

Direitos das pessoas com câncer

E-book I: Influência dos aspectos emocionais no autocuidado

Vozes
QUE CONSTROEM
ATITUDES QUE
representam

CONSTRUINDO POLÍTICAS INSTITUCIONAIS



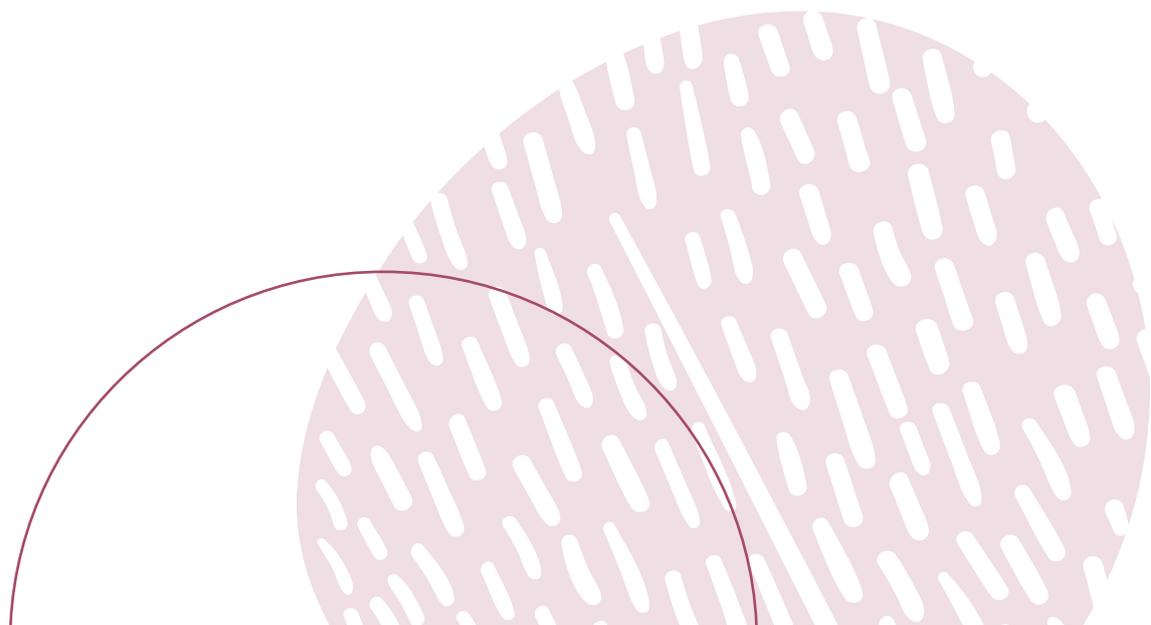
Introdução

O câncer é uma das doenças mais complexas que a humanidade já enfrentou. Seu diagnóstico impacta e abala física e emocionalmente não apenas o paciente, mas também familiares, amigos e pessoas próximas. Diante dos desafios trazidos pela doença e de sua grande incidência no Brasil, é importante conhecer os benefícios legais e direitos garantidos aos pacientes no País.

Como parte da campanha de sensibilização do Outubro Rosa, mês dedicado à conscientização e prevenção do câncer de mama, lançamos seis e-books sobre direitos das pessoas com câncer em geral. Trata-se de uma iniciativa conjunta das Coordenadorias Regionais da Comissão da Mulher Advogada da OAB SP, Caixa de Assistência dos Advogados de São Paulo (CAASP), Comissão de Direito Médico e de Saúde da OAB SP e Comissão de Direitos e Prerrogativas da OAB SP.

Os e-books abordam temas pertinentes para a pessoa com câncer, e que precisam de melhor difusão perante a sociedade: prerrogativas da advogada em tratamento, isenção de impostos, direitos no SUS e nos planos de saúde, direitos previdenciários e outros direitos, além de abordar a influência dos aspectos emocionais no autocuidado.

Boa leitura!





Câncer de Mama: quem procura acha?

Influência dos aspectos emocionais no autocuidado

Dra. Ana Carolina Peuker

Psicóloga. CEO da Bee Touch. Coordenadora técnica da Plataforma de Atendimento Psicológico on-line CAASPsico.

As percepções e crenças que a mulher tem sobre o câncer de mama, seja ela doente ou saudável, estão relacionadas com suas condutas para a manutenção ou restabelecimento de sua saúde.

Uma percepção inadequada sobre a doença pode ocasionar alterações psicológicas, como ansiedade, depressão e estresse. Um exemplo: após o diagnóstico de câncer de mama, mulheres que se submeteram ao tratamento de radioterapia e quimioterapia, e tinham percepções mais negativas sobre as consequências da doença, experimentaram maiores níveis de angústia e mais sintomas físicos e psicológicos.

Evidências revelam que a construção social negativa do câncer de mama eleva as chances da não realização da mamografia. Compõem a imagem desfavorável possíveis implicações na autoimagem, intenso sofrimento e a percepção de que a doença não tem cura, entre outros. Geralmente, quem passou pela experiência pessoal do diagnóstico possui uma percepção mais realística e positiva relacionada ao câncer de mama.

A atribuição de causa à doença também interfere no estado emocional. Quanto mais controlável é percebida a causa do câncer de mama, maior a autonomia das pacientes no autocuidado e na adesão a tratamentos. É comum que as pessoas atribuam a causa da doença ao estresse ou aspectos do passado não modificáveis, como “uma mágoa” ou “uma traição”. Isso gera uma sobrecarga emocional negativa adicional, uma vez que amplia o sentimento de impotência e autonomia frente à prevenção e ao tratamento.

Ao atribuir a causa da doença a aspectos emocionais, as mulheres a julgam como um fator externo sobre o qual não possuem controle, o que pode comprometer suas condutas de autocuidado. Por isso, é importante esclarecer que a causa do câncer também associa-se a fatores ambientais, como tabagismo, sedentarismo, obesidade, passíveis de controle e modificáveis.

Deve-se popularizar a necessidade do rastreio precoce por meio do autoexame e mamografia; e das medidas preventivas em saúde, como adoção de um estilo de vida saudável, prática de atividades físicas e manutenção de uma alimentação equilibrada, livre do consumo de tabaco e de outras drogas, por exemplo. Muitas mulheres mantêm a crença de que “quem procura acha”, e deixam de se submeter ao rastreio adequado de possíveis alterações nas mamas e no organismo, incluindo o câncer de colo de útero. Essa percepção distorcida deve ser combatida por meio de campanhas psicoeducativas. As mulheres devem lembrar sempre que “quem procura, acha a CURA”.

