Minervino Júnior/CB/D.A.Press

Adriana teve câncer de mama

Como não DESISTIR?

Para evitar que os pacientes desistam de si mesmos no processo, o oncologista Cristiano Resende afirma que é crucial reforçar continuamente sua autoestima e seu senso de propósito, buscando sempre que possível o sentimento de esperança e confiança. "Profissionais de saúde podem compartilhar histórias de superação, destacar os avanços na medicina e criar metas alcançáveis para o paciente, tanto no tratamento quanto em seu cotidiano", descreve

Isso, de acordo com ele, envolve cultivar uma visão positiva de futuro, em que pequenas conquistas diárias sejam celebradas para que o paciente possa encontrar propósito mesmo em meio às adversidades. O cuidado com cada indivíduo contribui para que o mesmo se sinta valorizado e compreendido em sua singularidade.

Essa pode ser a chave que une o paciente ao foco necessário no tratamento. Mas que, acima de tudo, em sua própria recuperação. "Esse cuidado integral e compassivo não apenas melhora os resultados clínicos, mas também deixa um legado de resiliência e esperança, tanto para o paciente quanto para aqueles que o acompanham nesse percurso", esclarece o oncologista.

Além disso, é necessário que ele não perca de vista outros interesses, que não fique distante das pessoas que ama, tampouco dos afazeres que aliviam sua saúde mental. Estabelecer um plano de suporte multidisciplinar, que inclua consultas regulares com psicólogos, nutricionistas e fisioterapeutas, realização de atividade física e técnicas de relaxamento, pode ser um pilar para que o paciente não desista no meio do caminho.

"Fui com medo mesmo"

Medo é o primeiro sentimento, aquela sensação quase embrionária. O baque da notícia alcançando o coração e apertando o peito. No final de 2022, refazendo exames de rotina, Adriana Barbosa de Faria, 53, percebeu um carocinho na mama, depois de começar a sentir algumas "pontadas" no local. Ela conta que as dores eram tão fortes que chegava a acordar durante a noite.

Contudo, apesar do início assustador, a servidora pública buscou forças de lugares que mal sabia que existiam. "Minha mente só dizia o seguinte: se é este o desafio posto, vamos encarar. Continuei com medo. Mas fui com medo mesmo", relembra. Adriana passou por quimioterapia, radioterapia, cirurgia com mastectomia completa, imunoterapia e, hoje, faz hormônio terapia.

"O tratamento é duro. Atinge em cheio a feminilidade da mulher com a alteração de sua aparência — engordar, perder cabelos, retirar a mama. Não é, em absoluto, fácil. Mas é possível atravessar com paz de espírito, perseverança e apoio", enfatiza. O processo, de fato, é doloroso. O reflexo que o espelho reproduz, daquela pessoa diferente que você costumava ser. É, em grande parte, recheado de tristeza.

Mas, para amenizar e aliviar esse temporal, é importante que haja aqueles com quem se pode contar. Mais do que isso, enxergar que o tratamento pode, realmente, fazer a diferença para que o paciente se livre do câncer. Segundo Adriana, poder contar com uma equipe de médicos e enfermeiros que tenham empatia neste momento é fundamental. "De nossa parte, é também importantíssimo confiar na medicina, na cura. Acreditar que o tratamento funcionará", afirma.

Durante o bom tempo que passou lutando contra a doença, a percepção de Adriana em relação ao mundo mudou. Sentiu a vida com mais intensidade, percebeu cada pessoa que estava presente com ela e agradeceu por tudo. "Eu me apaixonei mais uma vez pela minha vida. Isso faz com que você queira estar aqui e vencer seu desafio. Você é colocada diante da finitude. Talvez por isso se apegue ainda mais a ela. Percebe também que cuidar de si mesma é o que te mantém viva."