e Farmacêuticos escreveram uma carta ao primeiro-ministro a lamentar que o Governo não esteja a “acautelar medidas básicas” de proteção dos profissionais de saúde durante a pandemia. Isto depois de o chefe do Governo ter defendido, em entrevista à TVI, que até agora não tinha faltado nada ao Serviço Nacional de Saúde, nem seria previsível que viesse a faltar. Versão distinta têm os representantes dos vários profissionais de saúde. “Continuam a chegar milhares de relatos de situações muito difíceis que os profissionais de saúde estão a enfrentar no terreno, sem estar devidamente acautelada a proteção das suas próprias vidas, dos seus familiares e dos seus doentes”, podia ler-se na missiva. Enquanto isso, a tutela vai assinando a chegada de novas encomendas ao país, reconhecendo, no entanto, a falta de material que existe neste momento no mercado mundial.

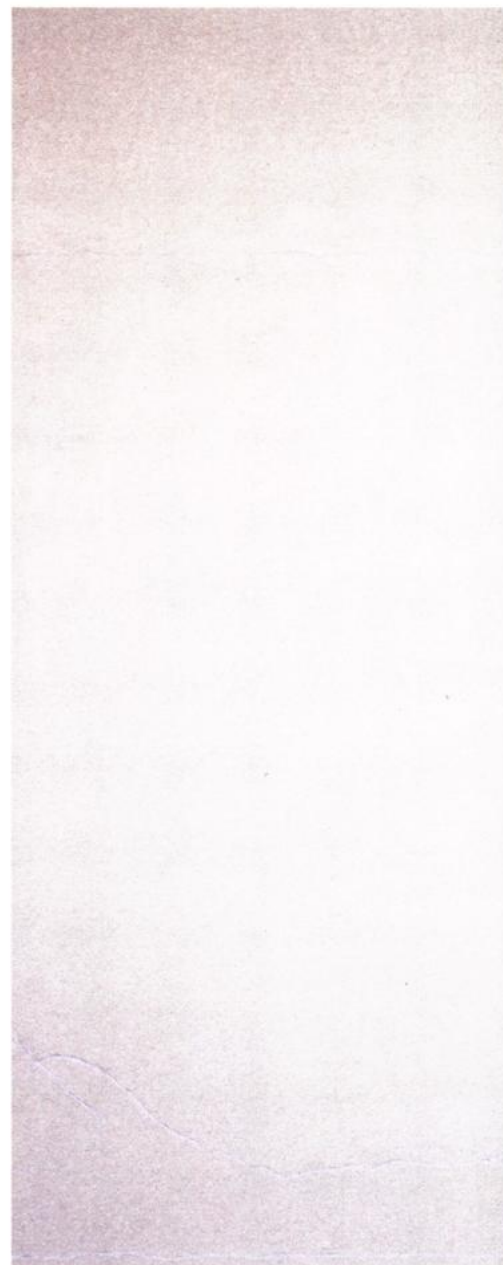
INFETADA DEPOIS DE SER PROIBIDA DE USAR MÁSCARA

Há quem lamente que não se tenham tomado as devidas precauções mais cedo. E, pior, quem tenha sido infetado por ter sido proibido de usar máscara no serviço em que estava. Aconteceu com Raquel Martins, do Porto, enfermeira de 32 anos num hospital privado da cidade que prefere não nomear. Os alarmes soaram ali entre 10 e 11 março, não sabe precisar exatamente o dia, quando a primeira colega do serviço ficou em casa com sintomas. Dois dias depois, o cenário repetiu-se com outra. Queixavam-se de febre e dores no corpo. Raquel ainda continuou a trabalhar. Para proteger os doentes, recorreu à máscara. Mas foi repreendida. Não se queria criar alarmismo, explicaram-lhe. Nada por escrito. Até que dias depois decidiu ligar à SNS24. Queria ser testada. E após muitas horas de espera conseguiu. O teste provou que a apreensão tinha razão de ser. Mesmo que os sintomas tenham sido ligeiros. Perda de olfato e de paladar repentinos. “Cheguei a usar perfumes e cremes

muito fortes para ver se conseguia sentir alguma coisa.” Dores nas articulações, sobretudo do lado direito. E o nariz a querer entupir. Obrigou-se ao isolamento de qualquer forma. Dentro de casa. A vida toda reduzida a uma cozinha. Até para dormir. “Pusemos lá um colchão. E fiquei lá duas semanas. As minhas filhas ficaram na sala, para terem mais espaço para brincar. O meu marido no quarto. Eu preparava as refeições para todos, sempre com a máscara, e criei uma espécie de barreira com fitas para ninguém passar da porta da sala para a cozinha.” De resto, separarem-se quando há algum vírus a rondar nem sequer é uma novidade lá por casa. Juntos na saúde e na doença, sempre, mas não literalmente. Em nome do bem-estar de todos. “Em qualquer vírus, se estivermos todos em contacto, mesmo que estejamos todos infetados, isso vai aumentar a carga viral [e os sintomas poderão ser mais fortes]. Portanto, já é habitual cá em casa: sempre que há vírus separamo-nos.” A estratégia parece ter resultado. O marido teve sintomas ligeiros. As filhas nem isso. Mas Raquel parte do princípio de que todos contrairam o vírus.

Há dias deixou a cozinha. Só para se poder fechar no quarto. Ainda aguarda que o teste dê negativo. Nem assim a angústia a poupa. “Não sei exatamente quem me infetou, mas sei que eles tiveram o vírus por minha causa. É claro que não tenho culpa da profissão que tenho, mas é revoltante saber isso.” Por estes dias, Raquel vive com outras angústias coladas ao peito. Uma delas é a de não poder estar na frente de batalha, junto dos outros colegas. “Tenho essa vontade, de estar para ajudar. Sei que eles estão exaustos e cansados. E se antes já éramos poucos agora ainda mais.” Outra baseia-se nos relatos que lhe vão chegando, de quem está no terreno. “Há muitos colegas a queixar-se que não têm material. Eu não consigo perceber. É óbvio que o fundamental nesta altura é proteger. É muito difícil estar na linha da frente neste momento. As máscaras duram quatro horas, as P2 [usadas no tratamento de doentes com Covid] duram seis. E há colegas que têm de as usar 12 horas. Muitos nem comem durante o turno para não terem de as tirar. É assustador. Sinto os meus colegas assustados.”

Carla Pereira, 33 anos, médica anestesista no Hospital de Braga, também foi apanhada na curva. Não porque não houvesse material. Mas porque “na altura as coisas ainda estavam muito no início, ainda não se usava a proteção adequada”, justifica. Sentiu o vírus a aproximar-se perigosamente quando na terça-feira, 17, uma colega com quem tinha estado a trabalhar no hospital – e com quem inclusivamente tinha partilhado o quarto, “pequeno e sem ventilação” – lhe ligou a avisar que tinha testado positivo para Covid. Um dia antes foi apresentando sintomas. “Comecei com um pinga no nariz, uma garganta aranhada. Parecia constipada. Não valorizei. Só comecei a ficar mais preocupada quando os sintomas começaram a agravar. Mesmo assim, inicialmente, como não tinha os sintomas típicos, não tive indicação para fazer o teste.” Fê-lo-ia depois de saber a colega infetada. O resultado (positivo) chegou três dias depois. “Entretanto deixaram de ter reagentes em Braga.” Ao sexto dia, os sintomas agravaram-se. “Comecei a sentir-me mais cansada, com mais dores no



corpo, com cefaleias, perdi o olfato. Isso deixou-me muito assustada. Porque na altura não me sabiam dizer se era reversível. Mas nunca tive sintomas respiratórios inferiores. Nem febre.”

Só que a persistência do bicho mói até os mais estoicos. Infetada há mais de duas semanas, Carla já foi chamada a fazer novo teste. Mas voltou a dar positivo. Pelo que continua à espera, enquanto os dias se vão cumprindo com altos e baixos. “Há muitos aspe-



↓ Matilde Moreira,
40 anos, é técnica
de análises clínicas
no Centro Hospitalar e
Universitário de Coimbra



PELO CORREIO GLOBAL IMAGES

**“A MINHA PRINCIPAL ANGÚSTIA
FOI POR CAUSA DO MEU MARIDO
E DA MINHA FILHA.
FIQUEI UM BOCADINHO APAVORADA”**



OS HERÓIS TAMBÉM CAEM. E TAMBÉM TEMEM

tos que angustiam. Já passei pela fase em que estava tranquila. Mas também já tive a fase da angústia e da preocupação. De temer por mim e pelos meus. Até porque vivo com o meu marido. Por outro lado, como a qualquer outra pessoa, isto veio alterar-me completamente a rotina. Estou habituada a trabalhar muitas horas e de repente vejo-me obrigada a ter de ficar em casa e a não poder fazer aquilo de que gosto." Entre outros desassossegos que a inquietam. "Preocupa-me também o que os meus colegas me vão transmitindo. Desde circuitos que estão mal definidos a questões específicas relacionadas com procedimentos cirúrgicos, passando pela falta de material. Também me preocupa o meu regresso no meio disso tudo, porque agora as coisas estão ainda mais caóticas. E a questão da imunidade ainda não está totalmente respondida. Que tipo de anticorpos desenvolvemos, durante quanto tempo, até que ponto é que nos protegemos de uma nova infeção." Ainda assim, já cansada de se sentir impotente, sem poder ajudar, garante que não voltará amarrada ao temor. "Vou um bocadinho preocupada, mas não vou com medo. É o meu trabalho. Vou para onde for necessário e vou continuar a dar o meu melhor." Entretanto, cinco dos anestesistas que trabalham no mesmo hospital testaram positivo para Covid. "Imensos" outros ficaram de quarentena. A situação vai-se replicando pelo país fora. Também por isso Miguel Guimarães, bastonário da Ordem dos Médicos, vai repetindo que os clínicos devem ser testados regularmente. Preferencialmente a cada 15 dias. Com ou sem sintomas.

OS QUE TÊM SIDO ESQUECIDOS

Luis Dupont, presidente do Sindicato Nacional dos Técnicos Superiores de Saúde (STSS), lembra que não são os únicos. "Fala-se muito dos médicos e dos enfermeiros. Mas também há os técnicos superiores de diagnóstico e os terapeutas. Todos deviam ser enumerados. E sentimos que esses números têm sido ignorados." O responsável aponta o caso de profissionais como os "colegas das análises clínicas, por exemplo, que recebem as zaragatoas com as amostras biológicas recolhidas para tratar a nível laboratorial" e estão particularmente expostos. "Pode haver libertação de aerossóis", sublinha. Mas também os técnicos de radiologia e cardiopneumologia. "Nas últimas semanas tivemos muitos profissionais que não estavam devidamente protegidos", lamenta.

É o caso de Maria, idade a rondar os 50 anos, técnica de radiologia na urgência de um hospital do norte do país. Prefere não dar mais detalhes. Mas assegura que, por lá, até há duas semanas, continuavam a trabalhar sem qualquer proteção. Mesmo que estejam no olho do furacão. "Nas urgências, lidamos com doentes que vêm de todas as salas da triagem. Doentes que podem estar infetados. Somos dos profissionais que estamos na primeira linha." O desabafo escapa-lhe a meias com uma nota de desalento. Entretanto, os técnicos já receberam máscaras cirúrgicas para trabalhar. "Mas uma por cada turno de 12 horas." Seja como for, para ela a medida chegou demasiado tarde.

Faz já mais de duas semanas que trabalhou pela última vez. Depois do derradeiro turno, de 12 horas, já

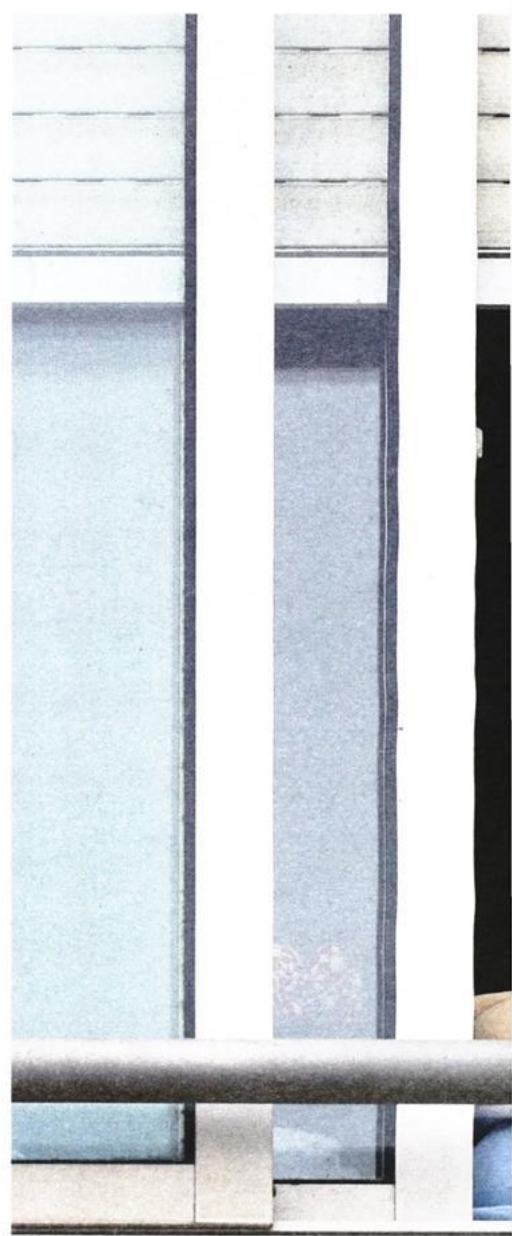
não se sentia muito bem. Muito cansada, com cefaleias, com muitas cólicas abdominais também. "Como me sentia esquisita, resolvi tirar a febre. Tinha 37,8 graus. Mas, na altura, não imaginei que pudesse ser isso. Achei que fosse uma virose qualquer." Como não tinha que trabalhar nos dias seguintes ficou por casa, a paracetamol, "à espera que passasse". Mas a febre continuava a subir. Acabou por ligar para a linha SNS24. Foi-lhe dito que não preenchia os critérios para fazer o teste. E ela a piorar. Dores no corpo, muito cansaço, diarreia. Ainda foi ao centro de saúde, mas não teve melhor sorte. Foi preciso uma segunda tentativa, já "extremamente debilitada", para lhe fazerem o teste que confirmou o diagnóstico.

Desde então, os dias têm sido passados em reclusão, no quarto, para não expor o resto da família. Agora, o pior até parece já ter passado. "Mas estive uns dez dias com febre." A angústia foi-se instalando de mansinho. "Isto demora muito tempo a passar. À medida que passa mais um dia e estamos igual torna-se mais assustador. Também pelo facto de não sabermos que desfecho é que isto pode ter. Se calhar por termos mais noção dos riscos, por sabermos como as pneumonias provocadas pelos vírus podem ser feias, por já termos visto imagens arrepiantes, temos mais medos. Não temos tantas ilusões."

Os heróis também caem. E também temem. E afinal viver a Covid do outro lado não é tão diferente assim. Matilde Moreira, a técnica de análises clínicas que no sábado, 14, quando sentiu a garganta a arrear e a tosse a arrelhar, despertou com medo, e que até esteve internada ao lado de alguém que não era profissional de saúde, é a prova disso. Mas consegue apontar uma vantagem. "A grande diferença que vi foi na aceitação. Por muito mau que tenha sido eu entendia que tinha de continuar internada. E tinha muita confiança em quem me estava a tratar. A pessoa que estava internada ao meu lado estava sempre muito revoltada por estar ali. Essa foi a grande diferença que notei. Mas o medo de morrer é igual. E o facto de sabermos mais tanto nos pode descansar como provocar mais pânico."

"É GRAVE MAS NÃO É PESTE BUBÓNICA"

Há, contudo, histórias tranquilizadoras. Cidraís Rodrigues, 63 anos, diretor do serviço de Pediatria do Hospital Pedro Hispano, personifica uma delas. Há mais ou menos duas semanas, ao acordar, recebeu uma chamada do hospital a informar que uma funcionária da instituição teria positivado para Covid e que, por se tratar de alguém com quem tinha lidado de perto, deveria ficar em isolamento. "Tive alguns sintomas, ligeiros, e só durante umas horas. Uma febre ligeira, uma tosse discreta, muito discreta. Em qualquer outra situação não me passaria pela cabeça que pudesse ser algo mais preocupante. Já tive gripes muito piores." Entretanto, contactou a linha para profissionais de saúde e dirigiu-se a um centro de testes. No mesmo dia, foi informado de que estava infetado. "Já estava em isolamento no quarto e em isolamento continuei." Mas nem sequer voltou a ter sintomas. Aproveita para ler, também acerca do vírus, para estudar, para ver notícias. Com a única angústia de não poder estar na frente de batalha.



"Gostaria de voltar o mais rapidamente possível. Toda a gente faz falta. É de longe a parte que me custa mais." E quando voltar, sempre que se proporcione, fará questão de partilhar com os doentes que esteve infetado. "Acho que a minha experiência pessoal é bem tranquilizadora e que deve ser transmitida. Naturalmente que ajuda as pessoas a contextualizar as coisas. Ajuda a perceber que isto é grave, sim, mas não é peste bubónica." ☞



“HÁ MUITOS COLEGAS A QUEIXAR-SE QUE NÃO TÊM MATERIAL. EU NÃO CONSIGO PERCEBER, É ÓBVIO QUE O FUNDAMENTAL NESTA ALTURA É PROTEGER”

IVAN DE LIMA/GLOBAL IMAGES



↑ Raquel Martins,
32 anos, é enfermeira
num hospital privado
do Porto que a proibiu
de usar a máscara

Notícias Magazine 05.04.2020

19