

opusdei.org

O hospital que põe carinho nas últimas refeições

O Centro de Cuidados Laguna acolhe pessoas com doenças avançadas ou neuro degenerativas. As refeições para os doentes e parentes têm dois ingredientes principais: carinho e compaixão.

08/06/2019

El País El hospital que pone afecto en las últimas comidas

Em Junho de 2018, Madalina Popa recebeu o encargo da sua vida. Aquele que, sem saber, iria mudar a sua perceção das coisas, ainda que por aquela altura esta empregada de mesa de 30 anos não soubesse muito bem o que eram cuidados paliativos. A única coisa que o seu chefe lhe disse foi que iria ser a nova encarregada da cafetaria de um hospital em Madrid. O típico sítio, pensou ao vê-lo tão silencioso, onde as pessoas vão fazer análises e se vão embora. Mas com o passar dos dias viu que algo estranho acontecia, porque cada dia ao abrir deparava com uma fila de olhares tristes e o vazio facilmente reconhecível de quem perdeu um ente querido. Decidiu perguntar o que era realmente aquele lugar.

Foi assim que soube que no hospital Laguna as pessoas entravam e saíam. Mas a grande maioria fazia-o para sempre. E Madalina, reconhece, viu-

se superada: “Nos primeiros dias punha-me a chorar na cozinha, porque não sabia como podia atendê-los. Não queria perguntar-lhes como estavam, porque obviamente estavam mal e eu não sabia o que dizer-lhes.” Do outro lado do balcão havia pessoas internadas com doenças graves, outras com Alzheimer e também pessoas de idade. Tinha duas opções: ir embora ou aceitar o cargo. E esta mulher determinada decidiu que o melhor era pôr-se a distribuir *palmiers* de chocolate.

“Tenho um familiar que os faz numa padaria e disse a mim mesma que tinha que reunir forças porque estas pessoas e as suas famílias precisavam de mim para adoçar as suas vidas”, recorda ainda emocionada aquela que hoje é a dona dessa cafetaria de cuidados paliativos. “Vê como foi importante

para mim, que acabei por ficar com ela”, diz orgulhosa.

Num país com 424 523 falecimentos, segundo os últimos dados do INE, há quem dedique a sua vida a cuidar e há quem, para além disso, escolha fazê-lo a partir da cozinha. Nada mais e nada menos. Depois do êxito daqueles *palmiers*, Madi, como todos a conhecem ali, pôs-se a fazer bolachas de laranja. E foi também a cada mesa perguntar se queriam algum prato que não estivesse no menu do dia. Assegurou-se, por outro lado, que teria sempre o cozido ou o arroz “campero” para que, para os pacientes esse pudesse ser o almoço dos Domingos, como qualquer família. E outros tantos aniversários que se celebraram ali; nessa cafetaria que lhe parecia tão grande e que hoje enche com sorrisos, abraços, brincadeiras e, claro está, uma ou outra lágrima. Mas desta vez acompanhada.

E para dizer a verdade, esta trabalhadora de Buzău (Roménia) não estava assim tão mal orientada. Por dentro, este centro de saúde – impulsionado pela fundação sem fins lucrativos Vianorte-Laguna – recorda, com efeito, outro tipo de hospitais sem tanto movimento e onde ninguém espera ser atendido com o seu tabuleiro nessa mesma cafetaria. E aqui passam, cada ano, mil pacientes, diz-nos Ana María Pérez, a directora de comunicação desse centro: a maioria doentes com cancro ou com insuficiências de órgãos, para além de outras doenças neurodegenerativas.

Segundo a estimativa que faz a Sociedade Espanhola de Cuidados Paliativos (Secpal), cerca de 100 000 pessoas necessitam, por ano, desses cuidados mais específicos. Mas só metade delas os recebem. “Há uma tremenda escassez de equipamento específico de cuidados paliativos no

nosso sistema de saúde. Escassez e distribuição irregular”, denuncia Alberto Melédez, vice-presidente da Secpal. E, claro, um café com canela e espuma ou uma tortilha não vão aliviar a situação. Mas, bem acompanhados, podem ajudar a lidar com os últimos dias, ou meses, de muitos destes pacientes e também com o dia-a-dia dos seus familiares.

Uma cafeteria paliativa

Nessa mesma quinta-feira em que Madi, a dona da cafeteria, não parava de fazer sanduiches, snacks e napolitanas, chega a família Pérez quase completa: Avô, pai e filha sentam-se, mais uma vez, como quando acompanharam pela última vez Consuelo, *Chelo* para os amigos. Na mesa, os mesmos churros e cafés de tantas outras vezes, com uma gratidão geral àquele centro e àquele bar que lhes serviu tantas vezes de ombro para chorar. Especialmente

agora que há um copo a menos e já ninguém ganha no dominó. O que não impede que esta família venha almoçar ou tomar o pequeno-almoço aqui com assiduidade. "Sempre nos trataram muito bem, depois de tanto tempo há amizade e carinho e, à parte disso, a comida é muito boa", concordam os três membros.

Foram, no total, quase dois anos a acompanhar a sua mulher, a sua mãe e a sua avó - primeiro no centro paliativo e depois na residência daquele mesmo hospital - após sofrer dois derrames e uma disfagia (dificuldade para o trânsito do bolo alimentar). "Ia viajar, ficou tonta e caiu nas escadas. Teve uma hemorragia interna, entrou em coma e tudo o resto aconteceu", resume Alberto, o seu filho. Chelo superou o insuperável, mas em dezembro morreu de um ataque cardíaco.

"É preciso viver isto para saber. Eu venho esgotado muitas manhãs, porque têm sido muitas noites com a minha mãe. Eram raros os dias em que não morria ninguém aqui e, claro, faz um nó. Mas chegavas à cafetaria e o que mais reconfortava era ver que havia alguém que olhava para ti e dizia: 'O que se passa? Vens com má cara'. Ou quando vinha com a minha mãe: 'Como estás, Chelo? Dormiste bem?'. E a minha mãe, que não nos dizia uma palavra, falava com ela".

Ela é Madalina Popa, claro. "Ela e o marido passavam horas de mãos dadas", recorda com admiração. E o outro Alberto dessa família recorda, então, quando ia buscá-la com a sua Vespa, muito antes de comprar o 600 e criar os seus três filhos: Alberto, Eduardo e Begoña. E uma neta, Tatiana, que reforça: "Aqui há um ambiente mais acolhedor e familiar". Porque por pouco que venhas – diz o

seu pai – sabes porque é que cada um está aqui e por quem. E eles viram chegar toda a gente; incluindo Madi. “Isto agora é outra coisa. Lembro-me que nos primeiros dias se aproximava da mesa e nos dizia: ‘Olhe, como é que prefere as coisas? Queremos fazê-las bem’. E, mais tarde, pôs-se a fazer um bolo que era, por coincidência, o mesmo que a minha mãe nos fazia, que casualidade”.

Receitas adaptadas e com memória

Uma receita para desfazer o nó da garganta – o do estômago, sem dúvida. Como as lentilhas, que tantas vezes pediam fora da carta. Ou todos esses cozidos em família. "Que minha mãe podia comer porque o grão era muito cozido e fácil de mastigar, porque o adaptava", explica o mais velho dos seus três filhos. Um cuidado que também é repetido no resto dos pisos do centro. Mas como

se alimenta, por exemplo, um paciente de Alzheimer que se esqueceu como se come ou alguém com cancro a quem a comida sabe a metal? Bem, perguntando às cozinheiras daquele hospital: Teresa Gutiérrez, Maria Díaz, Ascensión Camarero, Nolis Lebrón, María Eugenia Carrascosa e Carmen Urbina.

E aqui permita-me também ficar emocionado, porque o que se segue é a prova de que sem amor não há precisão nem cuidado.

Também devemos pensar que, para muitos desses pacientes, pode ser a última refeição. Então todos os tipos de vontades são aceites. Algumas pessoas pedem, por exemplo, um hamburguer de uma cadeia de restaurantes, uns ovos estrelados ou creme todos os dias. "E o que fazemos é colocar, talvez, menos batatas para equilibrar o açúcar e

dizemos ao médico para subir a medicação e essa pessoa fica feliz comendo o seu creme , ou o arroz doce, no tempo que lhe resta. É um trabalho em equipa", exemplifica Carrascosa, uma dessas cozinheiras.

Alberto Meléndez, da Sociedade Espanhola de Cuidados Paliativos, corrobora: "A comida nas etapas finais desempenha um papel mais social e até emocional. Uma dieta variada, rica em alimentos frescos, vegetais ou frutas, é sempre aconselhável, mas a obrigatoriedade de cumprir certas regras deve ser amável e relaxada nas etapas iniciais e nula nos momentos finais."

Embora existam casos mais complicados: Lebrón, outra das cozinheiras, é a encarregada de medir e pesar todos os ingredientes que vão nas sondas com as quais alimentam pacientes com doenças raras. "Nesses casos", detalham-me,

"tem que se pesar cada miligrama porque existem doenças que não permitem tomar uma quantidade específica de proteína que, se é ultrapassada, pode deixar essa pessoa em coma". Tem que se bater tudo muito bem, passar num liquidificador e, em seguida, por um coador para que não fique preso na sonda.

E depois há pacientes com cancro para quem tudo tem sabor a metal. "A quimioterapia influencia o paladar e a comida, muitas vezes, sabe-lhes a metal. O que fazemos é procurar texturas e cores mais apetecíveis." Falamos, por exemplo, com as nutricionistas para que lhes deem um puré de abóbora de manhã e um de cenoura de tarde", diz Teresa Gutiérrez. Se os pratos voltam cheios, sobem aos quartos para saber o que aconteceu ou porque não gostaram da comida. "Trata-se de os fazer felizes com o que comem,

embora às vezes a comida seja deixada no prato para que subamos aos quartos e nos possam agradecer", diz emocionada.

Também adaptam receitas familiares de pessoas com Alzheimer para estimular a memória sentimental. E como são alimentados? "Eles esquecem-se de engolir, portanto fazemos receitas de fácil deglutição, porque o que não podem tomar são várias texturas juntas. Como uma sopa com massa. Engasgam-se porque não sabem mastigar, esquecem-se. O que fazemos é que tudo já está com o bolo pronto e sempre espesso, com a mesma textura".

Embora aqui também haja variedade. "Conhece o peito típico que vem em tiras e para eles é muito difícil? Bem, fazemo-lo "à la paca", isto é, passa-se por ovo e depois quando se frita coloca-se um pouco

de vinho ou caldo e cobre-se. O peito assim é muito succulento, e quando eles o comem, é macio e não engasga. Assim não lhes damos o mesmo puré o tempo todo".

O último prato das suas vidas

Já lhes tinha dito que havia muito amor aqui. Até um banquete de casamento as cozinheiras organizaram no hospital de Laguna: com um bolo de casamento, feito por elas. "Ou descobrimos que é o aniversário de alguém e fazemos uma refeição especial", acrescentam. Os seus olhos também já viram muitos quartos vazios: convivem com a morte diariamente, e a ideia de que cada refeição pode ser a última e, para além disso, não lhes agradar, está lá. "Mas vamos para casa sabendo que os deixámos felizes. Um trabalho que nos muda a visão", lembra Carrascosa, com olhos brilhantes.

Madalina Popa, proprietária da cafetaria daquele hospital de cuidados paliativos, também tem a sua história. "Sabe por que foi tão difícil para mim no início estar aqui? Porque há cerca de quatro anos, o meu pai teve uma pneumonia grave e ficou em coma por muito tempo e, embora agora esteja tudo bem, os médicos nunca me deram esperança. Eu sei o que é estar naquela posição e passar mal. É por isso que, além de lhes perguntar o que querem almoçar, pergunto se dormiram bem e é também por isso que, agora, todos os dias digo à minha filha e ao meu marido que os amo", diz com sinceridade

Como se costuma dizer, chegamos a este mundo acompanhados por profissionais. Devemos fazê-lo também quando o abandonamos; e deixando o prato o mais vazio possível.

pdf | Documento gerado
automaticamente a partir de [https://
dev.opusdei.org/pt-pt/article/hospital-
poe-carinho-nas-ultimas-refeicoes-
centro-cuidados-laguna/](https://dev.opusdei.org/pt-pt/article/hospital-poe-carinho-nas-ultimas-refeicoes-centro-cuidados-laguna/) (10/08/2025)