

Grupo da Dor ajuda pacientes do HC III a lidarem com sofrimento físico e emocional



Luzia Pereira (de jaleco, à esquerda) e Flávia Macedo (à direita) coordenam os encontros, que oferecem fisioterapia, atendimento psicológico e meditação

Mulheres submetidas a cirurgia para tratamento do câncer de mama no HC III podem desenvolver dor crônica. Para ajudá-las a enfrentar a situação, o Grupo da Dor oferece acompanhamento com psicólogos e fisioterapeutas. A ação existe desde 2017 e foi retomada presencialmente em abril do ano passado, após interrupção por causa da Covid-19. Durante a pandemia, as atividades foram realizadas de forma remota.

As reuniões ocorrem uma vez por semana, às segundas-feiras, e visam a redução e o controle da dor ocasionada pelo tratamento. Segundo a fisioterapeuta Flávia Macedo, que coordena o grupo, a iniciativa surgiu para dar assistência às pacientes que apresentavam dor neuropática em membro superior. “Recentemente, conseguimos o apoio do Instituto ZENcancer, então, iniciamos com a meditação oferecida pela parceria, seguida da Fisioterapia, e, logo após, o atendimento da Psicologia”.

No tratamento fisioterapêutico, são feitas atividades como alongamento, cinesioterapia ativa e ativa-assistida, relaxamento, dessensibilização, automassagem e conscientização corporal, além da educação em dor, que tem como objetivo auxiliar na melhor compreensão da dor, respeitando o contexto e subjetividade de cada mulher, e incentivar aspectos como autoconfiança, autoeficácia, aceitação, modificação de comportamentos dolorosos e prática regular de exercícios.

Luzia Pereira, psicóloga que também coordena o grupo, conta que a Psicologia colhe os efeitos subjetivos da Fisioterapia e da meditação. “Buscamos que as pacientes possam lidar com a dor por meio da palavra. Ou seja, que sejam capazes de falar do sofrimento causado pela dor física que as impede de fazer atividades importantes que podiam antes do câncer”, explicou Luzia.

"Eu não sou mais a mesma"

As participantes vivenciam o luto diante de diversas perdas, sejam relacionadas às alterações da imagem corporal provocadas pelo tratamento oncológico ou decorrentes da dor que dificulta o retorno ao trabalho e gera problemas de ordem financeira. Há, ainda, o medo que sentem da recidiva da doença. “Uma frase cotidiana que escutamos de praticamente todas as pacientes é ‘eu não sou mais a mesma’. Nossa missão é contribuir para o processo de reconstrução da vida”, disse Luzia.

O Grupo da Dor funciona como uma rede de apoio para superar questões que afetam a autoestima e suportar o intervalo entre as consultas médicas ou os efeitos adversos das medicações. “Ao longo desse tempo, percebemos que muitas já lidam melhor com as mudanças do corpo. Algumas conseguiram reingressar no mercado de trabalho, mesmo que informal ou em uma área diferente da que estavam antes”, revelou a psicóloga.

Lugar de acolhimento

Pacientes do INCA e que têm indicação para esse tratamento fazem parte do programa. Durante a pandemia a adesão ao grupo diminuiu devido a restrições de acesso à internet ou a dispositivos eletrônicos no atendimento remoto. Luzia Pereira acrescentou que foi preciso criar novas regras, principalmente sobre o sigilo. “A presença de outros familiares em casa, alguns querendo inclusive escutar a discussão do grupo, e a falta de um local para se sentir à vontade para falar foram exemplos de obstáculos. Os fones de ouvido ajudaram. Agora, as pacientes voltaram a ter a possibilidade de virem presencialmente e sempre falam do valor disso para elas”.