

# Projeto Humanidades Médicas no Algarve

## - uma estruturação em curso

### *Medical Humanities Project in the Algarve*

### *- a structuring in progress*

Sónia Francisca da Silva<sup>1</sup>, Catarina Alexandre<sup>2</sup>, Maria Auxiliadora Pereira Rei<sup>3</sup>, Juan Rachadell<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Psicólogo Clínico, Serviço de Psiquiatria, Hospital de Portimão, ULS Algarve

<sup>1</sup> Psicólogo Clínico, Cuidados Paliativos, Hospital de Portimão, ULS Algarve

<sup>1</sup> Serviço de Pediatria 2, ULS Algarve

<sup>1</sup> Serviço de Cirurgia II, ULS Algarve

jrachadell@yahoo.com

## Resumo

Desde a sua fundação, em 2022, no contexto pós-pandemia de COVID-19, o Projeto Humanidades Médicas de Portimão tem como objetivo central promover a humanização dos cuidados de saúde, valorizando as dimensões narrativa, relacional e cultural da prática clínica. O projeto surge como resposta à crescente desumanização e burocratização da Medicina, fenómeno associado ao afastamento entre profissionais de saúde e doentes, bem como ao aumento da insatisfação, exaustão emocional e burnout entre os cuidadores.

Assente nos princípios da Medicina Narrativa, o Projeto tem vindo a desenvolver iniciativas de baixo custo e elevado impacto humano, incluindo a criação de Bibliotecas Abertas em diferentes áreas de internamento, tertúlias culturais multidisciplinares ("Saud'Arte"), espaços de reflexão partilhada sobre o cuidado, a finitude e o autocuidado dos profissionais, bem como ações formativas que promovem a empatia, a escuta ativa e a reflexão crítica.

Neste artigo, descreve-se a génese do Projeto, os seus fundamentos teóricos, a sua estrutura organizativa e as principais atividades desenvolvidas até ao momento, bem como as perspetivas de expansão futura no âmbito da Unidade Local de Saúde do Algarve. Pretende-se, assim, contribuir para a reflexão sobre modelos sustentáveis de humanização dos cuidados de saúde, integrando ciência, arte e narrativa como pilares de uma Medicina mais próxima, ética e centrada na pessoa.

## Abstract

*Since its establishment in 2022, in the post-COVID-19 pandemic context, the Portimão Medical Humanities Project has aimed to promote the humanization of healthcare by valuing the narrative, relational, and cultural dimensions of clinical practice. The project emerged as a response to the increasing bureaucratization and depersonalization of medicine, phenomena associated with growing distance between healthcare professionals and patients, as well as rising levels of dissatisfaction, emotional exhaustion, and burnout among caregivers.*

*Grounded in the principles of Narrative Medicine, the Project has developed a series of low-cost, high-impact initiatives, including Open Libraries in inpatient wards, multidisciplinary cultural gatherings ("Saud'Arte"), shared reflection spaces focused on care, finitude, and professional self-care, and educational activities designed to foster empathy, active listening, and critical reflection.*

*This article presents the origins of the Project, its theoretical foundations, organizational structure, and main activities implemented to date, as well as its future development perspectives within the Algarve Local Health Unit. By doing so, it seeks to contribute to the discussion on sustainable models for the humanization of healthcare, integrating science, art, and narrative as essential pillars of a more ethical, person-centered medical practice.*

Palavras Chave:  
Humanidades Médicas; Medicina Narrativa; Humanização dos Cuidados de Saúde;  
Burnout; Relação Médico-Doente

Keywords:  
Medical Humanities; Narrative Medicine; Humanization of Healthcare; Burnout;  
Doctor-Patient Relationship

## Introdução

A desumanização e burocratização dos cuidados de saúde tem causado uma tendência de afastamento da "Medicina Tradicional". Muitos médicos sentem que apenas estão a cumprir com requerimentos de diferentes entidades e perdem o contacto com a sua sensibilidade e com os problemas dos outros. Desaparece o foco no doente e o gosto pela profissão. Os doentes sentem que os médicos, ultrapassados pelo trabalho, não prestam atenção suficiente às suas queixas. Isto causa um afastamento entre uns e outros.

Na origem deste Projecto Humanidades estávamos em outubro de 2022, no rescaldo do tempos de maior intensidade do Covid-19. O nosso dia-a-dia está dificultado por esta alienação que origina incómodo, revolta e insatisfação nos prestadores e utentes. Insatisfação sobejamente exemplificada no lado dos profissionais da saúde no aumento de incidência de depressão e "Burnout" exacerbado pela pandemia COVID 19.<sup>1</sup>

Urgem estratégias para lidar com estes problemas, que numa época de

constrangimentos económicos como a atual, devem ser parcas no sentido de dispêndio de recursos económicos e humanos.

No sentido de colmatar esta preocupação, têm sido desenvolvidas atividades a título individual, como a Leitura do Conto no Internamento de Pediatria e a proposta de criação duma biblioteca na área da Consulta Externa no âmbito do "Projeto Capital Humano - Yes We Care!". Mas sentíamos que ainda havia muito por fazer.

Pensamos que parte da resposta poderá estar na Medicina Narrativa. Um movimento que embora muitos considerem que se inicia em 1988 com a publicação do livro seminal "The Illness Narratives: Suffering, Healing and the Human Condition" por Arthur Kleinman, torna-se popular no final dos anos 90 com os trabalhos da Dra. Rita Charon na Universidade de Columbia, NY, USA. Segundo a Dra. Charon, a Medicina desenvolvida com competência narrativa fortalece a habilidade de "reconhecer, absorver, interpretar e atuar nas histórias e dificuldades dos outros."<sup>2</sup>

"Embora ouvir a história dos pacientes tem sido desde há muito tempo um elemento fulcral da medicina clínica, o uso de investigação narrativa para melhorar a compreensão do contexto cultural da saúde, é mais recente... 'As pessoas prestam atenção, lembram-se e são transformadas pelas histórias' Uma narrativa (história) e um relato com início, uma sequência de eventos e um

final. Reúne personagens, eventos, ações e contexto para ajudar a dar-lhes um sentido"<sup>3</sup>

Em 1996 Sackett, num trabalho publicado no "British Medical Journal", escrevia: "Sem experiência clínica a nossa prática corre o risco de se ver tiranizada pela evidência, pois, até a melhor evidencia externa pode não ser aplicável ou ser inadequada para o paciente individual. Sem a evidência mais atualizada a nossa prática corre o risco de se tornar rapidamente desatualizada, em detrimento dos pacientes... nenhuma é suficiente sozinha"<sup>4</sup>

Assim, e com o intuito de utilizar técnicas de Medicina Narrativa para melhorar a experiência partilhada de prestadores e utentes no CHUA, surge a ideia de desenvolver o Projeto Humanidades Médicas que pretende dinamizar ideias em áreas que juntam a ciência e arte da Medicina.

### Objectivos

Desenvolver a utilização da Medicina Narrativa em quatro grandes áreas:

- Relação do Médico com o Paciente: desenvolver uma comunicação mais fluida com os doentes para assim melhor compreender a sua doença e conseguir uma orientação mais eficaz do tratamento. Utilizar o "Close Reading" e a escrita reflexiva para treinar aos médicos, jovens ou não, a considerar a história do doente desde um ponto de vista holístico.

- Relação do Médico consigo próprio: ajudar aos médicos a reconhecer a sua própria "viagem" pela Medicina e promover o altruísmo, compaixão, respeito, lealdade, humildade e valor que devem ser nutridos pelo cuidado autêntico do doente. Favorecer a discussão em grupo de experiências que, com ajuda de mediadores, sirvam para crescimento pessoal.

- Relação do Médico com os seus pares: fazer reconhecer que as narrativas estão sempre presentes no nosso dia-a-dia, seja na investigação, ensino ou trabalho clínico. A competência narrativa irá torná-las mais eficazes e eficientes melhorando a comunicação e aumentando a satisfação.

- Relação do Médico com a Sociedade: destacar que os médicos são agentes sociais importantes com competências reconhecidas, que devem utilizar habilidades narrativas para melhor poder orientar as discussões sobre os cuidados de saúde, o seu futuro e a sua sustentabilidade, que deverão ser realizadas nos tempos que correm.

## Projeto Humanidades Médicas

### Missão

Desenvolver a utilização da Medicina Narrativa em quatro grandes áreas:

- Relação do Profissional de saúde com o Paciente;
- Relação do Profissional de saúde com o próprio;
- Relação do Profissional de saúde com os seus pares;
- Relação do Profissional de saúde com a Sociedade.

### Visão

Ambicionamos fomentar as competências da empatia e entreajuda nas diferentes classes profissionais do hospital, entre si e com a população da região, com o objetivo final de melhorar a experiência dos cuidados de saúde para trabalhadores e



Figura 1. O logo foi desenvolvido pela estudante de design gráfico Maria Auxiliadora González Pereira: "A ideia original foi utilizar as iniciais do 'Projeto Humanidades Médicas' modificando o símbolo do pH, para lembrar as Ciências. Escolhi um tipo de letra que lembra a escrita a mão, o que faz evocar as Humanidades e a Narrativa. O círculo que envolve o logo representa o 'Todo', a integração das Humanidades e as Ciências, e também faz lembrar um estetoscópio para reforçar a importância da Medicina"

utentes da Unidade Local de Saúde (ULS), mediante estratégias humanizadoras, tendencialmente a custo zero para a ULS.

### Grupo Fundador

Queremos constituir um grupo multidisciplinar (para já contamos com Pediatras, Internistas e Cirurgiões) e interdisciplinar (com Enfermeiros, Psicólogos e Educadores), que desenvolva estratégias humanizadoras, sempre tendencialmente a custo zero para o Hospital. Este grupo não é estanque. Muito pelo contrário, privilegia a colaboração e partilha com outras pessoas, grupos e instituições e seguramente crescerá com o tempo.

À data da fundação somos: Enf. Ana Rita, Dr. Daniel Cartucho, Dr. Edgar Amorim, Enf. Florinda Cerol, Educadora Helena Calado, Dra. Inês Simões, Dr. Juan Rachadell, Psic. Kelly Rocha, Dra. Madalena Sales, Dra. Maria Pereira, Dra. Marta Amado, Dr. Miguel Cunha, Dr. Nuno Vieira, Enf. Ricardo Correia.

## Primeiras intervenções

A nossa primeira intervenção visa aproveitar as vantagens que a leitura pode oferecer para facilitar a compreensão do processo de doença e apreensão de experiências partilhadas. A leitura é uma atividade pessoal e silenciosa, adequada para ser realizada num contexto de internamento hospitalar. Embora represente uma pausa física, está acompanhada duma intensa actividade fisiológica e cognitiva.

As suas vantagens são abundantes e reconhecidas:

- Proporciona Empatia, providenciando formas alternativas de lidar com os outros e estimulando a compaixão.
- Expandem o nosso Conhecimento de maneira agradável e descomprometida. • Facilita o nosso Discernimento, ajudando a interpretar, criticar e deduzir.
- Estimula o nosso Pensamento Crítico, obrigando-nos a examinar preconceitos e desconstruir convicções, o que

nos prepara para novas formas de entendimento.

- Facilita o nosso Pensamento por Analogia, dando o passo a pensamentos originais e conclusões novas que nos proporcionam o verdadeiro “prazer da leitura”<sup>5,6</sup>

Estamos a criar pequenas bibliotecas em três áreas de internamento da Unidade de Portimão: Medicina 3, Pediatria e Cirurgia 2. O espaço físico de colocação dos armários será à saída dos elevadores dos doentes no internamento de Cirurgia (piso 4) e na Medicina (Piso 5) e no Corredor do internamento de Pediatria, em armários que foram “resgatados” de outras áreas do Hospital de Portimão.

Com a valiosa colaboração da Biblioteca de Portimão temos uma seleção eclética de material de leitura para assim apelar a maior quantidade de potenciais leitores. Inclui livros de ficção e não ficção de diversa temática. Principalmente em língua portuguesa, mas com alguns em espanhol, inglês, alemão e francês. Os livros serão identificados com Autocolante que identifique o “Projeto Humanidade Médicas”, o “Centro Hospitalar Universitário do Algarve” e a “Biblioteca de Portimão”.

Poderão também ser doados por entidades públicas como as Bibliotecas dos diferentes concelhos abrangidos na área de influência do CHUA ou por indivíduos ou empresas que queiram funcionar como mecenas.

Para estas bibliotecas propomos duas modalidades de funcionamento:

- No internamento de Cirurgia II e Medicina 3 funcionariam como “Biblioteca Aberta” onde os utentes ou profissionais poderiam usar livremente os livros e, se entenderem, levar para casa. Os livros teriam mensagens para encorajar a sua devolução e a doação de novos títulos. A Biblioteca de Portimão, com base na sua experiência com a Cabine de Leitura da rua do Comercio, vai gerir a reposição de livros.
- No internamento de Pediatria funcionaria como “Biblioteca Fechada” com o intuito não só de usufruir das vantagens já descritas da leitura como

também de ensinar as crianças sobre o uso responsável da Biblioteca Pública. Vamos criar um cartão de leitor (que eventualmente poderia ser “trocado” por um cartão de leitor da Biblioteca Pública da sua localidade conforme protocolos a estabelecer) e marcaríamos os livros retirados pela criança com o intuito de os devolver aquando da alta hospitalar.

## Projetos em desenvolvimento

- Criar polos de Leitura noutros serviços (Internamento de Ginecologia, Ortopedia, Consulta Externa) e em outras Unidades do CHUA (Faro, Hospital das Terras do Infante).
- Criar espaços de leitura partilhada para a exploração do luto e a perda com o apoio de Oncopsicologia.
- Dinamizar a criação de workshops de partilha multidisciplinar com apoio de profissionais de Medicina Narrativa que inclua as várias classes profissionais do CHUA.
- Desenvolver a sensibilidade para as narrativas dos alunos de diferentes níveis (Estudantes de Medicina, Internos de Ano Comum, Internos de Formação Específica) que passam pelo CHUA.
- Apoiar a criação de projetos de arte no CHUA.
- Utilizar a Medicina Narrativa como elemento indutor de resiliência e luta contra o Burnout entre as diferentes classes profissionais do CHUA.
- Incluir a Medicina Narrativa no curriculum de ensino na Faculdade de Medicina e Ciências Biomédicas da Universidade do Algarve.

### Tertúlias “Saud’Arte”

Para operacionalizar esta visão, temos vindo a organizar uma série de palestras com temas enquadrados na Medicina Narrativa, que navegam entre a Arte e a Ciência. A “Ciência” não inclui apenas a prática médica, mas toda aquela equipa, multidisciplinar e interdisciplinar, que com o seu correto funcionamento zela pelo doente e ajuda a recuperar o equíli-

brio num momento de fragilidade e, mais importante ainda, o faz manter a saúde. A “Arte” a que fazemos referência é aquela beleza que conseguimos perceber através dos nossos sentidos na Literatura, Pintura, Cinema, Arquitetura, Artes Performativas e outras disciplinas, que nos emociona e que muda a nossa visão do mundo, nos liberta, nas palavras de Pessoa.

Por proximidade e facilidade logística dado o nosso local de trabalho, consideramos o auditório do Hospital de Portimão como o local adequado para iniciar esta atividade. Na última terça-feira de cada mês, começaram em março 2024. Acreditamos que este projeto vem aproximar a ULS da população que serve e providenciar uma melhor experiência para todos os envolvidos nos cuidados de saúde.

A curadoria dos temas está a cargo da Sónia Silva e Juan Rachadell. As palestras têm duração de uma hora (45 minutos de apresentação e 15 de discussão e partilha), na última terça-feira de cada mês (excetuando agosto e dezembro), e são gratuitas, abertas a todos os trabalhadores da ULSALG e à população geral, com o intuito de aproximar quem labora no SNS do tecido social local. É possível as observar e participar on-line na plataforma TEAMS, e desde abril 2024 estão a ficar gravadas, visando a sua futura publicação.

Ao longo destes quase dois anos temos tido apresentações de os mais variados temas: Saúde Mental, Arquitetura, Música, História, Desenho, Leitura de Adulto, Leitura Infantil, Teatro. Já com um seguimento regular contamos com a presença de entre 35 a 45 pessoas por sessão (incluindo os que participam on-line). A publicidade institucional é feita através da Intranet e com cartazes que são colocados nos polos da ULSAG, Bibliotecas e Piscinas Municipais.



Figura 2. Na Pediatria do Hospital do Barlavento do Centro Hospitalar Universitário do Algarve, no projecto global referenciado neste trabalho, foi criado um espaço onde há destaque para o entendimento expresso na legenda: "A minha primeira biblioteca que conheci na minha vida foi a minha Mãe (...) Cada noite antes de dormir, visitávamos as estantes da minha memória".

## Iniciativas recentes

A positiva impressão que deixou no público assistente numa das Tertúlias Saud'Arte de 2025 sobre o impacto da morte dum doente no prestador de cuidados de saúde ("Death Experiences") desencadeou duas colaborações que estão atualmente a ser desenvolvidas em conjunto com em conjunto com a Equipa de Apoio Psicossocial da ULS Algarve.

### Death Café

Já com duas edições, sob a orientação de Catarina Alexandre, Cátia Martins, Sónia Silva e Juan Rachadell, proporcionam um espaço seguro para falar sobre a finitude e outras inquietações, num ambiente relaxado onde se partilha também um bolo e café ou chá. O feedback que temos tido dos participantes tem sido muito positivo.

Sem periodicidade definida, pensamos realizar 3 a 4 eventos por ano.

### Quis Curat Curatores (Quem cuida dos cuidadores?)

Esta a pedido de algumas Equipas do Hospital de Portimão. Iniciámos no Hospital de dia de Oncologia da Unidade Hospitalar de Portimão, duas sessões, orientadas por Catarina Alexandre, Sónia Silva e Juan Rachadell, e incluindo todas as classes profissionais do serviço, proporcionou um ambiente intimista para partilhar as dificuldades do confronto diário com a fragilidade dos doentes que, no fundo, é também a nossa. A conversa teve ênfase no autocuidado do profissional de saúde e no desenvolvimento duma relação baseada na compaixão, evitando assim a fadiga que pode afetar ao acompanhante. Baseados no fee-

edback positivo no inquérito realizado aos participantes, estamos a propor a sua realização em outros serviços do Hospital de Portimão, extensível a outras unidades da ULSALG.

## Futuro próximo

Espaço de partilha cultural para os funcionários da Unidade de Portimão:

Como evolução natural das Bibliotecas Abertas, surge a ideia de criar um espaço específico de partilha de livros e eventos culturais entre os funcionários da ULSALG. O espaço físico será mais uma vez um armário "resgatado" que irá funcionar como ponto de contacto entre leitores. Podem os funcionários do hospital de Portimão deixar livros que queiram partilhar e recolher aqueles que apeteçam

ler. Irá ser colocado também um painel para colocar cartazes de eventos culturais locais e regionais.

### Workshop/Masterclass de desenho anatomo cirúrgico

Fruto da curiosidade e vontade de trabalho do Dr. Francisco Oliveira Martins, quem depois da sua Tertúlia Saude'Arte do passado novembro ("Papel da ilustração científica. Anatomia cirúrgica na comunicação médica em tempo de inteligência artificial") ficou sensibilizado com a excelente resposta do público.

No espírito de colaboração interinstitucional que lhe é caro, propus a diretiva da Universidade do Algarve para repetir esta iniciativa, que tinha tido grande sucesso na Ordem dos Médicos de Lisboa, no início de 2025. A primeira edição será em 14 de março de 2026.

### Futuro a longo prazo

- Utilizar a Medicina Narrativa como elemento indutor de resiliência e luta contra o Burnout entre as diferentes classes profissionais do ULSALG.
- Apoiar a criação de projetos de arte na ULSALG
- Dinamizar a criação de workshops de partilha multidisciplinar com apoio de profissionais de Medicina Narrativa que inclua as várias classes profissionais do ULSALG.
- Desenvolver a sensibilidade para as narrativas dos alunos de diferentes níveis (Estudantes de Medicina, Internos de Ano Comum, Internos de Formação Específica e Estagiários de outras áreas profissionais) que passam pela ULSALG

• Incluir a Medicina Narrativa no currículo de ensino na Faculdade de Medicina e Ciências Biomédicas da Universidade do Algarve.

Como reflexão final, pensamos que a forma de ver a Medicina que a Medicina Narrativa preconiza, transcende a prática médica e se estende a outros cuidadores, dentro e fora dos cuidados de saúde. E irá trazer um relacionamento humano mais bondoso e sem julgamento que pode ser a resposta aos conturbados tempos que se adivinham.

As ideias como estas são poderosas e só precisam dum grupo de pessoas motivados e com foco para conseguir vincar.

## Referências

1. Greenhalgh T. Cultural Contexts of Health: The Use of Narrative Research in the Health Sector [Internet]. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2016. (Health Evidence Network Synthesis Report, No. 49.) Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK391066/>
2. Charon R. The patient-physician relationship. Narrative medicine: a model for empathy, reflection, profession, and trust. JAMA. 2001 Oct 17;286(15):1897-902. doi: 10.1001/jama.286.15.1897. PMID: 11597295.
3. Greenhalgh T. Cultural Contexts of Health: The Use of Narrative Research in the Health Sector [Internet]. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2016. (Health Evidence Network Synthesis Report, No. 49.) Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK391066/>
4. Narrative medicine: from theory to clinical practice [Internet]. [www.ibsafoundation.org](http://www.ibsafoundation.org). Available from: <https://www.ibsafoundation.org/en/blog/narrative-medicine>
5. Nobre SB. "O Cérebro Leitor". Ciclo dos XXXV anos da Biblioteca de Lagos, 2021
6. Rachadell J. Medicina e Humanidades uma relação que se mantém - Medicina Narrativa. Algarve Médico, 2022; 20 (6): 28 – 35. Available from: [https://www.chualgarve.min-saude.pt/wp-content/uploads/sites/2/2023/03/AM\\_20.pdf](https://www.chualgarve.min-saude.pt/wp-content/uploads/sites/2/2023/03/AM_20.pdf)