A corredora e nadadora Simone Avelino e a tenistas Silvana Baccin são a prova viva de que ser transplantado não é empecilho para se movimentar

Marcelo Ferreira/CB/D.A Press

fala do esporte com gratidão. Por enquanto, está se preparando para competir nos Jogos Brasileiros, que serão em setembro, mais uma vez, em Curitiba. E 2023 promete ainda mais. Ela representará o Brasil nos Jogos Mundiais em Perth, na Austrália. Vai competir na natação e, pela primeira vez, no atletismo, nas provas de 100m e 200m rasos.

Vida que segue (com saúde)

É aí que o caminho de Simone cruza com o de Silvana Baccin, 59 anos. Ambas dividem o amor pelo esporte e, assim como Simone, Silvana ganhou esperança e qualidade de vida graças a um doador. Juntas elas integram a Liga de Atletas Transplantados do Brasil (@ligatxbr), que tem outros 18 atletas que buscam apoio para estarem nas Olimpíadas do próximo ano.

Silvana sempre foi íntima da prática esportiva. Começou no vôlei aos 9 anos e, profissionalmente, jogou dos 18 aos 25. Embora sempre muito saudável, viu o avanço do adoecimento ainda nessa faixa de idade e, consequentemente, precisou se afastar das quadras.

O motivo? Um distúrbio hereditário que a mãe dela, uma tia e alguns primos também tiveram que lidar, chamado doença renal policística. Os sintomas não costumam ser sentidos na juventude, mas perde-se a função dos rins com o tempo. Foi tão silencioso que Silvana mal notou as limitações, a não ser pelo emagrecimento e a pele mais amarelada. Quando viu, estava com 10% deles funcionando.

O transplante veio antes do esperado. "Minha mãe passou pelo mesmo procedimento com 58 anos. E eu, aos 50", compara. O órgão veio do marido, então namorado, e a decisão não foi fácil. É que pessoas que passam pela retirada de órgãos precisam ter cuidados a mais para a vida toda e Silvana se preocupava em colocá-lo em risco. Da parte do marido, não havia tantas dúvidas.

Para a atleta, o processo é dividido em três etapas: o pré-transplante, o durante e a vida depois de receber o órgão. Na primeira fase, o medo a acompanhava, porque ela já havia presenciado o que ocorrera com os familiares. Ainda assim, decidiu enfrentá-lo com muita força de vontade. Entre os preparativos, passou a se alimentar melhor. Até hoje, mantém um cardápio só com orgânicos, pouca proteína animal e muita salada.

A adaptação, que veio em seguida, diz respeito à rotina de medicamentos e aos efeitos colaterais — o organismo leva de seis meses a um ano para se acostumar com um novo órgão. Felizmente, Silvana não teve sequelas graves, mas precisou aprender a ficar sempre atenta ao próprio corpo e a marcar os horários dos remédios, algo que é preciso seguir à risca para se manter saudável após o transplante. "Dentre as gravidades e temores, foi tudo muito leve", resume.

Com três meses de cirurgia, já queria praticar atividade física e logo começou a jogar tênis, modalidade que compete agora. "Aprendi um esporte novo aos 50 e poucos e vou participar de uma Olimpíada aos 60 anos. É incrível", celebra.

O desafio foi maior também por causa desses fatores. Apesar de ter vivido uma infância de muito exercício, no passado, os movimentos eram aprendidos pelo corpo com facilidade, feitos quase no automático. Com a idade, o tempo de aprendizagem se revelou ser outro. Silvana foi no próprio ritmo e provou que, mesmo assim, dá para ir longe.

Nos jogos na Austrália, ela competirá no tênis simples e em duplas. "É muito bom que transplantados e não transplantados pratiquem um esporte. Não precisa nem competir. Um exemplo é que, para mim, o tênis é uma forma saudável de lidar também com a ansiedade", indica.

Os atletas da Liga buscam, sobretudo, conscientizar sobre a importância da doação de órgãos. "Uma pessoa abriu mão de um órgão para me devolver saúde. Da mesma forma, há casos em que uma família em luto dispôs dos órgãos de um ente amado para trazer saúde às pessoas que aguardam na fila. Isso nos ensina muito sobre gratidão", acredita Simone. A ideia é que o assunto e o desejo de doar seja mais conversado nas famílias, o que facilita o procedimento no futuro.

***Estagiária sob a supervisão de Sibele Negromonte**