

22. Entre Feridas e Força: Uma Semana Difícil que Também Ensina a Resistir

written by Vitor Lima | 15 de Março, 2026



Há semanas que parecem mais longas do que o calendário consegue contar. Dias que pesam no corpo e obrigam a mente a procurar reservas de coragem onde quase já não parecem existir.

Após mais uma sessão de quimioterapia, os efeitos voltaram a fazer-se sentir com dureza. Desta vez, atingiram particularmente os olhos. As manhãs passaram a começar de forma lenta e dolorosa: pálpebras coladas e sensíveis, exigindo cuidado redobrado logo ao despertar. A água morna transforma-se no primeiro alívio do dia, num pequeno ritual de paciência antes de enfrentar as horas seguintes.

Mas os olhos não foram os únicos a sofrer. As feridas regressaram também aos dedos, tornando difíceis gestos que antes eram automáticos, tocar, segurar, abrir uma porta ou

pegar num copo. Movimentos simples passam a exigir esforço e atenção. O corpo impõe limites e obriga a abrandar o ritmo.

Ainda assim, por entre o desconforto e o cansaço, há algo que permanece intacto: a vontade de continuar.

Não se trata de heroísmo nem de dramatização. Não há discursos grandiosos ou lamentos prolongados. Há apenas a realidade crua de quem enfrenta um tratamento exigente e aprende, dia após dia, a adaptar-se às pequenas batalhas.

Revela-se na persistência em sair da cama quando o corpo pede repouso. No cuidado paciente de tratar as feridas. Na aceitação de que existem dias mais difíceis e de que isso não é sinal de fraqueza, mas de humanidade.

Cada semana complicada traz também uma aprendizagem discreta: valorizar os dias bons quando chegam, respeitar o ritmo do corpo e, sobretudo, manter acesa uma esperança serena.

Uma esperança que não ignora a dor, mas que escolhe não viver dominada por ela. Para quem atravessa caminhos semelhantes, fica a certeza de que os dias pesados não anulam a possibilidade de luz. O processo é duro, mas é também uma prova de resistência. Mesmo quando o espelho devolve sinais de desgaste, existe uma vitória em cada passo dado. Porque continuar, mesmo devagar, é por si só uma forma de coragem.