

namoro e a vida social, mas garante que o processo não foi fácil e que não o venceu sozinha.

A todo momento Ana Paula ressalta a importância do trabalho de uma equipe multidisciplinar e de um intenso cuidado psicológico e emocional, uma vez que, além de lidar com a ostomia em si, muitas vezes, ela vem como o resultado de uma doença grave, como um câncer.

Outro aspecto que ela reforça é a importância de produtos coletores que se adaptem ao seu organismo. Bolsas e equipamentos adaptados permitem que a ativista use roupas apertadas e biquínis e frequente todo tipo de ambiente. Conhecer-se e entender as particularidades do seu tipo de ostomia e o que você pode ou não comer antes de sair são alguns aspectos que facilitam a volta à vida laboral e social.

Na vida sexual, apesar de alguns desafios e até mesmo acidentes em que a bolsa se rompeu, Ana Paula, que, atualmente, está solteira, afirma que é feliz. Para investir na própria sensualidade, ela revela que, quando compra conjuntos de lingerie, manda fazer faixas de tecido na mesma cor e as coloca por cima da bolsa. “Dizer que nunca vai abrir seria mentir. Mas é uma questão de preparação, de alimentação e de estar com um parceiro ou parceira que te aceite como um todo.”

Mas, para que as pessoas, ostomizadas ou não, tenham acesso a esse tipo de informação e passem a encarar o processo com mais naturalidade e menos sofrimento, é importante que se fale sobre o assunto. “Quando você vê mulheres que têm vida sexual ativa, casam, namoram, trabalham e são felizes, você enxerga um futuro para si mesma. Por isso, acho tão importante falar sobre e mostrar a minha vida.”

Administradora de formação, Ana Paula se aposentou em virtude do câncer que teve, e há 10 anos começou a trabalhar na busca de direitos, conscientização e visibilidade das pessoas com ostomia. Ela conta que, além da experiência pessoal, viu uma série de mulheres terminando relacionamentos em função da ostomia e muitas pessoas sendo abandonadas após a cirurgia.

Ana Paula acredita que o processo da mulher é agravado pelo fato de que a sociedade espera que ela esteja sempre bonita, magra e dentro de uma série de padrões nos quais a bolsa de ostomia é impensável. “A maioria das mulheres não gosta nem que o namorado saiba que ela está indo ao banheiro fazer cocô, fica constrangida e tenta disfarçar. E, com a bolsa, não existe essa coisa mais de esconder, está ali o tempo todo. O processo de aceitação é difícil, mas é possível”, afirma.

Preconceito e falta de informação

“As pessoas, para mim, foram o mais difícil, meu grande desafio. O preconceito e a falta de informação e inclusão de um ostomizado é imensa”, lamenta a hoteleira e recepcionista de festas Tatiane Lacerda da Costa, 27 anos. Ileostomizada há três anos, ela se tornou embaixadora da Coloplast Ativa Estomia, programa da Coloplast, empresa de serviços e produtos médicos, que busca melhorar a qualidade de vida de pessoas com ostomia. Com quase 5 mil seguidores, Tatiane mostra sua rotina e publica fotos sem sentir a necessidade de esconder o corpo.

Apesar de não ter sofrido tanto quando soube que precisaria da ostomia, pois a enxergava como uma forma de superar sua doença e deixar de sentir dores, Tatiane foi dominada pela insegurança e terminou o relacionamento. “Ele foi muito parceiro e esteve comigo durante todo o meu problema de saúde, mas a minha insegurança fazia com que eu me sentisse insuficiente como namorada. Achava que ele estava aprisionado comigo, e abri mão dele. Foi um grande erro, mas aprendi com ele”, conta.

Hoje, sentindo-se segura e bem, frequenta festas, viaja, vai à praia e usa roupas justas. Tatiane busca usar sua voz para mostrar a outras mulheres que é possível ser feliz e continuar vivendo. “Para mim, é muito gratificante uma mulher ver as minhas redes sociais e dizer que conseguiu melhorar se inspirando em mim”, comemora.

Qualidade de vida

Segundo dados do Ministério da Saúde coletados em 2017, no Brasil, existem cerca de 400 mil ostomizados, entre todos os tipos. O Movimento Ostomizados do Brasil (MOBR) estima que entre esses, pelo menos 150 mil tenham ostomia de eliminação. Ana Paula Batista acrescenta que, apesar da estimativa da organização, eles acreditam que o número é ainda maior e que muitas dessas pessoas sofrem com falta de informação e de acesso.

Bruno Marques, diretor da área de experiência do usuário da Coloplast, empresa de serviços e produtos médicos, afirma que, na experiência médica da empresa, foi possível perceber a grande carência de informação que atinge as pessoas ostomizadas e muitas ficavam “perdidas” sobre a vida de uma forma geral.



Tatiane Lacerda da Costa usa sua conta no Instagram para derrubar tabus e preconceitos com os ostomizados

Ele explica que a qualidade de vida vai muito além de uma bolsa ou equipamentos de qualidade que proporcione conforto. Isso, claro, é primordial. Mas o programa Coloplast Ativa Estomia busca orientar sobre estilo de vida, alimentação, exercícios físicos, dicas sobre como voltar a fazer tudo o que fazia antes da cirurgia.

O empoderamento, estimulado por influenciadores e relatos pessoais, também é uma das prioridades. Bruno explica que percebe muitas pessoas se sentindo diminuídas pela condição e, por isso, ressalta a importância dessa visibilidade positiva. “Criamos diversas campanhas, entre elas a Minha estomia não me define. É importante que as pessoas retomem suas vidas e saibam que são muito mais do que a estomia”, completa.