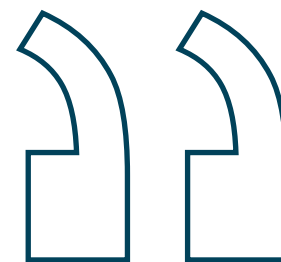


Pandemia é uma palavra que vem do grego – pan (tudo ou todos) + demos (povo). Ela se encontra hoje relacionada à Covid-19, e remete a cenas que o mundo tem visto repetidamente nestes primeiros meses de 2020: apelo à higienização das mãos e dos ambientes; cientistas pesquisando vacinas e medicamentos; pessoas em isolamento social; e profissionais da saúde trabalhando exaustivamente para poupar vidas.

Uma das características conhecidas da doença é a facilidade de contágio e as possíveis complicações no organismo do(a) infectado(a), que podem atingir especialmente quem faz parte do grupo de risco apontado pela OMS.

Os profissionais da Enfermagem, por terem contato próximo com pacientes com suspeita ou confirmação da doença, estão também pré-dispostos à infecção. No entanto, se conhecerem protocolos de vestimenta e remoção de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) e os aplicarem corretamente, poderão enfrentar a pandemia com segurança.

O índice de contaminação entre auxiliares e técnicos de enfermagem e enfermeiros, hoje, é baixo em Mato Grosso do Sul. Aqueles profissionais que acabaram contraindo a doença até então, conseguiram a cura e estão voltando, aos poucos, aos seus postos de trabalho.



A seguir, você vai ler os relatos de profissionais que passaram por momentos difíceis ao serem diagnosticados com Covid-19 e terem que permanecer em quarentena. Houve medo e discriminação por parte das outras pessoas mas, sobretudo, muito apoio da família e dos amigos e muita esperança de tudo ficar bem.

Como você acredita ter sido infectada?

Acredito que em contato com uma colega de trabalho, que teve contato com uma paciente com Covid-19.

O que aconteceu durante o período de isolamento? Como foi para você?

Apresentei sintomas considerados leves e fiquei em quarentena. Eu no quarto e meu esposo no resto da casa. O pior sintoma que senti foi o medo, que consome a gente, não deixa dormir direito. Tinha medo de dormir e acordar com alguma piora. Me imaginava acordando no hospital no outro dia. Perdi a minha avó materna durante a quarentena e não pude sair de casa para abraçar ninguém. Não dei um último adeus à ela e nem pude ver minha mãe depois dessa perda. É deprimente, a doença abala demais o psicológico, a gente se sente “um nada”. Agora estou me recuperando e bem fisicamente, embora ainda com o emocional abalado. A vida segue.

Mudou alguma coisa quando você saiu do isolamento, na relação com pessoas da comunidade, do trabalho e da família?

Discriminação pela comunidade teve um pouco, como sempre teve. O profissional da saúde já era visto como “meio de transmissão”, isso ficou mais evidente agora. Senti como a doença pode desestruturar uma família. Mas somos fortes e vamos passar por essa fase. Vai ficar tudo bem.

Qual mensagem você deixa após essa experiência?

Que as pessoas cumpram o que as autoridades estão pedindo, o tão importante isolamento social. Se puderem ficar em casa, fiquem em casa. O vírus não é brincadeira, ele existe.

Diele Torres da Silva
Técnica de Enfermagem



Como você acredita ter sido infectada?

Durante uma viagem.

O que aconteceu durante o período de isolamento? Como foi para você?

Tive falta de ar, muita náusea e perdi quase 5 quilos. Meu marido cuidou de mim durante o isolamento, mas fiquei preocupada com minha família, principalmente com minha mãe, que teve Covid-19 confirmada também e mora em Dourados. O pior de tudo foi não poder estar com eles. Chorei muito por culpa. A impressão que eu tinha é que todos achavam que contrái a doença durante a viagem e não estava me preocupando se ia ou não transmitir para os outros. Mas eu não sabia que estava doente! Depois que procurei os especialistas do Apoio em Saúde Mental do Cofen, me senti melhor e parei de me culpar. É um suporte maravilhoso que indico a todos os profissionais.

Mudou alguma coisa quando você saiu do isolamento, na relação com pessoas da comunidade, do trabalho e da família?

Voltei a trabalhar hoje. Ainda sinto que estão me culpando, mas eu realmente não sabia que estava doente.

Como foi o serviço de suporte emocional que você recebeu?

Que mensagem você deixa para as pessoas que subestimam a Covid-19?

O atendimento foi ótimo e me ajudou a ver as coisas sob outra perspectiva. O profissional que me atendeu falou que eu não sou culpada, que isso poderia acontecer com qualquer pessoa, e era para eu focar em outras coisas e não naquele sentimento. Foi um alívio para mim. Eu reforço a todos que a doença é real. Que façam isolamento social, se puderem, e procurem usar máscara sempre.

Rosângela da Silva Moutinho
Enfermeira



Como você acredita ter sido infectada?

Em contato com uma paciente.

O que aconteceu durante o período de isolamento? Como foi para você?

Eu sou uma pessoa ansiosa e senti um misto de emoções, imagine. O que mais me doía era ouvir meu filho de 3 anos dizer: “Mamãe, me dá um beijo? Mamãe, me dá um abraço?” e eu não poder tocá-lo para absolutamente nada.

Recebi muitas mensagens de carinho, de gente de todo o lado. Foram muitas correntes de orações em vários lugares, me senti especial, coisa que jamais pensei. Muita gente agradecendo o carinho que recebeu de mim nos locais onde trabalhei e trabalho hoje. Resgataram momentos que eu nem recordava quando vieram falar comigo. Foi muito bacana todo esse contato a distância.

Nos dias de isolamento eu ficava no meu quarto e meu filho e esposo nos outros cômodos da casa. Chorei muito naqueles dias. Depois de curada, pude agradecer a Deus e à mãezinha do céu, depois ao meu esposo, que foi excepcional em ter a postura de ter calma e cuidar muito bem do nosso tesouro.

Mudou alguma coisa quando você saiu do isolamento, na relação com pessoas da comunidade, do trabalho e da família?

Não senti diferença. Me deparei com muita gente curiosa, querendo saber como foi. Continuo recebendo muitas mensagens de carinho. Estou de volta ao trabalho, e tudo voltou a ser como era.

Como você vê o trabalho da Enfermagem em meio à pandemia de Covid-19?

A Enfermagem tem um papel de suma importância e é uma peça fundamental nisso tudo. Temos capacidade de diagnosticar, tratar e ainda estamos 24 horas ao lado do paciente.



Keity Marielle
Enfermeira



Como você acredita ter sido infectada?

É difícil afirmar com certeza. Tínhamos um caso suspeito e, a partir do momento em que o paciente entrou em isolamento e fui atender, utilizei todos os paramentos recomendados: gorro, máscara N95, capote descartável, capote cirúrgico e luvas. Era muito difícil respirar com tudo aquilo, mas procurei tomar todos os cuidados na hora de colocar e retirar. Não sei em que momento houve contágio.

O que aconteceu durante o período de isolamento? Como foi para você?

Tive muito apoio da minha família, que levou o que eu precisava para ficar em casa. Meus colegas de trabalho enviaram várias mensagens para me tranquilizar.

De qualquer forma, não foi fácil lidar com a doença e com a discriminação das pessoas. Meu marido trabalha em outra cidade, e a população de lá acusou ele de estar contaminado e transmitindo a doença, mas ele não apresentou sintomas. Um dia, precisei levar o lixo da minha casa e vi que os vizinhos ficaram me encarando. Soube de outros que fizeram comentários maldosos.

O que mais me machucou foi essa reação negativa por parte de algumas pessoas.

Qual mensagem você deixa após essa experiência?

Que as pessoas respeitem os profissionais de saúde e realmente os valorizem mais. Vemos em todo o lugar pessoas nos agradecendo por estarmos na linha de frente no combate à doença, mas alguns nos crucificam quando ficam sabendo que fomos infectados.

Depoimento anônimo

Como você acredita ter sido infectado?

Ou em contato com um paciente infectado, ou em contato com uma colega que contraiu a doença e não sabia.

Como está sendo o período de isolamento para você?

Os sintomas mais acentuados duraram uma semana e são muito ruins. Mas ficar isolado, confinado em um quarto, é realmente a pior coisa de tudo isso. Meu isolamento foi prolongado por eu ainda estar apresentando tosse, mas este é o último dia, não tenho mais sintomas e o médico liberou minha saída. Durante o tempo de quarentena, evitei contato com a minha família. O mais difícil foi ficar sem poder tocar meu filho, mesmo estando na mesma casa que ele.

Mudou alguma coisa na relação com pessoas da comunidade, do trabalho e da família?

Em especial, recebi muito apoio dos meus colegas do trabalho. Até colegas de um outro hospital onde trabalhei manifestaram carinho e se colocaram à disposição para me auxiliar, caso precisasse. Minha família foi essencial nesse período de isolamento. Quanto às pessoas de fora, ainda não posso dizer. Mas, por falta de conhecimento de alguns, fui vítima de preconceito durante o isolamento: quando tive que sair para ir ao hospital fazer eletrocardiograma, me denunciaram para a vigilância sanitária. Acontece que o medicamento que eu estava tomando provoca taquicardia, e acompanhamentos são necessários, daí não tem jeito, a gente tem que sair para ir ao hospital. Foi um constrangimento a denúncia. Ficaram sabendo que eu contraí Covid-19 porque uma amiga da minha esposa espalhou a notícia, mesmo a gente pedindo para manter em sigilo. Daí mesmo eu cumprido todas as regras do isolamento, tive que lidar com a vigilância das outras pessoas.

Qual mensagem você deixa após essa experiência?

Que todos reconheçam o trabalho dos profissionais de saúde neste momento e tentem ser pacientes quando procurarem uma unidade de saúde, pois estamos nos adequando para enfrentar a Covid-19. Que a população se proteja também, pois essa doença é muito ruim mesmo, e é melhor pecar pelo excesso de precaução do que pela falta de cuidados.

Paulo Diógenes Lima de Souza
Técnico de Enfermagem



Como você acredita ter sido infectada?

Em contato com paciente que chegou como caso de acompanhamento de dengue e não tinha sintomas respiratórios, mas depois testou positivo para Covid-19.

Como foi o período de isolamento para você?

Bem ruim. Já estava isolada, de certa forma, pois moro sozinha e estava saindo somente para ir ao trabalho. A quarentena depois da confirmação foi ainda mais difícil. É uma doença que abala emocionalmente. É um baque saber que se tem algo que está matando um monte de gente. Tenho bronquite e fiquei preocupada. Senti muita dor em um dos dias, parecia que estava carregando um elefante. Senti exaustão, até para lavar uma louça era difícil, e tinha que ser a prestação: lavava um pouco, sentava numa cadeira e depois voltava. Também tive fraqueza, dor de cabeça e não senti o gosto e o cheiro das coisas. Fiquei com medo de ter transmitido para quatro amigos meus, com quem tive contato antes de saber que estava infectada. Pedi para eles ficarem em isolamento. E me causou angústia não saber se ficamos imunes depois de contrair o vírus, já que não temos nada de definitivo quanto a isso. Queria e quero muito poder ver meus pais, que moram em outra cidade, mas não sei quando poderei. Tenho medo de transmitir para eles. Retornei ao trabalho hoje.

Mudou alguma coisa na relação com pessoas da comunidade, do trabalho e da família durante o isolamento e agora no seu retorno?

Recebi apoio dos colegas, que me trouxeram comida e manifestaram carinho durante o isolamento. Fui bem recebida por eles quando voltei. Teve algumas brincadeiras, uma pessoa até me perguntou: “cê tá boa mesmo?”. Ficamos mais sensíveis com esse tipo de comentário, pois vemos que os outros ficam receosos, mas está tudo bem. Durante o isolamento, passei por uma situação bem ruim em relação à comunidade. Algumas pessoas foram maldosas e inventaram que eu fiquei internada na UTI e que estava sendo processada porque viajei para outra cidade para “levar a doença”. Nada disso é verdade. Esperava mais respeito, porque não peguei a doença por ser negligente. É porque o contágio é alto e, infelizmente, eu me contagiei fazendo o meu trabalho.

Qual mensagem você deixa após essa experiência?

Sabemos que pode se instalar uma crise financeira e que esse vírus ainda vai matar muitas pessoas. Mas que a gente encontre um meio termo, pois os profissionais da saúde estão na linha de frente e temem por sua família e amigos. Se nos infectarmos e não tivermos saúde, as pessoas tratadas por nós e as que têm contato conosco, também não vão ter saúde. Que todos que puderem façam o isolamento social. Precisamos também aprender a ser gratos. Sou grata por ter EPI no meu trabalho, sabendo que em muitos lugares está em falta, e por ter colegas atualizados e capacitados para lidar com essa doença. Que a gente aprenda a reclamar menos e busque ajudar o outro quando estiver ao nosso alcance. Não culpo a minha instituição de saúde pelo que aconteceu. Aconteceu porque tinha que acontecer, pois temos recursos e ótimos profissionais de saúde atuando. O serviço que fazemos dentro das unidades de saúde é de extrema importância. Se não é Enfermagem, o que o médico pede para fazer não é feito. É tempo de abrir os olhos da sociedade para as nossas reivindicações pela carga horária de 30 horas e por um piso salarial.

Naiara Cabral da Silva Cespede
Enfermeira

Como você acredita ter sido infectada?

Trabalho no pronto-socorro e fiz coleta de material de paciente com suspeita. O caso dele foi confirmado, depois. Acredito que tenha sido durante esse contato.

Como foi o período de isolamento para você?

Tive sintomas de gripe e não foram muito intensos. Moro com um colega em uma casa muito pequena e não pudemos evitar muito o contato por causa disso. No geral, foi uma experiência muito ruim. Me senti impotente, tive crises de ansiedade e fiquei preocupada da doença se complicar e eu ter algo mais sério.

Mudou alguma coisa na relação com pessoas da comunidade, do trabalho e da família durante o isolamento e agora no seu retorno?

Durante o isolamento recebi carinho de pessoas que nem imaginava que se preocupavam comigo, além dos meus amigos e dos familiares. Exceção foi o meu irmão, que mora ao lado da minha casa e se incomodou em saber que fui até a varanda tomar ar, e também alguns parentes que não concordaram da minha tia ter ido ao mercado para mim e deixado as compras na frente da minha casa, mesmo sem ter nenhum contato comigo. Fui bem acolhida por todos quando voltei trabalho. Tem gente que brinca e fala: “Chegou a Covid” ou diz que quer pegar para poder ficar em casa, de boa, mas nada ofensivo para mim.

Qual mensagem você deixa após essa experiência?

Que todos valorizem mais os profissionais da saúde e se cuidem, para não contrair a doença. É realmente muito difícil ter a doença, ela existe, sim, mesmo que alguns ainda não acreditem.



Ariadne Duarte da Silva
Enfermeira

O Coren-MS está contribuindo para que a Enfermagem permaneça segura no enfrentamento à Covid-19 das seguintes formas:

- Fiscalizando instituições de saúde para verificar se há EPIs – e em que qualidade e quantidade estão dispostos aos profissionais da Enfermagem;
- Realizando treinamentos nas unidades de saúde onde há maior necessidade de adequação dos protocolos de atendimento;
- Ajuizando ações para que o quantitativo de profissionais seja condizente com a demanda de atendimento nas unidades;
- Atuando junto ao Ministério Público para garantir condições dignas de trabalho à Enfermagem;
- Viabilizando doações de EPIs confeccionados ou adquiridos por empresas e os entregando às unidades de saúde mais necessitadas;
- Emitindo documentos com recomendações baseadas em protocolos da Anvisa e do Ministério da Saúde aos serviços de saúde de Mato Grosso do Sul;
- Movimentando ações de apoio aos profissionais por meio do Comitê Gestor de Crise;
- Divulgando informações atualizadas e seguras a toda a sociedade por meio da imprensa e dos meios próprios de comunicação oficial;
- Realizando parceria com outros Conselhos Profissionais de Saúde na busca de soluções para as dificuldades encontradas pelos serviços de saúde de Mato Grosso do Sul, e levando propostas às autoridades.