

I. B. – 41 anos, casada, gestora – Cancro da mama em 2006

A minha história é mais uma história real, vivida na 1ª pessoa, de uma mulher igual a tantas outras, que enfrentam ou já enfrentaram o cancro da mama, que até final de 2005 pertencia ao grupo das mulheres privilegiadas, com uma vida familiar estável (casada, com dois filhos maravilhosos, na altura com 11 e 3 anos), estabilidade profissional (licenciada em gestão de empresas, a trabalhar numa instituição bancária) e acima de tudo uma pessoa feliz.

Janeiro/2006

Um novo ano se iniciava. A pedido da minha Ginecologista, estava na altura de novos exames de rotina para uma mulher com 39 anos: ecografia pélvica e ecografia mamária (tinha feito exames anteriores em Setembro/2004, nomeadamente uma primeira mamografia, cerca de 1 ano depois de ter deixado de amamentar o meu segundo filho, a qual tinha apresentado um resultado normal).

A ecografia pélvica estava normal e a ecografia mamária evidenciava “3 pequenos quistos com 9 mm de diâmetro”. A médica que fez o exame desvalorizou o resultado, uma vez tratar-se segundo ela “de uma situação que era frequente acontecer”. Não tendo qualquer antecedente, nem conhecido nenhum caso familiar de cancro da mama, recomendava a repetição de nova ecografia daí a seis meses, para verificar se, entretanto, os quistos tinham desaparecido.

As ecografias foram feitas numa instituição privada, local onde fazia habitualmente exames de rotina.

A minha Ginecologista, com a sua experiência e profissionalismo, ao ver a ecografia, apesar de me tranquilizar, achou que a deveria repetir novamente, a qual efectuei em Março/2006.

Nessa altura, o que até aí pareciam “3 quistos” já era apenas uma única formação com contornos irregulares e já com cerca de 17 mm.

Neste caso, uma outra médica que me fez este exame, apesar de ter visto a ecografia anterior e o respectivo relatório, já recomendou que efectuasse uma biópsia, para, segundo ela, “ficar mais descansada”.

Nesta altura ainda não me sentia preocupada, porque quer de uma vez, não foi sequer colocada a hipótese de que se tratava de um nódulo.

A minha Ginecologista em face da evolução ocorrida, pediu-me para realizar de imediato a biópsia, a qual efectuei em Abril. O resultado estaria pronto cerca de 15 dias depois.

Recordo-me de após ter efectuado o exame ter chorado muito, por talvez já a recear o pior.

(Até aqui tudo parece normal, mas de facto, houve dois erros sucessivos e o mais grave de todos, ocorreu logo em Janeiro, quando o diagnóstico efectuado foi completamente errado, pois para além de não serem 3 quistos, vir-se-ia a constatar que até a própria medição foi mal efectuada. Se não fosse o profissionalismo da minha Ginecologista, talvez hoje eu fosse recordada, como mais uma a quem o cancro da mama tinha tirado a vida prematuramente).

3 de Maio de 2006

Dia de aniversário do filho C. (12 anos). Iriam ser festejados nesse dia à noite com familiares e amigos.

O resultado da biópsia estava pronto, e, depois de mais um dia de trabalho, resolvi ir levantá-lo, com a ansiedade própria de quem espera por um resultado definitivo.

Cheguei a casa, sozinha, e com o resultado entre mãos, não resisti em abrir o envelope e foi então que tudo se confirmou. Numa frase conclusiva, uma palavra evidenciava o pior: carcinoma.

Sentei-me no chão a chorar muito. Senti-me perdida. Tudo se desmoronava em cima de mim e na minha mente, apenas um pensamento: era o princípio do fim, e a morte, a única via que avistava no meu horizonte.

(Poucos anos antes tinha assistido à morte de um familiar, também ele vítima dessa terrível doença).

Pouco tempo depois chegou o meu marido a casa, feliz, com o bolo de aniversário para o meu filho, quando depara comigo a chorar muito. Então, depressa percebeu que algo não estava bem e logo entendeu a minha angústia.

Dei-lhe um forte abraço, com uma tristeza profunda, com a mágoa de uma despedida que seria prematura, mas que parecia evidente. No meu pensamento imediato estavam os meus filhos, os meus pais e o meu marido que ali estava comigo sem dizer qualquer palavra, talvez a pensar o que seria a sua vida e a dos nossos filhos a partir desse instante. Ele próprio parecia não querer convencer-se da verdade dura que acabara de saber.

Pouco depois falei com a minha Ginecologista. Li-lhe o relatório da biópsia ao telefone e disse-me logo que teria que ser operada de imediato.

Tranquilizou-me e indicou-me um cirurgião para me operar, pois seria “a pessoa que escolheria caso tivesse um problema de saúde semelhante”.

Entretanto, a festa do meu filho realizou-se, sem que alguém soubesse do que se passava. Entre as pessoas presentes estavam os meus pais, com quase 80 anos, que eram as últimas pessoas a quem eu queria contar tal notícia. O meu filho, aniversariante, estava feliz e nada tinha percebido.

Logo no dia seguinte o cirurgião recebeu-me e numa consulta com cerca de 2h, esclareci todas as dúvidas que surgiam a cada instante. Percebi de imediato que estava na presença de um cientista, que me transmitiu uma grande esperança e na qual passei a confiar plenamente. Explicou-me, em pormenor, que no meu caso já não seria possível efectuar uma cirurgia conservadora, dado o tamanho da lesão, relativamente ao tamanho da mama e para que o resultado estético final fosse aceitável. Paralelamente, informou-me que após a cirurgia, teria que efectuar tratamentos de quimioterapia. Foi aqui que tomei consciência da gravidade da minha doença.

A cirurgia foi marcada para uma semana depois e durante esse período, foi muito duro e angustiante o passar dos dias. Os sonhos deixaram de existir.

A operação foi comunicada a um número muito restrito de pessoas, por opção própria, pois na altura não queria partilhar com quase ninguém o que me estava a acontecer.

Durante essa semana realizei outros exames e consultas prévias, nomeadamente com o Cirurgião Plástico (que iria fazer a reconstrução da mama) e ainda com o radiologista que de novo me efectuou exames de avaliação do estado da doença, nomeadamente através de mamografia e estudo da axila.

15 de Maio de 2006

Dia da cirurgia. A ansiedade era muita, os medos transversais. Sentimentos mistos, pois ao mesmo tempo, uma enorme força interior.

A manhã foi passada numa unidade de medicina nuclear, onde ao longo de cerca de 3 horas efectuei uma linfocitografia. (Este exame consiste na injeção de um produto radioactivo que permite identificar o(s) gânglio(s) sentinela, gânglio(s) este(s) que são os primeiros a receber eventuais metástases do tumor mamário. Consiste numa preciosa orientação para o Cirurgião.

Após o exame, fui para o Hospital. Na minha mala, para além das coisas que habitualmente são necessárias, dois pequenos objectos muito especiais: a foto dos meus filhos C. de 12 anos e T. de 3 anos e ainda uma pequena imagem em prata de Nossa Senhora de Fátima com o Seu Filho ao colo, que entretanto tinha oferecido à minha mãe.

Tinha consciência que iriam ser horas difíceis, mas também sabia que lá fora, estava presente nos corações e no pensamento de várias pessoas, nomeadamente no dos meus pais que estavam a sofrer em silêncio mas com uma fé e uma esperança muito grandes, que me ajudavam a acreditar que tudo iria correr muito bem.

Depositei toda a confiança nos médicos que me estavam a acompanhar.

A cirurgia começou por volta das 16h. No bloco operatório já se encontrava toda a equipa. A cirurgia correu muito bem, embora demasiado longa (só terminou por volta das 23h), pois foi efectuada a reconstrução imediata. (Esteticamente o resultado ficou perfeito e hoje não se reconhece qual a mama que foi operada).

Quando acordei da cirurgia, percebi a verdadeira dimensão da mesma, mas ao mesmo tempo senti um grande alívio. Os dias que se seguiram foram muito difíceis, mas a esperança foi sempre muita. Os médicos que me acompanharam transmitiam-me muita confiança e isso reflectiu-se na evolução do meu estado, pese embora a debilidade física fosse demasiado evidente (o meu peso, nessa altura, era de cerca de 44 kg).

Após a alta, seguiram-se cerca de 3 semanas ainda com um dreno colocado nas costas que motivava visitas regulares ao Hospital. Durante este período permaneci em casa dos meus pais, para poupar ao máximo os meus filhos. Não queria que qualquer um deles se apercebesse do sofrimento da mãe, pois não perceberiam.

Um mês passado sobre a data da cirurgia, uma nova etapa na luta contra o cancro da mama, iria iniciar: a quimioterapia orientada pela oncologista médica após apresentação em reunião de grupo multidisciplinar.

A primeira consulta serviu, entre outras coisas, para me esclarecer muitas dúvidas sobre o tratamento. Foi de facto um momento muito duro, pois percebi que entre outras consequências, a queda do meu cabelo seria inevitável.

Felizmente que hoje já há meios disponíveis no mercado para minorar esta situação e no meu caso concreto optei pelo uso de peruca semelhante ao meu cabelo natural.

Confesso que durante esses meses, por opção, nunca me olhei no espelho sem cabelo. Não sei como teria reagido se o fizesse.

O meu rosto ficou descaracterizado, sem pestanas nem sobrancelhas; os olhos, sem expressão; o corpo muito inchado. Pese embora sempre tenha sido uma pessoa preocupada com a imagem, nessa altura, mesmo com muito esforço, era impossível ser-se igual.

O período da quimioterapia é longo - cerca de 6 meses - (6 tratamentos com intervalos de tempo de 3 semanas), e a agressividade dos tratamentos, no meu caso concreto, foi terrível. (A quimioterapia efectuada, não é igual em todos os casos, dependendo dos diferentes tipos de tumores, tamanho, grau de malignidade, idade da doente. Todos os casos são distintos).

Durante esse período, todo o apoio que tive, foi fundamental para me ajudar a ultrapassá-lo.

Esta foi sem dúvida uma fase que me marcou muito, pois foi quando senti que estava verdadeiramente doente. No entanto, à medida que ia efectuando os tratamentos, ia sentindo cada vez mais próximo o fim do pesadelo.

Durante as sessões de quimioterapia tive sempre o privilégio de ter a presença da minha mãe, que apesar dos seus 78 anos, fez sempre questão de nunca me abandonar durante essas longas horas.

A oncologista médica, que me acompanhou nesta fase do tratamento (e que continua a acompanhar), sempre me transmitiu uma enorme confiança, através do seu conhecimento e profissionalismo.

Nessa altura, conheci outras senhoras, com idades idênticas, que tinham vivido ou estavam a viver a mesma experiência, com quem tenho mantido contacto e que felizmente estão todas muito bem. Algumas, tornaram-se verdadeiras amigas e apoiamos-nos mutuamente.

A quimioterapia acabou ainda em 2006, mas só no início de 2007 a minha vida começou, embora muito lentamente, a retomar a normalidade possível.

Foi fundamental para o sucesso da minha recuperação todo o apoio que senti, nomeadamente dos familiares mais próximos e de amigos. O sofrimento extremo era atenuado. São meses de angústia, de muitas incertezas, mas a nossa força interior tem que ser, de facto, mais forte. O acreditar firmemente que é possível vencer a doença, tem que prevalecer.

Desse longo ano sobressaiu na minha vida outro tipo de sentimentos, que até então quase não havia tempo de os sentir, nomeadamente a compreensão, o carinho e o afecto dos que nos estão mais próximos.

Em final de Fevereiro de 2007 retomei a minha actividade profissional o que considero muito positivo, pois aos poucos fui conquistando mais confiança e força e o meu dia-a-dia foi-se tornando cada vez mais “normal”.

O ano de 2007 acabou e desde a cirurgia já lá vai mais de um ano e meio. Os maus momentos já fazem parte do passado e os dias hoje já são em tudo semelhantes aos que vivia antes de adoecer, no entanto, o sentido da minha vida alterou-se profundamente.

Os dias vivem-se de forma diferente, pois inevitavelmente ficamos diferentes. Aprende-se a viver com maior serenidade e a minha família e o seu bem-estar, são agora as minhas prioridades.

Hoje sinto prazer em parar, parar para pensar, para escutar, para reflectir, para rezar. O silêncio faz-me falta.

A minha história acaba como começou: sou novamente uma mulher privilegiada, que reaprendeu a viver após ter ultrapassado um longo obstáculo na vida. Amadureci e despertei para uma realidade que não imaginava, mas que me ensinou muito. Afinal, nunca estamos preparados para a doença.

Sinto-me muito confiante, com uma imensa força interior e rodeada de pessoas que me querem bem. Como católica que sou, acredito que toda esta força me é dada por Deus que desde o início nunca me abandonou. Este é, sem dúvida, um dos princípios fundamentais: acreditar que Deus nunca nos abandona.

A mensagem que quero deixar a todas as mulheres que vierem a ler esta minha “história” real, e que porventura possam estar a enfrentar a mesma doença, é que nunca deixem de ACREDITAR. Paralelamente não deixem de fazer os seus exames de rotina, com a periodicidade adequada, pois caso seja detectado numa fase inicial, o cancro da mama tem cura. O cancro da mama é uma doença com um nome feio, e a forma de o tratar, com um nome mais feio ainda (quimioterapia), mas que tem que ser encarada como o único caminho para a cura, o único caminho para uma nova vida.

Confie nos médicos e em todos os profissionais de saúde que as acompanham, e sigam sempre as suas indicações. Sentir-se-ão assim sempre apoiadas.

No meu caso em particular, quero aproveitar para agradecer a todos os profissionais que me ajudaram neste longo percurso e que continuam a apoiar-me

A todos os que me apoiaram na minha luta , em particular, aos meus filhos, ao meu marido, aos meus pais, a todos os familiares e amigos, a todos os que pelo menos uma vez pensaram em mim e na minha família, MUITO OBRIGADA.