

comportamento

APROVADAS POR MÉDICOS E COM BENEFÍCIOS COMPROVADOS,
TERAPIAS COMPLEMENTARES AUXILIAM O TRATAMENTO ONCOLÓGICO

Sem contraindicações

Práticas como Reiki, acupuntura e ioga agora são alvo de estudos para verificar que benefícios podem oferecer aos pacientes que enfrentam o câncer. São terapias classificadas como “complementares” aos tratamentos convencionais. Na verdade, nenhuma promete tratar a doença, mas elas podem trazer alívio dos efeitos colaterais e diminuir o estresse de um período tão difícil.

Essas terapias são bem aceitas ante uma nova abordagem, chamada medicina integrativa, que não coloca mais a doença como o principal foco de atenção, mas sim o paciente “inteiro” (mente, corpo e espírito). O conceito surgiu dentro de universidades norte-americanas a partir de meados dos anos 1970 e modifica toda a prática médica. O paciente passa a ser visto como agente responsável por sua melhora, a relação com o médico é fortalecida e a escolha de terapias se expande.

O médico Paulo de Tarso Lima, especialista em medicina integrativa pela Universidade do Arizona (Estados Unidos) e responsável por essa área no “Programa Saúde Além da Cura”, do Hospital Israelita Albert Einstein, de São Paulo, afirma que mais da metade dos pacientes com câncer procura, nessas técnicas, bem-estar para superar as dificuldades durante o tratamento.

Foi o que aconteceu com Luciana Salomão, 37 anos, pedagoga na rede pública e moradora de Londrina, no Paraná. Em novembro de 2012, durante o período de amamentação e licença-maternidade, ela descobriu um câncer na mama esquerda, estágio III. No mês seguinte, passou por cirurgia para retirar metade do seio. Os exames apontaram para um câncer desenvolvido a partir de alterações hormonais. “Fiz sessões de quimioterapia de fevereiro de 2013 até novembro. Posteriormente, começaram



as radioterapias diárias, com 33 aplicações. A fim de amenizar os efeitos colaterais agressivos, especialmente os inchaços, me submeti a sessões de drenagem linfática semanalmente. Depois de três meses, pude aumentar para duas vezes na semana e até o final estava fazendo três vezes”, relata.

Há muitas técnicas complementares, mas Lima adverte que não se pode confundi-las com as terapias alternativas, que, diferentemente das primeiras, são entendidas pela medicina como práticas que substituem o tratamento convencional, o que pode trazer sérios riscos à saúde do paciente. “Algumas técnicas complementares têm comprovação científica. Por exemplo, a acupuntura e a musicoterapia trabalham as funções cognitivas, fisiológicas e psicológicas. Mas o paciente sempre deve pedir orientação ao seu médico”, alerta.

No caso de Luciana, o médico indicou hidroginástica para redução do inchaço, mas não foi possível, devido ao cansaço gerado pela medicação e à debilitação física. “As drenagens auxiliaram na redução do inchaço, na melhora da locomoção, na redução das dores corporais e no funcionamento do intestino. Também iniciei sessões de acupuntura, pois as dores, as enxaquecas e os enjoos eram muitos, e as medicações para controlar esses desconfortos não faziam os efeitos necessários, além de serem de alto custo. A acupuntura era feita semanalmente. Houve uma redução incrível de muitos incômodos”, avalia Luciana.

“As drenagens auxiliaram na redução do inchaço, na melhora da locomoção, na redução das dores corporais e no funcionamento do intestino”

LUCIANA SALOMÃO



Outro bom exemplo desses benefícios é relatado pela estilista e blogueira Marcella Meneghetti Duarte, 25 anos. Ela foi diagnosticada com linfoma de Hodking há dois anos, e há um fez transplante de medula óssea. Marcella pesquisou o que não prejudicaria seu tratamento e investiu na atividade física. “Sempre fiz Pilates, e essa foi a indicação médica para amenizar os efeitos colaterais do tratamento. Fiz um treino específico de fortalecimento muscular, que colaborou para aumentar a imunidade. A acupuntura também ajudou muito a aliviar os desconfortos”, lembra.

ALTERNATIVO X COMPLEMENTAR

O presidente da Sociedade Brasileira de Oncologia Clínica (Sboc), Gustavo Fernandes, concorda que há terapias não tradicionais com efeitos positivos para os pacientes de câncer. “A atividade física e a acupuntura são bons exemplos, porque ajudam a mitigar efeitos colaterais. Existem dados científicos que comprovam a melhora do paciente com o uso dessas práticas”, diz.

Fernandes tem opinião contrária sobre métodos alternativos. “Esses podem ter efeitos terapêuticos que a ciência desconhece, tanto para o bem quanto para o mal. Plantas, as famosas ‘garrafadas’, ervas e complementos com múltiplas vitaminas em doses altas devem ser evitados. Mas Reiki, ioga, uso de florais e de energizações não atrapalham”, observa.

O oncologista do INCA Mário Zukin tem opinião parecida, apesar de não indicar nenhuma terapia extra para seus pacientes. “Não tenho uma visão radicalmente contra outras terapias, desde que o potencial de interação seja pequeno. Acupuntura pode ser usada contra dor, náuseas e outras indicações que não vejo como interagir com as medicações usuais. Outro exemplo, musicoterapia para relaxar: não costumo recomendar, mas pode ajudar, então não seria contra. O problema da terapia alternativa é o desconhecido, e, com isso, o potencial lesivo”, pondera.

Para Zukin, é um erro usar técnicas ou substâncias que não foram estudadas e são vendidas com a alegação de que “mal não vão fazer”. “Errado! Pode fazer muito mal. Nunca vou esquecer o caso de uma paciente jovem que resolveu tomar uma ‘garrafada de babosa’. A bebida deveria ser diluída em álcool destilado. Ao tomar a ‘garrafada’, a paciente teve uma pancreatite alcoólica e quase morreu”, recorda.



Foto: arquivo pessoal

“Sempre fiz Pilates, e essa foi a indicação médica para amenizar os efeitos colaterais do tratamento. A acupuntura também ajudou muito a aliviar os desconfortos”

MARCELLA MENEGHETTI DUARTE

Luiz Gonzaga Leite, coordenador de psicologia do Instituto de Oncologia Santa Paula, em São Paulo, ressalta que as terapias complementares não excluem o tratamento convencional. Ele afirma que técnicas realizadas por profissionais qualificados podem trazer bem-estar aos pacientes. “Essas terapias podem ser recomendadas dentro da visão de cuidados paliativos, ou seja, tratamentos que buscam proporcionar ao paciente qualidade de vida sem ter como foco a cura”, defende.

Para Leite, espiritualidade (cirurgias, rituais etc.), musicoterapia, imagens mentais, cromoterapia e tratamentos semelhantes podem ser utilizadas como “efeito psicológico – placebo”, desde que o paciente não abandone o tratamento convencional e que seu médico saiba dos procedimentos e intervenções a que será submetido. ■