

## Recordando Helena Estrada

### *In Memoriam: Helena Estrada*

#### Barros Veloso

Ex. Diretor do Serviço de Medicina Interna  
Centro Hospitalar de Lisboa Central, Hospital Santo António do Capuchos, Lisboa, Portugal



Na véspera de Natal do “ano COVID-19”, chegou-nos subitamente uma notícia brutal: nessa madrugada morreria Helena Estrada. Sabíamos que sofria de uma doença incurável, mas confrontados com a cruel realidade, era-nos difícil aceitar que fosse verdade. Quem? A Lena Estrada, sempre dinâmica, afectiva, competente, alegre, disponível, profissional impecável, chefe de fila de uma geração de internistas, com tantos projectos por realizar e tantos afectos para distribuir? Parecia-me, a mim e a todos os que a conheciam, não passar de um pesadelo de que queríamos rapidamente acordar. E, sobretudo, parecia-nos impensável que o destino se tivesse revelado tão ingrato para alguém que abraçara a vida com tanta paixão e entrega.

Conheci a Lena Estrada há muitos anos, mais precisamente em 1981. Eu era Assistente Hospitalar (mais tarde

chamar-se-ia Chefe de Serviço), lugar de topo da carreira dos Hospitais Cívicos de Lisboa. Tinha sido colocado em 1970 no Serviço 1 de Medicina do Hospital dos Capuchos que ocupava parte das instalações do antigo Asilo de Mendicidade: enormes enfermarias sem conforto ou privacidade, escassos equipamentos técnicos e difícil acesso a meios complementares de diagnóstico, onde se acumulava uma casuística pouco interessante de doentes internados pelo Banco de São José. Em suma, era um sítio nada apetecível ou recomendado a jovens médicos que queriam aprender e progredir.

Investido aos 39 anos nas minhas funções, fiz um pacto com o Director do Serviço (o inesquecível Dr. Pena de Carvalho) que me deu carta-branca para concretizar uma agenda que passava pela melhoria das instalações e dos equipamentos, e por um plano programado de ensino e investigação. A tarefa era difícil. Por um lado, nunca sobrava dinheiro dos orçamentos anuais para aplicar num serviço que se tinha transformado num depósito de doentes. Por outro lado, o que eu propunha era uma disciplina que acabava com velhos hábitos e que convocava os médicos do serviço para uma intensa actividade programada na qual todos deviam participar.

A Lena tinha feito os estágios policlínicos neste serviço e foi para lá que voltou quando fez a sua opção: a Medicina Interna. Nunca lhe perguntei a razão desta escolha, mas talvez o ambiente, que então já se vivia no serviço, a tenha afastado do canto-de-sereia das outras especialidades ou, provavelmente, foi a sua vocação pela abordagem global dos doentes e pela compreensão das situações clínicas complexas. Seja como for, quando ela lá chegou, vivia-se uma intensa actividade no serviço. Fervilhavam as palestras, os cursos, as longas visitas à enfermaria, num ambiente de partilha de conhecimentos e de camaradagem. As manhãs estavam totalmente ocupadas por várias actividades e, ao longo do ano, passou a desenrolar-se um curso pós-graduado aberto a todo o Hospital, que começava em Outubro e terminava em Julho. Inventámos então o “Dia do Serviço 1” com uma fotografia de grupo pela manhã e um jantar que se prolongava até às tantas. Foi neste ambiente que conheci a Lena e que nasceu entre nós uma grande amizade. E foi também durante esses anos que me habituei a respeitá-la como pessoa e como profissional. A Lena participava em tudo com entusiasmo e com alegria, como pude agora rever e confirmar nalguns documentos -- programas e fotografias -- que tinha guardados no meu espólio. Desinibidos, partilhávamos, todos, momentos de convívio, criávamos

um espírito de equipa e procurávamos aprender e ser úteis aos doentes. Durante esse período, a Lena tornou-se uma internista de mão cheia, à medida que ia progredindo com brilho nos graus da carreira hospitalar.

Alguns anos depois, a Direcção do Hospital dos Capuchos decidiu criar um serviço de urgência e, em anexo, uma unidade de cuidados intensivos. Nessa altura, tornara-se claro que unidades como esta não podiam estar entregues apenas a anestesistas e que só podiam funcionar com uma forte participação de internistas de qualidade e a Lena foi convidada para fazer parte da equipa que então se formou. Contrariado, acabei por ficar privado de uma das pedras basilares do meu serviço, porque me apercebi que não havia nada a fazer. Para a Lena, como deixou escrito no currículo, “os doentes graves com atingimento multissistémico” podiam ser abordados de uma forma mais interventiva, graças aos avanços dos conhecimentos e das novas tecnologias. Sem perder “a visão global e integrada dos problemas clínicos”, ela quis galgar uma nova fronteira do seu percurso profissional, mantendo-se ligada às raízes, a Medicina Interna. Foi assim que, em 1991, passou a fazer parte da equipa de médicos da unidade de cuidados intensivos do Hospital dos Capuchos.

Basta uma breve consulta do seu currículo para rapidamente perceber o entusiasmo, a competência e o prazer com que se dedicou as estas novas funções. Se por um lado se abriam para ela novos horizontes na abordagem dos doentes graves e aprendia técnicas e procedimentos, por outro lado deixava marcas da sua personalidade no funcionamento da unidade. Porque, além do “fascínio da criação e estruturação de um serviço novo”, estava perante um desafio pessoal, que exigia “um exercício de raciocínio, actuação e diferenciação técnica”.

Mas, doze anos depois, por motivos pessoais, decidi regressar ao serviço de origem. Era então outra pessoa. Como deixou escrito, “os limites da Medicina são os limites de quem a pratica” e os limites dela eram já mais vastos.

Eu tinha-me reformado três anos antes, em 2000, e não acompanhei de perto esta terceira fase hospitalar da sua vida. Mas, quer em almoços periódicos, quer em visitas que lhe fazia sempre que me deslocava ao Hospital dos Capuchos,

conversávamos muito. Fui assim seguindo a sua ascensão na carreira hospitalar, o seu envolvimento no ensino e na investigação, e apercebi-me da marca que estava a deixar como coordenadora do serviço e em áreas como a infecção hospitalar e o uso de antibióticos.

A vasta lista de intervenções e publicações que constam do seu currículo, dão-nos uma ideia aproximada do muito que deu e do que ainda tinha para dar à profissão médica e aos internos em formação. Mas, desaparecida aos 64 anos, é entre familiares e amigos que deixa uma enorme saudade e uma sensação de vazio que não é fácil de preencher. ■

### Responsabilidades Éticas

Conflitos de Interesse: Os autores declaram a inexistência de conflitos de interesse na realização do presente trabalho.

Fontes de Financiamento: Não existiram fontes externas de financiamento para a realização deste artigo.

### Ethical Disclosures

Conflicts of interest: The authors have no conflicts of interest to declare.

Financing Support: This work has not received any contribution, grant or scholarship

© Autor (es) (ou seu (s) empregador (es)) e Revista SPMI 2021. Reutilização permitida de acordo com CC BY-NC. Nenhuma reutilização comercial.

© Author(s) (or their employer(s)) and SPMI Journal 2021. Re-use permitted under CC BY-NC. No commercial re-use.

### Correspondence / Correspondência:

Barros Veloso – tozebv@gmail.com

Ex. Diretor do Serviço de Medicina Interna

Centro Hospitalar de Lisboa Central, Hospital Santo António dos Capuchos, Lisboa, Portugal

Alameda de Santo António dos Capuchos, 1169-050 Lisboa

Received / Recebido: 28/01/2021

Accepted / Aceite: 28/01/2021

Publicado / Published: 18 de junho de 2021