



TÓPICO 2 CONVERSAS COM O PESSOAL MÉDICO

Preparar-se para conversas com a equipa médica numa fase de doença avançada, pode ser emocionalmente desafiante, mas torna-se essencial e muito importante, para garantir que os desejos e preocupações da pessoa em fim de vida sejam compreendidos e respeitados.

Este diálogo com os profissionais de Saúde, fomenta uma relação tripartida entre paciente, equipa médica e familiares. É relevante para a pessoa que está em fim de vida, e também para aqueles que a apoiam, considerarem reservar algum tempo para refletir sobre objetivos, valores e preferências para cuidados de fim de vida.

Tente priorizar o que é mais importante para o paciente, em termos de qualidade de vida, nomeadamente o controlo sintomático da dor e opções de tratamento.

Fazer perguntas sobre opções de fim de vida, promove uma compreensão partilhada e mais informada, eliminando potenciais mal-entendidos. A comunicação transparente torna-se um pilar para uma abordagem empática e personalizada, onde cada voz – paciente, equipa médica e familiares – é ouvida e respeitada.

Módulo 1:

Vamos falar sobre a morte e o morrer?

VAMOS EXPERIMENTAR

Para discutir os seus desejos de fim de vida e/ou fazer perguntas sobre possíveis escolhas de tratamento, por exemplo, deve considerar preparar antecipadamente a sua consulta, refletindo acerca das suas preocupações/dúvidas.

Quando agendar a sua consulta, pode imediatamente informar a equipa médica/técnica da sua intenção em abordar determinado tipo de questões. A preparação para a sua consulta pode ser feita com uma pessoa da sua confiança, que poderá apoiá-lo durante o decorrer da mesma e defender as suas escolhas posteriormente.

Reserve um momento para refletir sobre o que é mais importante para si em relação às suas escolhas de fim de vida.

Crie uma lista das suas preocupações e objetivos para esta discussão.

Se você não está familiarizado com determinados termos médicos, reserve um tempo para pesquisar e entendê-los. Isto permitir-lhe-á comunicar de forma mais eficaz com a equipa médica.

- Desenvolva uma lista de perguntas sobre a sua saúde, possíveis tratamentos, implicações de cada opção, etc., para garantir que não se esquece de nada durante a consulta.
- Pratique como irá expressar as suas preferências de forma clara e concisa, incluindo quaisquer desejos relativos a cuidados paliativos, diretivas antecipadas, etc.
- Considere as várias reações que a equipa médica poderá vir a ter, mediante as suas preferências/decisões, para se preparar melhor para o debate acerca das mesmas.
- Tente expressar os seus sentimentos de forma aberta e honesta, contribuindo para um ambiente de comunicação aberto.
- Durante esta consulta, tome notas para garantir que compreende todas as informações fornecidas pela equipa médica.



Co-funded by
the European Union



...at the end of life



Canva Pro

REFLEXÕES

- A preparação antecipada permitir-lhe-á maximizar o seu tempo com a equipa médica e evitar esquecer elementos importantes.
- Não hesite em fazer perguntas de esclarecimento, quando os termos médicos usados lhe parecem complicados.
- Perguntas abertas podem estimular conversas mais aprofundadas e fornecer uma compreensão mais completa da situação.
- Para explicar melhor as suas preferências, deverá usar exemplos concretos de situações reais semelhantes que conseguiu encontrar na sua pesquisa. Isto torna os seus desejos mais tangíveis.
- Enquanto paciente, tem os seguintes direitos:
 - O direito a informações claras e abrangentes sobre o seu estado de saúde, tratamentos disponíveis, possíveis alternativas, etc.
 - O direito ao consentimento informado.
 - O direito à confidencialidade.
 - O direito de recusar o tratamento.
 - Acesso aos seus registos médicos.
 - O direito a ser tratado com dignidade e respeito, independentemente da sua origem, género, orientação sexual, religião ou qualquer outra característica pessoal.
 - O direito a uma segunda opinião.
 - O direito de denunciar ou reclamar em caso de violação dos seus direitos.
- Esteja ciente de que os profissionais de saúde, nem sempre são treinados para conseguir comunicar de forma compassiva e transparente. Por isso, iniciar a conversa com perguntas pode ser vantajoso.
- Ao consultar especialistas, sinta-se à vontade para contactar o seu médico de cuidados primários se com ele tiver uma relação de confiança mais forte, para que este possa responder às suas perguntas.

DICAS PARA FORMADORES

- A sessão pode começar com uma mesa-redonda sobre a partilha de preocupações e de experiências para personalizar a sessão de formação e permitir cenários práticos.
- Enfatizar importância de conhecer os direitos enquanto paciente - aproveite para explicar esses direitos coletivamente durante a sessão.
- Use cenários realistas para simular situações de comunicação com a equipa médica. Incentive os participantes a praticar como abordariam esses cenários, nomeadamente comunicação deficiente ou atitudes menos favoráveis por parte da equipa médica.
- Considere incorporar um exercício de gestão de stresse (respiração profunda, preparação mental), pois estas situações podem ser altamente stressantes.
- Destacar a importância de considerar a diversidade cultural e linguística na comunicação com o pessoal médico.



Co-funded by
the European Union