

## **Folheto de informação ao paciente Planeamento adiantado: o seu Plano de progressão de Somerset**

*“No final, o que dá significado à vida não é  
Só como vivemos, mas também como terminamos”*

Senhora Baronesa Tessa Jowell

Discurso na Câmara dos Lordes, 25 de janeiro 2018,  
campanha para melhorar cuidados paliativos no NHS (SNS)

### **O que é um plano de progressão de tratamento?**

Um plano de progressão de tratamento guia as equipas de saúde na tomada de decisões no que respeita a cuidados e tratamento onde as decisões têm de ser rápidas e não pode tomar decisões por si.

Foi criado um formulário para registar decisões que você, a sua família/cuidador e a sua equipa de cuidados de saúde tomaram relativamente aos tratamentos que seriam melhores para si no futuro dos seus cuidados. Ajuda a assegurar que foram incluídas as pessoas certas nestas discussões importantes.

Pode já ter criado um Plano de Cuidados Avançados para registar decisões importantes se ficar doente ou estiver a falecer, tais como, cuidados, heranças, funeral e planos financeiros. Um plano de progressão de tratamento (ou PPT) também faz parte destes preparativos, mas só diz respeito a cuidados médicos e tratamentos.

É importante, embora às vezes difícil, pensar nos cuidados e tratamento que gostaríamos, ou não, de receber se ficássemos extremamente doentes. Ter uma conversa com a equipa de cuidados e saúde e com as pessoas mais próximas pode ajudar a decidir quais os seus desejos e ajudar na tomada de decisões sobre o que é melhor para si. Irão compreender as suas prioridades e desejos e podem dar-lhe apoio no futuro.

Pensar nestas decisões com antecedência pode ser benéfico se tiver necessidades de saúde complexas, estiver a chegar ao final da sua vida, estiver em risco de deterioração súbita ou se o seu coração/respiração estiverem subitamente a deixar de funcionar. Pode ter outras razões para gravar as suas preferências de cuidados e tratamentos. Seja qual for a razão é importante discutir, registar e comunicar os seus desejos e conversas.

Para mais informações, fale com um dos membros da equipa de cuidados e saúde que está a cuidar de si. Eles certificar-se-ão de que obtém o melhor apoio para si. Pode procurar na internet mais informações em “Somerset Treatment Escalation Plan - Plano de Progressão de Tratamentos de Somerset” e descarregar uma cópia do formulário em <https://www.somersetccg.nhs.uk/for-clinicians/somerset-treatment->

### **Quem me pode ajudar a fazer um plano de progressão de tratamento?**

As equipas de cuidados de saúde irão ser capazes de ajudar a tomar estas decisões. O formulário de PPT de Somerset tem opções, que irão permitir discutir os tratamentos que se adequam às suas condições médicas, por exemplo:

- Devo ir para o hospital, ou não? Se não for para o hospital, qual o plano de cuidados?
- Sistema de apoios ao domicílio disponíveis
- Alguns tratamentos específicos que quer, ou não, ter, por exemplo: apoio respiratório artificial, transfusões de sangue e a utilização de determinados medicamentos.

No seguimento dessa discussão, os seus desejos serão gravados no seu PPT e ser-lhe-á entregue uma cópia do seu documento. Deve manter uma cópia em segurança em casa e pode partilhar com família e amigos ou representantes, conforme desejar. O seu PPT será registado no seu registo médico e ficará disponível para a equipa de cuidados e saúde, permitindo que os membros da equipa acessem ao seu plano em qualquer altura.

### **Porque é que preciso de um plano de progressão de cuidados?**

Numa emergência, os profissionais de cuidados de saúde podem ter de tomar decisões rápidas relacionadas com o seu tratamento, porque pode não estar em condições de discutir as mesmas e fazer escolhas. Este plano dá-lhe o poder de decidir sobre os tratamentos para os quais não deseja ser considerado. Regista os tratamentos que podem ser importantes e os que não funcionam para si.

Muitos tratamentos que podem prolongar a vida de algumas pessoas acarretam riscos de causar danos, desconforto, ou perda de dignidade a outras. As pessoas podem escolher não aceitar os riscos se a probabilidade de benefício do tratamento for reduzida. Este plano serve para registar as suas preferências e acordar recomendações realistas para situações de emergência, seja qual for a altura da sua vida.

O PPT é consultivo. O médico e a equipa de tratamento irão precisar de tomar decisões baseadas nas condições clínicas em determinada altura, mas ter conhecimento dos seus desejos irá ser extremamente útil. O PPT não pode ser usado para requisitar tratamentos dos quais não beneficia e que não lhe seriam oferecidos.

### **Deve guardar uma cópia do plano para que esteja imediatamente disponível para os profissionais de saúde em caso de emergência, quer ao domicílio ou noutra local de prestação de cuidados.**

A equipa de ambulância, médico 24 horas, prestadores de cuidados e funcionários hospitalares serão capazes de tomar decisões rápidas para seu benefício se puderem consultar o seu PPT em caso de emergência. Algumas pessoas guardam o plano num lugar à vista tal como, por exemplo, a porta do frigorífico ou um quadro de avisos na cozinha.

### **Quem decide sobre a reanimação?**

A reanimação é uma das decisões que será considerada ao completar o PPT. A reanimação é a utilização de tratamento manual ou médico para restabelecer um coração parado e/ou a ausência de respiração. A equipa de saúde e cuidados pode ajudar a explicar se uma tentativa de reanimação seria bem-sucedida no seu caso.

Se a equipa de saúde acreditar que beneficiaria de uma tentativa de reanimação mesmo assim é-lhe permitido recusar a mesma. A maioria das reanimações não é bem-sucedida e mesmo quando o coração recomeça os batimentos ou a respiração reinicia pode haver uma qualidade de vida diminuta após os mesmos. Por esta e outras razões, muitas pessoas decidem que não desejam que seja efetuada tentativa de reanimação.

Se você e a sua equipa decidirem que a escolha é Ordem de Não Reanimação (DNR), isto não significa que não seja conduzido/a ao hospital para realizar outros tratamentos, desde que adequados ao seu caso e consentidos por si. Se não concordar com os conselhos da equipa médica sobre tentativa de reanimação, ou outros tratamentos, tem o direito de pedir uma segunda opinião.

### **Posso alterar o meu plano progressão de tratamento?**

Este é o seu plano. Se as coisas mudam para si também podem mudar para o seu PPT. Deve rever o seu PPT regularmente. Conforme as suas necessidades de tratamento aumentam, o plano ajuda a pensar sobre determinadas questões, assegurando que percebe quais os tratamentos que a equipa de cuidados lhe pode oferecer.

Fale com a sua equipa de cuidados de saúde relativamente às mudanças que deseja fazer. Serão registadas e comunicadas à equipa do hospital e ambulância.

Lembre-se ainda de atualizar quaisquer outros planos, tais como Plano de Cuidados Avançados. Se tiver uma Procuração Vitalícia (PDR) certifique-se de que têm conhecimento do seu PPT.

### **E as pessoas que não podem decidir o próprio plano?**

Nestas circunstâncias, os profissionais de cuidados de saúde terão de seguir a Lei de Saúde Mental enquanto requisito legal. Os profissionais terão de determinar inicialmente se você, a pessoa em questão, tem faculdades mentais. Ter faculdades mentais significa que tem capacidade de tomar decisões por si próprio. Se um profissional de saúde ou cuidados tiver dúvidas sobre as suas faculdades de planear os seus cuidados ou tratamento, irão realizar um teste às suas faculdades mentais.

Se o resultado for de faculdades mentais diminuídas, nesse caso, outra pessoa terá de fazer o plano de acordo com os seus melhores interesses. Pode ser alguém que tenha nomeado para o efeito para agir em seu nome através da Procuração Vitalícia, ou, se não fez planos com antecedência, o profissional responsável por trabalhar consigo em relação ao seu futuro tratamento terá que decidir o que é melhor para si.

O profissional deve estabelecer se a decisão pode esperar até ter capacidades para tomar essa mesma decisão. Devem envolvê-lo/a na tomada de decisões tanto quanto possível, tendo em consideração os seus desejos e sentimentos e falar com os seus amigos e familiares para estabelecer quem poderá informar sobre o que desejaria, se não for capaz de decidir por si. Se não tiver alguém próximo que possa indicar o que desejaria, nesse caso um Defensor Independente para Faculdades Mentais (AIFM) será nomeado para considerar e representar os seus interesses.

Se a sua família, amigos ou um AIFM discordarem sobre uma decisão tomada pelo profissional de cuidados de saúde relativamente aos seus interesses, podem contestar a decisão.

Informações atualizadas em novembro de 2020