

‘As pessoas nem acreditam que eu estou fazendo quimioterapia’

Em primeira pessoa

MARTHA CRISTINA MATTA*

“Meia hora antes de começar minha sessão semanal de quimioterapia, eu coloco uma touca na cabeça. Não é uma touca qualquer. Popularmente, é chamada de touca gelada. É feita de um material como um silicone, coberto por um tecido que prende no rosto, e é ligada na tomada por meio de um carrinho móvel que deixa a minha cabeça bem geladinha. A sensação é de perder um pouco a sensibilidade do couro cabeludo. Ele vai “adormecendo”. E eu vou junto! Nas primeiras sessões, mesmo bem agasalhada, eu não conseguia dormir. Mas agora é frequente eu ser acordada por uma das enfermeiras dizendo que a sessão já terminou, e aí eu simplesmente peço para dormir mais um pouquinho.

Antes de colocar a touca, é preciso molhar o cabelo e passar condicionador, sem enxaguar. Aí é que se coloca a touca, e o sistema de resfriamento é ligado. Eu não sinto desconforto, mas muitas pessoas estranham quando eu conto que não posso lavar o cabelo por três dias depois da sessão, para não atrapalhar o efeito.

Cada quimio dura cinco horas, e eu tenho que permanecer com a touca mais uma hora e meia depois que acaba. É um longo período, mas tem uma grande vantagem: simplesmente evita a queda de cabelo. Eu já tive câncer há cinco anos, no ovário, e fiquei completamente careca. Não me deixei abater, porque sempre fui muito realista e otimista. Mas não dá para negar que é difícil. Perder o cabelo é algo impactante, ainda mais para uma mulher. Na época do meu primeiro câncer, a touca ainda não estava disponível nos hospitais. Agora, assim que a médica que cuida do meu tratamento me falou dessa possibilidade, eu não hesitei.

Já estou no sexto ciclo de quimioterapia, o que significa seis meses de tratamento, e estou muito satisfeita. Eu sei o que é ficar careca e levar no rosto a evidência do câncer, sabe? Isso não me abatia, eu sempre encarava o tratamento de forma pragmática: eu tinha que passar por aquilo para me curar. Mas, se agora eu tenho uma alternativa, por que não?

Alguns fios de cabelo ainda caem, é claro. A touca não é milagrosa. Mas eu consegui manter muito do meu cabelo, e ele está até crescendo rápido e firme. Quando comecei o tratamento, ele estava cortado na nuca. Agora, está já abaixo do ombro. A maioria das pessoas nem acredita que eu estou fazendo quimioterapia, é até engraçado.

Eu faço em mim mesma testes com xampus e condicionadores que ajudam a dar força ao



Autoestima. Martha com a ‘touca gelada’ que usa em todas as sessões: redução significativa da queda do cabelo

cabelo e, depois, recomendo a outras pacientes que também estão se tratando. Meu telefone não para! E eu sempre uso essa troca de mensagens para indicar o uso da touca. Quero que outras mulheres também se sintam tão motivadas quanto eu. Não me canso de falar para elas passarem batom, chamo para tomar um café, para passear. Na área da oncologia do centro onde eu faço tratamento, todo mundo me chama, me pede recomendações, me pede para contar como eu lido com a terapia. Não pode se entregar. E o meu propósito é ajudar nisso.

Não estamos mais naquele cenário antigo em que a pessoa com câncer não tinha tantas opções. Muitos ainda pensam que tratar um câncer hoje é como se tratava há 30 anos. E não é.

Meu último exame indicou que meu tumor teve uma redução de 90%, o que é uma resposta ótima. A quimio está prevista para terminar em maio, e eu espero que até lá o tumor já tenha sido eliminado por completo. É uma recidiva do mesmo câncer que atingiu meu ovário cinco anos atrás, desta vez se alojando no peritônio (membrana que recobre a parede do abdômen) e nos linfonodos (gânglios da rede linfática). ●

*Martha Cristina Matta, 60 anos, bióloga, em depoimento à repórter Clarissa Pains

APROVADA PELA ANVISA

SESSÃO COM A TOUCA CUSTA CERCA DE R\$ 400

A touca usada por Martha foi criada no Reino Unido, pela empresa Paxman, e é a única com aprovação tanto da agência sanitária americana, a FDA, quanto da Anvisa, no Brasil. Por aqui, no entanto, ela não é oferecida pelo Sistema Único de Saúde. Os pacientes têm acesso à touca nos principais centros de referência, como o Hospital Israelita Albert Einstein, o Sírio-Libanês, o Grupo Oncologia e a Rede D’Or, além de clínicas privadas. O valor da sessão com a touca é de, em média, R\$ 400. Os planos de saúde não oferecem reembolso.

A touca resfria o couro cabeludo a uma temperatura entre 18°C e 22°C, o que permite a menor absorção dos fármacos nessa região e, por isso, diminui bastante a queda do cabelo. Mais de 100 mil pessoas em 64 países já usaram o método desde que foi criado, em 1997. Ao Brasil, ele chegou em 2013. De lá para cá, foi usado por cerca de mil pacientes.