

Entrevista 1 CB

ÁREA TEMÁTICA	SUB-CATEGORIAS	UNIDADES DE REGISTO
<p><b><u>EXPERIENCIA EMOCIONAL</u></b></p> <p>Factores decisivos na escolha da experiência</p> <p>Sentimentos</p> <p>Aspectos Gratificantes/Positivos</p> <p>Aspectos Desgastantes /Negativos</p> <p>Desgaste Emocional</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Idade jovem do doente</li> <li>- Familiarização com o doente</li> <li>- Coodependência</li> <li>- Injustiça</li> <li>- Impotência</li> <li>- Alívio</li> <li>- Amizade</li> <li>- Valorização das pequenas coisas</li> <li>- Valorização da própria vida (Metáfora)</li> <li>- Valorização da formação na trajectória profissional</li> <li>- Sofrimento do doente</li> <li>- Morte do doente</li> <li>- Sofrimento da família</li> <li>- Realização de técnicas médicas/exames invasivos</li> <li>- Subvalorização dos sintomas/doenças de familiares</li> <li>- Esgotamento</li> <li>- Cansaço</li> <li>- Tristeza</li> <li>- Tensão</li> </ul>	<p><i>“...ele era o mais novo da família”</i></p> <p><i>“...lidávamos com ele como se fosse um irmão”</i></p> <p><i>“...era amputado...estava dependente de nós...e nós de certa forma dependentes dele...no apoio, no carinho”</i></p> <p><i>“...sente-se injustiça...lidamos com esta impotência de perda...e sente-se também alívio...do sofrimento do outro quando tudo termina”</i></p> <p><i>“...havia um bom relacionamento...uma amizade que nos ligava...”</i></p> <p><i>“...é um viver mais intenso, um dar valor às pequenas coisas, às coisas mais simples...é como um púcaro...sinto que não vale a pena chorar pelo leite derramado”</i></p> <p><i>“...depois de tantos anos de trabalho em oncologia, acho que é importante haver mais formação, investimento nos cuidados paliativos...”</i></p> <p><i>“...o sofrimento dele acaba por passar também para nós...pesa também e é sempre marcante”</i></p> <p><i>“...a morte dele foi uma perda...foi como se fosse a de um familiar”</i></p> <p><i>“...não posso jamais esquecer o sofrimento do pai”</i></p> <p><i>“...sinto muita revolta...contra a parte médica...não sabem parar com as medidas invasivas...não se sabe ajudar as pessoas a morrerem”</i></p> <p><i>“...acabo por não valorizar muito as doenças dos meus”</i></p> <p><i>“...sim...nunca precisei de uma intervenção psiquiátrica...mas fico muitas vezes esgotada, tensa, cansada e triste...”</i></p>

Cuidar do doente oncológico	- Imagem social do cancro	<i>“...quando pessoas de fora sabem que trabalho em oncologia, dizem “ai credo”...apesar disso não sou capaz de encarar os doentes como coitadinhos, mas a nossa sociedade e os nossos familiares começam logo...”</i>
<b><u>ESTRATÉGIAS DE ADAPTAÇÃO</u></b>  Coping orientado para a resolução de problemas  Coping orientado para o controlo das emoções	- Compensação - Arte  - Isolamento	<i>“...canalizo...em artes...gosto de pintar porcelanas, bonecos...obrigo-me a estar concentrada...em estar ocupada em pequenos pormenores... é uma terapia para mim”</i>  <i>“...porque eu é que sinto...é meu...isolo-me e fico no meu cantinho, tentando abstrair-me de tudo”</i>
<b><u>SUPORTE ORGANIZACIONAL</u></b>  Partilha Informal  Intervenção especializada	- Partilha com colegas  - Técnicas de relaxamento	<i>“...como nunca houve nada no hospital as pessoas acabam por arranjar as suas próprias formas de lidar com as tensões...eu falo com as minhas colegas”</i>  <i>“...é o que eu digo era bom que houvesse...há agora essas coisas tipo zen, ioga... e assim e se calhar era giro”</i>

Entrevista 2 FA

ÁREA TEMÁTICA	SUB-CATEGORIAS	UNIDADES DE REGISTO
<b><u>EXPERIENCIA EMOCIONAL</u></b>  Factores decisivos na escolha da experiência	- Idade jovem do doente - Relação com os familiares da doente	<i>“...as mais marcante são sempre aquelas que acontecem com pessoas mais novas”</i> <i>“...uma jovem de 16 anos que faleceu...e afectou-me também pela reacção dos pais aos quais estava ligada...a tristeza, a dôr”</i>

<p>Sentimentos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Impotência</li> </ul>	<p><i>“...uma impotência enorme de não poder fazer nada e de querer fazer alguma coisa...na altura fiquei parada perante a mãe e não consegui fazer ou dizer nada”</i></p>
<p>Aspectos Gratificantes/Positivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melhoria da prestação de cuidados</li> <li>- Visão mais ampla das necessidades do doente/família</li> <li>- Fortalecimento das relações com os outros</li> </ul>	<p><i>“...consigo aperceber-me agora da carga emocional que as pessoas e as famílias transportam...ganhei uma visão mais ampla e rica das necessidades doente oncológico, que antes não tinha...e isso melhora a minha prestação de cuidados”</i></p> <p><i>“...doença oncológica...pode acontecer aos que estão mais próximos de nós e isso dá outro sentido às relações que tenho...ficaram mais intensas”</i></p>
<p>Aspectos Desgastantes /Negativos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sofrimento</li> <li>- Morte</li> <li>- Sofrimento dos familiares</li> <li>- Realização de exames invasivos</li> </ul>	<p><i>“Marca-me pela negativa o sofrimento, a morte... o lidar como sofrimento dos familiares...”</i></p> <p><i>“...e o doente acaba por andar para trás e para a frente a fazer exames invasivos... formas que não resolvem a situação do doente mas alteram o desconforto...e para nós lidarmos com esta situação é muito complicado...mexe com a nossa vida...”</i></p>
<p>Desgaste Emocional</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cansaço emocional</li> </ul>	<p><i>“...cansada emocionalmente...mas quando saio daqui tento compensar com outras coisas”</i></p>
<p>Cuidar do doente oncológico</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penosidade do serviço</li> </ul>	<p><i>“...a carga emocional de trabalharmos num serviço de oncologia deste tipo é enorme...se nós no final de cada turno pararmos, pensarmos e formos avaliar a quantidade de situações que tem uma carga emocional muito pesado”</i></p>

<p style="text-align: center;"><b><u>ESTRATÉGIAS DE ADAPTAÇÃO</u></b></p> <p>Coping orientado para a resolução de problemas</p> <p>Coping orientado para o controlo das emoções</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Distração /Divertimento</li> <li>- Compensação</li>   <li>- Distanciamento (Metáfora)</li> <li>- Negação</li> </ul>	<p><i>“...sair com os amigos, ir ao teatro, cinema, ver televisão, filmes...”</i></p> <p><i>“...desde o início que consigo manter a distância...consigo diferenciar o estar aqui e depois sair e consigo “desligar” do que vivo aqui dentro...acho que é uma maneira de me defender, de me refugiar, não levando para fora as situações que se passam cá dentro...”</i></p> <p><i>“...acho que me consigo distanciar...para o bem da minha saúde mental...”</i></p> <p><i>“...se eu estiver sozinha...faço um esforço para não pensar...”</i></p>
<p style="text-align: center;"><b><u>SUPORTE ORGANIZACIONAL</u></b></p> <p>Partilha Informal de emoções</p> <p>Partilha de emoções formal</p> <p>Intervenção especializada</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partilha com colegas</li>   <li>- Reuniões de partilha de experiências</li>   <li>- Grupos de apoio</li> </ul>	<p><i>“...se estiver com colegas...nós partilhamos as situações que marcam mais...mas de uma forma saudável...”</i></p> <p><i>“...reuniões de partilha de experiências... ver e partilhar outras maneiras de se lidar com as situações, de contornar as situações”</i></p> <p><i>“...se nessas reuniões existissem técnicos melhor...pelo conselho...pela ajuda...a verdade é que se nós não falarmos não nos apercebemos dos momentos...”</i></p> <p><i>“...devia de existir um núcleo de apoio que nós pudéssemos recorrer sempre que quiséssemos falar sobre determinadas situações”</i></p>

Entrevista 3 R.L

ÁREA TEMÁTICA	SUB-CATEGORIAS	UNIDADES DE REGISTO
<p><b><u>EXPERIENCIA EMOCIONAL</u></b></p> <p>Factores decisivos na escolha da experiência</p> <p>Sentimentos</p> <p>Aspectos Gratificantes/Positivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Projecção</li> <li>- Identificação com a doente/situação</li>   <li>- Tristeza</li> <li>- Conhecimento de si própria (propriação)</li> <li>- Disponibilidade para o outro</li> <li>- Empatia</li> <li>- Pena</li> <li>- Vergonha</li>   <li>- Reconhecimento por parte dos elementos mais novos da equipa</li> <li>- Compreensão do outro</li> <li>- Valorização da própria vida</li> <li>- Valorização das pequenas coisas</li> <li>- Realização pessoal e profissional</li> </ul>	<p><i>“...4 anos depois desta conversa estava eu no lugar de doente...olhava-me ao espelho e tinha alopecia marcada...preparei-me para pôr rímel e não tinha pestanas...e naquele momento eu voltei a lembrar-me daquela doente e aí consegui perceber palavra por palavra do que ela disse”</i></p> <p><i>“...falávamos sobre o que poderíamos fazer com o dinheiro que nos iria sair no euro-milhões...e dissemos as coisas mais disparatadas...e ela às tantas respondeu-nos: -Pois eu só queria andar...e pensei e se fosse eu...”</i></p> <p><i>“...fiquei triste comigo e desiludida com a minha falta de atenção e compreensão da situação da doente”</i></p> <p><i>“...nesse período menos bom da minha vida passei a conhecer-me mais a mim própria e isso ensinou-me a valorizar...a transmitir uma energia mais positiva aos outros”</i></p> <p><i>“...ganhei mais disponibilidade para entender as posições, o movimento, o olhar... a empatia, a sensibilidade...acima de tudo disponibilidade”</i></p> <p><i>“...foram muitos sentimentos que me vieram à cabeça...a vergonha, a pena...eu queria um buraco para me enfiar”</i></p> <p><i>“...os elementos novos que vêm ter comigo e me pedem para falar com os doentes porque não sabem o que lhes dizer...quando nós estamos junto de uma pessoa que está a chorar nós dizemos para não chorar mas eu...digo chore”</i></p> <p><i>“...eu se calhar porque estive do lado de lá compreendo...é-me familiar, é-me agora mais fácil compreender o que é dito e não é dito...”</i></p> <p><i>“...pessoas que nos dizem...vá...aproveite a vida, compre o que lhe apetecer, diga e faça</i></p>

<p>Aspectos Desgastantes /Negativos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Morte</li> <li>- Sofrimento</li> <li>- Intervenções de enfermagem sob prescrição médica</li> </ul>	<p><i>aquilo que eu não fiz, porque adiei e agora estou aqui...bem isto faz-nos pensar na vida, valoriza-a”</i></p> <p><i>“...e passei a dar muito mais valor às pequenas coisas da vida...”</i></p> <p><i>“...tive um turno produtivo...quando tenho um doente em fim de vida iminente e consigo dar voltas e voltas...e fazer que por exemplo a família fique ali...isso deixa-me realizada”</i></p> <p><i>“...sinto-me realizada...chego a recusar picar um doente se está em fase de agonia”</i></p> <p><i>“...a morte e sofrimento dos doentes...dantes eu sentia muito...e sonhava com eles e pensava neles...agora é menos problemático mas ainda me desgasta ”</i></p> <p><i>“...o meu desgaste é acima de tudo relacionado com a parte médica...eu posso bater o pé, recusar-me...mas existem coisas que tenho mesmo de fazer...penso muitas vezes que fiz isso e não devia ter feito”</i></p>
<p>Desgaste emocional</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cansaço</li> <li>- Stresse</li> </ul>	<p><i>“...é mais fácil eu deixar os meus problemas lá de fora lá fora, que deixar os problemas de cá, cá dentro...e quantas vezes eu aqui aguento tudo e mais alguma coisa e chego a casa, super cansada e stressada e começo a disparatar com as pessoas que estão lá, que não têm culpa e nem sequer entendem...”</i></p>
<p>Cuidar do doente oncológico</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Metáfora – evolução da doença</li> <li>- Penosidade do serviço</li> </ul>	<p><i>“...é que trabalhar em oncologia...e especificamente neste serviço, onde o caminho dos doentes é típico do caranguejo...a andar para trás”</i></p> <p><i>“...eu sou das mais velhas do serviço...com 28 anos e eu admiro as pessoas recém formadas virem para aqui trabalhar, porque isto custa”</i></p> <p><i>“...eu cheguei até a ponderar sair daqui porque não conseguia lidar com o não fazer nada”</i></p>

<p><b><u>ESTRATÉGIAS DE ADAPTAÇÃO</u></b></p> <p>Coping orientado para a resolução de problemas</p> <p>Coping orientado para o controlo das emoções</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Banalização da própria morte</li> <li>- Partilha de experiências</li> <li>- Distração/ Divertimento</li>   <li>- Humor</li> </ul>	<p><i>“A banalização da minha morte...”</i></p> <p><i>“...acho que passei a transmitir com mais facilidade aos outros a minha maneira de viver...e isso ajuda-me...alivia a minha carga...porque a partilho... também tento divertir-me...sair com os amigos...viajar”</i></p> <p><i>“...o rir é uma forma de defesa sem dúvida nenhuma...é como diz a canção “rio para não chorar... ridicularizamos a situação para não sofrermos tanto”</i></p>
<p><b><u>SUORTE ORGANIZACIONAL</u></b></p> <p>Partilha Informal de emoções</p> <p>Intervenção especializada</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partilha com colegas</li> <li>- Passagens de turno</li>   <li>-Elemento interventivo</li> </ul>	<p><i>“...nós somos uma equipa jovem e eu acho que é isso que nos mantém mentalmente equilibrados...porque sabemos brincar até com a desgraça...é saudável para nós brincarmos com as situações”</i></p> <p><i>“...as nossas passagens de turno começam às três e meia e terminam muitas vezes às seis... fazemos essa partilha de informação, de tudo o que mexeu connosco ali...se achamos que é importante desabafar...aliás eu atraso imenso as passagens de turno porque partilho”</i></p> <p><i>“...uma pessoa que fizesse parte da equipa, que conhecesse o ambiente, com a qual nós tivéssemos uma relação...a pouco e pouco iria aperceber-se dos problemas de cada um de nós...estaríamos mais à vontade para falarmos...assim seria terapêutico”</i></p> <p><i>“...deveria de existir uma pessoa específica para estar sempre aqui...como está a assistente social, a dietista, o médico, as secretárias, as auxiliares...não deveria ser pontual”</i></p>

Entrevista 4 M.C

ÁREA TEMÁTICA	SUB-CATEGORIAS	UNIDADES DE REGISTO
<p><b><u>EXPERIENCIA EMOCIONAL</u></b></p> <p>Factores decisivos na escolha da experiência</p> <p>Sentimentos Emoções</p> <p>Aspectos Gratificantes/Positivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Relação de amizade /cumplicidade</li> <li>- Reconhecimento profissional/pessoal</li> <li>- Familiarização com o doente</li> <li>- Idade jovem dos doentes</li>   <li>-Tristeza</li> <li>- Choro</li>   <li>- Reconhecimento</li> <li>- Valorização do doente/família</li> <li>- Subvalorização de emoções negativas</li> <li>- Valorização da própria vida</li> <li>- Sentimento de viver mais o presente</li> <li>- Valorização das pequenas coisas</li> </ul>	<p><i>“...um doente que esteve cá internado muitos meses...com o qual eu criei uma relação de amizade e eu era a confidente dele...e eu era cúmplice dele”</i></p> <p><i>“...volta para morrer... e era uma pessoa que queria que só fosse eu a fazer-lhe as coisas, só queria ser cuidado por mim ...era um doente que apesar de ser simpático para toda a gente era muito pegado a mim...e quando ele morreu custou-me muito”</i></p> <p><i>“...como se fosse uma pessoa de família”</i></p> <p><i>“...por exemplo marcam-me muito os miúdos novos...uma outra situação que me marcou foi a de um miúdo novo com 18 anos”</i></p> <p><i>“...chorei muito...de tristeza...como já chorei por muitos doentes que me morrem e aos quais estou por algum motivo mais ligada</i></p> <p><i>“...gratificantes no sentido em que eles se sentem bem comigo”</i></p> <p><i>“...reconhecem-me nos corredores...dizem que têm saudades minhas...ficam contentes quando estou com eles nas enfermarias”</i></p> <p><i>“...reconhecem o nosso trabalho”</i></p> <p><i>“...mais importante...a valorização do doente e da família conta muito...é uma sensação de dever cumprido”</i></p> <p><i>“...mudou a minha maneira de ver as coisas...vivo mais...e é assim passei a perceber que não vale a pena as pessoas preocuparem-se com mesquinices, com coisas nenhuma”</i></p> <p><i>“...deixar de valorizar essas coisas banais e a aproveitar o dia a dia ao máximo”</i></p> <p><i>“...não desperdiçando, não deixando de apreciar os pequenos momentos”</i></p>

<p>Aspectos Desgastantes /Negativos</p> <p>Desgaste emocional</p> <p>Cuidar em Oncologia</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Morte</li> <li>- Sofrimento</li> <li>- Má palição</li>   <li>- Cansaço emocional</li>   <li>- Reconhecimento da Penosidade do serviço</li> </ul>	<p><i>“...negativas no sentido da morte, na tristeza de perder alguém”</i></p> <p><i>“O sofrimento...sem dúvida o sofrimento do doente”</i></p> <p><i>“...sempre me revoltei muito com situações de doentes mal paliados que às vezes nós temos cá...sinto-me mal”</i></p> <p><i>“Sim esgotada... cansada emocionalmente ... esgotada”</i></p> <p><i>“...muitas vezes saímos daqui mais cansados psicologicamente que fisicamente ...e note-se que fisicamente é considerado muito pesado”</i></p> <p><i>“...num serviço pesado onde morre tanta gente...um pai, um filho, uma irmã...”</i></p>
<p><b><u>ESTRATÉGIAS DE ADAPTAÇÃO</u></b></p> <p>Coping orientado para a resolução de problemas</p> <p>Coping orientado para o controlo das emoções</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diversão/ distração</li>   <li>- Projecção</li> </ul>	<p><i>“...sair daqui passear, dançar...ir até à praia...estar com o mar...passear com o meu filho...estar mais com os outros”</i></p> <p><i>“...nós acabamos para trazer para nós essas experiências...e se fosse comigo? E se fosse o meu filho?”</i></p>
<p><b><u>SUPORTE ORGANIZACIONAL</u></b></p> <p>Partilha Informal de emoções</p> <p>Partilha Formal de emoções</p> <p>Intervenção especializada</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partilha com colegas</li> <li>- Partilha com família/amigos</li>   <li>- Reuniões de serviço</li>   <li>- Sessões de relaxamento</li> </ul>	<p><i>“...acabamos por nos suportarmos umas às outras...muitas vezes vamos sair e acabamos por partilhar situações que no dia a dia nos chocaram, que nos magoaram...que...interferiram connosco”</i></p> <p><i>“...acabamos por recorrer quer à família, quer aos amigos”</i></p> <p><i>“...já pensei e organizar reuniões de serviço para podermos partilhar de uma forma mais formal as experiências”</i></p> <p><i>“...sessões de relaxamento...seria uma ideia gira, mas falta reconhecer, exigir e concretizar...”</i></p>

ÁREA TEMÁTICA	SUB-CATEGORIAS	UNIDADES DE REGISTO
<p><b><u>EXPERIENCIA EMOCIONAL</u></b></p> <p>Factores decisivos na escolha da experiência</p> <p>Sentimentos</p> <p>Aspectos Gratificantes/Positivos</p> <p>Aspectos Desgastantes /Negativos</p> <p>Desgaste emocional</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificação com o doente</li> <li>- Tristeza</li> <li>- Impotência</li> <li>- Revolta</li> <li>- Valorização da própria vida</li> <li>- Desvalorização dos pequenos problemas</li> <li>- Défice de comunicação com a equipa médica</li> <li>- Relação com a família dos doentes</li> <li>- Sofrimento e Morte dos doentes</li> <li>- Realização de técnicas invasivas médicas</li> <li>- Cansaço</li> <li>- Saturação</li> </ul>	<p><i>“...de certa forma identificava-me com ele...fui-lhe útil...mas pronto...depois o doente começou a sair mais, a andar por aí, a falar connosco...bem passado um tempo o doente teve alta e foi para o lar...pensávamos que ele andava todo contente...quando um dia viemos a saber que o doente se tinha atirado de um sétimo andar...foi extremamente triste para mim...porque sinto que poderia ter feito mais...”</i></p> <p><i>“Sente-se também uma revolta enorme...os sentimentos são mistos...”</i></p> <p><i>“...valoriza-se mais o viver...deixa-se um bocado de lado a parte materialista da vida...”</i></p> <p><i>“...deixei-me de chatear com as coisinhas, as mesquinhas do dia a dia...dou imenso valor ao facto de viver...porque nunca se sabe quando é o meu momento...”</i></p> <p><i>“...que mais me desgasta é a falta de comunicação com os médicos...quantas vezes nós somos os últimos a saber...quer dizer...é frustrante...”</i></p> <p><i>“...também me desgasta a família dos doentes, que muitas vezes vêm só por vir e ficam ali sentados a ler o jornal e quando é a altura da alta não têm condições para ter o doente em casa”</i></p> <p><i>“...o sofrimento e a morte do doente...”</i></p> <p><i>“...custa-me os cuidados ditos paliativos onde são feitas técnicas invasivas...não sabem parar...”</i></p> <p><i>“...sinto-me muitas vezes desgastada...”</i></p> <p><i>“...já me senti desgastada várias vezes mas mais devido à equipa médica...fico cansada...saturada...”</i></p>

<p>Cuidar em Oncologia</p>	<p>-Gratificante</p>	<p><i>“ ...trabalhar em oncologia é extremamente gratificante, as pessoas ficam com outra maneira de estar na vida...”</i></p>
<p><b><u>ESTRATÉGIAS DE ADAPTAÇÃO</u></b></p> <p>Coping orientado para a resolução de problemas</p> <p>Coping orientado para o controlo das emoções</p>	<p>- Distracção/exercício físico</p> <p>- Partilha com os colegas, família e amigos</p> <p>- Distanciamento (Metáfora)</p> <p>- Humor</p> <p>- Negação</p>	<p><i>“...ir ao ginásio...tento compensar com a família...”</i></p> <p><i>“...quer seja um jantar de natal, uma despedida de solteira...fala-se sempre do que vivemos aqui...às vezes até pedimos desculpas às pessoas que não fazem parte do serviço ou que não são enfermeiros...lá está...é o que temos recalcado a vir à tona...no minimizar do sofrimento, das nossas dores...”</i></p> <p><i>“...há uma coisa que eu faço que é os problemas daqui não levo para casa...dispo a farda e os problemas acabaram...”</i></p> <p><i>“...e assim como eu saí daqui e dispo a farda eu também entro aqui e visto a farda...”</i></p> <p><i>“...nós tentamos compensar isso muitas vezes com conversas de sala, com o humor negro...”</i></p> <p><i>“...tento pensar que não existem estas histórias...tento não falar das situações que vivo aqui com as pessoas mas gostava que as pessoas me dessem suporte, atenção, boa disposição...sem lhes mostrar o que sinto...sem dizer que se estou chateada é por causa do trabalho”</i></p>
<p><b><u>SUORTE ORGANIZACIONAL</u></b></p> <p>Partilha Informal de emoções</p> <p>Partilha Formal de emoções</p>	<p>- Passagens de turno</p> <p>- Reuniões formais</p> <p>- Intervenção do Serviço de Saúde Ocupacional</p>	<p><i>“...muitas vezes na passagem de turno falamos sobre aquilo que nos chateia, que nos faz sofrer...nós vamos mandando cá para fora...”</i></p> <p><i>“...devíamos ter alguém que nos ouvisse, devíamos ter reuniões periódicas e formais”</i></p> <p><i>“...exteriorização por parte dos</i></p>

<p>Intervenção especializada</p>	<p>- Elemento interventivo</p>	<p><i>enfermeiros...havia situações que afluíam...e que porque eram partilhadas eram resolvidas...e era importante que aqui também houvesse essa preocupação por parte do serviço de saúde ocupacional...é pena que tudo permaneça assim...</i></p> <p><i>“...de qualquer maneira acho que deveria haver alguém com funções definidas que nos apoiasse cada um, dando atenção aos seus problemas...problemas daqui mas também problemas lá de fora...”</i></p>
----------------------------------	--------------------------------	--

Entrevista 6 R.S

ÁREA TEMÁTICA	SUB-CATEGORIAS	UNIDADES DE REGISTO
<p><u>EXPERIENCIA EMOCIONAL</u></p> <p>Factores decisivos na escolha da experiência</p> <p>Sentimentos</p> <p>Aspectos Gratificantes/Positivos</p> <p>Aspectos Desgastantes /Negativos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificação com o doente</li> <li>- Projecção</li> <li>- Tristeza</li> <li>- Desilusão</li> <li>- Impotência</li> <li>- Valorização do trabalho / Reconhecimento</li> <li>- Poder de cuidar</li> <li>- Antevisão da evolução do estado do doente</li> <li>- Antevisão da morte</li> </ul>	<p><i>“...ele tinha dois filhos pequenos...ele faleceu e a mulher veio ter comigo...porque me reví naquela situação...tinha acabado de ser mãe e se fosse comigo? É uma transposição do sofrimento dos outros para mim...”</i></p> <p><i>“...bem fiquei de rastos...triste, fiquei desiludida...”</i></p> <p><i>“...nós sabermos que o que vamos fazer não vai curar o doente...e fica-se assim... para mim o mais desgastante é isso...”</i></p> <p><i>“...este tipo de doentes valoriza muito o nosso trabalho”</i></p> <p><i>“...poder que nós temos de aliviar o sofrimento do doente e da família...”</i></p> <p><i>“...as pessoas vem cheias de esperança e depois nós começamos logo a visualizar o que lhes vai acontecer (...) saber que a pessoa vai morrer...e vai morrer aqui...”</i></p>

<p>Desgaste emocional</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Acompanhamento da família dos doentes</li> <li>- Cansaço</li> <li>- Desmotivação</li> </ul>	<p><i>“...ter de acompanhar as famílias, ver as pessoas morrerem, ver as crianças a ficarem sem mães, sem pais...pais a ficarem sem filhos...jovens”</i></p> <p><i>“...às vezes sinto que chego ao meu limiar emocional... fico cansada, desmotivada...desgastada...”</i></p>
<p><u>ESTRATÉGIAS DE ADAPTAÇÃO</u></p> <p>Coping orientado para a resolução de problemas</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partilha de vivências com familiares</li> <li>- Viajar</li> </ul>	<p><i>“...tento compensar com a minha com a minha vida lá fora...partilhar com a minha família...viajar...não ignorar o que vivo aqui mas centrar-me nas coisas boas da vida...”</i></p>
<p><u>SUPOORTE ORGANIZACIONAL</u></p> <p>Partilha Formal de emoções</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reuniões formais</li> <li>- Intervenção especializada</li> </ul>	<p><i>“...uma coisa mais organizada, mais sistematizada...num género de reuniões de partilha de experiências...se calhar...uma intervenção do serviço de saúde...sinto essa necessidade de partilhar...”</i></p>

Entrevista 7 A.D.

ÁREA TEMÁTICA	SUB-CATEGORIAS	UNIDADES DE REGISTO
<p><u>EXPERIENCIA EMOCIONAL</u></p> <p>Factores decisivos na escolha da experiência</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Idade jovem do doente</li> <li>- Incapacidade de cuidar</li> <li>- O confronto com a realidade / com o conhecimento do doente e a intensidade da sua vida</li> </ul>	<p><i>“...tem a ver com a fase final que um doente viveu...um doente bastante novo (...) e teve a ver com a minha “não vontade” ou incapacidade de não partilhar com o doente essa fase...no sentido de me permanecerem as lembranças boas que eu tinha dele”</i></p> <p><i>“é que existem doentes que nos marcam...era novo...identificava-me com ele”</i></p> <p><i>“...ele era diferente...talvez o facto de ele falar, de ter sido sempre uma pessoa tão</i></p>

<p>Sentimentos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Medo</li> <li>- Antevisão do sofrimento e da tristeza</li> <li>- Alívio com a morte</li> </ul>	<p><i>alegre...as colegas contavam que ele vinha cheio de vontade de partilhar a sua vida e morte”</i>  <i>“...porque ele falava sobre a situação...sabia o que lhe ia acontecer”</i>  <i>“...era a intensidade com que vivia...era uma pessoa muito viva”</i></p> <p><i>“...marcou-me porque foi um sentimento que eu nunca tive...o medo de cuidar...eu pensava “Deus queira que eu não fique com ele atribuído...””</i>  <i>“...era-me mais difícil agora vê-lo assim...porque sei que iria sofrer e ficar triste...”</i>  <i>“Um alívio por ele não me estar atribuído”</i></p>
<p>Aspectos Gratificantes/Positivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valorização da vida</li> </ul>	<p><i>“...muda a nossa realidade...a proximidade...a valorização...quando oiço pessoas dizerem que têm uma vida difícil sem razão aparente penso logo que sabem lá o que ter uma vida realmente difícil...esta realidade é positiva, no sentido em que nos faz viver mais...”</i></p>
<p>Aspectos Desgastantes /Negativos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Relação com a Família do doente</li> <li>- Morte</li> <li>- Sobrevalorização dos sintomas / associação a cancro</li> <li>- Envolvimento intenso com um doente</li> </ul>	<p><i>“...isso torna-se mais desgastante...o lidar com a família...quase sempre é mais desgastante lidar com as famílias”</i>  <i>“...é desgastante...deve ser dito a verdade mas é difícil...o assumir da morte”</i>  <i>“...nós pensamos mais que qualquer sintoma é indício de cancro...e isso é negativo, porque ficamos mais preocupados, mais desconfiados...”</i>  <i>“...muitas vezes é precisamente um maior envolvimento com determinado doente e com as suas emoções que nos leva a sofrer mais emocionalmente, para além do trabalho...”</i></p>
<p>Desgaste emocional</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Auto-pena</li> </ul>	<p><i>“...e é nas alturas em que estou mais esgotada que penso que talvez os outros tenham razão...porque sinto pena de mim, porque tenho que assistir a tudo isto”</i></p>

<p>Cuidar em Oncologia</p>	<p>- Penosidade</p>	<p><i>“...isto é penoso e até é reconhecido por as pessoas que não trabalham cá, que fazem comentários do tipo “trabalhas no IPO que horror, como é que aguentas?”</i></p>
<p><b><u>ESTRATÉGIAS DE ADAPTAÇÃO</u></b></p> <p>Coping orientado para a resolução de problemas</p> <p>Coping orientado para o controlo das emoções</p>	<p>- Partilha com os colegas, amigos e família</p> <p>- Fuga</p>	<p><i>“...passa pela partilha...com os colegas...alivia (...) são encontros informais que ajudam muito...”</i></p> <p><i>“...estar com os amigos, com a família”</i></p> <p><i>“Sim...foi...fugia mesmo à família...e acabei por não partilhar as palavras, as exigências”</i></p>
<p><b><u>SUPORTE ORGANIZACIONAL</u></b></p> <p>Intervenção especializada</p>	<p>- Elemento interventivo</p> <p>- Técnicas de descontração / relaxamento</p>	<p><i>“...um apoio de uma pessoa com conhecimentos específicos...mas teria de ser planeado e com tempo...uma coisa organizada...não poderia aparecer alguém e de um dia para o outro, sem conhecer a nossa cultura”</i></p> <p><i>“...era importante que houvesse algo que nos descontraísse...não sei o quê...talvez uns exercícios...”</i></p>

Entrevista 8 A.G.

ÁREA TEMÁTICA	SUB-CATEGORIAS	UNIDADES DE REGISTO
<p><b><u>EXPERIENCIA EMOCIONAL</u></b></p> <p>Factores decisivos na escolha da experiência</p>	<p>- Carácter bizarro</p> <p>- Comunicação de más notícias sem preparação</p>	<p><i>“...que acaba por ser um pouco ao bizarro foi...eu estar com uma senhora, tratar dela...colocá-la toda arranjadinha e ela no final do banho acabou por falecer...”</i></p> <p><i>“...pergunta à médica assistente o que iria ser feito a seguir e ela diz (...) que não havia mais nada a fazer...que pela estatística nem era para estar vivo...o</i></p>

<p>Sentimentos</p> <p>Aspectos Gratificantes/Positivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilidade</li> <li>- Impotência</li>   <li>- Valorização da vida</li> <li>- Desvalorização dos aspectos negativos</li> <li>- Aprendizagem</li> <li>- Valorização do trabalho realizado</li> </ul>	<p><i>homem ficou em choque...”</i></p> <p><i>“...fiz o que tinha a fazer...senti-me útil...”</i></p> <p><i>“...o doente ficou de rastos e eu senti-me impotente...”</i></p> <p><i>“...aprendemos muita coisas...fazemos a transposição para a nossa vida pessoal e valorizamos aspectos da nossa vida que não achamos importantes ou pelo contrário desvalorizamos as coisas más...penso que acima de tudo o bom de trabalhar aqui e a aprendizagem, a vivência, a partilha de histórias de vida...”</i></p> <p><i>“...se consegue obter uma valorização do trabalho que fazemos...dos doentes e das famílias...”</i></p>
<p>Aspectos Desgastantes /Negativos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Morte solitária</li> <li>- Má palição</li> <li>- Ineficácia da acção médica</li> <li>- Défice de comunicação entre médicos e enfermeiros</li> <li>- Estrutura física do Serviço</li> </ul>	<p><i>“O mais penoso (...) acho que as pessoas ainda morrem com pouca dignidade, ainda morrem muito sozinhas...acima de tudo mal paliadas”</i></p> <p><i>“Andas atrás dos médicos a ver se prescrevem alguma coisa...é um desgaste não face à morte, ao sofrimento mas face àquilo que poderia ter ser feito e nem sempre é...”</i></p> <p><i>“...há uma falta de comunicação entre médicos e enfermeiros...tudo bem, damos todos muito bem mas depois a nossa opinião para eles não contam...e nós ficamos sempre de pé atrás em relação às medidas deles”</i></p> <p><i>“...o aspecto físico, estrutural...é também muito desgastante, porque nós temos famílias que querem acompanhar os doentes até ao momento da morte e não é possível”</i></p>
<p>Desgaste Emocional</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cansaço (Metáfora – Energia)</li> <li>- Apatia</li> </ul>	<p><i>“...o cansaço emocional tem picos, às vezes sinto-me muito cansado emocionalmente, (...) parece que me sugam as energias...e chego lá fora e fico assim um bocado apático”</i></p> <p><i>“...às vezes às pessoas a quem nós</i></p>

<p>Cuidar do doente oncológico</p>	<p>- Penosidade do Serviço – relação com a morte</p>	<p><i>prestamos cuidados estão tão carentes emocionalmente que nos sugam as energias...e ficamos a sim...meio vazios, cansados”</i></p> <p><i>“...nós assistimos a pessoas que travam um combate de vida e morte e infelizmente à partida já estão derrotadas...se calhar noventa por cento dos doentes aqui estão condenados à partida...e é penoso”</i></p>
<p><u>ESTRATÉGIAS DE ADAPTAÇÃO</u></p> <p>Coping orientado para a resolução de problemas</p> <p>Coping orientado para o controlo das emoções</p>	<p>- Resolução das situações/conflitos no imediato (Metáfora)</p> <p>- Vida pessoal equilibrada</p> <p>- Ocupações lúdicas</p> <p>- Isolamento (Metáfora)</p> <p>- Fuga</p> <p>- Imposição de limites no envolvimento com o doente</p>	<p><i>“...eu mantenho uma boa higiene mental recorrendo a mecanismos que passam por fazer aquilo que posso e consigo de forma a quando saio da porta do serviço não deixo assuntos pendentes...”</i></p> <p><i>“...ter uma vida equilibrada e regrada lá fora, isso é essencial...ter ocupações como viajar, ler (...) e isto permite que possamos andar aqui, anos e anos, sem termos sequelas mentais...”</i></p> <p><i>“...dou por mim a ter este tipo de atitudes de refugio...de isolamento...para não assistir a estas coisas que estão sempre a acontecer e que me desgastam...”</i></p> <p><i>“Desde o primeiro dia que saio daqui...fecho a porta e assunto encerrado...isolo-me percebes? Não sinto necessidade de falar do que vivo aqui com ninguém...”</i></p> <p><i>“...é um mecanismo de auto-defesa, de preservação absolutamente e por outro é uma forma de lidar com determinadas incapacidades que nós temos”</i></p> <p><i>“...eu vejo-me muitas vezes a fugir, a escapar...penso que é uma questão que terei de trabalhar...”</i></p> <p><i>“...eu tento estabelecer um limite claro nas relações que estabeleço...entre aquilo que eu posso fazer e aquilo que eu tenho que fazer e não ir além disso...ao ponto de não sofrer com a pessoa...percebes? Agora eu não sei se com estes mecanismos todos de coping...de protecção, eu não me escondo</i></p>

		<p><i>demasiado...e não acabo por envolver emocionalmente com a pessoa...não sei...”</i></p> <p><i>“...não sei se estes mecanismos de protecção não fazem com que eu me envolva pouco...”</i></p>
<p><b><u>SUPOORTE ORGANIZACIONAL</u></b></p> <p>Partilha Informal</p> <p>Partilha Formal</p>	<p>- Partilha com colegas</p> <p>- Reuniões multidisciplinares (médicos, enfermeiros, psicólogos, assistentes sociais, auxiliares)</p>	<p><i>“...aproveitamos a hora de almoço, o tempo livre e falamos sobre os acontecimentos...e se calhar é por causa disso que não tenho vontade de falar lá fora...”</i></p> <p><i>“...o que iria resolver sim era uma reflexão conjunta sobre uma prática comum e coerente de acordo com os mesmos princípios, de médicos e enfermeiros...”</i></p> <p><i>“...uma reunião multidisciplinar...aí sim...uma partilha mas uma partilha conjunta...para melhorar a prática...”</i></p>

Entrevista 9 J.R.

ÁREA TEMÁTICA	SUB-CATEGORIAS	UNIDADES DE REGISTO
<p><b><u>EXPERIENCIA EMOCIONAL</u></b></p> <p>Factores decisivos na escolha da experiência</p> <p>Sentimentos</p> <p>Aspectos Gratificantes/Positivos</p>	<p>- Familiarização com o doente</p> <p>- Morte consciente</p> <p>- Impotência</p> <p>- Crescimento pessoal e profissional</p> <p>- Valorização da vida e das relações de amizade</p> <p>- Valorização e Reconhecimento</p>	<p><i>“...de um senhor que eu tinha uma ligação quase familiar (...) mas aquele senhor tinha algo de diferente”</i></p> <p><i>“...foi-me impossível ficar indiferente à sua morte consciente”</i></p> <p><i>“Impotência...o sentimento de quem não pode dar vida mas apenas a morte...”</i></p> <p><i>“...estou mais maduro pessoalmente e profissionalmente...porque se tenta mas existem sempre coisas que passam e sobre as quais é impossível não pensar”</i></p> <p><i>“...a nossa vida ganha mais sentido e as amizades tornam-se mais fortes”</i></p> <p><i>“A valorização...o reconhecimento...são</i></p>

<p>Aspectos Desgastantes /Negativos</p> <p>Desgaste Emocional</p> <p>Cuidar do doente oncológico</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Má Palição</li> <li>- Contágio emocional</li> <li>- Défice de comunicação e cooperação entre médicos e enfermeiros</li> <li>- Encarniçamento terapêutico</li> <li>- Sofrimento das famílias e doentes</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Esgotamento</li> <li>- Sensação de vazio</li> <li>- Sensação de sobrecarga emocional</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconhecimento da penosidade do serviço</li> </ul>	<p><i>doentes de tal forma frágeis que te fazem sentir como anjos”</i></p> <p><i>“...doentes mal paliados e nós sem podermos fazer muito, porque existem coisas que têm de passar pelo médico primeiro”</i></p> <p><i>“...a aproximação demasiada leva a que tudo o que doente sente passe também para nós”</i></p> <p><i>“...a falta de cooperação e comunicação entre todos os profissionais de saúde deste serviço...principalmente médicos e enfermeiros...às vezes não se caminha para o mesmo sentido”</i></p> <p><i>“...o encarniçamento terapêutico...sim isso desgasta-me muito...os doente a maioria das vezes só querem morrer tranquilamente”</i></p> <p><i>“...também mexem comigo...o sofrimento deles e das famílias...”</i></p> <p><i>“...às vezes sai-se daqui esgotado, sem energias...vazio de nós e cheios dos outros...do seu sofrimento, da sua dôr...”</i></p> <p><i>“...este é um serviço pesado em termos de emoções e é quase impossível não se crescer com elas”</i></p>
<p><b><u>ESTRATÉGIAS DE ADAPTAÇÃO</u></b></p> <p>Coping orientado para a resolução de problemas</p> <p>Coping orientado para o controlo das emoções</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ocupações lúdicas (viajar)</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Distanciamento</li> <li>- Imposição de limites no envolvimento com o doente</li> <li>- Objectivar a prestação de cuidados</li> <li>- Projecção</li> </ul>	<p><i>“...tento que a minha vida lá fora me compense de alguma forma daquilo que vejo e vivo aqui dentro...tento viajar mais, rir mais, viver mais...”</i></p> <p><i>“...até porque tento sempre não me aproximar demasiado...”</i></p> <p><i>“...temos que manter a distância...”</i></p> <p><i>“...o distanciamento...o tentar não pensar muito no que se passa aqui dentro...”</i></p> <p><i>“...assim deve ser a relação terapêutica... sem um envolvimento demasiado, acima de</i></p>

	- Humor	<p>tudo sou um técnico e estou aqui para cumprir com a minha tarefa”</p> <p>“Apesar de tentar sempre manter uma certa distância e objectividade em tudo o que faço”</p> <p>“...porque inevitavelmente se pensa que poderíamos ter sido nós...”</p> <p>“...humor...rir das situações mesmo que elas pareçam tristes”</p>
<p><b><u>SUPORE ORGANIZACIONAL</u></b></p> <p>Intervenção especializada</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervenção de grupos de ajuda</li> <li>- Intervenção do serviço de saúde</li> <li>- Técnicas de relaxamento (Metáfora)</li> </ul>	<p>“Então porque não existirem grupos de ajuda com técnicos especializados, que nos conheçam e que despertem (...) se se preocupassem mais com quem cuida então o doente seria certamente mais bem cuidado...”</p> <p>“...podia ser feita pelo serviço de saúde...fazerem reuniões, exercícios de relaxamento, massagens...sim era muito bom...utópico, porque aqui em Portugal somos carne para canhão”</p>

Entrevista 10 J.P.

ÁREA TEMÁTICA	SUB-CATEGORIAS	UNIDADES DE REGISTO
<p><b><u>EXPERIENCIA EMOCIONAL</u></b></p> <p>Factores decisivos na escolha da experiência</p> <p>Sentimentos</p> <p>Aspectos Gratificantes/Positivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evolução da doença</li> <li>- Morte rápida e sofrida</li> <li>- Empatia</li> <li>- Proximidade</li> <li>- Injustiça</li> <li>- Impotência</li> <li>- Amadurecimento</li> <li>- Auto-conhecimento</li> <li>- Reconhecimento por</li> </ul>	<p>“...estava relativamente bem e de uma momento para o outro teve uma quebra e piorou...a parte oncológica evoluiu e acabou por falecer...num sofrimento e de uma forma tão rápida...”</p> <p>“Especial pela empatia...pela proximidade que tinha dela”</p> <p>“...senti que a vida é madrasta às vezes e mais para alguns”</p> <p>“...e eu que não pude fazer nada...”</p> <p>“...o facto de trabalhar aqui amadurece muito o ser...”</p> <p>“...até porque para se lidar com este tipo de situações é preciso que a pessoa se</p>

<p><b>Aspectos Desgastantes /Negativos</b></p> <p><b>Desgaste Emocional</b></p> <p><b>Cuidar do doente oncológico</b></p>	<p>parte dos doentes e familiares</p> <p>- Sobrevalorização dos sintomas /associação a cancro</p> <p>- Cansaço - Desmotivação - Relação com estados de humor</p> <p>- Reconhecimento da penosidade do serviço</p>	<p><i>conheça e tenha uma abordagem emocional complexa”</i>  <i>“...o tipo de doentes...que reconhecem muito o teu trabalho...e torna-se muito gratificante...é mesmo essa a palavra...eles reconhecem muito o teu trabalho...e não só eles, também as famílias”</i></p> <p><i>“...às vezes perdemos a noção do real, muitas vezes projectamos para nós e temos que descer a escada e passar para as coisas normais...uma pessoa tem uma dôr no pé e começa logo a pensar que tem alguma coisa óssea...e tem essa parte negativa”</i></p> <p><i>“Sentimo-nos muitas vezes desgastados aqui...cansados e sem motivação”</i>  <i>“...quando estou de mau humor...e as minhas expectativas não estão satisfeitas acabo por me massacrar mentalmente...e é nesses dias em que se vai a pensar nisso para casa”</i></p> <p><i>“...o nosso serviço é aquele que tem maior taxa de mortalidade... (ri...) e isso custa”</i></p>
<p><b><u>ESTRATÉGIAS DE ADAPTAÇÃO</u></b></p> <p><b>Coping orientado para a resolução de problemas</b></p> <p><b>Coping orientado para o controlo das emoções</b></p>	<p>- Vida familiar estável - Ocupações lúdicas (viajar, jogar computador)</p> <p>- Objectivar a relação estabelecida com o doente - Distanciamento - Imposição de limites no envolvimento com o doente - Banalização da morte</p>	<p><i>“...acho que é importante ter uma boa vida pessoal...uma boa relação com a família, com os amigos, saíres, jogares computador...fazer tudo aquilo que te der prazer...viajar...”</i></p> <p><i>“...temos que pensar que somos técnicos (...) não é como os automóveis, porque tratamos de pessoas mas até certo ponto temos que objectivar as coisas”</i>  <i>“...temos que manter a distância...se nos envolvermos demasiados com as pessoas acabamos por sofrer como elas e aí não conseguiríamos tratar das pessoas...”</i>  <i>“...banalizamos mais...como vivemos com ela...achamos que é normal uma pessoa morrer”</i></p>

**SUPORTE ORGANIZACIONAL**

Partilha Informal

Intervenção especializada

- Partilha com colegas de equipa

- Elemento interventivo

*“...a necessidade de apoio especializado acaba por não se sentir porque no próprio serviço as emoções são partilhadas uns com os outros...temos uma boa equipa, uma chefe excepcional...e isso é uma mais valia porque acaba por ajudar a manter o equilíbrio”*

*“...um apoio especializado teria de ser gradual e próximo...as pessoas teriam de estar perto de nós (...) seria certamente uma mais valia para o serviço...as pessoas são naturalmente fechadas e devem ser estimuladas a falar”*