

capoa

AÇÕES VOLTADAS PARA MELHORA DA APARÊNCIA DE PACIENTES
TÊM FORTE IMPACTO NA QUALIDADE DO TRATAMENTO

Autoestima é fundamental

Em poucos países do mundo a beleza é parte tão importante de sua cultura quanto no Brasil. O culto a um padrão estético, nem sempre ao alcance da maioria das pessoas, exerce uma verdadeira pressão social e traz impactos a toda a população. Quando se trata um paciente de câncer, que enfrenta efeitos colaterais aparentes, como queda de cabelo e ressecamento da pele, essa questão assume contornos mais delicados. O que pode parecer fútil para muitos – a preocupação com a estética – é apontado por médicos e psicólogos como uma necessidade a ser trabalhada durante o tratamento. Com medidas relativamente simples, muitos dos efeitos colaterais podem ser amenizados, reforçando a autoestima e trazendo claros benefícios ao tratamento.

O primeiro aspecto apontado por especialistas é o direito que os pacientes têm de serem informados e o dever que os profissionais de saúde têm de informá-los sobre todos os possíveis efeitos colaterais que poderão enfrentar. Entre os mais comuns estão queda de cabelo e crescimento de pelos em lugares não habituais, ressecamento da pele e aparecimento de manchas pelo corpo, enfraquecimento das unhas, inchaço, emagrecimento ou engorda. “Essas manifestações podem mudar muito o aspecto dos pacientes, resultando em problemas de autoestima. Não tenho dú-



vidas que quando o paciente está satisfeito com sua aparência há um impacto direto na tolerância e, quem sabe, até no resultado do tratamento”, opina Nelson Hamerschlak, coordenador do Programa de Oncologia e Hematologia e Transplante de Medula Óssea do Hospital Israelita Albert Einstein (SP).

O tratamento do câncer é tão pesado que em alguns casos até o padrão capilar do paciente pode ser alterado. Foi o que aconteceu com o ator Reynaldo Gianecchini após o tratamento contra um linfoma. Os cabelos, originalmente lisos, deram lugar a cachos que renderam a seu personagem Nando, na novela *Guerra dos Sexos*, até o apelido de Cafuringa. Isso acontece porque os quimioterápicos são desenvolvidos para atacar células que se multiplicam rapidamente, como as cancerosas e as do bulbo capilar (que forma e segura o fio de cabelo). A queda normalmente atinge apenas o couro cabeludo, mas também pode afetar sobrancelhas, cílios e demais pelos corporais. Quando o cabelo volta a crescer pode haver uma reprogramação do bulbo, levando a mudanças do padrão original.

Hoje em dia estão sendo estudadas alternativas na tentativa de impedir ou amenizar a queda capilar causada pela quimioterapia. Pesquisadores da Universidade da Califórnia divulgaram pesquisa sobre os efeitos de uma touca que resfria o couro cabeludo e, assim, impediria a queda de cabelo. Esse resfriamento diminui a circulação de sangue no couro cabeludo e, conseqüentemente, a concentração de quimioterápicos na região. “Os que advogam contrariamente acham que assim podemos estar aumentando a chance de metástases cerebrais. Mas isso nunca foi provado. O uso de gelo e sorvete para diminuir o grau de mucosite oral demonstra a eficácia da crioterapia”, pondera Nelson Hamerschlak. De acordo com o médico, o Albert Einstein possui um projeto de pesquisa nessa área e está aguardando a aprovação para adquirir uma dessas toucas.

DERMATOLOGISTA NA EQUIPE MULTIDISCIPLINAR

A quimioterapia também pode atacar os melanócitos, inibindo a fabricação do pigmento melanina e provocando o nascimento de cabelos brancos no lugar do escuro. “É importante que o paciente seja informado de que essa condição é temporária e esteja preparado se isso acontecer com ele”, afirma Dolores Gonzalez Fabra, coordenadora do Ambulatório de Reabilitação Dermatocósmiátrica da Faculdade de



Medicina do ABC, Santo André, e membro das sociedades brasileiras de Dermatologia e de Cirurgia Dermatológica. Dolores defende uma atuação mais presente do dermatologista na equipe multidisciplinar concomitantemente ao tratamento para identificação de problemas e oferta de suporte dermatológico o mais cedo possível.

São medidas simples que podem ter grande impacto na qualidade de vida do paciente, como a indicação de um hidratante que não interfira no sistema imunológico da pele para amenizar o ressecamento. Para as manchas, a médica indica a aplicação durante todo o tratamento de filtro solar adequado, já que a quimioterapia potencializa a ação do sol na pele. Já em relação às queimaduras ocasionadas pela radioterapia, a indicação é de banhos rápidos e sem o uso de chuveiro (deve-se usar banheira ou balde). O dermatologista também pode recomendar uma loção que acelere o crescimento do cabelo e óleo para fortalecimento das unhas. Um ponto importante é que pessoas em tratamento de câncer não devem retirar a cutícula e somente hena deve ser usada para pigmentação de sobrancelhas e cabelos. “Quando alguém se depara com o diagnóstico de câncer, sente-se constrangido e isso acaba favorecendo quadros depressivos. É preciso trazer de volta a autoestima e a qualidade de vida desses pacientes”, considera Dolores.

Psicólogos também concordam que a preocupação com a estética não pode ser deixada de lado

durante o tratamento do câncer. “Estamos lidando com uma doença que se mostra muito na aparência, e nós vivemos em uma sociedade que exalta a beleza de todas as formas”, afirma Mariana Simões, psicóloga do Instituto do Câncer do Estado de São Paulo Octavio Frias de Oliveira (Icesp). Mariana destaca que a influência do ambiente é essencial na condição psicológica dos pacientes e que qualquer medida para valorização da estética deve ser entendida como uma questão de autocuidado. Pesquisas demonstram que pacientes com autoestima mais elevada possuem taxas de aderência mais altas ao tratamento, ou seja, envolvem-se mais, além de se sentirem mais seguros e tranquilos. Todas essas características trazem impactos significativos ao tratamento.

A psicóloga afirma que o atendimento deve ter o foco no fortalecimento de recursos internos dos pacientes como confiança na vida e autoaceitação. O objetivo é devolver a sensação de controle de suas vidas, e, nesse aspecto, a aparência pode ter papel fundamental. “São pequenas atitudes no dia a dia que fazem a pessoa se sentir mais segura.

O paciente fica com mais energia e capacidade de buscar sua melhora”, comenta. O Icesp conta com um programa chamado Cantinho da Beleza, pelo qual funcionários que trabalham com a estética no hospital oferecem corte de cabelo, serviço de manicure, higienização de pele, curso de automaquagem e lições de como usar lenços de maneiras diferentes para os pacientes que aguardam a recuperação.

No INCA, o trabalho voltado para a estética dos pacientes é desenvolvido pela Área de Ações Volun-

tárias (INCAvoluntário). “A pessoa quando tem câncer sai do ambiente da vida dela. Passa por um momento de autoexclusão. Trabalhamos para o resgate dessa pessoa. Esse é o nosso grande objetivo”, afirma Emília Rebelo, coordenadora da área. No Instituto, voluntários cortam o cabelo, fazem a barba, maquilam, cuidam das unhas dos pacientes e promovem oficinas de beleza. Além disso, o INCAvoluntário oferece empréstimos de peruca e, em datas comemorativas, doa kits de higiene pessoal e maquiagem. Profissionais de salões de cabeleireiros como os da rede Walter’s Coiffeur também oferecem cortes de cabelo e escova para mães de pacientes pediátricos. “O que não é de competência direta do Sistema Único de Saúde pode ser oferecido pelos voluntários”, diz Emília.

VALORIZAÇÃO DA APARÊNCIA DIMINUI SENSAÇÃO DE DOR

Quadros depressivos também estão relacionados com maior sensação de dor e desconforto físico. Mesmo para pacientes fora de possibilidades terapêuticas, a valorização da autoestima por meio de cuidados estéticos melhora a qualidade de vida. Daniela Batista Sorato, psicóloga da Unidade de Cuidados Paliativos/Dor do Hospital de Câncer de Barretos, lembra que, durante um desfile de modas organizado com pacientes em comemoração ao Dia Internacional da Mulher, a simples valorização da beleza das pacientes teve grande impacto nos relatos de dor “Apesar de estarmos com a equipe a postos pronta para injetar a medicação se necessário, pacientes



que tomavam morfina de quatro em quatro horas não pediram o medicamento durante o dia todo por estarem tão envolvidas com atividades de autocuidado”, conta a psicóloga.

Em Barretos, as ações voltadas para o cuidado estético fazem parte da rotina. Além de acontecerem em datas comemorativas, as atividades para o reforço da beleza estão presentes no atendimento individual mesmo no processo de fim de vida. Daniela destaca a necessidade de se avaliar muito criteriosamente a personalidade de cada paciente para identificar a melhor abordagem a ser tomada. “Alguns pacientes não conseguem enxergar beleza na sua condição momentânea e precisam de um trabalho para melhorar sua imagem corporal e assim poder desenvolver recursos internos. Outros já conseguem desenvolver recursos internos e estabelecem diferentes padrões de beleza para diferentes etapas de sua vida, inclusive na doença” afirma.

No caminho de afirmar um padrão de beleza estético diferente do ditado pela mídia, a jornalista Vera Golik e seu marido, o fotógrafo Hugo Lenzi, desenvolveram um projeto único no mundo chamado De Peito Aberto. “Nós já havíamos trabalhado esse tema com o livro *Corpo de Mulher: o prazer de conhecer*, mas depois de vivenciarmos casos de câncer na nossa família nasceu o projeto”, conta Vera. De Peito Aberto foi concebido inicialmente como uma exposição de fotos de mulheres que haviam enfrentado o câncer de mama. “Nosso desafio era registrar o universo feminino de uma forma sensível e alertar para a necessidade de maior humanização da medicina”, afirma Hugo. A exposição era sempre realizada por meio de monitoria e acompanhada de palestras que serviam como espaços para reflexão sobre o tema.

Aos 20 painéis iniciais já se somaram mais 50, incluindo o de um homem que passou pela experiência de ter câncer de mama. As imagens retratam todas as emoções vividas pelos pacientes em cada uma das etapas da doença, desde o choque do diagnóstico até o sentimento de vitória com a superação. “O câncer de mama está ligado à perda de muitos símbolos femininos, como o cabelo, a mama, a libido e a fertilidade”, aponta Vera. A cada nova montagem novos personagens são incluídos na exposição. “Nossa ideia é ter uma representatividade cada vez maior de mulheres diversas”, conta Hugo. A exposição, que já foi montada até mesmo na sede da Organização das Nações Unidas, em Nova Iorque, deu origem a um livro e a um site (<http://depeitoaberto.inf.br>) em que pacientes podem compartilhar sua experiência com o câncer. |



MAQUIAGEM VENCEU RESISTÊNCIA

Lucélia era uma daquelas pacientes de pouca interação. Com 26 anos e internada na Unidade de Cuidados Paliativos do Hospital de Câncer de Barretos, era avessa a qualquer estabelecimento de vínculos com as psicólogas e terapeutas ocupacionais. Era só elas entrarem no quarto que Lucélia se escondia debaixo do edredom e fingia dormir. Depois de várias tentativas de chamar a atenção da paciente, a equipe finalmente teve êxito quando passou a levar um estojo de maquiagem para embelezar Lucélia durante a visita. Foi assim que conseguiram conquistar sua confiança e puderam trabalhar a autoestima da paciente. Em 2010, próximo ao Dia dos Namorados, a equipe convenceu Lucélia a fazer um ensaio fotográfico, e o book com as fotos foi o presente dela para seu noivo. Uma das fotos foi então inscrita em um concurso de fotografias da Associação Brasileira de Linfoma e Leucemia (Abrale). Em meio a mais de 800 fotos, a imagem de Lucélia conquistou o segundo lugar na categoria Profissionais de Saúde. Em outubro do mesmo ano Lucélia viajava para São Paulo para receber esse prêmio em uma condição muito diferente da daquela menina que se escondia debaixo do edredom. A paciente não sobreviveu, mas sua imagem de alegria foi estampada em calendários e materiais da Abrale durante todo 2011. Na foto, Lucélia é maquiada pela psicóloga Daniele Sorato.