APÊNDICES

APÊNDICE A: Revisão da Literatura

Problematização: PRSI do Cancro da Mama – A sua compreensão

Apesar de ninguém saber com exatidão qual o motivo que leva ao desenvolvimento do Cancro da Mama, é sabido que a sua etiologia é multifatorial. (Hoffmann et al., 2006; Ogden, 2004), Sendo a idade o principal fator de risco, este tipo de cancro pode ainda aumentar devido a outros fatores: uma longa exposição ao estrogénio; através da menarca precoce; de um início tardio da menopausa; de um peso excessivo após a menopausa; de um primeiro parto após ao 30 anos e/ou ausência de filhos; histórias familiar e/ou história prévia pessoal de Cancro da Mama; recurso a terapia de radiação nos seios antes dos 30 anos; recurso a uma terapia hormonal se substituição ou prolongada; toma da pílula enquanto método contracetivo; o estilo de vida; e fatores ambientais. (Ogden, 2004).

A juntar à mutilação e/ou extração do seio lesado, a mulher pode ainda se deparar com inúmeros efeitos adversos ao tratamento. A alopecia, as feridas na boca, o aumento de peso, etc. são alguns dos efeitos secundários que podem recair sobre a mulher e que afeta a sua a sua imagem corporal. Por outro lado, o diagnóstico de Cancro da Mama e respetivo tratamento constituem uma situação stressante, não só pelo ponto de vista físico, mas sobretudo do ponto de vista psicológico. (Sebastián, Manos, Bueno, & Mateos, 2007)

Assim, não é somente uma ameaça à vida, pode acarretar igualmente uma série de mudanças nas mais variadas áreas de vivência da mulher, provocando-lhe fragilidades. Contudo a mulher também altera os seus papéis, interferindo na formação da sua identidade, nas expectativas em relação ao futuro, na sua aparência e no seu funcionamento corporal (Ogden, 2004).

II.1.1. A doença feminina mais mortífera – conforme estatísticas à escala mundial

O Cancro da Mama é das patologias mais terríveis do mundo moderno (Pereira & Lopes, 2002).

II.1.3.1. A auto estima, a imagem corporal e a relação social

Segundo Vaz Serra (1998, *cit. in* Menezes, 2008), a auto-estima e a imagem corporal são duas facetas de um constructo mais abrangente, o autoconceito. Para este autor, o auto conceito consiste na perceção que um indivíduo tem de si em relação às mais variadas facetas, quer sejam elas de natureza social, emocional física ou académica. Podemos falar, então em vários tipos de autoconceito; emocional, social e físico (sendo este último alusivo à aparência e às aptidões físicas).

A auto estima pode ser interpretada como um valor atribuído ao *self* (Bertero, 2002). Segundo Vaz Serra (1998ª), citado por Menezes (2008), a auto estima é resultado dos processos de avaliação que o indivíduo faz em relação às próprias qualidades, desempenhos, virtudes ou valor moral. É o resultado dos julgamentos feitos sobre si, de onde advêm atribuições boas ou más, feitas a aspetos relevantes da sua identidade. Se uma pessoa tiver sucesso numa tarefa que valoriza, há um aumento na auto estima, mas se, pelo contrário, errar, há um abalo na auto estima, que é tanto maior quanto mais importante for a tarefa para a pessoa.

A imagem corporal, por sua vez deve ser encarada como um constructo que engloba o que se sente, pensa, percebe e faz em relação ao próprio corpo (Manos, Sebastián, Bueno, Mateos, & de la Torre, 2005). Segundo Fobair et al. (2006), a imagem corporal é encarada como uma imagem mental de um corpo, uma atitude sobre o *self* físico, a condição de saúde, a aparência, a integridade, a sexualidade e o funcionamento normal.

Os autores Silva e Mamede (1998, *cit. in* Amâncio, Santana, & Costa, 2007) ressaltam que a imagem corporal e auto estima estão intimamente inter-relacionadas e são influenciadas pelas condições psicoespirituais, socioeconómicas e emocionais da família, pelo ambiente social e pela filosofia de vida. Quando vividas satisfatoriamente, essas condições podem refletir-se significativamente na vida do ser humano, seja pela aparente segurança interior, seja pela confiança nas relações interpessoais ou pela esperança e disposição necessária à manutenção da vida e do impulso criativo.

A auto estima é uma variável relevante na resposta psicossocial ao cancro, pelo facto de haver evidências de que o significado corporal se altera após uma experiência de Cancro da

Mama (Baxter et al., 2006). De entre os vários tipos de cancro, o cancro da mama é aquele que provoca um maior efeito na imagem corporal feminina (Manos et al., 2005).

De facto, este tipo de cancro poderá acarretar efeitos bastantes traumáticos. Para além de se tratar de uma doença com um prognóstico incerto, os tratamentos são geralmente bastantes agressivos para a mulher (Ramos &Patrão, 2005), que se pode deparar com a iminência da perda de um órgão altamente investido de representações (Venâncio, 2004). A mama é vista como um dos maiores símbolos de sexualidade, fazendo com que qualquer patologia que a ameace uma perda de auto estima, sentimentos de inferioridade e de rejeição (Ramos &Patrão, 2005). Além disso trata-se de um órgão associado a várias outras esferas da vida da mulher, como a feminilidade e a maternidade (Silva et al., 2004).

As mudanças físicas relacionadas com a desfiguração da mulher e a dificuldade que esta tem de adaptar-se às próteses, para além de alterar a sua auto imagem, normalmente conduzem a repercussões nos seus relacionamentos interpessoais, sobretudo, nas suas relações íntimas e sexuais (Bertero, 2002)

Tendo em conta a relevância da aparência física para as mulheres de várias culturas, é fácil compreender o que estas sentem quando veem a sua autoestima afetada. No caso das mulheres cujo auto estima é baseada exclusivamente na imagem corporal, torna-se ainda mais complicado quando se deparam com as alterações físicas ou deformações decorrentes de doenças como o cancro. (Manos, et al., 2005)

Sabendo que para as mulheres com o cancro, o impacto psicológico de perder um seio (numa mastectomia) ou parte dele (numa tumorectomia) pode produzir um efeito arrasador nas suas vidas (Trill & Goyanes, 2003, cit. in Rebelo, Rolim, Carqueja, & Ferreira, 2007), alguns autores preocupam-se com a influência do tipo de cirurgia na imagem corporal. Avis et al. (2004) encontraram uma associação entre mastectomia e problemas com a imagem corporal. As mulheres que efetuaram este tipo de cirurgia e que não foram submetidas e reconstrução, apresentavam mais problemas ao nível da imagem corporal do que as que realizaram a reconstrução.

A Perspetiva Analítica dos 7 tipos de desqualificação de Paugam

- ***Fragilidade*: interiorizada e negociada**

Na fragilidade *interiorizada* Paugam identifica os atores socais que, ao depararem-se com a falta de expetativas profissionais, passam a considerar a sua "existência" intolerável. Assim, para o autor, as consequências que impossibilitam a reinserção social é a escassez de ofertas de emprego nas mais diversas áreas de atividade, e a condição de desempregado com idade avançada (Paugam, 2003, pp 54-55). No caso de os mesmos terem de recorrer aos serviços de ação social, Paugam constata que, ao mesmo tempo, este apelo lhes desperta sentimentos de angústia, levando à tomada de consciência de que *"não est[ão] à altura do que deveria ser"* (2003, p.58).

A experiência de não ter emprego ou os chamados "pequenos biscates", não condiz com uma escolha individual e, por isso, não é sentido como um tempo de lazer, fazendo com que se distancie e não reflita sobre a realização de projetos. Até que sejam culpabilizados em menor parte dos frágeis do primeiro tipo, não vivenciam uma experiência de desemprego que Dominique Schnapper designou como *desemprego investido*, isto é, *"a experiência de um tempo que teriam concedido a si próprios para afirmarem as suas aspirações e os seus desejos."* Ou seja, é vivido por uma população jovem, inserida pelo INSEE nas categorias de "empregados qualificados" ou de empregos não qualificados" (2003, p.66). A mesma tem o apoio necessário à sua formação, como estágio à iniciação da vida profissional e contrato de qualificação ou de adaptação, entre outros. Mas estes recursos de inserção que visam o apoio a jovens que não possuem percurso profissional sólido e em situações de "provação do desemprego", fazem com que corresponda à ambição dos que vivenciam a *fragilidade negociada*.

Os "pequenos empregos" são muitas vezes, uma solução intermédia, pois a procura de um trabalho permanente, obriga a uma maior disposição de tempo. Este tipo de oportunidades nem sempre traz os resultados pretendidos, mas faz com que se sentirem bem com eles mesmos, ou seja, recusam a lógica do fracasso social. (Paugam, 2003, p.67)

- ***Assistência* diferida, instalada ou reivindicada**

A *assistência diferida* tem um ponto em comum com a experiência de inferioridade social que é vivenciada pelos *frágeis*. A grande motivação para o emprego, é um exemplo da

"recusa de identificação com o estatuto assistido e uma vontade confessa de promoção social." É importante salientar que esta prática pertence ao primeiro estádio de assistência, quer isto dizer, que corresponde ao tempo em que segundo Paugam as pessoas assistidas se deparam com o "sentimento misto de humilhação e de fracasso social." (2003, p.76)

São de realçar determinados pontos: *" uma motivação para o emprego mais fraca, a elaboração de racionalizações para justificar a assistência e estratégias lineares de relação com o trabalhador social."* (2003, p.80)

a)"Uma fraca motivação para o emprego" - A experiência de *assistência instalada* não leva, segundo o autor, à desistência da procura de emprego, mas denota-se que existe uma menor motivação para encontrar uma nova atividade profissional. (2003, p.80)

b) "Aprendizagem das racionalizações da assistência" - Por sua vez, a mudança da *assistência diferida* à *assistência instalada* não ocorre voluntariamente. É necessário compreender os mecanismos de ação social: *"as medidas de ajuda e subsídios destinados à assistência, o funcionamento das instituições, o papel dos Assistentes Sociais…"* (Paugam, 2003, p.83). Assim, esta mudança é consequência do extenso procedimento de negociação do estatuto de assistido, o qual passa por: a) renunciar implicitamente ao estatuto de emprego; b) relativizar a opinião, à partida desfavorável, sobre os assistidos; e ainda c) adquirir as justificações para eventualmente responder àqueles que se opõem ao recurso sistemático à assistência.

"As estratégias de relação com os trabalhadores sociais"

Como afirma Paugam, no caso da *assistência instalada*, um reconhecimento gradual com o estatuto assistido, o que não quer dizer que haja uma dependência total dos serviços de ação social. A ligação desigual que se construi e estabelece entre eles os Assistentes Sociais *"não fica ao abrigo de tensões, de reticência e de incompreensões de um lado para o outro, mas os primeiros, como também os segundos, esforçam-se por contornar obstáculos que surgem entre eles."* (2003, p.86)

Quanto à *assistência reivindicada*, este tipo de experiência pertence ao último estádio da carreira do assistido (p.91) e frisa as orientações observadas na *assistência instalada*, *"Constata-se, igualmente, o nascimento de conflitos, passageiros ou duráveis, na relação com os trabalhadores sociais"* (Paugam, 2003, p.91). E esta vivência pode mesmo

compactuar com atitudes de reivindicação adotadas pelos *assistidos*, para que possam ter a inteira satisfação no que diz respeito aos pedidos de ajuda, que são muitas vezes de ordem financeira. a) Nenhuma motivação para o emprego - A razão principal para a ausência de motivação para encontrar um emprego está relacionada com a idade. Os que têm mais de quarente anos, que são assistidos há algum tempo, não têm digamos assim mais esperança num ovo emprego. Não possuem nenhuma qualificação profissional, e para estes assistidos é tarde demais para aspirar uma formação. Mas vendo por outro ponto capacitaram-se a lógica da assistência e dos serviços de ação social, onde percebem atualmente todas *"as engrenagens, habituaram-se à sua presença regular."* (2003, p.91) b) Nascimento de conflitos -A *assistência reivindicada* leva a uma conexão forte para a dependência m relação aos serviços de ação social. Não havendo resposta aos pedidos de intervenção, como no que refere ao nível financeiro, os *assistidos* ficam "agressivamente tristes e criticam abertamente, muitas vezes de maneira virulenta, os trabalhadores sociais". Os assistidos não têm hesitação ao recorrer à intervenção social e efetua-se que os trabalhadores sociais são vistos "como agentes ao seu serviço". A relação assistente-assistido passa a ter uma relação distribuidor-consumidor. (2003, p.93)

- *Marginalidade* conjurada ou organizada e resistência ao estigma

Paugam categoriza os *marginais* como aqueles que não se sustentam com rendimentos que tenham origem num emprego regular ou, até, em subsídios de assistência. São os que, embora não recebendo indeminizações por desemprego, nem assim são objeto de intervenção social regular do tipo assistencial. Estas pessoas vivem de recursos subsidiários, ajudas financeiras de valor pouco significativo, ou de apoios alimentares (Paugam, 2003, p.97).

Os marginais ou [*infra assistidos*] - retomando aqui Paugam a expressão de Verdès-Lereoux (2003,p.97) - sentem-se desmoralizados pelos falhanços da sua existência. Estigmatizados devido ao meio e confrontados com esta *"diferença vergonhosa"* do que fala o autor Erving Goffman, *"estes indivíduos à margem"* têm de encarar diariamente a *"prova de reprovação social."* Para que se possa entender o processo de marginalização é importante não esquecer certos objetivos que têm origem nos fatores históricos e económicos que lhe dá sentido. Paugam refere a importância de realçar como os desacreditados subsistem ao estigma ou, dito de outra maneira, como *conjuram a exclusão* de que são alvo, não querendo dizer que se trate de uma *"reivindicação para viverem de outra maneira"* (2003, p.98).

O capital cultural é composto por três elementos que, combinados, constituem as estruturas mentais do individuo: a) os dados biológicos; b) as condições e aprendizagem social; e c) os fatores determinantes, que são imprescindíveis para a construção da identidade (2003, p. 99). Segundo a investigação feita por Paugam as dificuldades encontradas pelos *marginais* no seu quotidiano são muitas vezes consequência *"direta ou indireta de um passado familiar atormentado, de deficiências transmitidas de geração em geração e de uma identidade frágil"* (2003, p.100); ou seja: para um baixo capital cultural, a falta de algum dos 3 elementos que compõem o capital cultural, origina um comportamento negativo.

Em relação ao que acontece com os *marginais*, é importante ter em conta que nem todos encontram o equilíbrio, pelo que a sua organização possibilita a experiência da "*reprovação social*" (2008, p.106). Assim, Paugam define 4 parâmetros para classificar os problemas com os quais estes se deparam durante a sua vivência, são compostos da seguinte forma: a crise de identidade, as condições de reinserção, a apropriação do espaço de habitação e por fim o trabalho, intercâmbio e sociabilidade (2008, pp.109-115).

APÊNDICE B: Grelha Analítica-Emergente: Avaliação de vivência de casos de sucesso do Cancro da Mama

Ver Grelha Analítica - Emergente

X

APÊNDICE C - Seleção dos casos: procedimentos e diligências até à sua seleção

A investigadora, ainda no 1.º Ciclo, teve a oportunidade de estagiar no Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia/ Espinho (CHVNG/E), e de conhecer o trabalho da única voluntária do "Movimento Vencer e Viver" no serviço de cirurgia mulheres, que pertence ao IPO. Este consiste num movimento de entre-ajuda, que pertence à Liga Portuguesa Contra o Cancro, e que tem como missão o apoio a mulheres com Cancro da Mama, familiares e amigos. Como elementos constituintes e principais são as mulheres que já passaram pela experiência de Cancro da Mama, e que através do voluntariado, apoiam mulheres em situação semelhante com o seu testemunho e prestam apoio emocional. Para além deste importante papel contribuem de uma forma ativa, na escolha de materiais ortopédico (por ex: próteses mamárias e capilares, suportes para fatos de banho, entre outros) que podem ser adquiridos gratuitamente no movimento.

Esta experiência de estágio motivou a investigadora para a presente pesquisa, pelo que procurou aprofundar os contatos de já dispunha nessa instituição. Deste modo solicitou uma primeira conversa com a referida Voluntária, pela qual explicou o objetivo da pesquisa: analisar casos de sucesso. Para o acesso a estes casos teria de contactar alguém responsável pelo movimento que autorizasse o mesmo. Assim, no dia 22 de Novembro de 2012, através da Voluntária Dª Fátima, foi marcado um encontro perto do IPO com umas das responsáveis do movimento. Aí, depois de apresentar em que consistia a Dissertação de Mestrado, a resposta recebida da mesma responsável, foi a de que já tinha encaminhado vários casos para Dissertações de Mestrado e de Doutoramento, pelo que já era possível autorizar mais uma pesquisa.

Esta recusa condicionou ao processo da seleção dos casos conforme se explica no ponto III.3.

APÊNDICE D1: Transcrição-Tradução da entrevista de Ilda

Entrevistadora: Bom dia Ilda, gostava que me contasse como tudo aconteceu.

Ilda: tudo começou no domingo à noite quando eu me ia deitar e ao vestir a camisa de noite, sem querer, a minha mão passou pelo seio e senti qualquer coisa dura ali, qualquer coisa que não era habitual eu sentir, e ao fazer uma apalpação mais precisa reparei que tinha um nódulo que sentia, e que se apalpava perfeitamente não era profundo era superficial e fiquei assustada, falei com o marido. No dia seguinte fui imediatamente ao médico, não propriamente da especialidade, um médico amigo, conhecido e que de imediato me encaminhou para um cirurgião da especialidade e que era por sinal, também uma pessoa amiga e tudo se conjugou no bom sentido de eu ser vista e diagnosticada rapidamente a até sem grandes exames de diagnóstico, porque já foi há bastante tempo e nessa altura os exames não tão precisos como são feitos agora, já foi há 33 anos e as coisas evoluíram imenso. Depois de ser observada por esse médico e que se tinha deslocado ao estrangeiro que era uma pessoa que fazia imensos estágios nos EUA, mas quis ser ele (…) disse-me que tinha que ser operada e no momento da operação se via o que era porque teria de ser extraído o nódulo dado as suas dimensões grandes já por apalpação (…) Era para tirar, porque mesmo ficando ali na ocasião podia não ser nada e depois vir a ser, isto foi num domingo que eu dei com o nódulo na segunda-feira fui observada por um médico na quinta-feira fui observada por outro e na segunda-feira da semana seguinte fui, fui …operada. Assinei um termo de responsabilidade, no caso de a mama ter de ser retirada na ocasião que poderiam fazê-lo, e assim aconteceu.

Fui operada acordei sem mama e a pessoa mais infeliz do mundo, o mundo para mim tinha desabado, não estava minimamente preparada, foi tudo muito rápido, foi uma situação que passa pela cabeça, pensa-se sempre que não vai acontecer e …. na ocasião posso dizer exatamente o que eu senti, senti que o meu casamento que tinha sete anos, tinha chegado ao fim, que o meu marido que não se iria mais interessar por mim, mas e sendo uma pessoa… que me considerava um pouco culta esses pensamentos que surgiram exatamente assim, agora visto à distância, não sei como é que isso aconteceu, senti que o mundo para mim tinha

acabado ali, não estava preparada para nenhuma situação nem de perto nem de longe semelhante como quem diz foi extremamente forte e doloroso. O meu pai sendo médico reagiu muito mal, o meu sogro era um chorão compulsivo e choravam todos à minha beira os meus filhos vinham visitar, tinham-lhes dito que eu tinha sido operada a um braço e saltitavam de contente ao meu redor como se nada fosse, e eu olhava para eles como duas crianças órfãos em pouco tempo, porque o mundo para mim tinha acabado e eu falava com as pessoas mas já me sentia noutra quase noutra dimensão. Uns choravam outros eram mais fortes, os que se faziam de mais fortes talvez eram os mais fracos mesmo, dada a idade do meus pai que quando eu nasci já tinha 44 anos nessa altura já tinha 70 e muitos anos, o meu sogro também e talvez por gostarem muito de mim não conseguiam resistir, e se o meu pai chorava, imagine como é que eu me sentia ao vê-lo a chorar. A minha mãe era uma pessoa mais resistente e a minha sogra também, o meu marido fazia o que podia e… . As coisas para mim, mas também tive a sorte de luto não ser muito longo, durou cerca de 4 dias, foi um luto profundo, até que um dia disseram-me que uma senhora me queria visitar, que era voluntária, que tinha passado pela mesma experiência que eu e que queria falar comigo e eu disse que sim, como quem diz que aquele sim podia ter sido não, e que se fosse não teria sido muito mau, porque ia ser muito mais doloroso para mim. Sei que mal a senhora entrou senti nos olhos dela uma luz especial, que me cativou e desde o início da conversa até ao fim eu bebi cada uma das palavras dela, foi uma esperança de vida, foi uma pessoa que entrou e me disse eu passei pelo mesmo, e eu quase tive que ver para acreditar, porque nessa altura estamos tão debilitadas que temos medo de ser enganos por qualquer história e que nos digam e que nos contem e que depois nos possamos dizer que isto é muito bonito para quem fala, mas só quem passa por elas é que sabe. Só que a senhora tinha passado mesmo, tinha um brilho especial nos olhos, tinha um carisma especial e uma predisposição para ajudar os outros e para os fazer viver de novo que era o que eu estava a precisar e conseguiu-me fazer ver e crer que não é se um casamento já funcionava bem antes, não era por isso que ia funcionar mal, e que se funcionava mal não era por isto que ia funcionar bem, mas que o que interessa que a pessoa sinta que pode continuar a sua vida normal, não é uma doença que o braço vá ficar incapacitado, porque eu sentia o braço preso e propriamente estava com o braço sempre junto ao corpo, e com reabilitação ia ser ultrapassado fez-me ver que eu ia poder fazer as minhas tarefas domésticas na mesma. Eu nem era pessoa de fazer grandes coisas, mas nessa altura

uma pessoa pensa em tudo como quem diz, pensa que nem sequer vai poder pegar em nada… e disse-me que a única coisa que eu não deveria deixar acontecer era sentir-me cansada, parar e depois recomeçar, mas principalmente estimulou-me com a sua presença, já tinha sido operada à 15 anos essa senhora e não era um caso de vida ou morte e que os tratamentos existem e que poderia de precisar ou não de os fazer.

Entrevistadora: foi o caso, precisou de fazer tratamentos?

Ilda: Fiquei internada mais uns dias porque os exames ainda não tinha chegado, depois meteu-se o dia da mãe deixaram-me vir a casa, para estar com os meus filhos, foi péssimo o regresso, preferia não ter ido, porque regressar sem saber o diagnóstico foi bastante agressivo. Entretanto deram-me alta sem saber o diagnóstico, andava a passear com o meu marido na baixa ainda não havia telemóveis, fomos almoçar a casa da minha mãe e quando cheguei o diagnóstico já tinha chegado e dizia que eu não precisava de fazer mais nada, a partir daí foi como se a doença não tivesse acontecido para mim, senti-me uma pessoa com mama ou sem mama bem e estável, por isso num curto espaço de tempo passei por imensas fases. Passei pela fase de que a vida já não interessa, como quem diz mesmo que sobreviva vou viver sozinha, não quero ninguém comigo, vou-me isolar sou a pessoa mais infeliz do mundo, não quero que ninguém fale comigo porque o meu mundo acabou, depois comecei a ver as coisas um bocadinho a preto e branco, depois comecei a vê-las a cinzento, passado ainda não tinha acontecido um mês já estava a ver um mundo maravilhoso, como se nada tivesse acontecido, a experiência com o meu marido foi fantástica. Quando saí do hospital em casa dos meus pais estava tudo a chorar e o meu marido entrou e disse *"não quero ninguém a chorar aqui, a mulher é minha e quem manda sou eu, sequem-me essas lágrimas ou então saiam de casa, mas aqui ninguém mais chora, porque ela não tem tratamentos para fazer, não tem nada para fazer, com mama ou sem mama é a mesma pessoa que saiu para ser operada à 15 dias atrás".*

Foi um marido excecional porque isso nunca teve qualquer implicação a nível afetivo ou sexual, nem a nível familiar, foi como não acontecesse nada, tive 20 anos sem mama, passado 20 anos, o meu cirurgião entretanto falava-me se queria reconstruir a mama com silicone mas foi realmente uma coisa que nunca me interessou, porque foi uma altura em que as atrizes de cinema faziam muito rejeição ao silicone e aos implantes e eu disse que assim nem pensar, silicone não. Depois surgiram a reconstruções com o músculos da barriga ou

doutra parte qualquer do corpo e eu realmente tinha um bocadinho de barriga que até me incomodava, fiz uma cirurgia plástica passado 20 anos exatamente em 2003 que… apesar da mama não me fazer falta nenhuma até aí me deu jeito, achei que era interessante voltar a ter.

Entrevistadora: mas teve 20 anos sem mama porque não queria o silicone?

Ilda: sim porque não queria o silicone, tinha sim uma prótese de silicone de por e tirar, entrava no meu soutien, no meu fato de banho, entrava no meu bikini, uso mais bikini do que fato de banho porque se ajusta melhor, porque fica mais localizado e certinho, por isso usei a prótese provisória durante 20 anos. Reconstruíram-me o seio, que também tive sorte por não os tecidos danificados, por a radioterapia e nessas circunstâncias os médicos não fazem milagres, as reconstruções são um bocadinho mais complicadas não ficam tão perfeitas. A minha ficou perfeita, na mediada em que a pele não tinha sido danificada e a reconstrução ficou muito bem feita e uma coisa que eu achava que não me fazia falta nenhuma…

Entrevistadora: qual foi a sensação?

Ilda: boa, a nível estético, a nível emocional não vou dizer que teve uma importância, porque a minha cabeça estava bem resolvida sem prótese, a nível estético gostei do que vi e continuo a gostar. Esqueci-me de dizer que passado 6 anos de ter sido operada e de me sentir bem, comecei o voluntariado e a dar assistência às senhoras que tinha passado pela mesma situação e… creio que o meu olhar, ou seja, o olhar de luz da voluntária que me veio visitar, que ficou sempre nos meus olhos estampados, porque eu acho que esse primeiro impacto de quando se visita uma senhora que passou pela mesma experiência não devemos entrar com um olhar cansado do nosso trabalho e do dia-a-dia temos que fazer uma reflexão. Se tivermos atrasados é preferível esperar 5 minutos à porta, fazer um momento de reflexão, interiorizar toda a força que recebemos quando formos visitar e conseguir transmiti-la, porque o primeiro impacto é sempre decisivo, eu achei isso, porque se me tinha entrado por o quarto uma senhora atarefada do seu emprego com um poder grande de conversação, mas sem aquele impacto visual, eu tenho impressão que a senhora ia falar, falar, falar, falar, e eu não tinha ouvido nada, mas a força do olhar, a luminosidade, o que uma pessoa sente, não é o que uma pessoa vai dizer é o que uma pessoa sente antes de falar, eu acho que é isso que uma pessoa vai transmitir, principalmente que nos ouvir e principalmente que nos vai está a observar.

Entrevistadora: É como se fosse uma lofada de ar fresco?

Ilda: sim, e principalmente uma luz de esperança é um recomeço, a perspetiva de esperança é igual para todas, o que ajuda os médicos, se a doente tem esperança é meio caminho andado, ou contrário daquelas que estão em baixo, porque a parte psicológica não recuperou nunca.

Entrevistadora: porque decidiu fazer voluntariado?

Ilda: decidi, porque achei a partida que nem tinha grande jeito e até falhar nestas circunstâncias é mau, mas fui influenciada pela minha coordenadora Maria Augusta Amado que foi a pessoa que fundou o voluntariado em Portugal, após ter estado em França e em que teve contacto com a Senhora que fundou o voluntariado em todo Mundo. Por isso eu tive a sorte de ser visitada pela coordenadora do voluntariado, nessa altura os livros que ela disponha eram em francês ainda não tinham sido traduzidos, mas eu por acaso sabia línguas e foi fácil para mim a sua compreensão. Ainda tenho esse livro para mim é uma relíquia, e ainda tenho uma prótese de algodão antialérgico que ela entregou feita por ela própria, que era para quando saíssemos do hospital senti-me um enchimento em vez de não sentir nada. Pelo menos a nível visual ajudou muito porque se podia vestir uma blusa, um vestido e até nos ver ao espelho e não ver logo a diferença e que estava perfeitamente estético. O convite surgiu apos a criação do movimento em Portugal ela convidou-me para fazer parte, e eu ia dar o meu testemunho no horário pós-laboral e levava o meu livro e a prótese para entregar. Aqui, no hospital de espinho, tive a oportunidade de contactar com uma Assistente Social fantástica que já preparava as mulheres para a conversa que ia ter com elas e assim era muito mais fácil a aceitação da minha intervenção e até evitar a surpresa da negação perante a minha presença, alias aqui elas estavam ansiosamente à minha espera. Assim apesar de não estar cientificamente provado a parte psicológica ajuda muito na recuperação.

Entrevistadora: hoje em dia olha para o passado, depois de tudo que aconteceu de que forma?

Ilda: de uma forma tranquila, duma forma que... Tive sorte pelo fator sorte por ter detetado precocemente, porque eu não fazia prevenção nenhuma, nem passado x dias após o período e tive a sorte de o detetar ao vestir a camisa de noite. Senti-me bafejada pela sorte, pelos médicos que me acompanharam, pelos timming's que são muito importantes às vezes uma semana ou um mês fazem a diferença. Eu tive o meu cancro, o meu nódulo sendo agressivo não se tinha espalhado, estava localizado, foi só retirá-lo, e por uma questão de precaução

tirei a mama, porque nos tempos de hoje não a teria retirado toda. Apesar disso fiquei mais tranquila sem mama porque assim tinha-se cortado o mal pela raiz.

Entrevistadora: quem foram os seus grandes apoios?

Ilda: Foi sem dúvida nenhuma o meu marido, e foi a voluntariada que me visitou, o meu marido pelo seu apoio incondicional que na parte afetiva me fez ver que não fazia diferença nenhuma, fazia questão até de mexer na ausência de mama como se ela estivesse lá, em qualquer trauma, ou em qualquer impressão de ter ou não ter, apesar de não ter fica com as sensação. No meu caso pessoal sentia apesar de não ser uma parte erótica era sensitiva, e por isso depois quando fizeram a reconstrução brincámos com o novo inclino (risos) também foi interessante. A nível de roupa usava sempre sem decotes, e fiz questão de mudar o meu vestuário, para mostrar e até para as pessoas ver que os médicos até tinha trabalhado bem, e eu também me sentia melhor com um decote do que sem decote aí senti bastante a diferença. Guardei algumas peças, não quer dizer que não as use mas gosto mais com decote porque até me sinto mais sexy, porque feminina já me sentia de qualquer maneira.

Entrevistadora: Hoje em dia o que mudou enquanto pessoa depois desta situação?

Ilda: como pessoa fez-me ter outros valores de vida, foi a última de quatro filhos, como disse quando nasci o meu pai já tinha 44 anos, a minha mãe para a época já tinha uma certa idade já tinha 34 e já tinha sido mãe pela primeira vez aos 18 anos. Eu era extremamente mimada por ser a mais nova de quarto, o meu irmão mais velho, ele já tinha 12 anos e foram criados com uma educação rigorosa e quando eu nasci o meu pai já não muita paciência para dar educação rigorosa e estragou-me um bocado com mimo, com muito mimo mesmo e eu não tinhas culpa, mas tinha os valores assim um bocado, era tudo eu, eu…como quem diz porque tudo tinha de gravitar á minha volta e não é que não deixasse de gravitar depois, porque tive a sorte de ter um marido espetacular, uns sogros fantásticos e ainda tenho mãe que tem 99 anos que é uma pessoa lúcida, que sempre foi uma pessoa virada para ajudar os outos, foi uma mãe fantástica, um pai ótimo mas emocionalmente instável, porque eu era a menina dos olhos dele e isto nunca devia ter acontecido, até se fosse a outro filho qualquer não tinha importância nenhuma, porque o meu pai era assim, a minha mãe se batesse na minha irmã ele chegava e ia-se embora, se fosse comigo as coisas mudavam de figura, por isso tive uma educação péssima e isso fez-me ver outos valores de vida, fez-me assentar os pés na terra, porque esta

vida é uma passagem, viver cada dia é único e viver intensamente, não quero eu dizer que isto aconteça, mas é o que deveria acontecer. Eu habituei a passar pelas pessoa, a sorrir e se elas precisarem de falar, posso ir com muita pressa mas paro, porque eu adquiri outros valores na vida, depois desta situação de cancro. Mas nesta vida posso dizer que sou uma privilegiada, porque parece que há pessoas que nasceram para sofrer, com a sua tristeza ainda agravam mais o se sofrimentos. E eu desde miúda sempre me habituei a ter as coisas à minha maneira, não vou dizer que me sinto infeliz por isto, porque sou muito feliz, mas quando isto me aconteceu senti-me das pessoas mais infelizes na vida, porque a mim que nunca me aconteceu nada. Tenho dois filhos espetaculares, nunca me deram problemas em todos os aspetos, também por ter os pais muito presentes e atentos. E assim agora são bons chefes de família e receberam o exemplo de serem pais presentes é assim a minha história…

Entrevistadora: Obrigada D. Ilda por me ter contado a sua história.

APÊNDICE D2- Transcrição-Tradução da entrevista de Isabel

Entrevistadora: Bom dia D. Isabel gostava que me contasse como tudo aconteceu.

Isabel: Foi um choque muito grande, eu estava na cama, já para dormir e quando me virei de lado de repente o braço tocou no peito esquerdo e notei um papinho. Como eu trabalho no hospital, tive facilidade de no outro dia ir ter com um cirurgião e ele viu-me, mandou-me logo fazer exames e a partir daí fiquei sempre à espera do resultado. Entretanto o resultado chegou, e ele disse que eu tinha que ser operada com urgência e fui operada, mas sempre assim a pensar que se ficasse com o peito ou não ficasse, o que fosse melhor para mim é que ia ser bom não é… entretanto quando fui para a sala de operações eles diziam que não sabiam se iam tirar o peito ou não, mas eu pronto mentalizei-me que o que fosse melhor tirar o peito que tirassem. Eu tinha a minha… eu tinha o meu… o meu interesse era ficar cá, porque eu tinha o meu filho que na altura tinha 4 aninhos e pronto eu pensava muito nele, pronto queria ficar cá.

Agarrei-me também muito a deus e como sou católica, pedi à nossa senhora que o que fosse melhor para mim acontecesse na sala de operações e ilumina-se os médicos para que eles fizessem o melhor. Entretanto quando saí da sala de operações, eu perguntei se me tinham tirado o seio e disseram que sim, e eu mentalizei-me é porque tinha q ser, e fiquei assim. Entretanto, depois passado um mês, pronto tive aquela fase de internamento que na altura ficávamos perto de 10 dias internadas, agora apercebeu-me que as senhoras ficam menos de 10 dias, pouco tempo. Fiquei uns 10 dias, depois fazia tratamentos nunca tinha coragem de ver a cicatriz.

Entrevistadora: tratamentos de quimioterapia?

Isabel: não tratamento da cicatriz.

Entrevistadora: curativo?

Isabel: sim curativo. Ao fazer o curativo o cirurgião dizia: *"oh Isabel tens que olhar, para veres que o teu corpo está diferente"* e eu oh senhor doutor hoje não que ainda não estou preparada, só mesmo no último curativo antes de ir para casa, então é que olhei assim de relés e assustei-me um bocado eu não imaginava como era um corte para uma cirurgia de

mastectomizada. E fiquei assim um bocado… entretanto fui para casa e claro depois tive que recomeçar a aplicar a nívea na cicatriz, para a cicatriz ficar bem. Então comecei a ver-me ao espelho e as lágrimas caíam, a primeira vez foi assim um choque muito grande para pôr a nívea e ver assim o peito….

Entrevistadora: O que é que sentiu?

Isabel: Aí senti, eu ia desmaiando, foi um choque muito grande, apesar de ter visto assim lá com o cirurgião, quando eu vi mesmo no espelho, ai eu não imaginava que era assim a cicatriz de uma pessoa, não havia assim tanta divulgação nesse aspeto.

Entrevistadora: Já foi há quantos anos?

Isabel: Foi há 15 anos. E pronto senti mesmo muito mal, mas depois com o tempo comecei a por a nívea noutro dia, no outro já correu melhorzinho, e depois já me habituei a isso. (pausa) Entretanto, tinha uma consulta no IPO, que o Hospital de Espinho mandou-me para lá, para uma consulta de grupo para decidirem o meu tratamento se era quimioterapia e radio. Então eles decidiram para precaução fazer a quimioterapia e a radio. Na altura via lá muitas pessoas sem cabelo, mas a quimioterapia que eu fiz em princípio não iria cair o cabelo, mas que a qualquer momento isso podia acontecer, mas realmente não me caiu o cabelo. E isso é realmente uma coisa que choca um bocadinho à mulher, porque já não tem o peito, depois o cabelo cair, mas é tudo uma fase que andamos ali que parece depois as coisas vão acontecendo e vai-se andando. Entretanto fiz a quimioterapia, muitos enjoos e quê mas consegui ultrapassar e sempre a pedir auxílio a deus forças e às minhas amigas santas e consegui. Depois fiz a radio também, que apesar da quimioterapia ser a nível do injetável uma pessoa ia assim com medo, quando ia fazer a quimioterapia será que vai correr bem desta vez, a picadela e essas coisas. A radio é estar ali deitada e é um aparelho como um RX, como se fossemos tirar um RX, não temos nenhuma dor, nem sentimos nada. Depois com o tempo ficamos muito cansadas, os globos brancos ficam muito em baixo e ficamos é cansadas, mas prontos depois correu bem. Correu bem e entretanto andei no IPO nas consultas primeiro mensais, depois trimestrais e depois anuais, depois tive alta passado 5 anos. Entretanto ouvia-se falar da reconstrução do seio e o meu médico às vezes não era assim muito a favor dizia-me assim: *“ a senhora tem que pensar se fez uma cirurgia, qualquer cirurgia é um risco, se fez uma cirurgia para se salvar tudo bem, agora fazer uma*

cirurgia estética, correu um risco mas a senhora é que sabe" ele assustava-me um bocado. Depois tenho uma amiga que fez porque ela já tinha sido operada para aí há 20 anos e nunca tinha feito porque as cirurgias eram todas feitas de silicone com próteses de silicone e ela nunca queria por um corpo estranho no dela, agora depois com a evolução as cirurgia com músculo nosso, e ela mostrou-me e eu então fiquei assim, ganhei um bocado de força e fui fazer, na altura no IPO estava muito demorado e eu consegui fazer no hospital da prelada a cirurgia plástica e fiz pronto. Uma pessoa fica totalmente diferente, fica-se muito bem e deixei de ter que andar com a prótese de silicone que eu andava sempre no soutien, no fato-de-banho que eu tinha, isso nunca deixei de fazer assim nada que podia dava sempre um passo em frente. Fui para a ginástica nessa altura, ia trabalhar, ia para o mar também mergulhar e tudo mais com essas próteses. Mas depois realmente com a reconstrução, a vida muda muito, totalmente e sinto-me muito bem.

Entrevistadora: que aspetos mudaram em si com a reconstrução?

Isabel: embora eu estive habituada a ver-me ao espelho sem o peito, mas depois ver-me ao espelho com o peito parece que ainda me deu mais ânimo para viver e para conseguir. A reconstrução ficou muito bem, tive sorte o peito está muito bem.

Entrevistadora: E quem foram os seus grandes apoios?

Isabel: Durante a 1ª fase da cirurgia em que tirei o peito tive o apoio do meu marido, das minhas irmãs (que somos 4 raparigas e um rapaz), a família é essencial, as amigas, como trabalho no hospital as minhas colegas de trabalho, tive muito apoio muito. E na reconstrução igual.

Entrevistadora: O que mudou em si depois desta experiência?

Isabel: Eu fui sempre pessoa de gostar de ajudar os outros, mas com isto senti mais necessidade de ajudar as outras pessoas.

Entrevistadora: Foi uma razão para se tornar voluntária? Como surgiu?

Isabel: sim daí me tornar voluntária. Começou com um convite da voluntária que me foi visitar, quando eu fui operada que me ajudou muito, com o livrinho que ela me deu com certos cuidados que eu tinha que começar a ter com o braço do lado da cirurgia e outros cuidados alimentares também… e mesmo a prótese de algodão que ela me ofereceu que já sai

do hospital com ela, pus o soutien assim larguinho e aquela protesinha e já vinha com a camisola equilibrada dum lado e do outro e fiquei muito contente. O testemunho dela a dizer que o que ela notou é que a vida continuava na mesma, mas até no aspeto do casal que tivesse problemas, não era por isto que ia deixar de ter, se o casal mesmo no aspeto sexual que é das coisas que uma pessoa fica com medo e receio, não é, que nos rejeitam, as coisas lentamente foram-se desenrolando naturalmente. Quanto ao voluntariado gosto daquilo que faço, e sinto que quando vou lá também recebo muito, uma gratidão assim amiga das pessoas, sinto isso e sinto-me bem a fazer isto. Com esta situação que vivi ainda aumentou mais o sentimento de ajudar. Fiquei mais tolerante, porque até a minha família diz que depois das situações que eu tive, elas são assim "*eu não sei onde ela vai buscar aquela força e está sempre prestável a ajudar, ou quando uma está com problemas ou com o filho ou quê"*, eu digo oh vais ver que isso passa isto é uma fase, isto vai-lhe passar e tal, dou assim um apoio e elas depois comentam entre elas eu não sei como ela consegue ficar assim. Sempre fiquei otimista e com cada vez mais força. Após cinco anos como tive alta, estou bem só sou seguida na médica em consultas anuais praticamente e pronto está tudo bem (risos).

Entrevistadora: Obrigada D. Isabel por me ter disponibilizado o seu tempo para me contar a sua experiência.

APÊNDICE D3: Transcrição-tradução da entrevista de Fernanda

Entrevistadora: Bom dia D. Fernanda gostava que me contasse como tudo aconteceu.

Fernanda: Ora então no mês de Maio, fins de Maio eu era comerciante, agora já não sou já não trabalho, e então tinha um restaurante. E numa segunda-feira do mês de Maio estava calor, e eu cheguei a casa preparava-me como faço todos os dias porque saiu de amanhã e chego à noite. Estava-me a despir para ir tomar o meu banho e olho para o espelho e vejo uma mancha vermelha no peito esquerdo, olho assim para o espelho e disse: ai o que é isto? Como esteve bastante calor se calhar é cegado do aro do soutien e não me preocupei nada, nem tive pensamento nenhum. Fui tomar o banho e estava-me a limpar e olhava para a mancha o que eu fiz, foi passar um bocadinho de pó de talco naquele sítio, de seguida vesti o pijaminha e fui-me deitar. De manhã quando acordei vou para a casa de banho, para me preparar e olho para o espelho e vejo aquela mancha vermelha, vermelho na mesma, e disse não mudou nada se fosse cegado estava mais murchito, e então olhei para aquilo não gostei e deu-me para ir ao posto médico antes de ir trabalhar, e pós o caso à doutora e ela disse a D. Fernanda vai fazer uma mamografia e eu por acaso tinha uma mamografia passada mas ainda não tinha ido fazer. Fui onde se faz a mamografia e ela disse que eu podia fazer, e eu fiz logo na hora. Depois passado alguns dias fui buscá-la e levei à minha médica de família e ela disse *" a D. Fernanda não se importa de ir fazer outra mamografia ao bairro de violas?"* e eu disse *"eu vou Sra. Doutora"* e assim foi, fui fazer e coincidiu com o outro exame, e ela então disse que eu tinha de… (dizia lá que era cancro ou qualquer coisa), que tinha de ser vista noutro hospital, e foi então que me disse que me ia indicar para o IPO e nesse momento que ela me disse que tinha de ir para o IPO, eu comecei logo lá a chorar, pronto aquela sugestão que há, e assim mesmo a chorar e…. e então prontos, lá fui para o IPO e mostrei a mamografia e tive que fazer a biópsia. E foi assim graças a deus tudo muito seguido, foi no final do mês de Maio, no inicio do mês de Junho andei na médica com as mamografias e ao IPO e tal, e depois quando fui fazer a biópsia. Fui lá depois saber o resultado e o Sr. Doutor mandou-me entrar, ia com a uma irmã minha acompanhar-me e o Sr. Doutor lá esteve a ver e tal e disse-me logo, isto que a senhora tem é Cancro da Mama, e o que a senhora tem aí é para tirar é maligno. Bom ouvi eu e a minha irmã, agora se a senhora quiser tirar só onde tem o nódulo pode tirar, mas eu aconselhava uma vez que vai fazer uma…

Entrevistadora: mastectomia?

Fernanda: sim, eu nem sei dizer bem o nome é isso, aconselhava a tirar tudo e pronto, e a minha irmã até disse também, o Sr. Doutor é que sabe se vê que é necessário pronto… e assim foi. Marcou-se a cirurgia, mandou-me fazer umas análises, as preparações todas… e no dia 6 de Julho fui operada. Detetei no fim de Maio, o mês de Junho a preparação e no mês de julho fui operada graças a deus, tem andado muito bem é sempre um choque muito grande … isso é normal depois de uma pessoa ser operada, uma pessoa a olhar para o espelho naquela figura é um choque muito muito grande, a gente tem que ter um bocado de força e ultrapassar e assim foi correu muito bem a operação, até quando eu andava na rua ninguém se acreditava que tinha sido operada, andava bem pronto. Então depois fui outra vez à médica e ela disse como ainda era nova porque nessa altura tinha 62 anos, isto é para precaução vai fazer uns tratamentos de quimioterapia e radioterapia, disse-me que *" foi tudo muito limpinho, a operação fez-se muito bem, mas pode ainda ter algumas células que podem ter ficado, e assim por precaução vai fazer tratamentos de quimio e radio",* e eu disse que estava nas mãos dela e o que ela me mandasse fazer eu fazia e assim foi. Depois fiz a quimioterapia que foi um choque muito grande mas que já passou, já me tinha dito e preparado quando se vai às senhoras Enfermeiras, foi também um choque muito grande quando me começou a cair o cabelo, foi logo na 2º sessão, mas já me tinham avisado para cortar ou até rapar o cabelo para não custar tanto. Um dia estava a jantar fui ao quarto de banho e ia a fazer assim a arrumar o meu cabelo para o lado e saiu-me um pedaço na mão da parte da frente e eu disse assim: ai, naquele momento fiquei assim chocada, mas como já estava avisada que ele ia começar a cair… e então logo nessa semana fui cortá-lo, foi mesmo rapar todo. No IPO dava-nos um cheque para quem quisesse comprar uma peruca, acho que nos ofereciam 150€, agora também não tenho a certeza sei que era um vale, se comprássemos até aquele valor não pagávamos nada se quisemos uma coisa melhor teríamos que pagar. Então lá foi ao Porto a mais a minha irmã e (suspira) já ia com a ideia de escolher uma peruca, porque me dizia que era melhor escolheres uma peruca, porque eu andava sempre com o cabelo muito bem arranjadinho… e então raparam-me cabelo todo e lá me puseram várias perucas para eu escolher, pronto e já vinha com a peruca na cabeça. E depois as pessoa diziam ai nem parece que é peruca, ai nem parece mas eu dizia olhe mas é uma peruca. Pronto fiz os tratamentos de quimioterapia e de radioterapia e graças a deus e nunca senti assim nada mais... Já se sabe

que se sente sempre no sítio da operação, aquilo assim a repuxar, mas é normal. Tenho feito as consultas, tenho feito as mamografias e tal e acho que está tudo bem, pelo menos os doutores lá dizem que está tudo bem, e ando a ser acompanhada por lá.

Entrevistadora: quando soube que teria de retira o peito o que é que sentiu?

Fernanda: sei lá…eu pensava que ia desta para melhor. Pensei a gente ouvia falar deste cancro e isso e tal, mas só quando bate à nossa porta é que a gente sabe dar verdadeiramente o valor, uma pessoa fica… a minha família também me ajudou muito, a mentalizar-me e ajudaram-me muito, e eu pronto enfrentei aquilo como se fosse uma coisa vulgar, como mesmo agora não me faz lembrar que sou uma doente cancerosa. Eu como me sinto graças a deus bem, parece que nem me lembra.

Entrevistadora: Quem foram os seus grandes apoios?

Fernanda: eu já era viúva. O meu apoio era a minha família, as minhas irmãs, o meu filho também me apoiou um bocadinho e então o meu namorado que esse então foi mesmo…

Entrevistadora: acha que foi a peça principal?

Fernanda: sim foi, foi mesmo uma pessoa que me apoiou sempre, ia para todo o lado comigo e sempre a perguntar onde eu queria ir, não tinha complexo nenhum comigo, e até muitas pessoas diziam *"olha o teu namorado não te deixou ficar?"* Havia pessoas um bocadinho estúpidas, havia pessoas que me faziam essas perguntas estúpidas, e perguntavam se continuou comigo e eu disse graças a deus continua e é a pessoa mais amiga que eu tenho, é verdade (risos) graças a deus até hoje tem sido uma mesmo pessoa excecional.

Entrevistadora: e o seu filho?

Fernanda: ele é um bocadinho mais pronto… o meu filho não tem assim, como é que hei-de dizer dá-se bem comigo, fala comigo, mas não é assim daquelas pessoas muito agarradas, tem a vida dele e depois há um problema com a pessoa que ele está a viver, não encara muito bem comigo, nunca encarou e ainda estou hoje por saber o motivo, qual a razão por me ter virado.

Entrevistadora: e acha que o seu filho não lhe deu mais apoio por esta razão?

Fernanda: acho que sim, acho que sim… as minhas irmãs e o meu namorado sempre me apoiaram, foram sempre comigo para os tratamentos, apesar de o meu filho dizer *"oh mãe se precisares de alguma coisa diz"*, mas como as minhas irmãs andavam sempre comigo eu

nunca o ocupava. Fez foi uma coisa muito boa, no tempo que estive hospitalizada todos os dias foi-me la visitar e isso para mim foi muito importante, porque nunca pensei (desce o tom de voz) que ele me fosse lá que ele fosse lá visitar, mas todos os dias foi lá.

Entrevistadora: e quando olhou para a sua cicatriz pela primeira vez?

Fernanda: Ai…quando tiraram o penso… ao princípio quando se é operada a gente vê que aquilo está raso, apesar de ter lá aquelas almofadinhas, mas quando tiraram o penso mesmo é que uma pessoa olha e claro fica muito triste que é assim mesmo, mas depois deus nosso senhor deu-me muita coragem e eu não sei como deus me deu tanta coragem, que eu ia para o espelho que a gente vai ao espelho de manhã, para nos arranjar-nos e tirar a roupa e tal e olha e vê aquela figura uma mama e outra sem nada é uma emoção assim bastante grande, mas ao mesmo tempo parece que tinha assim uma força que dizia para mim se não tenho não tenho tive de me mentalizar prontos. É quase quando me dava vontade de chorar e eu dizia mas eu estou a chorar para quê? É quase quando o meu marido morreu também, vai fazer 10 anos que ele faleceu daqui por 2 meses, naqueles primeiro anos andava sempre a chorar ia para o cemitério e tinham de me ir la buscar… depois chorava, chorava até que eu cheguei a ponto e mentalizei, oh meu deus para que eu estou a chorar eu não resolvo nada, ele não pode vir aqui, mas eu tinha que chorar para ficar aliviada.

Entrevistadora: então pode-se considerar que fez a comparação das situações?

Fernanda: exatamente comparei com a de viuvez. Depois do cancro, passado um ano tive um problema na perna esquerda, tive uma trombose venosa profunda, tive internada no Hospital Santos Silva 19 dias, ainda não estava bem mentalizada da outra, apesar dos tratamentos já terem terminado, tinha sido operado e não deixei de ser uma pessoa cancerosa andava assim naquela fase, pronto depois veio logo a seguir a perna e agora lá continuo a tratar por causa da perna, que ainda só fez dois anos em Outubro da perna. E ainda ando a tentar curar-me mas ainda tenho a mesma vontade na mesma. Antes tinha o hábito de caminhar, dava sempre a minha caminhadazinha, era só nos dias de feriado porque eu tinha o restaurante e então nesses dias eu ia caminhar, da Granja até à Aguda pelo passadiço, e sentia-me bem porque eu gostava muito daquilo. E então comecei a perguntar ao senhor doutor se fazia bem ou não, e ele disse que me fazia bem, desde que possa. Eu depois desta fases dos tratamentos engordei muito, foi uma média de 20 kilos e prontos e depois a gente quer-se movimentar mas nem

conseguia muito bem. Depois ainda me meti na hidroginástica duas vezes por semana, era uma semana completa de exercícios e encarei como obrigação e assim já cumpri mais e fez-me muito bem. Já não me canso tanto e agora ando benzinho e fui também para uma nutricionista onde abati 7 kilos e só comecei em janeiro mas já estou melhor. Foi a medicação, tratamentos tudo isso ajudou.

Entrevistadora: Soube da possibilidade de fazer reconstrução mamária?

Fernanda: já me falaram se eu queria fazer reconstrução, mas eu por enquanto não tenho… ideias de a fazer.

Entrevistadora: e porquê?

Fernanda: porque olho para o espelho e não me mete aflição nenhuma e para o meu visual já não me assim mete aflição. O meu companheiro também é a coisa mais banal para ele, mas já se sabe que os primeiros tempos é normal e tudo, despia-me ia para a casa de banho, ao vestir-me era sempre no mesmo sítio, já lhe aparecia à frente equipada, tinha assim um bocado de receio. Mas houve uma altura que eu precisei que ele me coça-se as costa, foi assim uma coisa qualquer, e ele disse *"tira isso para fora"*, que era o soutien, olha que podes ficar… e ele disse *"não, não fico nada emocionado, tira à vontade, tira à vontade"*, e a partir de ai tirei o soutien e ele lá me coçar as costas. Não quer dizer que apesar disto eu não me resguarde que é assim mesmo. Mas ele enfrentou muito bem a situação, até acho que enfrentou melhor ele do que eu própria a expor-me para ele. Eu ainda me retraiu um bocado.

Entrevistadora: mas porquê?

Fernanda: quer dizer sinto assim um bocado… porque se vou para a praia ou piscina levo a prótese mas com ele não dava jeito. Mas para já não pretendo fazer. Também tenho pessoas que dizem ai correu bem, outras como não somos todos iguais não corre tão bem… nós estamos a ouvir mas não podemos aceitar, porque o nosso, é diferente, era o que nos diziam no IPO. Vai ouvir muitas versões disto e daquilo, ouça mas não acredite, porque cada caso é diferente uns dos outros. Também tenho 66 anos, ao fim e ao cabo não me vou andar ai a mostrar-me, por isso não é um desejo.

Entrevistadora: o que é que mudou em si, o que a D. Fernanda era e o que está agora?

Fernanda: olha não mudou nada, sinceramente nada, sou uma pessoa que gosto de me divertir, gosto de ir ao bailarico, sou uma pessoa assim ativa. Depois que foi operada tive sempre apoio duns cunhados meus, quando eu ainda era casada depois de trabalhar não tinha dia de descanso, férias tinhas para ir até ao Algarve e ir fazer as minhas termas, ao sábado à noite ia sempre a mais o meu marido jantar fora e dançar, pronto dizia que era o meu dia de folga. E então um dos cunhados que tenho que era irmão do meu marido, sempre nos demos bem, depois de eu ter ficado viúva começaram a ir todas as semanas ao bailarico. E parecendo que não quando eu ia só ouvir a música, que eu gosto muito de música, não gosto da solidão, tenho de ter sempre música ou televisão. Então ia com eles e sentia-me feliz, porque ajudava-me a esquecer, aquele bocado que estava lá esquecia tudo, durante a semana pensava a trabalhar e ao fim-de-semana ao sábado ia para o larú como eu chamava. Isto ajudou-me muito porque não sentia assim o vazio de ao fim-de-semana não ir a lado nenhum como era habitual no tempo e casada. E a partir daí andamos sempre, tinha apoio e não me sentia sozinha. Continuo a mesma ramboiera como eu costumo dizer (risos), vivo assim nesta… não é bem ilusão, porque já se sabe que não é ilusão, mas uma pessoa já sabe que quando vai aqui ou acolá anda assim alegre não está assim em baixo nem se isola. Temos que nos mentalizar e encarar as coisas (risos), é um testemunho alegre ao menos.

Entrevistadora: Obrigada por me ter contado a sua história Fernanda.

APÊNDICE D4: Tradução-transcrição da entrevista da narradora São

Entrevistadora: Bom dia D. São gostava que me contasse como tudo começou.

São: Descobri que tinha o nódulo na mama esquerda antes de engravidar da minha filha (2º filho), um noduluzinho muito pequenino uma coisa mesmo assim quase sem significado nenhum, depois entretanto fui à médica no S. João onde o meu filho Tiago é seguido e eu queixei-me à médica, e ela mandou-me fazer uma eco mamária, só que entretanto aquilo desapareceu, engravidei e aquilo desapareceu nunca mais detetei o nódulo nenhum. Entretanto, tive a minha filha passou-se um ano (e ela ao fazer dois anos, foi quando descobri isto) eu detetei um empastamento e um caroço.

Entrevistadora: Mesmo depois de amamentar?

São: depois, porque eu deixei de dar de mamar há minha filha aos 4 meses ela teve uma bronquiolite, teve internada, não conseguia sugar o leite e então o leite acabou por secar. Queixei-me ao médico de família e ao médico de segurança o trabalho, não é nada, fiz exames, disse ao doutor o que é que tinha o que se estava a passar e ele disse que à partida não é nada que se possa preocupar, daqui a 6 meses repete. Tornei a ir ao médico a queixar-me e eu disse que isto não está bem à qualquer coisa, porque noto a minha mama a ficar maior, está a ficar aqui um empastamento, quando faço mais um esforço para me despachar doe-me mais e o médico torna a dizer que isso não é nada demais.

Entretanto tinha uma consulta com o meu filho no S. João, onde ele é seguido por causa do problema de coração que ele tem e disse ao meu marido olha isto não está bem porque a vejo a minha mama a ficar maior do que a lado direito, isto dói-me e este nódulo grande, noto que isto está a aumentar e eu até tive que comprar soutiens porque a mama não me cabia dentro da copa dos que eu usava ficava já assim um bocadinho de fora, e fui falar com a Dra. Ana Paula para ver o que ela me diz. Entretanto a Doutora estava de férias e eu consegui descobrir o consultório dela e marquei uma consulta. A verdade é que quando ela me viu a mama, ela arrepiou-se por dentro mas ela não me disse nada mandou-me fazer os exames e disse logo isto é para biopsar e vai fazer uma eco mamária e uma biopsia e marquei o exame numa clínica. Acusou uma mástique e eu disse pronto uma mástique, fiquei mais

descansada. Passado algum tempo comecei a sangrar do mamilo, e eu disse ai isto não está bem… e fui novamente à Dra. Ana e disse oh Doutra eu estou a sangrar do mamilo há qualquer coisa aqui que não está bem, e ela disse *"vamos analisar isso e está na hora de ser vista pelo um médico especialista"*. Mas ela já desconfiava só que ela não me disse. Acabou só por me dizer depois que quando viu a sua mama arrepiei-me toda por dentro. E eu disse pois a Doutora já sabia se calhar o que eu tinha mas não tinha a certeza e ela pois… então numa altura indicou uns médicos o Dr. Abreu de Sousa especialista no IPO e a Dra. Manuela no instituto Ruque... Aconselhou-me o Dr. Abreu e fui vista por ele, mandou-me fazer os exames e assim que teve os resultados ele disse-me o que era.

Entrevistadora: E como se sentiu?

São: é assim eu não senti o chão a fugir debaixo dos pés, como muitas mulheres sentiram, até porque eu disse eu se for sozinha saiu de lá K.O, levar o meu marido ele ainda fica pior e depois nem sei como hei-de reagir, então como tinha que levar alguém para me segurar, levei o meu filho. (Oh filho anda com a mamã e o papa ao Porto) então foi uma maneira de não me ir abaixo. O médico ficou assim um bocado (deve ter pensado então tenho que dar a notícia e vem o filho com ela).

Entrevistadora: Mas porquê que o levou?

São: foi o suporte, porque o meu marido ainda ficou pior que eu, aliás toda a gente à minha volta estava pior que eu. Ele disse-me qual era o problema - o carcinoma - eu disse se for preciso tirar-me a mama eu prefiro que me tirem do que ficar com um bocadinho e depois passado algum tempo tirar o resto, por isso mais vale arrumar o assunto de vez. Marcou-se a cirurgia que foi de uma semana para a outra, fui operada no HPP, correu bem. Quando me vi sem mama foi um choque, foi assim uma coisa mesmo….

Entrevistadora: O que sentiu?

São: Senti-me mutilada, acho que é assim que todas as mulheres se sentem, mutiladas. Mas também foi no primeiro dia e…mas depois habituei-me, pronto temos de saber lidar com o corpo após uma mastectomia. Eu depois lidei bem. Chorei muito no primeiro dia que me vi sem mama, chorei muito, chorei. Mas eu nunca chorei em frente a eles nem ao pé do meu marido para protegê-los.

Entrevistadora: Mas porque que os queria proteger tanto?

São: Porque eles estavam todos piores que eu, a família toda estava pior que eu. Disse então, eu é que estou mal, eu é que preciso do apoio desta gente e esta gente está toda a chora, ainda estão piores que eu. Ainda achei piada foi à minha sogra que disse assim *"olha fulana tirou o peito há trinta e tal anos e ainda anda aí"* e eu disse pois anda e eu também vou andar se Deus quiser. Foi a maneira de ela reagir.

Entrevistadora: mas porque que acha que ela reagiu assim?

São: Foi uma maneira de ela dar força, há maneira dela, porque já são idosos, são pessoas com bastante idade e foi à maneira dela, como olha aquela tirou o peito à bastante anos e ainda está viva, dando o exemplo como eu tirando o peito também podes andar ai muitos anos, foi a maneira dela de ajudar prontos, de dar força. De resto estava tudo, era cunhadas, era marido, era irmãos. A minha mãe essa também me deu bastante força, porque ela disse-me assim podes ter a casa arder, deixa arder e anda para a frente, não vale a pena tu ficares em baixo. E pronto, porque a minha mãe teve cancro na bexiga e foi uma pessoa que andou sempre, sempre, sempre. Ela chegava a casa de fazer os tratamentos e ia para a terra, nunca vi aquela mulher na cama a queixar-se, e eu sou um bocado como ela, disso sempre até uma amiga ralhava comigo, não podes fazer esforço, não podes fazer isto, ou fazer aquilo e eu lembro-me que cheguei a casa que tive alta da cirurgia e eu tinha um cesto de roupa para passar e a minha cunhada tinha-me passado e eu cheguei a casa e vi o cesto cheio de roupa já toda passadinha e disse ao meu marido, pega no cesto e leva lá para cima que eu vou arrumar a roupa dos meninos, tu não podes ir fazer força, não te preocupes que eu ainda tenho o braço direito que eu não faço força com o esquerdo, andei sempre nunca me fui assim abaixo.

Depois via-me sem a mama, usei a prótese de algodão que a D. Fátima (voluntária) me arranjou e depois foi saber lidar mesmo com o facto de não ter a mama.

Entrevistadora: Quais foram os sentimentos que lhe surgiram, quando se deparou com a situação de não ter a mama?

São: Tudo, senti-me revoltada, porque é que me aconteceu a mim, acho que isso é normal todas as mulheres sentirem isso, sobretudo revoltada por não haver uma cura imediata, não sei, mas senti-me muito revoltada.

Entrevistadora: explique-me porque diz que acima de tudo os quis proteger, e porque que só levou o seu filho consigo?

São: foi uma maneira de não me ir abaixo, foi a maneira que eu encontrei de não ir abaixo. Até porque o meu filho está habituado a andar no meio hospitalar, foi a maneira mesmo de eu não ir abaixo.

Entrevistadora: Mas por exemplo porque que não levou a sua filha mais nova?

São: a pequenina? Porque não parava sossegada num consultório, nem em lado nenhum. E ele é mais sossegadinho nesse aspeto….

Entrevistadora: e o marido era para não ir mais abaixo?

São: ele ainda estava pior que eu, porque eu olhava para o marido e ele quase que estava a chorar, quer dizer ele é que parecia que tinha que ir à faca e eu pensava assim para mim, foi isso.

Entrevistadora: quando surgiu a possibilidade de fazer a reconstrução mamária?

São: entretanto quando tirei o peito foi a 9 de agosto que fui operada e depois ainda ganhei o carcinoma (um líquido) que andei a tirar… depois em Setembro, dia 6 de Setembro fui ter com o Dr. Abreu e ele deu-me o resultado, mas ele já tinha ficado contente com a cirurgia com o que tinha visto, e eu perguntei-lhe *"Oh Doutor não me disse que eu tinha que fazer tratamentos?",* e ele disse que só deixou um bocadinho do carcinoma que agora o organismo absorve e eu disse-lhe então e o resto os resultados não dizem se tenho que fazer quimio ou radio? E ele *"eu não te disse que não tens de fazer nada?"* deve ter sido daqueles dias, daquelas raras alegrias que eu tive…!

Entrevistadora: Reagiu como?

São: eu só me faltava pegar no Doutor e atira-lo ao ar. A 1º pessoa que liguei foi a minha amiga e disse-lhe eu não tenho que fazer tratamentos e ela sentiu do outro lado que realmente dava para entender o que eu estava a sentir. E depois ia a caminhar, eu ia aos saltos pela rua, em frente ao hospital militar no porto eu aos saltos e o meu marido era assim caminha direita e eu quero lá saber que estejam a olhar para mim eu estou é feliz da vida, estou contente, e depois fiz a reconstrução. Marquei e fiz no dia 27 de Novembro fiz a minha reconstrução

mamária. Foi o mesmo médico e a foi a Dr. Matilde Ribeiro do IPO que também me fez a reconstrução mamária.

Entrevistadora: Era uma coisa que queria?

São: Era…eu não me importava de andar algum tempo se tivesse que fazer os tratamentos como o médico me disse sem ter a mama era mais fácil do ter as próteses de algodão do que a reconstrução feita, não há problema nenhum eu não me importo de andar algum tempo sem a mama, uma vez que não tive que fazer tratamentos, agora vamos tratar da reconstrução.

Entrevistadora: teve logo essa força?

São: Foi logo. Eu saí de lá toda recauchutada, não é tudo mau (sorriso), perdi o pneu, porque me fizeram com músculo, fiquei toda lisinha e levantaram-me a outra mama, não posso querer mais… não é tudo mau (sempre a rir).

Entrevistadora: Quando se deparou no espelho com a reconstrução como se sentiu?

São: Senti uma alegria enorme mesmo, mas é assim uma reconstrução nunca é uma cirurgia estética, tenho aqui uma maminha mas nunca é como a direita, pronto. Já fiz o mamilo falta agora tatuar, não está terminado e tenho aqui uma covinha que quero ver se a médico me preenche com gordura minha, mas nunca é uma cirurgia estética nunca fica como a outra é isso que eu sinto.

Entrevistadora: nunca vai ficar igual porquê?

São: não, porque até tenho este bocadinho aqui que me tiram da barriga, mas nunca ficou como a direita. Só o facto de eu tirar o soutien e não me cair a prótese e não me ver sem mama é muito bom.

Entrevistadora: como foi a reação do seu marido à sua reconstrução?

São: nunca falamos sobre isso.

Entrevistadora: Porquê?

São: ele não puxava assunto eu também não puxei assunto, eu acho que foi a melhor coisa que nós fizemos, isto foi um percalço que surgiu e… tentou-se ultrapassar e andar para a frente.

Entrevistadora: um percalço? Pode explicar-me por outras palavras?

São: uma pedra no sapato, que pegamos na pedra e andamos para a frente. Sempre tivemos uma boa relação emocional como a nível sexual nunca houve problema nenhum.

Entrevistadora: mesmo o pós-operatório?

São: sim, ele nunca falou do assunto, mas eu sei que se precisa-se daquele metro e noventa (como eu lhe costumo chamar, porque ele é muito alto) eu sei que ele estava ali.

Entrevistadora: apesar de ele estar a sofrer com a situação?

São: ele não sabia lidar bem com a situação e por isso é que sempre o protegi um bocadinho.

Entrevistadora: sempre quis poupá-lo?

São: sempre a ele e a todos á minha volta.

Entrevistadora: pelo que sente por ele?

São: sim, também isso é muito importante, isso é muito importante mesmo. Para mim pelo menos é.

Entrevistadora: ou seja, protegê-lo por gostar?

São: exatamente, depois foi sempre uma coisa que nunca falamos, pronto. Olha é um problema, pronto tem que ser resolvido e resolveu-se e pronto passou…

Entrevistadora: apesar de ele não lidar bem com a situação considera que foi um apoio?

São: foi, considero um dos pilares. Ele para mim e para ele. Sempre nos apoiamos muito um ao outro. E depois estes pequeninos que nos dão muita força, ele e a irmã que nos dão muita força. É diferente quando temos filhos grande e quando eles são assim pequeninos. Porque os pequeninos dão-nos mais força porque temos que os criar é nesse sentido.

Entrevistadora: quando fez a reconstrução o seu marido reagiu bem?

São: reagiu. Aliás para fazer os curativos em casa ele fazia-os. As enfermeiras davam-me os pensos porque depois eu tomava banho e eles ficavam todos encolhidos e dava-me comichão e eu tinha que mudar as compressas. Uma vez eu chamei-o e diz-lhe tira-me aqui este, anda-me aqui ajudar a por isto e ele *"como é que eu vou por isto?"*, e eu ai homem tens que cortar ai os cantos com a tesoura eu seguro a compressa e tu poes isso só para cima, mas eu vou-te aleijar e eu disse não vais nada que eu não tenho sensibilidade neste peito e não e dói, podes

arrancar isto à vontade. Como muito cuidadinho eu disse ai caramba segura aqui tu nas compressas, mas ele tinha sempre aquelo receio e me ajudar a fazer os curativos, mas prontos…apoiou-me sempre e eu também.

Entrevistadora: quem considera que foi os seus pilares?

São: o meu marido e os meus filhos sem dúvida, e depois também eu que tive muita força de vontade.

Entrevistadora: e onde acha que vai buscar essa força?

São: não sei… sinceramente não sei….

Entrevistadora: disse-me à pouco que era pessimista já de natureza.

São: era, mas em relação a isto fui sempre otimista.

Entrevistadora: e porquê, sendo uma situação difícil.

São: Não sei, não consigo explicar a mim própria, sinceramente. Eu falo por mim se já tinha fé ainda ganhei mais fé agora nesta fase, agarrei-me muita à Nossa Senhora de Fátima, foi uma das coisas onde fui buscar essa força. Estou aqui.

Entrevistadora: tem medo de uma nova situação desta?

São: acho que já sei reagir melhor, porque já me aconteceu uma vez e se acontecer outra já sei lidar com a situação. Isto é quase como ter um filho, quando temos o primeiro nunca sabemos como vai ser, quando temos o segundo já sabemos para o que vamos. Acho que estou preparado tanto a nível físico como psicológico. Estou melhor preparada para uma nova situação e… reagir de outra forma pronto, até tenho que fazer novos exames.

Entrevistadora: como encara fazer novos exames?

São: uma rotina normal, consulta normal.

Entrevistadora: não lhe traz nenhum tipo de sentimentos?

São: não… o medo que eu tenho não é de ser operada, não é de fazer exames ou até de me tirarem novamente a mama, é receio de não irem a tempo, é esse o maior medo que eu tenho. Este ainda fui a tempo…. Dentro do azar ainda tive sorte como se costuma dizer é esse encaro como tudo.

Entrevistadora: de não ir a tempo, isso quer dizer o quê?

São: sim, porque também tem a parte dos tratamentos que não sei o que é isso, mas pronto… eu também agora sou otimista e andar par a frente.

Entrevistadora: depois desta situação como se sente?

São: mudou a maneira como nos vimos as coisas, ficamos a ver o mundo de outra maneira.

Entrevistadora: pode-me explicar por outras palavras?

São: coisas que não dava-mos importância e agora damos mais, a partir desse momento… mais… outras coisas…. Eu volta e meia discutia com o meu marido coisas sem importâncias que a partir desse dia não voltamos mais a discutir, isso foi das coisas que eu disse eu nunca mais volto a discutir com ele. As vezes implicava com isto ou com aquilo e a partir desse momento nunca mais acabou… e… basicamente foi isso.

Eu: depois desta situação tirou coisas boas?

São: tirei e tira-se, acho que toda a gente tira, não acredito que ninguém não tire.

Entrevistadora: no seu caso foi o quê?

São: passei a ser muito mais a ser tolerante, as coisas que eu queria fazer hoje deixo para amanhã, se tiver com o meu marido e os meus filhos e se quisermos ir dar uma volta vamos, o que tiver para fazer fica. O trabalho não morre, nos é que morremos e ele fica. Mas mudei muito.

Entrevistadora: e a nível profissional sentiu algum mau estar por parte das suas colegas perante a sua situação?

São: ninguém soube, nunca ninguém soube… as únicas pessoas que souberam foi a minha chefe, foi a Carla (amiga) e a Cristiana (a rececionista).

Entrevistadora: porque não quis que as pessoas soubessem?

São: as pessoas são más, são más…

Entrevistadora: porquê que diz isso?

São: as pessoas não sabe o que isto é, só quem passa por uma situação desta é que sabe dar valor, é que as pessoas sabem dar o valor. Porque na altura em que e fui para ser operada eu

disse à minha chefe informei-a e eu tava nas noites e ela teve que trocar o meu horário por outra colega eu disse que assegurava o horário até X dia e o resto já assumia a minha colega, e quando ela trocou o horário as pessoas fizeram comentário maus mesmo.

Entrevistadora: maus como assim?

São: ah, porque fez troca com "fulana" e eu não posso fazer, e foi uma situação que tinha mesmo de ser assim.

Entrevistadora: e ai porque que não optou por dizer que ia ser operada?

São: Não, não, não… não porque as pessoas tecem comentários e não sabem o que estão a dizer, não sabem e depois quando souberam calaram-se… pensaram um bocadinho, pronto.

Entrevistadora: acabaram por saber?

São: mas só depois. Acabaram por saber por comentário e porque como também trabalho com idosos temos que separar muito bem a vida pessoal da profissional porque os afeta. E eu também não queria. O facto de ter tirar a mama não faz de mim menos mulher.

Entrevistadora: Obrigada, pela sua disponibilidade para me contar a sua experiência.

APÊNDICE E1: Análise Descritiva do Relato da narradora Ilda

1.Apresentação do Caso Ilda

Nascida na Cidade de Espinho em 20 de Novembro de 1947, da análise da trajetória identitária de Ilda – que completa 66 anos ainda deste ano – salientam-se três Momentos Marcantes: O primeiro Momento Marcante (1947-1979): **A filha caçula e mais protegida a mulher**; O segundo Momento Marcante (1979 a 1981): **A vivência da situação de doença** O terceiro Momento Marcante (1981-2003): **A decisão para a prática do voluntariado.**

Esta é uma trajetória de vida de uma mulher realizada e privilegiada, que há 34 anos se deparou com a doença em que pôs a proteção que sempre teve por parte da família e marido, assim como, a felicidade em pleno que sempre viveu.

Relativamente ao contexto de realização desta entrevista correu muito bem: a narradora foi revelando sentir-se à vontade para testemunhar a sua vivência do Cancro da Mama. Fui ao seu encontro em Espinho e a entrevista realizou-se no carro da entrevistadora por opção de Ilda que escolheu o passeio à beira da praia para podermos realizar a gravação da entrevista. Sem interrupções (o que aconteceria em sua casa, conforme confidenciou: estaria o marido a ouvir música).

2.Análise da Trajetória Identitária: Momentos Marcantes

2.1. Momento I (1947-1979): A filha caçula e mais protegida a mulher

Ilda, a filha mais nova de 4 irmãos, afirma ser uma mulher realizada e privilegiada pois considera que foi extremamente mimada por ser a caçula, quando nasceu o seu pai já tinha idade 44 anos, uma das razões que aponta para ter tido uma educação menos rigorosa do que a dos irmãos devido à falta de paciência do pai. Atualmente vivencia um casamento feliz - desde os 19 anos - referindo que sempre teve o apoio do marido em tudo na sua vida.

2.1.1. Etapa 1 do Momento I (1947 a 1979) – Da infância em casa dos pais até ao 1º sintoma

Ilda, hoje em dia ainda vive na mesma área de residência, em Espinho. Recorda a sua infância como sendo: "*extremamente mimada por ser a mais nova de quatro irmãos, o meu irmão mais velho, já tinha já tinha 12 foram criados com uma educação rigorosa e quando*

eu nasci o meu pai já não tinha muita paciência para dar a educação rigorosa e estragou-me com mimo, com muito mimo mesmo …" (p. XVII). A narradora apesar de tudo tem noção que a educação que adquiriu acabou por não ser a melhor com ela justifica: *"… a minha mãe se batesse na minha irmã ele chegava e ia-se embora, se fosse comigo as coisas mudavam de figura, por isso tive uma educação péssima…"* (p. XVII).

Esta etapa transmite um momento da vida dela muito feliz mas contrasta com um sentimento de que tudo devia ter sido de maneira diferente apesar da narradora afirmar que não foi culpa dela como defende: *"… eu não tinha culpa, mas tinha os valores assim um bocado, era tudo eu, eu… como quem diz porque tudo tinha de gravitar à minha volta…"*(p. XVII).

2.1.2. Fator de mudança (Abril de 1979): **1º sintoma**

Em Abril de 1979 a narradora diz-nos como tudo mudou: *" tudo começou num domingo à noite quando me ia deitar e ao vestir a camisa de noite, sem querer a minha mão passou pelo seio e senti qualquer coisa dura ali, qualquer coisa que não era habitual eu sentir, e ao fazer a apalpação mais precisa reparei que tinha um nódulo que sentia perfeitamente..." "… e fiquei assustada, falei com o meu marido"* (p. XII). Entra na 1ª fase da doença dando lugar ao 2º Momento Marcante.

A primeira fase da situação de doença já estava concretizada, que foi detetada e diagnosticada a suspeita. Assim de seguida dá-se o momento marcante II da narradora. A *Finalidade Identitária* adotada pela narradora foi de *assimilação,* pela razão na qual justifica a forma como encarou o 1º. sintoma.

2.2. **Momento Marcante II** (1979 a 1981): **A vivência da situação de doença**

Após o diagnóstico o médico tomou a decisão de operá-la:*"… ele disse-me que tinha de ser operada e no momento da operação se via o que era porque teria de ser extraído o nódulo dado as suas dimensões grandes já por apalpação…"* (p. XII).

Deste modo, e apenas após uma semana da deteção do cancro, Ilda é operada. Já realizada a operação a narradora vê-se ainda envolvida num novo enredo na fase do pós-operatório.

2.2.1. **Etapa 1 do Momento II – Do sintoma à operação**

Nesta fase Ilda decidiu ir ao médico - "*no dia seguinte fui imediatamente ao médico, não propriamente da especialidade, um amigo…e tudo se conjugou o bom sentido de eu ser vista e de ser diagnosticada rapidamente…"* (p. XII) - momento em que se confirma a sua suspeita *" Ele disse-me que tinha de ser operada e no momento de operação se via o que era porque tinha de ser extraído o nódulo dado das suas dimensões grandes, já por apalpação…"* (p. XII).

Nesta fase de mudança, pelo discurso Ilda, capta-se que foi afetado um Território Sócio-Identitário familiar: a reação dos pais, (principalmente a do pai), o seu casamento e como ia explicar aos filhos o sucedido.

2.2.2. **Etapa 2 do Momento II** (Maio de 1979): **As reações do pós-operatório**

Conforme as afirmações de Ilda, as reações por parte da família à sua doença foram de partilha e chegando mesmo a manifestações de choro: *" O meu pai era médico reagiu muito mal, o meu sogro era um chorão compulsivo… (…)…dada a idade do meu pai que quando eu nasci já tinha 44 anos e nessa altura já tinha 70 e muitos, os meus sogros também talvez por gostarem muito de mim… e se o meu pai chorava, imagine como eu me sentia ao vê-lo chorar. A minha mãe era uma pessoa mais resistente e a minha sogra também o meu marido fazia o que podia…"* (pp. XII-XIII).

Mesmo sem saber os resultados dos exames Ilda, vem a casa por ser o Dia da Mãe, episódio que classifica da seguinte forma: *"...foi péssimo o regresso a casa, preferia não ter ido, porque regressar sem saber o diagnóstico foi bastante agressivo"* (p. XIV).

2.2.3. **Etapa 3 do Momento II (Junho de 1979) - Os pilares de apoio na situação de doença**

Para a narradora os seus pilares de apoio foi sem dúvida o seu marido e a voluntária que lhe fez a visita. O marido pelo *"... apoio incondicional que na parte afetiva me fez ver que não fazia diferença nenhuma, fazia questão até de mexer na ausência da mama como se ela estivesse lá"* (p. XVII); E a voluntaria pelo apoio psicológico ela *"disse-me que a única coisa que eu não deveria deixar de acontecer era sentir-me cansada, parava e depois recomeçar, mas principalmente estimulou-me com a sua presença…"* (p. XIII).

Outra reação foi uma atitude por parte do marido e que fez uma grande diferença para que a família a encarassem bem depois da operação, como ela cita as palavras do marido: *" não quero ninguém a chorar aqui, a mulher é minha e quem manda sou eu, sequem-me essas lágrimas ou então saiam de casa, mas aqui ninguém mais chora, porque ela não tem tratamentos para fazer, não tem nada para fazer, com mama ou sem mama é a mesma pessoa que saiu daqui para ser operada à 15 dias atrás."* Ilda reafirma que "*foi um marido excecional*" (p. XIV) e que nunca ouve qualquer aspeto negativo a nível *"afetivo como sexual, nem a nível familiar, foi como se não acontecesse nada…"*(p. XIV).

2.2.4. **Fator de mudança (Julho de 1979): Impacto na sua vida após os resultados dos exames.**

Certo dia a narradora realizou um passeio com o marido na baixa do Porto e de seguida foram almoçar a casa da sua mãe (p. XIV). No regresso a casa encontra os resultados dos exames *" …e dizia que eu não precisava de fazer mais nada, a partir daí foi como se a doença não tivesse acontecido para mim, senti-me uma pessoa, com mama ou sem mama, bem e estável, por isso num curto espaço de tempo passei por várias fases"* (p. XIV).

A fechar este Momento II salienta-se que Ilda define as fases que passou da seguinte forma: *" passei pela fase de que a vida já não interessa, como quem diz, mesmo que sobreviva vou viver sozinha, não quero ninguém comigo, vou-me isolar sou a pessoas mais infeliz do mundo, não quero que fale comigo porque o meu mundo acabou…"* (p. XIV). Aqui pelo discurso da narradora se vê a vivência pela *estratégia de sacrifício consentido*. E, por fim, a fase mais positiva que a descreve da seguinte forma: *"depois comecei as ver as coisas um bocadinho a preto e branco, depois comecei a vê-las a cinzento, passado ainda nem um mês já estava a ver um mundo maravilhoso, como se nada tivesse acontecido…"* (p. XIV). É notório que o fator de mudança é encarar de modo positivo, e a razão foi o resultado dos exames, que não deram mais sequelas, e a fez repensar pelo que passou e a forma como em diante vai encarar a vida, é notório a utilização da *Tática Identitária* de *resposta de contorno*. Portanto, entra assim no 3º. Momento Marcante

2.3 – Momento Marcante III (1981-2003) **- A decisão para a prática do voluntariado**

Ainda durante o seu internamento Ilda teve o primeiro contato com o voluntariado: *"Disseram-me que uma senhora me queria visitar, que era voluntária, que tinha passado*

pela mesma experiência que eu…" (p. XIII). Aceitou, mas, quando se deparou com a presença da voluntária, tudo mudou como afirma a narradora: *"Sei quem mal a senhora entrou senti nos olhos dela uma luz especial, que me cativou e desde o início da conversa até ao fim eu bebi cada palavra dela, foi uma esperança de vida…"; "…só que a senhora tinha passado pelo mesmo, tinha um brilho especial e uma predisposição para ajudar os outros e para fazer viver de novo que era o que eu estava a precisar e consegui-me fazer ver e crer que não é um casamento que já não funcionava bem antes, não era por isso que ia funcionar mal e que se funcionava mal não era por isso que ia funcionar bem…"* (p. XIII).

Esta presença ajudou Ilda a recuperar forças, mas acima de tudo influenciou, a esperança para ultrapassar esta situação de doença, impulsionando assim a sua vontade de ser voluntária *"… passado 6 anos de ter sido operada e de me sentir bem, comecei o meu voluntariado e a dar assistência às senhoras que tinham passado pela mesma situação…e creio que o meu olhar, ou seja, o olhar de luz da voluntária que me veio visitar, e que ficou nos meus olhos estampados, porque acho que esse primeiro impacto de quando se visita uma senhora que passou pelo mesmo não devemos chegar com os olhos cansados…"* (p. XV).

Esta prática trouxe-lhe uma "*uma luz de esperança*" e considera que é *"um recomeço e a perspetiva de esperança é igual para todos, o que ajuda os médicos, se a doente tem esperança é meio caminho andado…"* (p. XV).

2.3.1**. Etapa 1 do Momento III** (2003) **– Reconstrução mamária**

É notório que esta atividade lhe trouxe uma mudança a nível psicológico, pois foi importante forma ultrapassar da melhor forma esta fase, e também poder ajudar com a sua vivência na prática do voluntariado. Nesta fase positiva, e passado vinte anos, o seu cirurgião falou-lhe em realizar a reconstrução mamária com silicone, mas para Ilda não era nada pensava nem necessário, como relata: *"… foi na altura em que as atrizes de cinema faziam muita rejeição ao silicone e aos implantes e eu disse que nem pensar…"* (p. XIV). Com a possibilidade de fazer reconstrução mamária com músculo da barriga ou qualquer parte do corpo a narradora já lhe agradou mais como afirma: *"tinha um bocadinho de barriga que até me incomodava, fiz uma cirurgia plástica passado vinte anos exatamente em 2003 que… apesar da mama não me fazer nenhuma falta até aí me deu jeito, achei que era interessante a ter"* (p. XIV).

Quando à reação após a reconstrução a narradora considera como*: "boa, a nível estético, a nível emocional não vou dizer que teve uma importância, porque a minha cabeça estava bem resolvida sem prótese, a nível estético gostei do que vi e continuo a gostar"* (p. XV). Aqui é notório o papel dos seus pilares de apoio o marido e a voluntária que a fez psicologicamente principalmente estar bem orientada e com uma maior força.

Transversal à mesma Trajetória Sócio-Identitária é a centralidade das transformações no seu corpo físico e de 3 níveis de impacto na componente social do mesmo: no vestuário; na intimidade – relação com a cicatriz e receios quanto às reações do marido; e nas atividades lúdicas com clara exposição do corpo, tais como idas à praia ou à piscina. Assim, no que se refere à avaliação da desqualificação social da mulher, temos em conta as *"considerações estereotipadas no feminino"* e o *"desempenho e jogos (escolhas de posição, construção de personagens?)*", de "*adequação ou manipulação de conteúdos indesejáveis-negativos"* (Dubar, 1997, p. 258). Tendo por base a análise de Claude Dubar, constatam-se ruturas identitárias positivamente resolvidas nos dois tipos de negociações identitárias: *i)* quer nas *interiores* — relativas aos compromissos internos entre, por um lado, *"as modalidades de identidade herdada"*, projetadas na imagem da "perfeição" do corpo e, por outro lado, nas *"configurações identitárias (...) ambicionadas"* por Ilda - ou seja, a aceitação das transformações do seu corpo; *ii)* quer nas *exteriores*, negociações elaboradas entre a forma como os outros identificam o corpo da mulher e as *"incorporadas-assumidas pelo individuo"* - ou seja, Ilda passa a assumir, gradualmente, o seu novo corpo, ao mesmo tempo que alcança o reconhecimento social positivo.

APÊNDICE E2: Análise descritiva do Relato da Narradora Isabel

1. Apresentação do caso de Isabel

Isabel nasceu a 8 de Agosto de 1960 na Cidade de Espinho. Casou-se e sempre viveu na cidade onde nasceu, mesmo após o seu divórcio em 7 de Dezembro de 2000. A análise da sua trajetória de vida é marcada por 3 Momentos Marcantes: O primeiro Momento Marcante (Fevereiro de 1998): **"Do 1.º sintoma do Cancro da Mama, à inesperada operação enfrentada com a força da sua fé Católica"**; O segundo Momento Marcante (inícios de 2004): "**Possibilidade da reconstrução mamária";** O terceiro Momento Marcante (2004 a 2013): **Tornar-se voluntária.**

Nascida em Espinho a 8 de Agosto de 1960, Isabel sublinha, no relato a decisão, dela e do marido, de adotar uma criança no início de 1993, para minimizar a impossibilidade de ter filhos. Apesar das burocracias relativas à adoção, segundo diz, terá sido um processo relativamente rápido e, em Abril, concretizam a adoção de um menino de 3 meses.

No que respeita à entrevista, foi realizada, no seu intervalo de almoço da narradora que optou pelo carro da investigadora como local para a sua realizar do que se faz uma avaliação global positiva. Apesar do seu à-vontade para falar da vivência de cancro, no discurso de Isabel transpareceu uma certa insegurança e até mesmo receio de poder cometer erros. Esta reação de Isabel foi-se mantendo embora a entrevistadora a tenha colocado totalmente à vontade, assim como sempre foi reforçando o facto de a mesma ser soberana no relato do seu percurso de vida.

Análise da Trajetória de vida Identitária: Momentos Marcantes

2.1.Momento I (Fevereiro de 1998): **"Do 1.º sintoma do Cancro da Mama, à inesperada operação enfrentada com a força da sua fé Católica"**

Em Fevereiro de 1998 Isabel depara-se com o 1.º sintoma de cancro da mama: *" Foi um choque muito grande, eu estava na cama, já para dormir e quando me virei de lado de repente o braço tocou no peito esquerdo e notei um papinho"* (p. XIX).

Como Isabel trabalha num Hospital logo no dia seguinte contatou com um médico-cirurgião e expôs o seu caso: *"... e ele viu-me, mandou-me logo fazer exames e a partir daí*

fiquei sempre à espera do resultado" (p. XIX). E recorda o momento em *que* recebe os resultados:*"…ele disse que tinha de ser operada com urgência, fui operada, mas sempre a pensar que se ficasse com o peito ou não ficasse, o que fosse melhor para mim é que ia ser bom não é?…".* Mas apesar da convicção de que tudo terminaria bem, o grande medo de Isabel era o medo de qualquer mãe: *"… o meu interesse era ficar cá, porque tinha o meu filho que na altura tinha 4 aninhos e pronto eu pensava muito nele, pronto queria ficar cá"* (p. XIX).

Para enfrentar está situação Isabel refere ter ido buscar forças à sua fé: *" Agarrei-me muito a Deus, e como sou católica, pedi à Nossa Senhora que fosse o melhor para mim acontecesse na sala de operações e iluminasse os médicos para que eles fizessem o melhor"* (p. XIX).

2.1.1. ETAPA 1 do Momento I (Março de 1998):O medo de encarar a cicatriz e os tratamentos

A narradora continuou a ter muita insegurança e receio após a operação, apesar de afirmar que desejava que fizessem o que fosse melhor para ela. Só quando saiu da sala de operações é que teve a confirmação de que lhe tinham feito mastectomia *"…e eu mentalizei-me é porque tinha que ser assim"* (p. XIX). Mas durante a fase do internamento Isabel salienta que*"… nunca tinha coragem de ver a cicatriz"* (p. XIX). Recusa que manteve ao longo de todo o período de tratamento, apesar de o médico a avisar *" 'oh Isabel tens que olhar, para veres que o teu corpo está diferente', mas eu dizia 'oh Doutor hoje não que ainda não estou preparada'"* (p. XIX). Foi apenas quando se deparou com o último curativo que Isabel consegui olhar, como conta:*" olhei assim de relés e assustei-me um bocado; eu não imaginava como era um corte para uma cirurgia de mastectomizadas. E fiquei assim um bocado…"* (p. XX). Ainda mais difícil foi quando, em casa, passou a ter de ser ela própria a aplicar a pomada para cicatrizar: *"entretanto fui para casa, e claro depois tive de recomeçar a aplicar a Nívea na cicatriz… comecei a ver-me ao espelho e as lágrimas caíam, a primeira vez foi um choque muito grande".* Este choque segundo Isabel foi tão forte que ela quase *"… ia desmaiando… apesar de ter visto lá com o cirurgião, quando eu vi mesmo no espelho, ai eu não imaginava como era a cicatriz de uma pessoa, não havia tanta divulgação nesse aspeto"* (p. XX).

Neste Momento I foram afetados os Territórios Sócio-Identitários Laboral e Familiar; ou seja, com a urgência da operação, para além da cessação da atividade profissional, ocorre uma separação, forçada, entre Isabel, marido e filho, ao que se associa a pouca atenção que ela lhes podia dar nessa situação de doença.

2.1.2. ETAPA 2 do Momento I (1999): **Os curativos, os tratamentos e os seus efeitos**

Com o passar do tempo Isabel acaba por se habituar a tratar da sua cicatriz "*… depois com o passar do tempo comecei a por Nívea, noutro e noutro dia, já correu melhorzinho, e depois já me habituei a isso"* (p. XX). Nestas como noutra reações suas, denota-se a *lógica de luta pela adequação*. Com efeito, Isabel foi aconselhada a ir uma consulta de grupo agendada no IPO que tinha como finalidade os médicos decidirem se ia submeter-se a tratamentos - Quimioterapia e Radioterapia. Por precaução foi aconselhada a fazê-los e, segundo o relato foi mais uma prova de fogo para Isabel pelo ambiente com que se deparou: *" Na altura via lá muitas pessoas sem cabelo, mas a quimioterapia que eu ia fazer em princípio não iria ciar o cabelo (…) e isso é realmente uma coisa que choca um bocadinho à mulher, porque já não tem o peito, depois o cabelo cair…"*. Nesta fase que envolve diversos sentimentos e forças infindáveis a narradora revela*"… é uma fase que andamos ali que parece que depois as coisas vão acontecendo e vai-se andando… mas consegui ultrapassar e sempre a pedir auxílio a Deus e às minhas amigas Santas e consegui*" (p. XX).

2.1.3 **Fator de mudança** (2003): **A notícia da alta médica**

Com os tratamentos Isabel recorda também o cansaço crescente, com o passar do tempo: *"…ficamos cansadas, os globos brancos ficam em baixo… mas prontos!, depois tudo correu bem."* E, como acontece a todas as mulheres a quem é diagnosticado Cancro da Mama, Isabel passou a ser regularmente acompanhada: *"Entretanto andei no IPO nas consultas mensais, depois trimestrais e depois anuais; depois tive alta passado 5 anos"* (p. XX).

Ao fechar o Momento I salienta-se, em Isabel, a estratégia identitária de *sacrifício consentido* pelo facto de se entregar a viver o momento simplesmente com o apoio da sua fé. Depois deste processo - cirurgia, tratamentos, e acompanhamento - é lhe dada a alta que marca o final deste Momento Identitário.

2.2. Momento Marcante II (inícios de 2004): **Possibilidade de uma reconstrução mamária**

No ano seguinte à alta hospitalar Isabel foi sendo informada da reconstrução do seio, em relação à qual o seu médico*" não era assim muito a favor e dizia-me 'a senhora tem que pensar se fez uma cirurgia, qualquer cirurgia é um risco, se fez cirurgia para se salvar, tudo bem!, agora, fazer uma estética, corre risco!, mas a senhora é que sabe...'"(*pp. XX-XXI). Face a esta posição do médico, Isabel começou por se sentir *"assustada"*. Posteriormente, teve contato com uma amiga que tendo vivenciado a mesma situação de doença, só realizou a reconstrução mamária, quando o pode fazer com o seu próprio músculo: *"... ela nunca tinha feito porque as cirurgias eram todas feitas com próteses de silicone e ela nunca queria por um corpo estranho no dela"* (p. XXI). Com a evolução da cirurgia estética tinha, assim passado a ser possível recorrer ao músculo das pacientes; e, após a amiga lhe ter mostrado o resultado, Isabel mudou a sua opinião.

2.2.1. ETAPA 1 do Momento II (ao longo de 2004): **A reconstrução mamária**

A par da situação da amiga, Isabel ganha coragem e dá o passo importante *"...ganhei um bocado de força e fui fazer, na altura no IPO estava muito demorado e eu consegui fazer no Hospital da Prelada a cirurgia plástica, e fiz, pronto"* (p. XXI).

Dado este passo crucial para si mesma a narradora mostra como se sente e até faz mesmo a comparação com o período anterior à reconstrução:*" Uma pessoa fica totalmente diferente, fica-se muito bem e deixei de ter que andar com a prótese de silicone que andava sempre no soutien, no fato de banho…isso nunca deixei de fazer assim nada que podia dava sempre o passo em frente… mas, depois, realmente: com a reconstrução a vida muda muito, totalmente e sinto-me muito bem!"* (p. XXI). Esta cirurgia trouxe consigo o reforço da auto imagem e do ânimo de Isabel:*"... ver-me ao espelho com o peito parece que ainda me deu mais ânimo para viver e para conseguir… o peito está muito bem"* (p. XXI).

Tanto na cirurgia e como na reconstrução Isabel contou com o apoio familiar e de amigos*"... do meu marido, das minhas irmãs (que somos 4 raparigas e um rapaz), a família é essencial, as amigas, como no trabalho, tive muito apoio mesmo"* (p. XXI).

2.2.2.Fator de mudança (2004): O convite e a decisão

Isabel auto carateriza-se por gostar de ajudar os outros e refere que essa apetência aumentou com a vivência do Cancro da Mama *"… com isto senti mais necessidade de ajudar as outras pessoas*" (p. XXI).

Na verdade Isabel refere que sentia uma necessidade enorme de poder ajudar os outros, para o que foi influência pela voluntária que a visitava das vezes que esteve hospitalizada *"quando fui operada ela ajudou muito, com o livrinho que ela me deu com certos cuidados que eu tinha que começar a ter com o braço do lado da cirurgia e outros cuidados alimentares também… e mesmo a prótese de algodão que ela me ofereceu, que já saí do hospital com ela, pus o soutien assim larginho e aquela protesinha e já vinha com a camisola equilibrada dum lado e do outro e fiquei muito contente"* (p. XXI).

2.3. Momento Marcante III (2004 a 2013): **Tornar-se voluntária**

O testemunho da voluntária teve bastante impacto na narradora que relembra o conselho quanto à vida conjugal:*"… que se tivesse problemas, não era por isto que ia deixar de ter, se o casal mesmo no aspeto sexual que é das coisas que uma pessoa fica com medo e receio, não é?, que nos rejeitam, as coisas lentamente foram-se desenrolando naturalmente"* (p. XXII). Foram os vários conselhos que tiveram importância para Isabel e que a ajudaram na fase certa da sua doença.

Entretanto a voluntária convidou Isabel e esta aceitou: até hoje em dia, ainda pratica o voluntariado e afirma a importância que tem para ela - *"…gosto muito daquilo que faço, e sinto que quando vou lá também recebo, uma gratidão assim amiga das pessoas, sinto isso e sinto-me bem a fazer isto"* (p. XXII).

Este seu "*sentimento de ajudar"* também trouxe certas mudanças para a sua própria personalidade e para admiração, até por parte da sua família: *"fiquei mais tolerante, porque até a minha família diz, depois das situações que eu tive, elas são assim… 'eu não sei onde ela vai buscar aquela força!, e está sempre prestável a ajudar!'… ou quando está com problemas com o filho ou quê, eu digo 'oh vais ver que isso passa, é uma fase, isto vai-lhe passar e tal, dou assim muito apoio e elas comentam entre elas 'eu não sei como ela consegue fazer assim!'"* (p. XXII).

Não há dúvidas de que Isabel saiu fortalecida deste percurso identitário *“ sempre fiquei otimista e com cada vez mais força”* (p. XXII).

Neste Momento III denota-se que a narradora recorre à *lógica de ação de integração*. Com efeito, pelo facto de ter sido um caso de sucesso, acaba por integrar-se como voluntária, de modo a cumprir a vontade que tem de ajudar, cada vez mais, os outros. Para tal Isabel recorre à *Finalidade identitária de valorização*, pela confiança em si mesma que considera suficiente para poder ajudar outras mulheres nesta situação já vivenciada por ela o que acaba por lhe trazer uma afirmação do seu valor enquanto mulher.

APÊNDICE E3: Análise descritiva do Relato da Narradora Fernanda

1. Apresentação do Caso Fernanda

Nascida na Cidade de Espinho 21 de Abril de 1945, da análise de trajetória identitária da Fernanda – salientam-se três Momentos Marcantes: O primeiro Momento Marcante (Maio de 2007): **A descoberta da mancha vermelha até ao diagnóstico de Cancro da Mama**; o segundo Momento Marcante (Julho de 2007) – **A realização da mastectomia (ou operação) e as consequências dos tratamentos**; O terceiro Momento Marcante (2013) **– Os pilares de apoio e a sua relação com o filho.**

Esta é uma trajetória de vida de uma mulher ativa, divertida e trabalhadora que se depara com o Cancro da Mama aos 62 anos, e se vê obrigada a deixar de trabalhar naquilo que tanto gosta.

No que diz respeito à realização desta entrevista, decorreu muito bem a narradora por sua opção convidou-me para fazer a entrevista no seu domicílio em Espinho. Era notória a sua à-vontade enquanto me contava a sua história. Inclusive após o fim da entrevista a narradora fez questão de me mostrar a sua casa e mostrar a relação que mantinha com os seus cães (que já habitam na sua casa desde o tempo que era casada).

2.Análise da Trajetória Identitária: Momentos Marcantes

2.1.Momento I (Maio de 2007):A descoberta da manha vermelha até ao diagnóstico de Cancro da Mama

Foi nos finais do mês de Maio, Fernanda era comerciante (hoje já não é, por já estar reformada), e era dona de um restaurante em Espinho – negócio que já mantinha com o marido e que prossegui mesmo apos o seu falecimento. Numa segunda-feira Fernanda chega a casa de um dia de trabalho como relata: *"como faço todos os dias… estava-me a despir para ir tomar o meu banho e olho para o espelho e vejo uma mancha vermelha no peito esquerdo, olho assim para o espelho e disse: ai o que é isto? Como este bastante calor se calhar é cegado do aro do soutien e não me preocupei nada, nem tive pensamento nenhum"* (p. XXIII). Mesmo assim Fernanda não deu importância e foi dormir.

L

No dia seguinte de manha "*vou para a casa de banho para me preparar e olho para aquela mancha, vermelha…e disse não mudou nada se fosse cegado estava mais murchito, e, então olhei para aquilo não gostei e deu-me para ir ao posto médico antes de ir trabalhar*" (p. XXIII). É aqui que Fernanda se dá conta que podia ser mais alguma coisa e foi nessa mesma manhã à médica, antes de ir trabalhar. Após de ter exposto o caso a médica aconselha a fazer uma mamografia " *e eu por acaso tinha uma mamografia passada e ainda não tinha ido fazer. Dirigiu-se logo ao sítio onde costuma fazer e fez nessa hora. Passado alguns dias foi buscá-la e levei à médica de família e ela disse: "D. Fernanda não se importa de ir fazer a outra mamografia ao bairro de violas?"*. Apesar de ter sido feita noutro sítio o diagnóstico coincidia e ela então disse *"… (dizia lá que tinha cancro ou qualquer coisa) que tinha de ser vista noutro hospital, e foi então que me disse que tinha de ir para o IPO, eu comecei lá a chorar e… e então pronto lá fui eu para o IPO, e foi assim graças a deus tudo seguido*" (p. XXIII).

2.1.2. Fator de mudança (Julho, 2007)**: Notícia da operação**

No início do mês de Junho andou nestas andanças da médica e dos exames, até que foi fazer a biópsia.

No dia que ia saber os resultados no IPO " *o Doutor mandou-me entrar, ia com uma irmã minha a acompanhar-me e o Sr. Doutor lá esteve a ver e tal e disse-me logo, isto que a senhora tem é Cancro da Mama, e o que a senhora tem aí é para tirar é maligno*" (p. XXIII).

Após ter conhecimento do diagnóstico pelo médico referiu-me que só se podia retirar o nódulo mas ele aconselhou fazer uma mastectomia " *O Sr. Doutor é que sabe, se vê que é necessário pronto… e assim foi* ". Foi marcada a cirurgia fez os exames necessários, bem como as preparações necessárias e " *no dia 6 de Julho fui operada. Detetei no fim de Maio, o mês de Junho a preparação e o mês de julho fui operada, graças a deus, tenho andado bem, mas foi um grande choque*" (p. XXIV).

Nesta fase de mudança e com recurso ao discurso de Fernanda é visível que foi afetado o Território Sócio-Identitário laboral porque, teve de abrandar o ritmo de trabalho, a sua rotina de manhã até à noite e o Território Sócio-Identitário estilo de vida por consequência. Assim, a primeira fase da descoberta da doença está realizada, foram realizados todos os processos

de descoberta de diagnóstico e posteriormente realizada a mastectomia total. Dá-se a passagem para o segundo momento marcante da narradora.

2.2. Momento Marcante II (Agosto de 2007**): A existência de tratamentos**

Depois da operação a ida à médica de família teve um novo impacto em Fernanda, que apesar dos seus 62 anos se depara com a necessidade de fazer novos tratamentos como prevenção, "*isto é para uma precaução vai fazer uns tratamentos de quimioterapia e radioterapia, ...a operação fez-se muito bem, mas pode ainda ter algumas células que podem ter ficado, e assim por precaução vai fazer tratamentos de quimio e radio"*. Ao qual Fernanda se disponibilizou e referiu *"eu disse que estava nas mãos dela e o que ela me mandasse fazer eu fazia e assim foi"* (p. XXIV).

2.2.1. ETAPA 1 do Momento II (Agosto de 2007)**: Consequências dos tratamentos**

Após ter iniciado os tratamentos de quimioterapia que classifica como *"um choque muito grande mas que já passou."… foi um choque muito grande quando me começou a cair o cabelo"* (p. XXIV).

Na segunda sessão apesar de já ter conhecimento dos efeitos secundários dos tratamentos, aconselharam-na a cortar o cabelo ou até rapar o cabelo para que depois não custasse tanto. Mas não foi isso que Fernanda fez e o que ela tanto temia acontece "*Um dia estava a jantar fui ao quarto e ia para arrumar o meu cabelo para o lado e saiu-me um pedaço na mão, da parte da frente e eu naquele momento fiquei chocada, mas já estava avisada que ele ia começar a cair, e então logo nessa semana fui logo cortá-lo… foi mesmo rapar todo"* (p. XXIV).

No IPO, segundo a narradora dão uns cheques para quem quisesse comprar uma peruca, no valor de 150€. Com isto, toma a sua decisão de comprar a sua " *Então lá foi ao Porto a mais a minha irmã e (suspira) já ia com a ideia de escolher uma peruca, porque me diziam para eu escolher uma peruca, porque eu andava sempre com o cabelo muito bem arranjadinho… e então lá me raparam o cabelo todo e lá me puseram várias perucas para eu escolher, pronto lá vinha eu com a peruca na cabeça"* (p. XXIV).

2.2.2. ETAPA 2 do Momento II (2007): **Final dos tratamentos**

Após ter adquirido a peruca e se habituar a andar com ela todos os dias, os comentários apareciam "*... as pessoas diziam ai nem parece que é peruca, mas eu dizia olhe mas é uma peruca"* (p. XXIV).

Realizou todos os tratamentos de quimioterapia e de radioterapia "*graças a deus nunca senti nada demais…já se sabe que se sente sempre no sítio da operação, aquilo a repuxar, mas é normal."* Tem realizado consultas, exames (mamografia) e afirma *" acho que está tudo bem, pelo menos os Doutores lá dizem que está tudo bem, e ando a ser acompanhada lá"* (p. XXV).

2.2.3. Fator de Mudança (2007):**Reações à mastectomia e a comparação com a situação de viuvez**

Os pensamentos nesta fase são os mais variados e para a narradora não foi exceção *"…eu pensava que ia desta para melhor…a gente ouve falar deste cancro e isso, mas só quando bate a nossa porta é que dá-mos o devido valor, uma pessoa fica… a minha família ajudou muito, a mentalizar-me, e eu pronto enfrentei aquilo como se fosse uma coisa vulgar, como mesmo agora não me faz lembrar que sou uma doente cancerosa"* (p. XXV).

Embora tenha este pensamento como sendo uma situação comum, havia uma cicatriz que era impossível de se negar e ignorar. Quando se depara com a sua cicatriz Fernanda reage da seguinte forma: *"Ai…quando tiraram o penso… ao princípio quando se é operada a gente vê que aquilo está raso, apesar de ter lá aquelas almofadinhas, mas quando tiraram mesmo o penso é que uma pessoa olha e claro fica muito triste que é assim mesmo"* (p. XXVI).

Ainda que esta situação envolva reações inesperadas e carregadas com sentimentos negativos, nasce uma coragem repentina *" como deus me deu tanta coragem, eu ia para o espelho…";"…e olha e se vê aquela figura uma mama e outra sem nada é uma emoção assim bastante grande, mas ao mesmo tempo parece que tinha assim uma força que dizia para mim se não tenho não tive de me mentalizar aos poucos"* (p. XXVI).

Com esta vivência, onde mais uma vez se deparava com sentimentos caraterizados pela pesada influência do Cancro da Mama, Fernanda retrocede no tempo e relembra-se da situação de viuvez, para se apoiar e poder ultrapassar esta etapa.

"É quase quando o meu marido morreu também, vai fazer 10 anos andava sempre a chorar ia para o cemitério… depois chorava, chorava até que cheguei a um ponto e mentalizei-me, oh meu deus para que estou a chorar eu não resolvo nada, ele não pode vir aqui, mas eu tinha que chorar para ficar aliviada" (p. XXVI).

Denota-se uma comparação da situação de viuvez com a comparação de cancro, como forma de ultrapassar recorrendo à mesma força e justificações para ultrapassar a situação. Nesta fase é notório que o Território Sócio-Identitário familiar foi afetado pela perda do seu cônjuge.

2.3. Momento Marcante III (2007 a 2013): **Os pilares de apoio e a sua relação com o filho**

Durante a entrevista a narradora refere-se à família e mais especificamente à irmã como os seus pilares de apoio. Quando lhe pergunto sobre os seus pilares de apoio ela justifica: *"O meu apoio era a minha família, as minhas irmãs, o meu filho também me apoiou um bocadinho e então o meu namorado que esse foi mesmo…"* (p. XXV).

Após esta afirmação surge-me duas observações o porque do namorado ser o maior apoio e o porque do filho só a apoiar um *"bocadinho"*.

Assim pergunto o porque de o namorado ser o maior apoio, em que Fernanda me disse: *"sim foi, foi mesmo uma pessoa que me apoiou sempre, ia para todo o lado comigo e sempre a perguntar onde eu queria ir, não tinha complexo nenhum comigo e até muitas pessoas diziam olha o teu namorado não te deixou ficar? Havia pessoas um bocado estúpidas, e perguntavam se continuou comigo e eu disse graças a deus continua é a pessoa mais amiga que eu tenho, é verdade (risos) graças a deus até hoje tem sido uma pessoa excecional"* (p. XXV).

No que se refere ao seu filho a narradora define-o: "*ele é um bocadinho mais pronto… o meu filho não tem assim, como hei-de dizer dá-se bem comigo, fala comigo mas não é assim daquelas pessoas muito agarradas tem a vida dele…"* (p. XXV).

Tentando justificar quase a inexistência da relação que mantém com o filho Fernanda argumenta: *"que há um problema com a pessoa que está a viver, não encara muito bem comigo, nunca encarou e até hoje estou por saber o motivo, qual a razão por me ter virado".*

Apesar de tudo o meu filho dizia: *"Oh mãe se precisares de alguma coisa diz"* mas durante o tempo em que esteve hospitalizada Fernanda defende a sua atitude: *"fez uma coisa muito boa… todos os dias foi-me lá visitar e isso para mim foi muito importante, porque nunca pensei (desce o tom de voz) que ele me fosse lá visitar…"* (p. XXVI).

2.3.1. ETAPA 1 do Momento III (2013): A recusa de fazer reconstrução mamária

Após a sua recuperação, falaram a Fernanda da possibilidade de fazer reconstrução mamária, mas até hoje se negou a fazer justificando *"… eu por enquanto não tenho ideias de a fazer"* (p. XXVII).

Após esta afirmação surgiu-me a questão de o porquê de não querer fazer a reconstrução mamária. A narradora explica-me *"porque quando olho para o espelho não me mete aflição nenhuma e para o meu visual já não me mete aflição."* É notória a à vontade que tem com a sua nova situação física e como encara a sua perda, da melhor maneira (p. XXVII).

Outro fator que ajuda nesta decisão é a forma como o namorado encara a sua aparência física, como relata: *" Para o meu companheiro também é uma coisa banal, mas já se sabe que nos primeiros tempos é normal… despia-me ia para a casa-de-banho, ao vestir-me era sempre no mesmo sítio, já lhe aparecia à frente equipada, tinha assim um bocado de receio."* Mas em certa altura Fernanda tem a necessidade de lhe pedir ajuda e é aí que tudo muda *"eu precisei que ele me coça-se as costas, foi assim uma coisa qualquer, e ele disse-me tira isso para fora, que era o soutien…"*. Mesmo assim Fernanda avisa-o para que ele pode não reagir da melhor forma *"olha podes ficar e ele disse não, fico nada emocionado, tira à vontade, e a partir daí tirei o soutien e ele lá me coçou as costas"* (p. XXVII).

Embora tenham conquistado este à vontade, a narradora afirma que não quer dizer que se exponha totalmente, como conta: *" não quer dizer que apesar disto eu não me resguarde que é mesmo assim. Mas ele enfrentou muito bem a situação, até acho que enfrentou melhor que eu própria a expor-me a ele. Eu ainda me retraiu um bocado"* (p. XXVII).

Esta posição do companheiro face ao novo aspeto físico de Fernanda e mais uma das situações já referidas que contribuiu para continuar a ser a mesma pessoa, como se define " *gosto de me divertir, gosto de ir ao bailarico, sou uma pessoa assim ativa. Continuo a mesma ramboieira como costumo dizer (risos), … temos que nos mentalizar e encarar as coisas (risos), é um testemunho alegre ao menos"* (p. XXVIII).

Neste momento a narradora recorre á utilização da *tática identitária de resposta de contorno*, pelo facto que justifica o facto de o companheiro já ter aceitado o seu estado, e a própria acaba por se contentar no aceitamento da nova fisiologia do seu corpo.

APÊNDICE E4 : Análise descritiva do Relato da Narradora São

1. Apresentação do Caso São

Nascida na Cidade de Ovar no dia 5 de Maio de 1978, vive em Espinho desde os seus 5 anos e, atualmente com marido e filhos – um menino de 7 e uma rapariga de 5 anos - da análise de trajetória identitária de São salienta-se três momentos marcantes: O primeiro Momento Marcante (2005 -2007):**Anulação do 1º. Sintoma pela gravidez e o difícil diagnóstico;** O segundo Momento Marcante (6 de Setembro de 2007): **A primeira ida ao IPO e a confrontação dos resultados dos exames;** O terceiro Momento Marcante (27 de Novembro de 2007): **A reconstrução mamária**; O quarto Momento Marcante (2008-2013): **O receio da descoberta da situação de doença no local de trabalho.**

Esta é uma trajetória de vida de uma mulher ativa que se casou aos 27 anos e que, aos 29 se deparou com o Cancro da Mama, o que lhe provocou um enorme medo por ter 2 filhos a cargo.

Quanto ao contexto da realização da entrevista, a qual correu muito bem, teve lugar num café em Espinho escolhido por São. A investigadora foi ao seu encontro, tendo São estado sempre acompanhada pelo filho mais velho e, ao longo da entrevista, revelado crescente à-vontade no que se referia à sua vivência do Cancro da Mama.

2. Análise da Trajetória Identitária: Momentos Marcantes

2.1.Momento I (2005 -2007):**Anulação do 1.º sintoma pela gravidez e o difícil diagnóstico**

São descobriu que tinha um nódulo na mama esquerda em 2005, período antes de engravidar pela segunda vez, quando o detetou definiu-o da seguinte forma *"... um noduluzinho muito pequenino, uma coisa mesmo assim quase sem significado nenhum…"* (p. XXIX). Numa consulta do filho no Hospital, dada a sua preocupação falou à médica do sucedido e esta prescreveu-lhe uma ecografia mamária: *"só que entretanto aquilo desapareceu…"*. Num curto espaço de tempo engravidou do segundo filho e São refere que deixou de sentir o nódulo*"... nunca mais detetei nódulo nenhum. Entretanto tive a minha filha passou-se um ano e ela ao fazer dois anos, foi quando descobri isto, eu detetei um*

empastamento e um caroço" (p. XXIX). Começa, assim, a vivência do Cancro da Mama por São.

São, após novo (re?) aparecimento do caroço, opta por ir ao médico de família e também ao médico de segurança no trabalho; ambos, após a realização dos exames, fizeram a mesma afirmação *" à partida não é nada que se possa preocupar. Daqui a 6 meses torna a repetir"* (p. XXIX).

2.1.1.ETAPA 1 do Momento I (início de Agosto de 2007): **As 3 queixas sucessivas e a centralidade do filho no processo**

Mesmo assim São insiste e, preocupada tornou a alertar o médico de família*" eu disse que isto não está bem à qualquer coisa, porque noto a minha mama a ficar maior, está a ficar aqui um empastamento, quanto faço mais um esforço para me despachar dói-me mais…"* mas o médico torna a afirmar que não é nada demais (p. XXIX).

Entretanto, como tinha novamente agendada, no hospital, uma consulta com o filho, disse ao meu marido: *" olha isto não está bem porque vejo a minha mama a ficar maior do lado direito, isto dói-me e este nódulo grande, noto que isto está a aumentar"*, uma situação perturbadora, e a somar que teve de comprar mais soutien porque *"a mama não cabia dentro da copa dos que eu usava ficava assim um bocadinho para fora"* (p. XXIX). E assim foi, a narradora tentou encontrar a médica conhecida no hospital, mas ela estava de férias. Não se dando por vencida, São consegue *"…descobrir o consultório dela"* e marca consulta com a Doutora (p. XXIX).

2.1.2 Fator de Mudança (9 de Agosto de 2007)**: São é aconselhada a fazer biópsia ao peito**

Ao mostra-lhe a sua mama, a perceção que São teve pela reação da médica foi grave: *"ela arrepiou-se por dentro mas ela não me disse";* de seguida é aconselhada, mais uma vez, a fazer novamente os exames mas com um dado novo *" é para biopsar"* (p. XXIX).

Os resultados diagnosticaram uma mastite mas, para ela foi uma aparente forma de alívio que, na verdade, não aconteceu. De facto, passado alguns dias o inesperado acontece: o mamilo começa a sangrar demonstrando que alguma coisa não estava bem. São consulta de novo à médica que decidiu que estava *"está na hora de ser vista por um especialista"* o que,

no entender da narradora, significava que a médica já sabia o que se passava mas não lhe quis dizer. A médica acabou, só, por confirmar o que ela já tinha sentido mal virá o seu peito.

2.2. Momento Marcante II (6 de Setembro de 2007): **A primeira ida ao IPO e a confrontação dos resultados dos exames**

Aconselhada a visitar um especialista no IPO logo após a realização de novos exames, o médico confirma o diagnóstico, face ao que São refere como se sentiu ao ouvir aquela notícia: *" é assim eu não senti o chão a fugir-me dos pés como muitas mulheres sentiram, até porque eu disse, eu, se for sozinha saiu de lá, levar o meu marido, ele ainda é pior e depois nem sei como hei-de reagir…"* (p. XXX). Então, recorreu ao filho mais velho - *"Oh filho anda com a mamã e o papá ao porto"*- para aguentar melhor o momento. Ao longo do seu discurso é claro que o seu filho foi o pilar de apoio neste processo e São justifica o porquê de não ter recorrido a outra pessoa *"… o meu marido ainda ficou pior que eu, aliás toda a gente á minha volta estava pior que eu"* (p. XXX).

2.2.1 ETAPA 1 do Momento II (Setembro de 2007): **A mastectomia e a proteção dos familiares diretos**

No que se refere ao diagnóstico a narradora sempre foi firme no que queria *" eu disse se for preciso tirar-me a mama eu prefiro que me tirem do que ficar com um bocadinho e depois passado algum tempo tirar o resto, por isso mais vale arrumar o assunto duma vez".* E foi possível realizar a sua vontade com a marcação da cirurgia, logo de uma semana para a outra (p. XXX).

Após a operação e a realização da mastectomia total da mama, quando São se deparou com o sucedido, não teve a melhor reação: *"quando me vi sem mama foi um choque, foi assim uma coisa mesmo… senti-me mutilada, acho que é assim que todas a mulheres se sentem mutiladas. …senti-me revoltada, porque é que me aconteceu a mim, acho que isso é normal todas as mulheres sentirem isso sobretudo revoltada por não haver cura imediata…"*(p. XXX).

2.2.2. Etapa 2 do Momento II (Finais de 2007): **O pós-operatório**

Após uns dias da operação, acabou por se habituar: *"pronto!, temos de saber lidar com o corpo após a mastectomia. Eu depois lidei bem. Chorei muito no primeiro dia que e vi sem*

mama, chorei muito. Mas eu nunca chorei em frente a eles nem ao pé do meu marido para protegê-los"(p. XXX). A razão pela qual a narradora queria proteger tanto a família decorria de sentir que marido e filhos sofriam mais do que ela propriamente; e, aí São reage: *"eu disse 'eu é que estou mal! eu é que preciso de apoio desta gente e esta gente está toda a chorar, ainda piores que eu?'"*. Como se não bastasse também houve uma reação por parte da sogra que a marcou ao relatar uma situação conhecida dela: *"olha fulana tirou o peito há trinta e tal anos e ainda anda aí"*, em que ela responde *"anda e eu também vou andar se Deus quiser. Foi a maneira de ela reagi. Foi a maneira de ela me dar força, há maneira dela, porque já são pessoas idosas…foi à maneira de ela ajudar pronto"* (p. XXXI).

Quanto aqueles que lhe deram apoio neste processo do pós-operatório salienta duas pessoas: a mãe e a cunhada. Da mãe a narradora diz: *"também me deu bastante força… disse-me assim podes ter a casa a arder e anda para a frente, não vale a pena ficares em baixo."* No que se refere as atitudes positivas da cunhada, sublinha: *"lembro-me que quando cheguei a casa que tive alta da cirurgia e eu tinha um cesto de roupa para passar e a minha cunhada tinha-me passado… eu cheguei a casa e vi o cesto cheio de roupa já toda passadinha…"* (p. XXXI). Contudo, gostando da atitude mas não querendo dar de parte de fraca, principalmente em frente ao marido, São ter-lhe-á dito: *"…'pega no cesto e leva lá para cima que eu vou arrumar a roupa dos meninos'; ele disse que eu não podia fazer força, e eu disse 'não te preocupes que eu ainda tenho o braço direito'… andei sempre assim nunca fui abaixo"* (p. XXXI).

Ao longo desta etapa, e pelo exposto, é notório que foi afetado o território sócio-identitário familiar, principal alvo da proteção da narradora. Outro território afetado é o de estilo de vida, visto que, se vê condicionada na realização das tarefas associadas ao papel de género feminino e, em particular a "mães de família".

São, como é comum entre as mulheres mastectomizadas, teve acesso à prótese de algodão, facultada pela voluntária que a visitava no hospital *"… usei a prótese de algodão que a D. Fátima – voluntária - me arranjou"*. Após a operação ainda teve que enfrentar uma última barreira: *"depois ainda ganhei um carcinoma (um líquido) que tive de andar a tirar"* (p. XXXII).

E passado apenas um mês da operação, no dia 6 de Setembro mais precisamente, São recebeu os resultados dos seus exames das mãos do médico especialista, que a vinha acompanhando desde o início. E narradora recorda: *"oh doutor …os resultados dizem se tenho que fazer quimio e radio?".* A esta pergunta o médico sossegou-a com a boa nova de não ter de fazer esse tipo de tratamentos. Para São foi uma sensação incrível *"…deve ter sido daqueles dias, daquelas raras alegrias que eu tive… eu só me faltava pegar no doutor e atirá-lo ao ar"*(p. XXXII).

2.2.3. Fator de mudança (2008): **A boa nova – São não tinha de fazer tratamentos**

A importância desta notícia foi de tal ordem sua alegria foi notória e imediatamente se expressou como relembra: *" … depois ia a caminhar, eu ai aos saltos pela rua, em frente ao Hospital Militar no Porto eu aos saltos e o meu marido era assim 'caminha direita!' e eu 'quero lá saber que estejam a olhar para mim! eu estou feliz da vida, estou contente!'…"*(p. XXXII). Foi a rampa de lançamento que São precisava para tomar a sua decisão e avançar assim, para a reconstrução mamária.

O território socio-identitário de estilo de vida é aqui novamente afetado é pelo facto de vislumbrar com a possibilidade de recuperar gradualmente a sua autonomia e saúde, visto que, a vivência da situação de doença tinha, desde agora, um fim à vista.

2.3. Momento Marcante III (27 de Novembro de 2008): **A reconstrução mamária**

Após um ano e pouco, depois da grande notícia relativa a não ter que fazer outros tratamentos, São chega ao fim do tempo de mentalização quanto à reconstrução mamária, dá assim o primeiro passo neste sentido*" Marquei e fiz no dia 27 de Novembro a minha reconstrução mamária"* (p. XXXII). Assim a narradora vê realizada a oportunidade de revalorizar e de se sentir melhor com o seu corpo: *"Eu saí de lá toda recauchutada, não é tudo mau (sorriso), perdi um pneu, porque me fizeram com músculo, fiquei toda lisinha e levantaram-me a outra mama, não posso querer mais… não é tudo mau (sempre a rir)"* (p. XXXIII). Depois da operação quando se confronta com o espelho - objeto importante na avaliação do corpo por homens e mulheres e claramente mais marcante para as pessoas que passaram por cirurgias – a sua reação transforma-se *"…uma alegria enorme mesmo…"*. É um

passo que elimina a prótese de algodão que até agora sempre andou *" só o facto de eu tirar o soutien e não me cair a prótese e não me ver sem mama é muito bom"* (p. XXXIII).

Aquando este processo surge a questão de como terá o marido reagido à reconstrução, depois da proteção gigantesca de que foi alvo neste processo pela narradora, que afirma: *"que nunca falaram sobre isso"* pelo facto de o marido nunca ter puxado por esse assunto e também nunca foi igualmente abordado pela mesma. Defendendo-se assim que *"isto foi um percalço que surgiu e… tentou-se ultrapassar e andar para a frente"* (p. XXXIII).

2.3.1. Etapa 1 do Momento III (Novembro de 2008): **A relação do casal no processo de reconstrução mamária e a proteção extrema de São pelo marido**

Quando questionada porque se refere a tudo isto como um percalço a narradora defende: *" é como uma pedra no sapato, que pegámos na pedra e andamos para frente."* Argumenta ainda que *"sempre tivemos uma boa relação emocional como a nível sexual nunca ouve problema nenhum.".* Ainda reforça a ideia que *" … ele nunca falou no assunto, mas eu sei que se precisa-se daquele metro e noventa – como lhe costumo chamar, porque ele é muito alto- eu sei que ele estava ali"* (p. XXXIV).

Apesar de São ter relatado que era um assunto que o casal preferiu não abordar, esta considera "*…um dos pilares. Ele para mim e para ele. Sempre nos apoiamos muito um ao outro."* No que se refere aos filhos menciona que *"… estes pequeninos que nos dão muita força. É diferente quando temos filhos grandes e quando eles são assim pequeninos…"*(p. XXXIV).

Esta etapa caracteriza-se pela utilização pela *tática identitária de reposta de contorno* pelo facto de apesar de o marido ir às consultas com ela, nunca abordaram o assunto do Cancro da Mama e nem tão pouco o passo da reconstrução mamária. São recorre à utilização da *finalidade identitária benéficos psicológicos*, ou seja, era uma defesa para o seu bem-estar psicológico e mais uma maneira de contornar a realidade da vida do casal, arranjando forças para enfrentar esta situação.

2.3.2. Fator de Mudança (finais de 2008): **A fé e a nova valorização que dá à sua vida**

Durante a entrevista São refere o facto de ser uma pessimista por natureza, mas em contra partida afirma ter tido muita força. Quando questionada onde foi buscar essa força toda

afirma *“ Não consigo explicar a mim própria, sinceramente.”* Refere que recorreu à fé que tem e justifica: *“ eu falo por mim se já tinha fé, agora nesta fase, agarrei-me muito à nossa senhora de Fátima, foi uma das coisas onde fui buscar essa força. Tou aqui”* (p. XXXV).

Ao estar a recordar tudo que passou, a narradora refere que mudou a sua forma de encarar certas situações, com defende: *“… o mundo de outra maneira.”.* Por outras palavras dá o exemplo que *“coisas que não dávamos tanta importância e agora damos mais…”, “eu volta e meia discutia com o meu marido, coisas sem importância, que a partir desse dia não voltámos mais a discutir com ele.”* Outro aspeto que mudou foi a sua maneira de ser *“passei a ser muito mais tolerante, as coisas que eu queria fazer hoje deixo para amanhã, se tiver com o meu marido e os meus filhos e se quisermos ir dar uma volta vamos, o que tiver que ficar fica. O trabalho não morre nós é que morremos”* (p. XXXVI).

2.4. Momento Marcante IV (2008-2013): O receio da descoberta da situação de doença no local de trabalho

A narradora no decorrer da entrevista refere-se ao *território socio-identitário laboral*, ou seja, a atitude/decisão que teve em não contar o que estava acontecer, quando confrontada com a realidade - não poder ir mais trabalhar. Por decisão da própria, optou para que ninguém soubesse o que se passava com exceção de duas pessoas – a chefe e a rececionista da instituição onde trabalha. Quando questionada com o porque dessa decisão São defende: *“ as pessoas são más, são más”*. Por outras palavras diz: *“As pessoas não sabem o que é isto, só quem passa por uma situação destas é que sabe dar valor…” ,“…porque na altura em que eu fui para ser operada eu disse à minha chefe, informei-a e eu tava nas noites e ela teve que trocar o meu horário por outra colega e eu disse que assegurava o horário até x dia… quando acontece esta troca surgem comentários maus mesmo”,* ou seja, através do que foi ouvindo *“ ah porque fez troca com fulana e eu não posso fazer…”*. Interrogada pelo facto de não contar o que realmente se passava, São afirma *“Não, não, não, porque as pessoas tecem comentários e não sabem o que estão a dizer…”* (p. XXXVII). No final acabaram todas por saber através de comentários como referiu. Neste momento a narradora recorre à utilização da *finalidade identitária* que é as dos *interesses sociais específicos*, que neste caso, foi a forma de não ver a sua vida exposta fora da sua zona de conforto, de maneira que possibilitava a viver a sua situação com quem São considerava ser as pessoas indicadas.