

Na saúde e na doença

A rotina dos pacientes oncológicos costuma ser exaustiva. São semanas, meses e até anos com uma vida focada na cura. Ter uma rede de apoio, composta por pessoas que oferecem suporte de alguma maneira, é fundamental para uma melhor adesão ao tratamento de qualquer doença, em especial do câncer.

Esse apoio ajuda a fortalecer a capacidade dos pacientes de lidar com as próprias emoções e sentimentos, sem perder o foco na batalha. Daiana Montalvão, com uma ampla rede de amigos e familiares que a apoiam, é um exemplo de que esse cuidado pode salvar uma vida. "Tomo uma injeção na barriga, para minha imunidade não baixar, e quem aplica em mim é a minha filha de 9 anos. Ela aprendeu, faz tudo direitinho e adora. Eu tenho muito apoio familiar, por isso nunca desanimei", conta.

De um dia para o outro, os planos se transformam. Uma rotina escolar toma conta de uma rotina no hospital. A estudante de medicina Nathalia de Lima, 19 anos, teve sua vida virada de ponta-cabeça em julho de 2022, quando foi diagnosticada com um tipo de câncer raro nos ossos, chamado sarcoma de Ewing. "Quando eu descobri que eu estava com câncer, a minha vida parou. Parei de ir para a escola, porque quando a gente faz quimioterapia, a imunidade fica muito baixa, não podia comer

fora, porque tem muito risco de pegar alguma infecção. Foi muito difícil aceitar que estava doente."

O abraço nos amigos foi substituído por videochamadas. Para Nathalia, sua rede de apoio foi essencial para sua cura, dando forças quando já estava cansada. "Tinha combinado com minha melhor amiga, Maria Clara, que ela me ligaria todos os dias em um horário específico. Às vezes, eu tinha tido um dia muito ruim e ela me ligava. A gente dividia o que estava acontecendo na vida uma da outra, e aquilo ali foi muito importante para mim, porque minha mãe, mesmo estando sempre comigo, às vezes não conseguia me ajudar, então era muito bom ter pessoas de fora."

A saúde mental é tão importante quanto a saúde física nesse momento. De acordo com a Sociedade Brasileira de Cirurgia Oncológica, o apoio psicológico ajuda no processo de aceitação da doença, favorece uma melhor adesão ao tratamento e, como resultado, promove uma recuperação mais eficaz.

"Todo o apoio emocional faz com que o paciente se sinta mais preparado para enfrentar os medos, a dor e a incerteza, e também fortalece a sua capacidade de lidar com as dificuldades. Quando o paciente se sente amparado, ele tende a se envolver mais no tratamento e a colaborar melhor com a equipe médica", ressalta a psicóloga Andréa Souto.



Por ser um tipo de câncer raro, Nathalia precisou fazer parte o