



Outubro chegou e, com ele, o mês de conscientização que enche as ruas do nosso país com uma onda rosa de prevenção ao câncer de mama. “No peito, espaço só para o amor”, é o lema deste ano do Instituto de Câncer Dr. Arnaldo, em São Paulo, que, mais uma vez, reforça a importância dos exames de prevenção, como mamografias, ultrassons e mesmo o simples ato de se tocar com a intenção de perceber nódulos estranhos. Mas se tratando de um país como o nosso, o toque na alma se faz tão necessário quanto o toque no corpo (autoexame), e a atenção com o próprio bem-estar é um gesto de amor que não se limita ao mês de outubro.

Parece óbvio que precisamos nos cuidar, mas por que será que tantas mulheres ainda hesitam? Tem um ditado popular que escutamos desde sempre: “Quem procura, acha”. Um ditado que, em muitos contextos, é ótimo, pois, como diz aquele outro ditado, “não dá pra ficar procurando pelo em ovo”.

Mas também pode vir como um lembrete do inesperado, do receio de encarar o que não queremos ver. O que está bem claro é que quando falamos de saúde, o tal ditado ganha contornos perigosos. Afinal, achar, nesse caso, não é o problema — o perigo está em não procurar, uma vez que quem acha, trata.

Alias, “quem acha trata” deveria ser a nova máxima. Porque, com o diagnóstico precoce, as chances de cura são imensamente maiores. A medicina avança, e o câncer de mama, quando descoberto a tempo, tem tratamento. O exame não é um ato de medo, mas de cuidado. E o autocuidado é um reflexo de amor, como nos lembra o Instituto com sua bela mensagem. O peito, lugar que abriga vida, afeto e força, deve estar livre para o que é mais bonito — o amor.

E, para que esse amor floresça sem barreiras, é necessário coragem. A coragem de ir ao médico, de fazer a mamografia, de se conhecer. Outubro Rosa é mais que uma campanha: é um movimento de mulheres para mulheres, um lembrete de que cada uma merece se cuidar. No final das contas, a procura não é sobre achar algo ruim, mas, sim, sobre encontrar a chance de continuar a viver plenamente.

Então, neste mês, convido as leitoras amigas a terem em mente que os ditados merecem uma nova roupagem: quem procura, se cuida; quem acha, trata; e quem ama, vive.

Um lindo Outubro Rosa a todas, e um ano todo de autocuidado, autoconhecimento e apoio mútuo a todas... Sozinhas somos invisíveis, mas, juntas, somos invencíveis.

NO PEITO, ESPAÇO SÓ PARA O AMOR

