

15. Voltar à Quimioterapia quando o corpo pede Paz

written by Vitor Lima | 25 de Janeiro, 2026



Voltar à quimioterapia, depois de duas semanas de pausa, chega a parecer absurdo. Em tão pouco tempo, duas semanas apenas, o corpo engana-nos: começamos a sentir-nos melhor, mais leves, quase normais. E é aí que a verdade dói mais, porque sabemos que vamos ter de voltar.

Voltar é sempre um choque. De quinze em quinze dias, a vida entra num ciclo estranho: parar, respirar um pouco, e depois recomeçar tudo outra vez. Os enjoos regressam, o mal-estar instala-se, o corpo protesta. Aquilo que já parecia ultrapassado levanta-se novamente, como se nunca tivesse ido embora.

O mais difícil é a cabeça. Há dias em que estamos bem e perguntamos em silêncio: como é que vou aguentar isto outra vez? Até quando vai durar? São perguntas que não fazemos em voz alta, mas que ficam ali, a bater, enquanto sentimos tudo a mudar de novo dentro de nós.

É duro aceitar que, quando finalmente nos sentimos melhor, temos de voltar ao ponto zero. Há momentos em que o cansaço vence a vontade, em que já não queremos mais. Mas faz parte. Faz parte do tratamento. Faz parte desta luta que não escolhemos, mas temos de enfrentar.

Em conversa com a enfermeira que me acompanhou no tratamento, fiquei a saber que o IPO realiza, em média, entre 350 a 380 sessões de quimioterapia por dia. Todos os dias. São centenas de pessoas que, tal como eu, vivem este ciclo de coragem silenciosa, de medo contido e de esperança teimosa. Este número impressiona e deve fazer-nos parar.

Não são estatísticas frias, são vidas, famílias, histórias suspensas entre tratamentos. É um alerta claro para a dimensão real da doença oncológica no nosso país e um apelo à valorização dos profissionais de saúde, ao reforço de meios e ao investimento sério na prevenção e no diagnóstico precoce.

Porque é neste tratamento que está a possibilidade de continuar. São os apoios, os amigos e as palavras certas nos dias mais difíceis que nos devolvem a força quando sentimos que ela já se esgotou. A fé ampara-me quando tudo parece vacilar. É ela que me mantém de pé e me lembra que vou conseguir. Devagar, mas firme. Um passo de cada vez, um dia de cada vez.