

## Definição de Cuidados Paliativos

Cuidados paliativos são os cuidados holísticos, ativos, prestados a indivíduos de todas as idades com sofrimento intenso<sup>i</sup> decorrente de doença grave<sup>ii</sup>, especialmente dirigidos àqueles perto do fim de vida. Têm como objetivo melhorar a qualidade de vida das pessoas doentes, das suas famílias e cuidadores.

### Os Cuidados paliativos:

- Incluem a prevenção, identificação precoce, avaliação e gestão globais dos problemas físicos - incluindo a dor e outros sintomas graves ou nocivos -, do sofrimento psicológico, da angústia espiritual e das necessidades sociais. Sempre que possível, estas intervenções devem ser baseadas em evidência científica.
- Proporcionam o apoio para ajudar a pessoa doente a viver da forma mais plena possível até à morte, facilitando a comunicação eficaz, permitindo que a pessoa e a sua família determinem quais os objetivos de tratamento.
- São aplicáveis durante todo o curso da doença, de acordo com as necessidades da pessoa doente.
- Sempre que necessário são fornecidos em conjunto com intervenções terapêuticas modificadoras da evolução da doença.
- Podem influenciar positivamente a evolução da doença.
- Não pretendem antecipar nem adiar a morte; afirmam a vida e reconhecem a morte como um processo natural.
- Proporcionam apoio à família e aos cuidadores durante a doença e no período de luto.
- São prestados reconhecendo e respeitando os valores e crenças culturais da pessoa doente e da sua família.
- São aplicáveis em todos os contextos de prestação de cuidados (domicílio e instituições) e em todos os níveis de cuidados (primário ao terciário).
- Podem ser fornecidos por profissionais com formação básica em cuidados paliativos.
- Requerem cuidados paliativos especializados prestados por equipas multidisciplinares para a referência de casos complexos.

### Para alcançar a integração dos cuidados paliativos, os Governos devem:

1. Adotar políticas e normas adequadas que incluam os cuidados paliativos na legislação, programas e orçamentos nacionais para a saúde;
2. Garantir que a cobertura dos seguros de saúde integra os cuidados paliativos como um dos seus componentes;
3. Garantir o acesso a medicamentos e tecnologias de saúde essenciais para alívio da dor e prestação de cuidados paliativos, incluindo formulações pediátricas;
4. Garantir que os cuidados paliativos se integram em todos os serviços de saúde (desde os cuidados comunitários aos hospitalares); que todos os indivíduos são avaliados e que todas as equipas

---

<sup>i</sup>O sofrimento é relacionado com o estado de saúde quando está associado à doença ou à lesão de qualquer tipo. O sofrimento é considerado grave quando não pode ser aliviado sem intervenção médica e quando compromete o funcionamento físico, social e/ou emocional. Traduzido para português da definição disponível em: <http://pallipedia.org/serious-health-related-suffering-shs/>.

<sup>ii</sup>Entende-se por doença grave qualquer doença aguda ou crónica que cause dano ou limitações significativas, podendo levar a incapacidade a longo prazo, deficiência e/ou morte. Traduzido para português da definição disponível em: <http://pallipedia.org/serious-illness/>.

possam fornecer cuidados paliativos básicos com apoio de equipas especializadas disponíveis para consultoria e referência;

5. Garantir o acesso a cuidados paliativos adequados a grupos vulneráveis, incluindo crianças e idosos;
6. Envolver-se com a academia, as universidades e os hospitais universitários por forma a garantir a investigação e prática em cuidados paliativos como uma componente integral da formação, incluindo os níveis básico, intermédio, avançado e formação contínua.

*Translation to European Portuguese by Miguel Julião, Paulo Faria de Sousa, Duarte da Silva Soares and Daniela Runa.*