

# social

ATENDIMENTO PSICÓLOGO GRATUITO PRESTADO POR ONGS É ALTERNATIVA PARA PACIENTES COM CÂNCER EM BUSCA DE APOIO EMOCIONAL

## Mente sã

Quando fundou a Instituição Ágape, em 2010, Tércia Alessandra Lopes de Oliveira jamais poderia imaginar que, anos mais tarde, usaria os serviços da própria organização não governamental. Em 2017, ao receber o diagnóstico de câncer na mama esquerda, ela se deu conta de que precisaria de suporte psicológico para enfrentar a doença. Medo, insegurança, solidão e incerteza são alguns dos sentimentos vividos por quem atravessa situação semelhante. E a psicologia pode ajudar, e muito, nesse turbilhão.

Assim que começou o tratamento, Tércia, hoje com 51 anos, passou o cargo de presidente da ONG para o filho, Filipe, que permanece à frente da instituição. Mesmo curada do tumor, ela continua a fazer psicoterapia uma vez por semana. “Foi durante o tratamento que eu senti na pele a necessidade das pessoas. Até então, só ouvia falar. Quando o problema aparece na sua vida, você vê que é muito maior do que imaginava”, diz Tércia, empresária do ramo de artesanato.



O tratamento é quase sempre o caminho para a cura, mas pode haver muitos obstáculos. Moradora de Contagem, Minas Gerais, onde fica a sede da Ágape, Tércia fez quimio e radioterapia em Belo Horizonte, a 20 quilômetros de distância. Dependendo do procedimento, precisava ir diariamente a BH. Teve anemia grave, e todo o processo – que deveria durar três meses – levou mais de um ano. “Quando a pessoa descobre que está com câncer, perde a identidade. Acha que está condenada, mas não é bem assim. Há esperança. O psicólogo dá um suporte, te ouve e ajuda a encontrar caminhos”, relata a empresária.

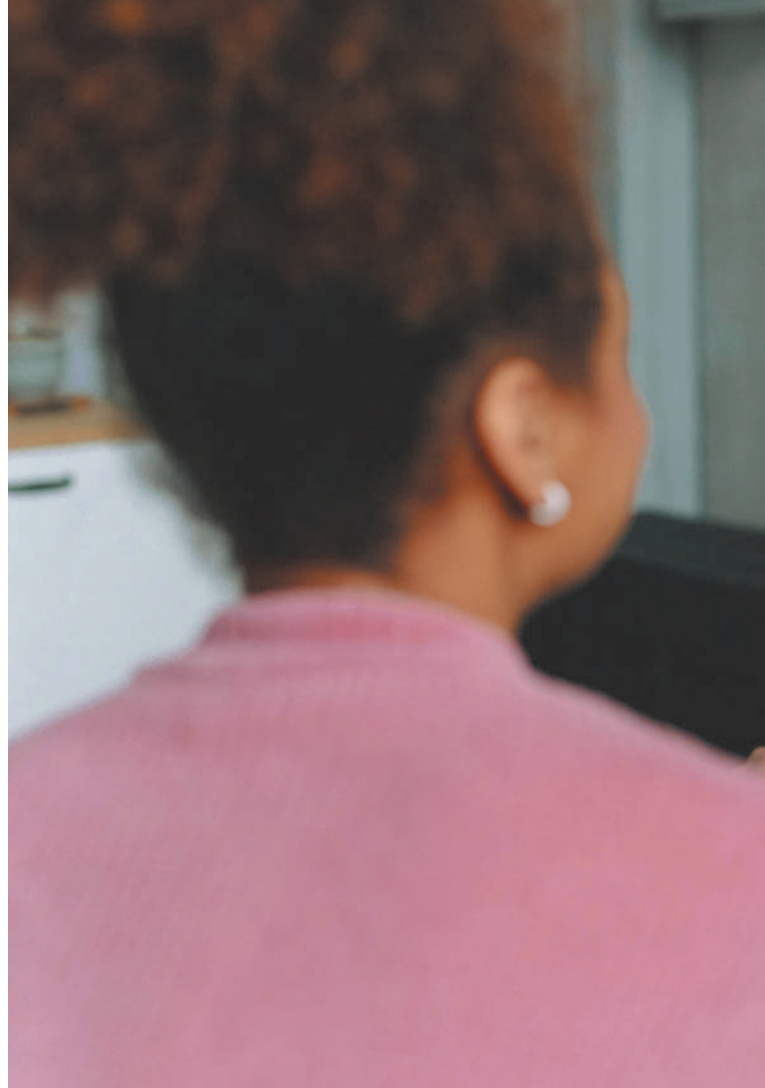
Embora a maior demanda venha da Região Metropolitana de Belo Horizonte, a Ágape presta atendimento a pacientes de todo o Brasil. São mais de 20 psicólogos voluntários, que comandam sessões on-line e presenciais para todas as faixas etárias. Todos os 282 cadastrados na entidade têm câncer, mas, desde a pandemia de Covid-19, a ONG passou a oferecer também terapia para a comunidade. “Houve uma procura grande. Apareceu muita gente com síndrome do pânico, claustrofobia e outros distúrbios psicológicos. Abrimos, então, o serviço para esses casos”, conta Filipe.

## PAPEL ESSENCIAL NO TRATAMENTO

Para os que enfrentam um câncer, a psicologia é tão importante que deu origem a uma nova área de conhecimento: a psico-oncologia, criada nos anos 1980 pela psiquiatra Jimmie Holland, do Memorial Sloan Kettering Cancer Center, em Nova York. Ela começou a perceber o que hoje é uma certeza: a saúde mental tem papel essencial no tratamento de tumores malignos. Essa mesma linha é seguida pela Associação Brasileira de Linfoma e Leucemia (Abrale) desde 2002, quando foi fundada. Hoje, a instituição, com sede em São Paulo e representações em 11 cidades, atende todo mês a cerca de 500 pessoas de todas as idades e seus familiares.

“A psico-oncologia desempenha um papel fundamental nessa jornada. Tanto o paciente quanto seus parentes passam a ter mais ferramentas para enfrentar a doença, manejar a ansiedade e o estresse que o tratamento pode trazer, se adaptar melhor às mudanças de rotina e até mesmo entender a importância de seguir corretamente o que o médico determina”, diz Catherine Moura, CEO da Abrale.

Também na capital paulista, o Departamento de Psicologia Clínica da Universidade de São Paulo (USP) conta com o Laboratório Chronos, criado



em 1994 pela professora e doutora em Psicologia Clínica Elisa Parahyba Campos. A unidade oferece atendimento psicológico não só a pacientes oncológicos, mas também a parentes próximos e cuidadores afetados pela enfermidade. O alcance da terapia depende da primeira entrevista com o doente. “Como tudo o que diz respeito ao ser humano, não existe uma norma”, explica Elisa.

Para ser recebido pelo Chronos, totalmente gratuito, a única exigência é que o interessado esteja sob tratamento contra o câncer. Elisa supervisiona todos os atendimentos, feitos por dez psicólogos graduados ou universitários no último período, selecionados após uma entrevista em que ela verifica se o estudante está apto para esse trabalho. Todas as sessões são on-line, uma vez por semana, e o acompanhamento dura, em média, seis meses. É a chamada psicoterapia breve.

“O avanço da doença muda quando você presta atendimento psicológico. Não significa dizer que ‘tenho câncer, vou fazer psicoterapia e vou sarar’. Isso depende de milhares de variáveis, mas temos diversos pacientes que melhora-



“Sempre fui muito independente. Tenho uma rede de apoio maravilhosa, mas foi complicado aceitar que eu precisava de cuidados dos outros”

**VANIA SILVA**, pedagoga e professora

ram muito e puderam ter mais qualidade de vida ao se submeterem à psico-oncologia”, diz Elisa. “Existe uma melhora significativa quando eles podem conversar com alguém sobre o que estão passando”, acrescenta.

## SEM MEIAS-PALAVRAS

Foi o que aconteceu com a professora aposentada Cecília Tatei, de 68 anos, que começou a fazer terapia pelo Chronos após receber a notícia

de um câncer no endométrio, em janeiro de 2023. Solteira e sem filhos, ela mora com a irmã e uma sobrinha, que na ocasião estavam em viagem de férias. A ginecologista que a acompanhava havia 10 anos comunicou a doença sem meias-palavras. “Ela foi muito direta. Fiquei sem chão e tão assustada que nem chorei. Quando voltei para casa, estava muito sozinha e pensando que ia morrer. Recebi um diagnóstico e um atestado de óbito. Não quis mais continuar com aquela médica”, lembra.

Cecília mudou de hospital e de médico, fez uma histerectomia e decidiu procurar ajuda psicológica. Chegou ao Chronos pela página na internet – um dos caminhos para acessar o serviço – e começou a fazer terapia. Está até hoje com a mesma psicóloga que a atendia na USP, mas agora pelo plano de saúde. Além do apoio para enfrentar as seis sessões de quimioterapia e as 21 de radioterapia, Cecília e a terapeuta, juntas, buscaram uma explicação para o câncer justamente no endométrio, tecido que reveste o útero e onde é implantado o embrião no início da gravidez.

Nessa jornada, Cecília constatou sua “negação do feminino” e conseguiu perdoar a mãe, já falecida, que desejava ter um filho homem, mas deu à luz oito mulheres. “Tinha uma raiva muito grande dela. A terapia fez eu me sentir livre não só da doença, mas de toda essa mágoa, até chegar ao ápice do perdão”, diz. Agora, além de aulas de dança espanhola, ela tem se dedicado a um talento descoberto durante as sessões de radioterapia no A.C. Camargo Cancer Center, em São Paulo: desenhar. Os trabalhos de Cecília e de outros pacientes ganharão uma exposição na unidade.

## ABRIGO

Manter-se ativo durante o tratamento, por sinal, é um dos pilares da psicóloga Thais Teixeira, responsável pelo suporte a pacientes e acompanhantes hospedados na Associação de Apoio à Criança com Câncer (AACC), também em São Paulo. Criada em 1983, a instituição recebe pessoas de 0 a 21 anos de outros estados e municípios, encaminhadas via Tratamento Fora de Domicílio, um recurso instituído pelo Sistema Único de Saúde (SUS) em 1999. Se o serviço social do hospital onde o doente fará o tratamento constatar a necessidade de uma casa para abrigá-lo, entra em contato com a AACC.

Na Associação, o paciente fica hospedado, faz as refeições, tem transporte para os hospitais e conta com suporte educacional e psicológico. As sessões de terapia podem ser tanto individuais quanto em grupo, para doentes e acompanhantes. O importante é humanizar e individualizar o tratamento. “Para além da doença, existe uma criança com as questões da infância, um adolescente vivendo toda a intensidade desse período da vida... Temos que olhar para o individual, senão, vamos falar só de oncologia”, diz Thais. “O câncer é uma fase, e vai passar. Então, vamos adaptar a vida, e não pausá-la, para viver esse momento da melhor maneira. Prezamos a ideia de dar uma expectativa de futuro, uma vez que a doença rouba um pouco da vida ao vivo”, acrescenta a psicóloga.

Foi essa “expectativa de futuro” que trouxe a boliviana Anahi Quiroga, de 16 anos, para o Brasil, em novembro passado. Portadora de leucemia linfoblástica aguda, ela é paciente do Instituto de Tratamento do Câncer Infantil (Itaci) e aguarda um transplante de medula. Foi o Itaci que a encaminhou para a AACCC, onde está hospedada com o pai. Na casa de apoio, graças às sessões de terapia, Anahi começou a externar suas emoções. “É difícil falar dos meus sentimentos com as pessoas. Aqui, a Thais vem no meu quarto quando não estou bem. Foi muito bom me abrir. Melhorou minha forma de pensar e lidar com a quimioterapia. As sessões me dão esperança e ensinam a superar algumas situações. Tenho que passar por momentos maus, mas depois terei os bons também”, afirma a boliviana.

A diferença de idade entre Anahi e Alvinho Cavalcante Mota é de quase 70 anos – ele tem 83 –, mas ambos enfrentam desafios semelhantes. Morador de Pindamonhangaba, em São Paulo, Alvinho recebeu o diagnóstico de câncer na próstata no início de 2023. O tratamento é feito no Hospital Regional do Litoral Norte, em Caraguatatuba, a 135 quilômetros de casa, onde recebe quimioterapia intravenosa. Para suportar essa jornada, ele foi aconselhado por uma sobrinha a procurar o Grupo de Apoio a Pessoas com Câncer (GAPC) de Taubaté, a 12 quilômetros de onde mora.

“Eu nunca tinha passado por um psicólogo antes. No primeiro dia, estava trêmulo, receoso, não sabia como era e o que ela ia falar. A gente foi se familiarizando, conversando. A psicóloga é maravilhosa, me dá orientações e me faz sentir bem. Tenho a doença, mas estou feliz”, diz Alvinho. A profissional em questão é Carina de Souza Fonseca,

que há dois anos e meio atende gratuitamente a quem procura a unidade de Taubaté, uma das seis do GAPC no Brasil.

## PEDIR AJUDA É PARTE DO PROCESSO

Assim que chega ao Grupo de Apoio – encaminhado por hospitais ou espontaneamente, já que o GAPC é uma instituição de portas abertas –, o paciente oncológico é entrevistado pela assistente social Beatriz dos Santos Correa, que verifica suas principais demandas e o direciona para Carina. Ela, então, avalia a terapia mais indicada, se individual ou em grupo, mas sempre presencial. Também há casos em que é o principal cuidador quem recebe o suporte da psicoterapia, para prestar um atendimento melhor ao doente.

“Cada caso é um caso, mas as duas principais demandas são a não aceitação da doença e a questão social. No primeiro caso, a pessoa nem chega a discutir a morte. As mulheres com câncer de mama, nosso maior público na psicoterapia, associam a doença à perda do seio, do cabelo e da feminilidade. Já a demanda social se reflete na falta de uma rede de apoio. As pessoas empurram a vida com a barriga, as relações sociais são ruins... Aí,



Vânia: sem medo da morte e com parâmetros de beleza revistos

## ONGS QUE PRESTAM ATENDIMENTO PSICOLÓGICO A PACIENTES COM CÂNCER E SEUS PARENTES

**Grupo de Apoio a Pessoas com Câncer (GAPC):** O GAPC tem unidades em Taubaté, São José dos Campos, Mogi das Cruzes e Poá (em São Paulo), além de Vitória, no Espírito Santo, e Volta Redonda, no Rio de Janeiro. Recebe pacientes encaminhados por hospitais e também atende a quem procura espontaneamente as unidades, desde que a pessoa tenha câncer. As sessões de psicoterapia são presenciais. Mais informações: <https://gapc.org.br/>

**Instituição Ágape:** Com sede em Contagem (MG), a Ágape atende on-line a pacientes no Brasil inteiro e até no exterior. Para as pessoas cadastradas, todas portadoras de câncer, as sessões de terapia são gratuitas. Os não cadastrados, que podem ter outros distúrbios psicológicos, pagam o preço social de R\$ 20 por sessão ou R\$ 60 por mês, com direito a quatro sessões. Mais informações: <http://instituicaoagape.org.br/>

**Associação de Apoio à Criança com Câncer (AACC):** Localizada em São Paulo, acolhe pacientes de 0 a 21 anos de municípios vizinhos, outros estados e até do exterior que estejam em tratamento em algum hospital na capital. O encaminhamento para a casa de apoio é feito pelo hospital. Mais informações: [www.aacc.org.br](http://www.aacc.org.br)

**Laboratório Chronos:** Ligado ao Departamento de Psicologia Clínica da Universidade de São Paulo, dá assistência psico-oncológica a portadores de câncer que estejam em tratamento e a seus familiares. As sessões são individuais, remotas, e o tratamento dura, em média, seis meses. Atende a todas as faixas etárias, exceto crianças. Mais informações: <https://sites.usp.br/laboratoriochronos/home/>

**Associação Brasileira de Linfoma e Leucemia (Abrale):** Recebe pacientes com linfomas e leucemias, além de portadores de mieloma múltiplo, mielofibrose e doenças do sangue, como trombocitemia essencial. É preciso ter o diagnóstico fechado e se cadastrar na entidade. Mais informações: <https://www.abrale.org.br/>

quando o tumor aparece, se veem precisando do outro”, conta Carina.

Admitir que precisa de ajuda não é fácil até para quem cultiva bons relacionamentos, como a pedagoga e professora Vania Silva, de 55 anos, do Rio de Janeiro, que começou a fazer psicoterapia na Abrale em 2023, pouco após saber que tinha um linfoma não Hodgkin. “Sempre fui muito independente. Tenho uma rede de apoio maravilhosa, mas foi complicado aceitar que eu precisava de cuidados dos outros”, conta.

A psico-oncologia rompeu não só essa barreira, como também provocou duas mudanças fundamentais de mentalidade nela. Vania diz ter perdido o medo da morte – “Vou morrer quando for o meu dia, e pode não ser pelo linfoma” – e revisto seus parâmetros de beleza. “Sou muito vaidosa. Antes,

eu não me reconhecia com aquele cabelo. Hoje, não tenho o menor problema em me assumir. Sou outra pessoa e consigo me achar bonita do jeito que estou”, conta ela, que raspou a cabeça quando caíram quase todas as mechas.

O último PET Scan mostrou que a professora ainda tem um foco de 13 milímetros no mediastino, local contraindicado para a radioterapia. Enquanto os médicos avaliam o que fazer, Vania vive um dia de cada vez. “Talvez por um tempo eu tenha que conviver com o câncer no local onde ele está. Quando a gente fala da doença, não é sobre ser forte. Câncer é coragem, não é força. Todas as vezes em que preciso ser furada, tenho vontade de chorar. Se eu tivesse que ser forte o tempo todo, eu não poderia chorar. O corajoso chora, mas faz. Tenho que ser corajosa, não forte”, ensina. ■