

# PRA

Portefólio Reflexivo de Aprendizagem

## Cuidados de Saúde a Pessoas em Fim de Vida e Post Mortem

Formadora:  
Enf.<sup>ª</sup> Ana Margarida Sobral  
Formanda:  
Sónia Cristina Santos

20 de Junho de 2013

# O que eu aprendi...

- ❖ A prestação de cuidados de saúde a utentes em fim de vida
  - Fatores inibidores de bem-estar
    - Ansiedade
    - Agressividade
    - Depressão
    - Baixa auto-estima
  - Fatores promotores de bem-estar: necessidades físicas, psicológicas, sociais e espirituais
  - Cuidar em final de vida
- ❖ A morte e o luto
  - A morte numa instituição de saúde
  - A morte em casa
  - Os Cuidados do corpo pós-mortem
  - As fases do luto
  - O acompanhamento e apoio à família
- ❖ A auto-proteção em situações de sofrimento e agonia do utente, família e cuidadores



# No futuro, onde posso aplicar os meus conhecimentos...

Sendo este um dos módulos mais delicados de tratar, veio sensibilizar-me para os cuidados a ter com pessoas que se encontram em fim de vida, proporcionando-lhes conforto, o menor sofrimento possível, dispensando o melhor de nós. Apesar de ainda ser complicado, este módulo poderá ajudar-me a lidar com a morte e a vê-la com outros olhos quando tiver de a encarar de frente.



## O que gostei...

Desde que me falaram no filme “Amour” que fiquei super interessada em vê-lo. Quando foi passado em sessão fiquei “desiludida”! Esperava algo diferente. De fato é um filme tocante, que aborda vários assuntos da atualidade e que está a entrar pelas casas de famílias sem que estas deem conta.



## O trabalho que selecionei...

Seleciono para o meu portefólio a reflexão sobre as sessões e o filme “Amour”.

## A minha análise...

- ❖ A Enf.ª Ana Sobral foi clara na explicação dos conteúdos e esclareceu sempre as dúvidas quando eram solicitadas. Foi objetiva e clara ao longo de todo o módulo. Detentora de um grande profissionalismo e prestativa.
- ❖ No decorrer do módulo fui assídua, pontual, estive motivada nas sessões apresentadas. Participei sempre que achei oportuno. Realizei sempre com o maior rigor as propostas expostas.

