

Enfermeira Laura Couto

A Enfermeira Laura Couto fez toda a sua carreira profissional, de mais de três décadas e meia, no Serviço de Endocrinologia dos Hospitais da Universidade de Coimbra (hoje Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra) do qual foi, a partir de 2003, Enfermeira Chefe. No Serviço, as suas atividades foram multifacetadas, abrangendo o Internamento, a Consulta de Diabetes, a Consulta do “Pé Diabético” e o Hospital de Dia. Desenvolveu também grande atividade individual e formativa na Educação Terapêutica da pessoa com Diabetes, dando uma contribuição vital para que o Serviço de Endocrinologia dos Hospitais da Universidade de Coimbra se tornasse uma referência nessa área. Mantendo-se sempre a par da evolução constante das terapêuticas farmacológicas e tecnológicas, como Enfermeira Chefe formou a sua equipa para uma prestação atualizada e otimizada de cuidados na área da Diabetes. Foi, recentemente, distinguida com o Prémio Carreira da Sociedade Portuguesa de Diabetologia no 18º Congresso Português de Diabetes, que decorreu em Vilamoura, entre 10 e 12 de Março de 2022.

Entrevista conduzida por Carlos Pina e Brito (médico)

RPD – Pode fazer-nos um resumo do seu percurso na Enfermagem e, em particular, na área da Diabetes?

Enfermeira Laura Couto – Entre 1972 e 1975 fiz o Curso Geral de Enfermagem na Escola de Enfermagem do Dr. Ângelo da Fonseca, em Coimbra, hoje Escola Superior de Enfermagem de Coimbra, em resultado da fusão da Escola Superior de Enfermagem Dr. Ângelo da Fonseca (como passou a denominar-se em 1989, em consequência da integração do ensino de Enfermagem no ensino superior) e da Escola Superior de Enfermagem de Bisaya Barreto. Ainda em 1975, iniciei a minha carreira profissional, como enfermeira, no serviço de Endocrinologia dos Hospitais da Universidade de Coimbra (H.U.C.) – desde Março de 2011, Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra (C.H.U.C.), Polo Hospitais da Universidade de Coimbra.

Entre 1988 e 1990 fiz o Curso de Especialização de Enfermagem Médico-Cirúrgica (C.E.E.M-C). Em 1990 fiz o “II Curso de Doutoramento Pie Diabético”, organizado pelo Serviço de Endocrinología y Nutrición do Hospital de la Santa Creu i Sant Pau, em Barcelona, Espanha, com objetivo de integrar a equipa multidisciplinar da consulta do “Pé Diabético” do Serviço de Endocrinologia dos H.U.C.

Em 1998 fiz o Curso de Estudos Superiores Especializados em Administração de Serviços de Enfermagem e também uma pós-graduação em “Diabetes Metabolismo e Dietoterapia” na Universidade Autónoma de Barcelona – Hospital de la Santa Creu i Sant Pau, tendo sido também agraciada com uma bolsa de estudo pela Fun-



Enfermeira Laura Couto – Prémio Carreira da SPD 2022

dação de Enfermeiros Europeus em Diabetes (*Foundation of European Nurses in Diabetes – FEND*).

Em 2002 fui e coordenadora e co-autora do livro “Desafios na Diabetes”, integrado no Manual Sinais Vitais.

Em 2003 assumi o cargo de Enfermeira Chefe do Serviço de Endocrinologia dos H.U.C.

Em 2004 fui colaboradora da revisão técnica do capítulo “Cuidados de Enfermagem nas Doenças Endócrinas, Metabólicas e de Origem Alimentar” do livro “Medicina Interna e Cuidados de Enfermagem”.

Desde 1975, no Serviço de Endocrinologia dos H.U.C., tive como Diretores o Dr. Almeida Ruas, mais tarde a Prof. Doutora Manuela Carvalheiro e, no meu último ano, antes de me aposentar, em 2012, o Dr. Francisco Carrilho. Esses meus Diretores foram mentores e impulsionadores do meu percurso profissional, por me terem proporcionado formação integrada, exposição profissional fora do serviço e oportunidade de frequentar congressos nacionais e internacionais na área da Diabetes.

Nos mais de 35 anos que estive no Serviço de Endocrinologia dos H.U.C. (depois C.H.U.C.) a minha atividade profissional desenvolveu-se no Serviço de Internamento, na Consulta de Diabetes, na Consulta do “Pé Diabético” e ainda no Hospital de Dia. O facto de ter prestado cuidados de enfermagem nessas várias vertentes foi uma mais valia que levou a uma relação de proximidade com os utentes que eram acompanhados no Serviço e ainda a um *know-how* diversificado.

A constante evolução das terapêuticas farmacológicas e tecnológicas no tratamento das pessoas com Diabetes, implica uma atualização permanente, pondo em prática novas formas de atuação. Como Enfermeira Chefe, desde 2003, foi sempre minha prioridade a formação da equipa de enfermagem, da qual fiz parte, preparando-a nas várias vertentes da prestação de cuidados na área da Diabetes, onde o Enfermeiro é um elemento fundamental da equipa terapêutica.

O nosso foco foi sempre a autonomia da pessoa com Diabetes, através da Educação Terapêutica, tendo em vista a alta clínica, evitando os reinternamentos e dotando a pessoa com Diabetes de “ferramentas” de forma a promover a sua autonomia na tomada de decisão, na gestão da sua doença (empoderamento), contribuindo assim para a melhoria da qualidade de vida dos mesmos.

O Serviço de Endocrinologia dos H.U.C. tornou-se uma referência na área da Educação Terapêutica, sendo frequente as solicitações para darmos formação a profissionais de outros serviços e instituições.

Ao longo da minha carreira profissional participei em vários momentos formativos, como formanda ou formadora, integrei Mesas Redondas, fui moderadora em grupos de trabalho, frequentei congressos nacionais e internacionais e simpósios e foi membro de júri, entre outras atividades. As solicitações por parte de enfermeiros de outros serviços e instituições de material de apoio escrito sobre a Diabetes levaram à publicação, em 2002, do livro “Desafios na Diabetes”, de que como já referi anteriormente, fui coordenadora e coautora.

Quero salientar que é para mim um orgulho ter pertencido

ao Serviço de Endocrinologia dos H.U.C. (depois C.H.U.C.) e sair com a sensação de dever cumprido e de ter deixado a equipa de enfermagem bem preparada para fazer face aos desafios que a Diabetes nos impõe.

RPD – O que significou para si ser distinguida com o Prémio Carreira da SPD, no último Congresso Português de Diabetes, em Março de 2022?

Enfermeira Laura Couto – Vejo essa distinção como um reconhecimento de uma vida profissional dedicada ao cuidar das pessoas com Diabetes, da qual muito me orgulho.

RPD – Pode falar-nos um pouco da sua vida pessoal e dos seus hobbies?

Enfermeira Laura Couto – Vivo em Coimbra, tenho duas filhas, gosto de ler, de ir ao cinema, de fotografia e de arte. As viagens são a minha paixão. Desde que me aposentei, aproveito todas as oportunidades para viajar pelos diferentes continentes, onde posso experienciar diferentes culturas e paisagens.