



FAMIPED

Famílias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.

Como fazer um uso apropriado do Sistema de Saúde Público. A visão de um pediatra de Cuidados Primários

Tradutor/a:

Susana Rocha.

[Volumen 4. Nº 2. Junio 2011](#) ^[1]

Vamos incidir brevemente neste texto no uso adequado do sistema de saúde e na recuperação do papel activo da família nos cuidados de saúde dos seus filhos, um aspecto que nos preocupa como pediatras assistentes dos seus filhos que cremos que merece uma reflexão por parte de todos os âmbitos implicados: famílias, profissionais de saúde e administração da saúde.

Para enquadrar o tema só umas pinceladas sobre o meio em que vivemos. Um mundo com pressas e consumista, baseado na consecução do perfeito bem-estar e em alcançar com prontidão bens materiais relacionados com o consumo, o ócio, etc; e onde a saúde passa a ser mais um bem de consumo. Neste modelo não encaixam a paciência, o sacrifício, o esforço, a constância, resultando difícil resolver situações quotidianas, ainda que se trate de problemas menores e transitórios.

Sabemos que ser pai não é uma tarefa fácil. A criança situa-nos ante novas responsabilidades, supõe desafios e dificuldades, e proporciona-nos também importantes realizações e satisfações. Quando a rotina se vê alterada pela irrupção da doença, o ritmo de vida quotidiano ressent-se de forma importante e pouco desejável, e procuram-se soluções rápidas.

Nos serviços de saúde observamos com precaução como se recorre a nós por problemas de pouca transcendência, inclusive de forma repetida, apesar de que uma e outra vez reiteramos as mesmas pautas de actuação e transmitimos informação sobre a evolução esperada dos sintomas em doenças frequentes.

Em muitas ocasiões os pais têm umas expectativas irreais sobre a evolução da doença. Crêem que acudir com prontidão aos serviços de saúde, ou que o início de um tratamento específico poderá mudar o curso da doença, encurtando-a, ou inclusive travando-a em seco, ignorando que a maioria dos

sintomas que tanto os assustam são mecanismos naturais do organismo, esperados, que há que respeitar e deixar actuar. A febre, por exemplo, é uma resposta para combater a infecção. A administração de antipiréticos ajuda a melhorar os sintomas de mal-estar e a baixar a temperatura em maior ou menor medida, mas não combatem a doença, que seguirá o seu curso de vários dias na maioria das vezes. Por isso os antipiréticos só devem usar-se quando seja necessário (febre elevada, mal-estar importante, etc...).

O mesmo podemos dizer de outros problemas frequentes como a tosse, os vómitos ou a diarreia, que geram grande ansiedade entre os familiares e cuidadores; ou em considerar como doenças estados próprios da infância ou da adolescência. Parece como se os pais e mães, em alguns casos, não se encontrassem capacitados e seguros para cuidar da sua prole e necessitassem que um profissional médico certifique cada um das actuações e dos cuidados que eles levariam a cabo ante situações que já viveram ou para as quais foram instruídos anteriormente.

O mesmo acontece na resolução de problemas de índole psicossocial, do comportamento ou de resposta a situações stressantes ou conflituosas no seio da família ou do seu meio, etc. Às vezes, o conselho que nos pedem converte-se em exigência para que se realize uma avaliação por equipas de saúde mental que os aconselhem em planos de actuação ante situações quotidianas, como se tudo tivesse solução no âmbito médico, em detrimento de escutar o que diz o senso comum.

O mau uso e a dependência dos serviços de saúde originam múltiplas visitas aos serviços de saúde que, conseqüentemente, se encontram cada vez mais saturados, criando frustrações nas famílias pelo tempo de espera, às vezes longo, na consulta de pediatria ou nos serviços de urgências. Pontualmente e de forma injustificada este é o propulsor de comportamentos violentos intoleráveis contra os profissionais de saúde.

Por outro lado, os profissionais sentem frustração por dispor de escasso tempo para abordar problemas de maior relevância, que sob estas circunstâncias de massificação não se podem atender convenientemente.

Fazemos um apelo à sociedade para que se consciencie que é no seio da família onde se devem prestar a maioria dos cuidados de saúde e, com iniciativa dos pais, recuperar um papel activo na resolução dos problemas de saúde dos seus filhos.

Propomos as famílias a mudar de atitude, a confiar nos cuidados que prestam, que na maioria das vezes se resume em conhecimentos básicos, senso comum e muito, muito carinho para acompanhar a doença.

Os filhos aprenderão assim que os seus pais são competentes nos seus cuidados, e serão mais independentes, aprendendo a enfrentar os problemas de saúde de forma mais natural, sossegada e segura. Saberão o que podem fazer ante uma queda leve, como curar uma ferida, a dieta adequada ante os vómitos, a diarreia, como actuar ante a febre. E também aprenderão que se apresentam outros problemas menores para os quais dispomos de poucas armas e que há que superar estoicamente, como as constipações, nas quais não faltam sintomas tão chatos como as secreções nas vias respiratórias e a tosse.

Instamos também as autoridades a difundir campanhas que fomentem a educação da população no bom uso dos serviços de saúde, na aquisição de hábitos e estilos de vida saudáveis e porque não, em reforçar a confiança nos cuidados que prestam a si próprios.

O respeito pelos profissionais de saúde é a base para ter uma convivência satisfatória que permita uns

cuidados de saúde adequados, numa profissão que tem tanto de vocação, e cuja pedra angular é o acto médico numa relação harmoniosa médico-doente/família.

É responsabilidade de todos consegui-lo colaborando assim com a ostensibilidade do nosso sistema de saúde. Cuidemo-lo, cuidemo-nos.