

Lidando com a esperança nos cuidados paliativos

A esperança é um dos elementos mais complexos e essenciais no cuidado de pacientes com doenças graves e ameaçadoras da vida. Longe de ser um conceito simples ou unidimensional, ela assume significados distintos para cada indivíduo, sendo profundamente influenciada por valores, experiências prévias e pelo momento da trajetória da doença. Como descrito na literatura, a esperança pode ser entendida como um sentimento confiante, porém incerto, voltado para um bem futuro que é percebido como realisticamente possível e pessoalmente significativo.

Nos cuidados paliativos, a esperança pode não desaparecer com a progressão da doença, mas se transformar. Compreender essa transformação é uma das competências mais importantes para o profissional de saúde. Mesmo diante da finitude, a esperança continua sendo um pilar fundamental do bem-estar psicológico. Ela oferece ao paciente não apenas alívio emocional, mas também uma sensação de equilíbrio e sentido diante de um cenário frequentemente marcado por incertezas e perdas progressivas.

Pacientes que mantêm algum nível de esperança tendem a lidar melhor com o sofrimento, com a ansiedade e com o impacto das más notícias. A esperança funciona como uma espécie de sustentação interna, permitindo que o indivíduo continue a encontrar motivos para seguir, mesmo quando a cura já não é possível. Nesse contexto, não se trata de alimentar ilusões, mas de reconhecer que sempre há algo a ser esperado, ainda que esse “algo” precise ser ressignificado.

Um ponto central é entender que o foco da esperança muda ao longo do tempo. Em fases iniciais da doença, ela pode estar associada à cura ou ao controle prolongado. Com a progressão, pode migrar para objetivos como estabilidade clínica, controle de sintomas ou manutenção da funcionalidade. Em fases mais avançadas, a esperança frequentemente se volta para aspectos mais subjetivos e existenciais: passar tempo com a família, resolver questões pendentes, não sentir dor, ou mesmo ter uma morte tranquila.

Em diversos casos, essa mudança de foco não acontece espontaneamente e precisa ser acompanhada, facilitada e, muitas vezes, conduzida com sensibilidade pela equipe de saúde. A comunicação desempenha aqui um papel absolutamente central. Quando o prognóstico é comunicado de forma clara, honesta e empática, abre-se espaço para a construção de uma nova forma de esperança, mais alinhada com a realidade vivida pelo paciente.

Por outro lado, falhas na comunicação podem comprometer profundamente esse processo. Estudos mostram que a esperança tende a diminuir quando profissionais demonstram insegurança, utilizam eufemismos ou evitam falar diretamente com o paciente, direcionando informações apenas à família. Esse tipo de postura, ainda que muitas vezes bem-intencionada, pode gerar desconfiança, isolamento e aumento do sofrimento emocional.

Apesar disso, ainda é comum encontrar profissionais que acreditam que oferecer esperança não faz parte de sua função, ou que associam esperança exclusivamente à possibilidade de cura. Essa visão limitada pode levar à negligência de uma dimensão essencial do cuidado. Nos cuidados paliativos, oferecer esperança não é enganar o paciente, mas ajudá-lo a encontrar novos sentidos e possibilidades dentro da realidade que ele vive.

Existem estratégias práticas que podem auxiliar nesse processo. Demonstrar conhecimento atualizado sobre a condição clínica transmite segurança e confiança. Manter bom controle de sintomas. Explorar, junto ao paciente, metas realistas e significativas ajuda a redirecionar o foco da esperança. Incentivar a valorização do presente, do dia a dia, pode ser extremamente potente. Planejar momentos especiais com familiares, facilitar despedidas, ou simplesmente garantir conforto e dignidade são formas concretas de sustentar a esperança.

Por fim, é importante reconhecer que, no contexto do fim da vida, até mesmo a possibilidade de uma morte tranquila pode representar uma forma legítima de esperança. Esperar não sofrer, não estar sozinho, ser respeitado em seus desejos. Tudo isso faz parte de um conceito ampliado e profundamente humano de esperança.

Lidar com a esperança, portanto, não é uma tarefa acessória, mas central nos cuidados paliativos. Exige escuta, presença, comunicação qualificada e, sobretudo, a capacidade de caminhar ao lado do paciente na reconstrução contínua de sentidos. Mais do que oferecer respostas, trata-se de sustentar possibilidades, mesmo quando elas já não estão no campo da cura, mas permanecem, de forma potente, no campo do cuidado.

Rodolfo Moraes Silva

Referência: Hawthorn M. The importance of communication in sustaining hope at the end of life. Br J Nurs. 2015 Jul 9-22;24(13):702-5. doi: 10.12968/bjon.2015.24.13.702. PMID: 26153811