



OUTUBRO ROSA

“A pior coisa que pode acontecer a um doente é sentir-se sozinho”

FOTO: FILIPE S. SIMÕES

O Grupo de Voluntariado Comunitário da Liga Portuguesa Contra o Cancro de Ourém quer reforçar a proximidade aos doentes oncológicos e às famílias. Para tal, precisa de mais voluntários e de um espaço próprio para receber quem procura apoio. A caminhada Outubro Rosa, que reuniu cerca de 200 participantes, voltou a mostrar que a luta contra o cancro também se faz de partilha, acompanhamento e presença

CARLA PAIXÃO
carlapaixao@noticiasdeourem.pt

A caminhada realizou-se no domingo, 11 de outubro, pelo quarto ano consecutivo, e juntou cerca de duas centenas de pessoas em torno de uma causa que ultrapassa a prevenção do cancro da mama. Para Jorge Martins, coordenador do Grupo de Voluntariado Comunitário da Liga Portuguesa Contra o Cancro (LPCC) de Ourém, o mais importante não é o ritmo nem a distância percorrida, mas a capacidade de mobilizar a comunidade e lembrar que ninguém deve enfrentar a doença sozinho.

“É uma caminhada essencialmente simbólica. Não é uma caminhada de competição, não é para ver quem chega mais

depressa”, explica. O percurso, de cerca de três a quatro quilómetros, é pensado para ser acessível, incluindo para pessoas que estão a fazer tratamentos oncológicos e que, apesar das dificuldades, fazem questão de participar.

Integrada no Outubro Rosa, uma iniciativa internacional de sensibilização para o cancro da mama, a caminhada procura chamar a atenção para a prevenção, o acompanhamento médico e a importância do rastreio. “Quanto mais cedo a doença for detetada, maiores são as possibilidades de sucesso do tratamento. É fundamental que as pessoas estejam atentas, façam os rastreios e, perante qualquer alteração, procurem aconselhamento médico. Adiar não ajuda”, alerta Jorge Martins.

A iniciativa contou ainda com o contributo de pessoas que adquiriram artigos da Liga, mas não puderam participar na caminhada. Os kits, com t-shirts, sweats e outros produtos, estiveram disponíveis em estabelecimentos comerciais aderentes do concelho. Jorge Martins ressalva, contudo, que a participação na caminhada ou noutras ações da Liga não implica qualquer compra. “As pessoas podem vir como entenderem. Interessa é que estejam presentes”, esclarece.

Mais do que uma ação de sensibilização, a caminhada é também um espaço de encontro entre pessoas com experiências diferentes da doença. Há quem esteja em tratamento, quem já tenha ultrapassado o cancro, cuidadores, e quem participe

em memória de familiares ou amigos que não venceram a doença. Nesse cruzamento de histórias há abraços, palavras de esperança e uma causa comum.

“Cada um de nós é uma história”, nota Jorge Martins. E é precisamente essa dimensão humana que, na sua perspetiva, dá sentido ao trabalho de voluntariado. “Cada pessoa é importante. Quando deixamos de ter essa perspetiva e passamos a ver as pessoas apenas como números, a coisa complica-se. Na saúde, isto é uma realidade muito concreta.”

UMA RETAGUARDA PARA DOENTES E CUIDADORES

O Grupo de Voluntariado Comunitário de Ourém é constituído por 11 elementos, com formação e certificação da Liga. A sua

função passa por sensibilizar a população, divulgar os recursos existentes e encaminhar quem precisa de apoio. O acompanhamento clínico e hospitalar é assegurado pelas estruturas competentes e pelos voluntários hospitalares, enquanto o grupo local procura funcionar como uma retaguarda de proximidade.

A Liga disponibiliza apoio psicológico e jurídico, ajuda na aquisição de próteses capilares e mamárias e pode compartilhar medicamentos em situações de comprovada carência económica. Os serviços são gratuitos, mas nem todos os potenciais beneficiários conhecem as respostas a que podem recorrer.

“Ainda existe muita falta de informação. Há doentes oncológicos que desconhecem os seus direitos, os benefícios fiscais



GRUPO DE VOLUNTARIADO COMUNITÁRIO DA LPCC DE OURÉM | FOTO: FILIPE S. SIMÕES

a que podem ter acesso ou os apoios jurídicos disponíveis”, reconhece Jorge Martins. Por vezes, acrescenta, há pessoas que passam longos períodos em tratamento sem saber que existem mecanismos de apoio.

O trabalho destes voluntários não se dirige apenas a quem recebe o diagnóstico. A Liga procura também acompanhar os cuidadores, frequentemente confrontados com uma realidade para a qual não estavam preparados. O desgaste emocional, a incerteza e a dificuldade em compreender as reações de quem está doente podem tornar o percurso particularmente exigente para toda a família.

“Há momentos em que o cuidador já não sabe o que fazer nem como ajudar”, observa Jorge Martins. Também o doente pode reagir de forma inesperada, condicionado pelo medo, pela incerteza e pelo impacto físico e emocional dos tratamentos. Por isso, considera essencial que exista espaço para ambos lidarem com a situação e encontrem apoio.

O sucesso do tratamento, nota o coordenador do grupo de Ourém,

“vai além da quimioterapia ou da radioterapia”, inclui o acompanhamento emocional, essencial para que o doente enfrente a doença com maior tranquilidade e confiança. “Mesmo quando a doença evolui desfavoravelmente, a presença de alguém que escuta e acompanha pode fazer a diferença para o doente e para a família”, afirma.

Jorge Martins recorda o caso de um homem em tratamento cuja situação chegou ao grupo através do núcleo de Coimbra. Os contactos regulares permitiram acompanhar a evolução do seu estado e transmitir-lhe disponibilidade nos momentos mais difíceis. Há doentes que conseguem vencer a doença e outros cujo estado de saúde acaba por se agravar. Em ambos os casos, conta, “o acompanhamento prestado pela Liga é reconhecido pelas famílias, agradecem a proximidade e o apoio ao longo do processo. Mesmo quando o desfecho não é o mais feliz. Isso é sempre comovente.”

“A pior coisa que pode acontecer a um doente é sentir-se sozinho”, afirma Jorge Martins. A ideia de que um diagnóstico

de cancro equivale a uma sentença continua a pesar sobre muitas famílias. Por isso, para o coordenador, é fundamental que saibam que existem respostas e que não têm de enfrentar o processo sem ajuda.

FALTA UM ESPAÇO PARA RECEBER A POPULAÇÃO

A falta de um espaço próprio condiciona o trabalho do grupo de voluntariado de Ourém, que procura uma sala ou um pequeno espaço comercial onde possa receber doentes e familiares, prestar esclarecimentos e assegurar um atendimento regular.

O grupo já contactou o município, mas, segundo Jorge Martins, não tem sido possível encontrar um espaço municipal disponível para cedência. Os voluntários continuam à procura de uma solução e veem nas obras do Centro de Saúde uma possível oportunidade.

“Gostávamos de ter um espaço próprio, mesmo que fosse uma lojinha pequena, onde pudessemos estar e apoiar as pessoas”, explica. Uma sede permitiria dar maior visibilidade à Liga no concelho e facilitar o

contacto com quem precisa de orientação, mas também criar condições para que voluntários com disponibilidade, pudessem dedicar algumas horas semanais ao trabalho comunitário.

Formalmente constituído há cerca de quatro anos, na sequência de uma reorganização das estruturas de saúde, o grupo de Ourém passou a integrar a área de influência do Núcleo Regional do Centro, sediado em Coimbra. Apesar da distância, Jorge Martins destaca a proximidade e a articulação com a estrutura regional, que abrange 79 concelhos e desenvolve, entre outras respostas, programas de rastreio, ações de sensibilização ou sessões de esclarecimento.

O núcleo local não substitui o acompanhamento hospitalar. Procura, antes, garantir que as pessoas encontram o caminho para os serviços adequados e que não ficam sem orientação quando surgem dúvidas ou dificuldades. “Quando alguém procura ajuda, os voluntários tentam perceber que contactos já foram feitos e que resposta poderá ser mobilizada”, explica o coordenador.

MAIS VOLUNTÁRIOS PARA CHEGAR A MAIS PESSOAS

A falta de recursos humanos é outro dos desafios. Os 11 elementos conciliam o voluntariado com as suas ocupações profissionais e pessoais, o que nem sempre permite assegurar a presença em todas as iniciativas ou organizar novas ações com a dimensão desejada. O grupo já conta com voluntários em Fátima e Caxarias e pretende alargar a sua presença a outras freguesias.

“Precisamos de mais voluntários, sobretudo para conseguirmos chegar mais perto das pessoas”, diz Jorge Martins. Mais elementos permitiriam reforçar a divulgação, assegurar escalas em eventos e desenvolver outras atividades de sensibilização.

Quem quiser integrar o grupo pode manifestar interesse diretamente junto dos voluntários. O processo inclui o preenchimento de uma ficha de inscrição, enviada ao Núcleo Regional do Centro, e uma entrevista com uma psicóloga da Liga, destinada a conhecer a motivação e o perfil do candidato.

INICIATIVAS LOCAIS E PEDITÓRIO NACIONAL

O trabalho de sensibilização prossegue nos próximos meses, com novas iniciativas em Fátima, entre as quais uma sessão de esclarecimento sobre cancro, marcada para 20 de novembro, e um workshop sobre alimentação saudável. O grupo participa também no Peditório Nacional da Liga Portuguesa Contra o Cancro, uma das principais fontes de financiamento da organização, que permite apoiar rastreios, investigação científica e formação especializada, incluindo na área da fisioterapia oncológica.

Mas, para Jorge Martins, o sentido do voluntariado vai além da organização de iniciativas. Está também e, sobretudo, na capacidade de chegar a quem precisa de apoio, “por vezes, de forma discreta, silenciosa, sem propaganda”. “O objetivo não é apenas organizar eventos. É estarmos preparados para chegar às pessoas com a disponibilidade e a atenção que merecem”, diz, reforçando que “a luta contra o cancro também se faz fora dos hospitais, na proximidade, na escuta e no acompanhamento de quem enfrenta a doença, para que ninguém tenha de fazer esse caminho sozinho”.