

UM AGOSTO NO QUÊNIA: DIÁRIO DE UMA MISSÃO HUMANITÁRIA

Em agosto de 2024, a Egas Moniz School of Health & Science liderou uma missão humanitária no Quênia, nas regiões de Samburu e Nairobi, que beneficiou mais de 10.000 pessoas. Durante 23 dias, uma equipa de voluntários portugueses, composta por 3 médicos dentistas, 1 farmacêutica e 1 psicóloga, prestou cuidados de saúde e melhorou a qualidade de vida de milhares de pessoas. Este diário relata os desafios e as vitórias desta jornada humanitária, trazendo à tona histórias de esperança e transformação.

Primейros Dias e Desafios: A missão teve início muito tempo antes, com a avaliação das necessidades, a preparação logística e a escolha dos parceiros. "Esta é a minha quarta missão, é também a maior, mais desafiante e mais ambiciosa", refere André Mariz de Almeida, médico dentista e um dos coordenadores da missão. Com o apoio não só da Egas Moniz, mas de vários parceiros empresariais e particulares, estava em marcha a primeira missão humanitária Egas Moniz School of Health and Science. "A logística foi, sem dúvida, um dos maiores desafios, queríamos chegar a muitas pessoas com muita coisa, o transporte foi o mais difícil nesta fase", menciona Catarina Martinho, médica dentista e também coordenadora da missão.

Depois de muito trabalho e esforço logístico, as 11 malas com material médico e dentário chegaram a Nairobi. Foi aqui que começou a segunda parte da missão, toda a preparação para os restantes dias, a equipa tinha no seu plano a deslocação para cerca de 5 localizações diferentes no território queniano. O primeiro objetivo foi assegurar a compra do material médico para equipar o dispensário médico de Naisunya, na região de Samburu, a 9 horas de carro de Nairobi e a 4 horas da única estrada alcatroada na zona. Para além da compra de material, foi necessário garantir transporte e logística em terra para todo o material necessário para a missão. Os primeiros quatro dias foram, recheados de intensas reuniões, num país conhecido pela intensidade do trânsito da capital. A convite da Sra. Embaixadora, Dra. Ana Filomena Rocha, os membros da missão trocaram ideias, desafios e objetivos com a mais alta representante de Portugal naquele país africano. Passados 5 dias, rumaram a Samburu, uma das regiões mais remotas e carentes do Quênia. A equipa foi confrontada com o isolamento geográfico e a falta de infraestruturas básicas. No entanto, os voluntários criaram clínicas móveis de medicina dentária e distribuíram duas toneladas de comida, atendendo às necessidades de saúde e alimentação. Numa região assolada por 7 anos de seca, uma das principais preocupações era a fome, pelo que a distribuição de comida era inevitável, pois a realização de tratamentos dentários não se sobreporia nunca à fome. A população em Samburu está organizada em



pequenas comunidades de habitações de lama e chapa. É total a falta de condições de saneamento básico e higiene e, por isso, a saúde oral altamente deficitária.

"Quando chegámos, vimos muitas pessoas com dores crónicas devido a problemas dentários que poderiam ser prevenidos com cuidados simples. Ver essas condições foi

um choque mas, ao mesmo tempo, foi uma oportunidade de fazer a diferença", conta o Dr. André Mariz de Almeida.

O impacto na comunidade em Samburu foi absolutamente esmagador: a missão equipou três dispensários médicos que irão beneficiar mais de 10.000 habitantes nas comunidades de Naisunya, Ngilai e Lerata.

"O dispensário de Naisunya é neste momento o único dispensário da região de Samburu com capacidade para internar doentes", referiu o Dr. Lekudere Nassir, ministro da saúde da região de Samburu, aos coordenadores da missão.

Além da realização de tratamentos dentários, nomeadamente extrações e restaurações, os voluntários organizaram campanhas educativas sobre saúde e higiene. "As crianças foram uma parte fundamental da nossa missão. Ensinar-lhes como escovar os dentes é um primeiro passo para quebrar o ciclo de doenças orais", afirma a Dra. Catarina Martinho.

A segunda metade da missão decorreu na região de Nairobi, onde os voluntários colaboraram com três ONGs locais, incluindo a Auschidys Disability Africa, uma ONG dedicada a apoiar crianças neurodivergentes e as suas famílias. Para muitas destas crianças, especialmente aquelas com paralisia cerebral, o acesso a cuidados dentários especializados e consultas de psicologia é extremamente limitado. Ao longo da missão, foram realizadas mais de 100 consultas médico-dentárias e de psicologia em crianças com necessidades especiais.

"Quando chegámos, vimos muitas pessoas com dores crónicas devido a problemas dentários que poderiam ser prevenidos com cuidados simples. Ver essas condições foi um choque mas, ao mesmo tempo, foi uma oportunidade de fazer a diferença"

Dr. André Mariz de Almeida

"O simples ato de tratar uma infeção dentária ou ensinar uma família a cuidar dos dentes de uma criança com paralisia cerebral pode ser transformador", refere a Dra. Luísa Lopes, médica dentista especialista em pediatria e professora da Egas Moniz. As crianças neurodivergentes geralmente enfrentam barreiras adicionais no acesso a cuidados de saúde e, muitas vezes, essas condições são agravadas pela falta de conhecimento dos cuidadores sobre saúde oral e mental.

Literacia em Saúde Oral e Mental

A educação foi uma parte fundamental da missão. Além dos tratamentos dentários, a equipa concentrou-se em aumentar a literacia em saúde oral e mental entre as famílias e cuidadores dessas crianças. "Ensinámos técnicas



simples, como a escovagem de dentes e práticas de higiene adaptadas às necessidades das crianças com paralisia cerebral", explica Luísa Lopes. Estas sessões foram muitas vezes emocionantes, com pais a agradecer por aprenderem informações que nunca tinham recebido antes.

"É a primeira vez que me explicam como cuidar da boca do meu filho", disse Jane, mãe de uma criança atendida durante a missão. "Agora sei que posso evitar dores e problemas graves apenas com algumas mudanças nas nossas rotinas."

Em paralelo, as consultas de psicologia forneceram um suporte emocional vital para as famílias. "Trabalhar com os cuidadores, ajudá-los a compreender os desafios emocionais e psicológicos na educação de uma criança com paralisia cerebral, principalmente numa cultura profundamente dura para situações como esta, ouvir estes pais e cuidadores e fazê-los sentirem-se ouvidos é tão importante quanto tratar estas crianças", afirmou Rute Gomes, a psicóloga que integrou a missão. O impacto foi imediato, com muitos pais a

relatar uma redução no stress e uma melhor compreensão das necessidades emocionais dos seus filhos.

"A troca de conhecimentos e o fortalecimento da autoestima destas famílias foram tão importantes quanto os tratamentos médicos que realizámos", destacou Luísa Lopes.

Na terceira fase da missão, já em Nairobi, o trabalho foi realizado em duas ONGs Portuguesas: a Associação de Defesa dos Direitos Humanos (ADDHU), que tem um orfanato ao lado de um dos bairros de lata de Nairobi, e a ONG From Kibera with Love, que fica no 4º maior bairro de lata do mundo, o bairro de Kibera, no centro de Nairobi e onde vivem cerca de 2.5 milhões de pessoas. Nesta fase, mais de 200 crianças receberam cuidados dentários e participaram de *workshops* de saúde oral preventiva. "A missão em Nairobi foi extremamente gratificante. Ver o impacto que tivemos em tantas crianças e nas suas famílias foi um dos momentos mais emocionantes da nossa jornada", disse Lídia Almeida, farmacêutica hospitalar da equipa e responsável

pela logística de distribuição de medicamentos nas várias fases da missão. "A indústria farmacêutica foi um parceiro muito importante nesta missão, permitindo levar medicamentos a milhares de pessoas."

Laura Vasconcellos, presidente da ADDHU, destacou a importância desse apoio contínuo. "Esta missão trouxe não apenas cuidados de saúde oral, mas também esperança e amor. O impacto na vida destas crianças vai muito além dos tratamentos recebidos", afirmou.

"As crianças foram uma parte fundamental da nossa missão. Ensinar-lhes como escovar os dentes é um primeiro passo para quebrar o ciclo de doenças orais"

Dra. Catarina Martinho

Treino e Formação Local

Além das consultas realizadas, a missão focou-se também na capacitação de profissionais de saúde locais. "O nosso objetivo é deixar um legado que perdure após a nossa partida", afirmou André Mariz de Almeida. Os voluntários treinaram profissionais de saúde quenianos para a realização de tratamentos médico-dentários simples e doaram materiais e equipamentos médicos, garantindo que o trabalho iniciado possa continuar. "Fortalecer a infraestrutura de saúde é essencial para que essas comunidades possam ter acesso contínuo a cuidados de qualidade", acrescentou.

A Importância do apoio

A missão humanitária Egas Moniz School of Health and Science contou com o apoio de várias entidades e empresas portuguesas. Empresas como o Hartmann Group, Laboratórios Fresenius, Pierre Fabre, Colgate e outras, forneceram materiais essenciais para que a missão fosse levada a cabo com sucesso. "Sem o apoio dos nossos parceiros, não teríamos conseguido chegar a tantas pessoas", reconheceu Catarina Martinho. A ligação com a Universidade de Medicina Dentária de Nairobi foi outro ponto alto da missão, abrindo portas para futuras colaborações e projetos a longo-prazo.



A missão humanitária da Egas Moniz no Quênia foi um testemunho do poder da solidariedade e do trabalho em equipa. Ao longo de 23 dias, mais de 10.000 pessoas receberam cuidados essenciais, e centenas de crianças ganharam uma nova oportunidade para sorrir. A missão, no entanto, é apenas o começo. "Esperamos que essa seja a primeira de muitas iniciativas, e que possamos continuar a ajudar essas comunidades a florescer", concluiu André Mariz de Almeida.

O impacto deixado vai muito além dos números. Foram histórias de superação, parcerias estabelecidas e, acima de tudo, vidas transformadas para sempre. Como lembrança

desse esforço coletivo, a missão mostrou que com empatia, conhecimento e ação, é possível transformar realidades e oferecer um futuro melhor.

Este é o relato de uma missão humanitária que trouxe esperança e mudança a milhares de pessoas no Quênia; um mês repleto de desafios e conquistas que, certamente, inspirarão futuras gerações de voluntários e profissionais de saúde. ■

André Mariz de Almeida e Catarina Martinho