

# “PARA SEMPRE, MEU AMOR”

O SENTIMENTO DELE PELA ESPOSA SE ESPALHOU E GANHOU POTÊNCIA DIANTE DO CÂNCER DE MAMA DELA. INSPIRE-SE NO APRENDIZADO DO HOMEM QUE VIU A DOR TERRÍVEL FORTALECER O CASAMENTO, E A VIDA

POR ROBERTO RODRIGUES FERREIRA  
EM DEPOIMENTO A THERESA DINO

## MINHA MULHER IA TIRAR O SEIO. Ou parte dele.

Impossível ter certeza de como seria a cirurgia, por mais que já tivéssemos as imagens feitas por exames de alta tecnologia. Éramos casados havia 16 anos quando descobrimos um câncer na mama direita dela. Em junho de 2011, recebemos o diagnóstico. O sofrimento foi pavoroso e a doença mudou nossas vidas bruscamente. Para melhor.

Sandra, 48 anos, e eu, Roberto, 52, somos paulistanos e nos conhecemos na Alemanha em 1993. Ela estava trabalhando na Áustria e, antes de voltar ao Brasil, viajou a Munique, onde eu morava. Sandra queria aproveitar a Oktoberfest e se despedir de algumas amigas. Uma delas era minha colega.

Já aconteceu lá. Quando vi Sandra pela primeira vez, fui tomado pela convicção de que a gente ia ficar junto para sempre. Eu estava certo, ao menos até agora. Na Alemanha, saímos três vezes. Sete meses depois, cheguei ao Brasil, liguei logo para ela e... Casamos em 1995 e assim estamos. A iminente sombra da morte não conseguiu abalar nossa **união**.

Talvez isso seja porque, antes de a morte espreitar bem de perto, Sandra e eu já tínhamos criado uma cumplicidade valente, laços firmes de verdade, ao enfrentar outros desafios. Nenhum imenso como o **câncer**. Mas, muitas vezes, é acabando com descompassos simples que a gente consolida uma parceria imbatível. Sim, imbatível – hoje, posso afirmar isso com tranquilidade. →

## 20% não aguentam o baque

“Não conheço dado científico confiável sobre isso, mas minha impressão é de que ao menos um em cada cinco casais em que a mulher tem câncer de mama acaba se separando”, diz Rafael Kalijs, oncologista do Hospital Israelita Albert Einstein e diretor científico do Instituto Oncoguia, ambos em São Paulo.

## 2º lugar

É a posição do câncer (neoplasias) no ranking de doenças que mais matam no Brasil (as cardiovasculares estão em primeiro), segundo o Instituto Nacional do Câncer (Inca). Câncer é o crescimento exacerbado de células que adquirem a capacidade de se desprender e se implantar em outros locais do corpo. Decorre de uma mutação no material genético da célula.

## 2013

Sandra Godoy e Roberto Ferreira: mais felizes do que nunca



## A DECISÃO

No começo do casamento, nossos horários não batiam. Um mero descompasso que pode implodir relações – indisponibilidade cansa! É muito legal sair da firma e estar no cinema às 20h com ela. Não era nossa rotina. Sandra, jornalista de uma assessoria de imprensa da área cultural, trabalhava mais à noite e nos finais de semana. E eu, economista, das 9h às 18h.

O jeito que achamos para descomplicar foi papear bastante sobre os projetos profissionais de cada um. Aí a gente interagiu, um sabia o que o outro estava fazendo. Também acompanhei Sandra em inúmeros eventos. Então, foi respeitando os espaços individuais que criamos espaço para a gente como casal. Era preciso respeitar os desejos de cada um. Era preciso, porque a gente queria construir uma vida juntos. Ela queria viver comigo e eu queria viver com ela.

Isso foi essencial para fortalecer o casamento – e lutar contra o câncer de minha esposa. Descompasso do dia a dia, como horários incompatíveis, nos fizeram concretizar logo princípios que definem nosso relacionamento até hoje: liberdade, parceria e confiança. Não que tenha sido fácil. Imagine sua garota solta num mundo altamente sedutor – noite, espetáculos, famosos. Eu ficava inseguro, claro. Pensava: “Meu, será que vai dar?”. Mas deu muito certo.

## A FILHA

Helena nasceu em 2000. Aí, Sandra passou a fazer assessoria de imprensa para empresas, de dia. Eu também toquei uma mudança que influenciou o casamento. Aceitei uma posição no interior. Passei a morar em Ribeirão Preto de segunda a sexta e em São Paulo, sábado e domingo. Foi em 2009.

Por um lado, minha mudança fez bem. Eu sentia muita falta de Sandra e ela de mim – um descompasso de rotina outra vez evidenciou o quanto a gente se amava. Por outro lado, criei um problema de gestão familiar. Reconheço, acabei ficando com a parte boa da educação de Helena – ou seja, conviver no final de semana, dias de maior diversão, mais livres de obrigações e broncas. Lá pelas tantas, Sandra cansou disso, se sentia sobrecarregada. Aí, pensamos: “Pô, realmente, estar junto só sábado e domingo não é uma coisa que a gente queria!”

Voltei a São Paulo no início de 2010. Cedi, como fez Sandra quando nossa filha nasceu. Sempre buscamos equilíbrio. Taí outra coisa que fortaleceu nosso relacionamento. Gosto muito de chegar ao final do dia e encontrar Sandra para contar as coisas e ouvi-la. É muito bom estar com ela, viver com ela.

## A DÚVIDA E O RISCO

Topar de supetão com a possibilidade de essa vida morrer logo foi, no mínimo, desesperador. A descoberta do câncer na mama de Sandra fez, num

## Corpo médico

Os especialistas que trataram de Sandra Godoy: José Maria Cordeiro Ruano, ginecologista, Chefe do Serviço de Videolaparoscopia da Disciplina de Ginecologia Geral da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp); Ricardo Lencioni Mazzei, mastologista, responsável pelo serviço de Mastologia do Centro de Atenção Integral à Saúde da Mulher (CAISM-ABC), Hospital Municipal Universitário de São Bernardo do Campo (SP); Fabio Luiz Malisano, anestesiológico do Hospital Israelita Albert Einstein; André Luiz Pires de Freitas, cirurgião plástico e professor da Faculdade de Medicina do ABC, em São Paulo; Rafael Kaliks, diretor científico do Instituto Oncogua e oncologista do Hospital Israelita Albert Einstein; e Rodrigo Hanriot, radioterapeuta do Hospital Israelita Albert Einstein.

## Exames preventivos

A mamografia (radiografia de mama feita com equipamento especial, não requer contraste) deve ser realizada anualmente a partir dos 40 anos de idade. Já o exame clínico das mamas, executado por um profissional habilitado, a partir dos 30. A mulher com histórico familiar de câncer deve iniciar tudo isso mais cedo, em idade a ser discutida com o ginecologista.



2012  
Domingo no parque, três meses após o fim da radioterapia



2008  
Curtindo Florianópolis (SC), três anos e meio antes de ela ter câncer



2006  
Helena, com 6 anos: diversão junto aos pais na Ilhabela (SP)



2004  
Namoro no jardim, da casa que Roberto e Sandra tiveram em São Roque (SP)

estalo, o mundo parecer perder todas as regras, todo o sentido. “Entrei saudável no consultório e saí com câncer.” É como minha mulher hoje conta para as pessoas. Justo ela que fazia exercícios (musculação e ioga), comia legal, estava no peso certo. Transávamos bastante. Sandra nunca fumou. Bebia pouco. É alto astral, engraçada. Como um câncer nasceria em alguém assim?

Ninguém sabe. Sandra não tinha sintoma. Mas o **ginecologista** viu um ponto minúsculo na ultrassonografia dos seios. Então pediu uma série exames além dos **anuais**. Minha mulher e eu fomos dominados por uma tensão extrema, entre pensamentos dissolutos. As duas semanas à espera do diagnóstico foram um dos dois momentos de maior nervosismo. Pareciam décadas! Vivemos num completo vazio. Fantasmas viraram o que tínhamos de mais sólido na vida.

Aquela investigação poderia resultar num troço fatal. Eu pensava nisso todo dia e toda noite. Mas não falava. Chorei muito. Sozinho. Com Sandra, não. Aquele que não vai viver o efeito físico da doença precisa ser forte e tentar trazer a outra pessoa para a razão, o equilíbrio, a serenidade, embora eu não estivesse sereno. Estava tão aterrorizado quanto minha esposa. A ideia de não tê-la comigo era um câncer dentro de mim. “Calma, não vai ser nada. Caso seja, a gente está com médicos fenomenais, vai superar o que vier”, lembro de dizer a Sandra. Mas, no íntimo, eu pensava: “E se for um tumor? Como a gente vai lidar?”. Eram meus fantasmas, iguais aos de minha mulher. Ela falava em morte várias vezes. Impossível não pensar nisso.

Você fica sem dimensões, parece um João-bobo no meio de fantasmas. Imagine só: sua mulher faz um monte de exame, não sabe se tem algo; se tem, não sabe a extensão do problema, não sabe como vai lidar com ele... Você não sabe para onde ir. Até vir a confirmação.

## O DIAGNÓSTICO E A INFORMAÇÃO

O resultado veio em 8 de junho de 2011 e eu estava junto no consultório do ginecologista. “O tumor está no início, o tamanho é **gerenciável**”, disse ele. Afundamos na cadeira. Mas Sandra possui uma energia brutal. Quando o médico continuou “queria que você passasse num colega”, ela emendou “legal. Quero ir já. Agora que sei, vamos para a frente. Ação!”. No instante seguinte, saímos para o mastologista.

“Não simplifique. Se eu souber exatamente do que a gente está falando, vou lidar mais facilmente. Não me conte uma fábula”, pediu Sandra ao doutor. A informação inibe o medo, abre chance para a ação e isso reduz a ansiedade. O tempo todo Sandra desafiava os médicos, fazia as perguntas que preparava antes.

Não cabia a eles o papel que fiz, de dizer “vai ser nada, vamos superar”. O papel dos médicos é dar clareza e ponderação: “Por estatística é isso, mas há uma chance assim”. Minha mulher os obrigava a ser transparentes, até duros. Então, quando eles falavam “recomendo isto”, eu tinha certeza de que era o melhor. Confiar nos médicos é essencial para você avançar.

## A FAMÍLIA E A SALA DE ESPERA

Mas isso não faz a gente ficar completamente seguro. Até tudo acabar bem, você convive com o medo profundo. E ele leva um sentimento, ou um instinto, a se pronunciar forte como nunca: “Vou defender minha fêmea a todo custo!”. Por dentro, você tem pavor. Por fora, é um escudo de prontidão.

Sandra oscilava. Ao escutar o doutor, ficava positiva. Passados uns dias, apagava o que ouvira e sentia pânico. Então, eu sempre ia junto aos médicos, ouvia-os atentamente e, depois, ficava lembrando para minha esposa. Virei parte da autoestima dela. Virei parte da memória dela. Virei o grilo falante e, ao mesmo tempo, o leão que defende a leoa em risco.

Assim me portei diante da família. As pessoas não sabem lidar bem com a notícia do câncer. Muita gente a fim de ajudar chega e diz “tem um caso...”.

## O tumor de Sandra

Media entre 5 e 9 mm. “Era não palpável, um tumor T1b”, explica o oncologista Rafael Kaliks. Além de pequeno, o câncer de Sandra tinha outras características favoráveis. “Como ela não possuía gânglios linfáticos comprometidos nem evidência de metástase (quando o câncer se espalha para mais órgãos), numa escala de estadiamento (extensão da doença) Sandra tinha estágio I.” Ótimo prognóstico – o estadiamento vai de 1 a 4, que é a doença disseminada. Ela teve um carcinoma ductal invasivo, o tipo mais comum de câncer de mama.

Mas você não quer ouvir, está fragilizado e sua esposa mais ainda. Também era assim na sala de espera. Seja de exames, seja de consultas, seja de tratamentos, ali está alguém que resolve contar uma história sinistra. Sandra e eu tivemos de aprender a lidar. Foi bom. Salas de espera auxiliam você a pôr seu problema na dimensão correta. Ali, você olha para o lado e vê crianças com um câncer pior.

## A CIRURGIA

“Se é para fazer cirurgia, quero fazer já”, falou Sandra ao mastologista. Essa é a batida dela. Em 8 de junho, teve o diagnóstico de manhã e, à tarde, já estava no especialista. Em 21 de junho, entrava na sala de operação. Não que ela não sentisse terror. Às vezes, me dizia “tenho medo de morrer! Quero operar, mas estou apavorada”. Aí, o homem tem dois caminhos. Um é responder “também estou”. Outro é encarnar aquele grilo falante: “Eu também, mas lembra da estatística, lembra o que o médico contou, lembra, lembra...”. Você vira aquele escudo fortalecido pelo medo. Eu tinha horror de perder Sandra.

O momento da pré-cirurgia foi o outro de maior nervosismo, pela mesma razão do pré-diagnóstico: não há certezas, você vira aquele João-bobo. Os médicos sempre deixaram claro que as imagens dos exames eram muito próximas do real, mas só teriam a dimensão exata do tumor ao abrir o seio.

Meditação e ioga também me ajudaram bastante a não pirar até saber, após quatro horas de cirurgia, que tudo tinha sido um sucesso. Quando o anestesista me ligou no quarto e falou “foi exatamente um tumor num quadrante do seio, retiramos e reconstruímos”, eu chorei igual criança por meia hora, pelo menos. Minha vida continuava viva.

## OS SEIOS E O SEXO

Os seios de Sandra ficaram lindos. A plástica para igualar as mamas aconteceu logo na sequência da retirada do tumor, por isso a operação levou quatro →

518.510  
É O NÚMERO DE NOVOS CASOS DE CâNCER PREVISTOS PARA 2013 NO BRASIL, SEGUNDO O INCA.



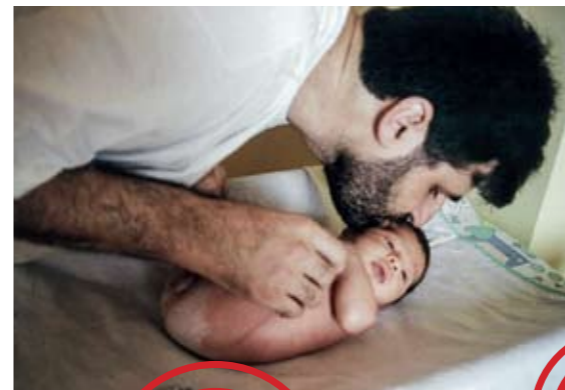
**2002**  
Pit stop: mãe e filha no Zoológico de São Paulo



**2002**  
Alto astral no sítio do irmão de Sandra, em São Francisco Xavier (SP)



**2002**  
Pai e filha na cama de pijama: bagunça até a hora de dormir, em casa, São Paulo



**2000**  
Amor à primeira vista: Roberto e a filha Helena, recém-nascida



**2000**  
Barrigão! Sandra poucos dias antes do parto



**1997**  
11 de janeiro: casamento civil em São Paulo

horas. O resultado foi perfeito. Sem diferença das mulheres que põem silicone por estética. Mas nada de sexo para festejar. Nem meses depois.

Eu tinha muita vontade, claro. Mas a parceira não está disponível, por motivos emocionais e químicos. Após a cirurgia, veio a quimioterapia e a radioterapia. Muitos medicamentos usados reduzem o apetite sexual. No caso de Sandra, a quimio levou quatro meses e a radio, mais um mês. Ou seja, durante cinco meses ela se olhava no espelho e se via sem cabelo, com uma marca forte no seio ainda não cicatrizado e unhas esbranquiçadas. Sandra ainda ganhou peso. Por longo tempo, se achava bem menos bonita do que gostaria. Não havia espaço para sexo. O homem precisa entender e segurar a onda.

Durante os tratamentos de Sandra, tivemos de perceber outros jeitos de ter prazer. Ela e eu passamos a caminhar no parque sem iPod, por exemplo. Ouvir música ali é bom, mas tira sua atenção das árvores, das cores, da posição da luz... São expressões genuínas da vida e isso passa a valer muito. Depois que você encara a morte de perto, começa a olhar mais para a vida.

Uma doença que pode ser fatal faz você resgatar o valor das coisas mais simples que sempre estiveram ali. Elas podem dar muita felicidade ao casal – chegar em casa e tirar o sapato, ter um cachorro pela primeira vez, tornar a alimentação uma experimentação gastronômica.... Cozinhar junto e dedicar maior atenção aos sabores de qualquer comida (feijoadá, picanha, sanduíche) é uma coisa que desenvolvemos e aprimoramos bastante durante o tratamento de Sandra. Achados assim ajudaram a gente a passar bem aqueles meses. Que não foram rápidos.

#### A IDEIA DE DESISTIR

Não sei bem quando a gente voltou a se encontrar na cama. À medida que Sandra via a doença ficando para trás, voltava a acreditar que tínhamos um futuro e as coisas iam retomando o habitual. A tranquilidade abriu espaço para a gente namorar de novo.

#### Os tratamentos

Quimioterapia e radioterapia podem ser necessárias para eliminar células cancerígenas que porventura tenham sobrado no corpo após a cirurgia. A hormonioterapia é para reduzir o risco de um novo câncer de mama.

**52.680**  
É O NÚMERO DE NOVOS CASOS DE CÂNCER DE MAMA PREVISTOS PARA 2013 NO BRASIL, DE ACORDO COM O INCA.



A LIÇÃO DELA ENQUADRE O QR CODE ACIMA COM SEU CELULAR OU TABLET E CONFIRA O DEPOIMENTO DE SANDRA GODOY

Sim, o apetite sexual da parceira volta. Antes disso, não ache que o problema é você, que ela deixou de gostar de você. A relação apenas fica diferente por um tempo. Depois, volta. No início deste ano, Sandra refez todos os exames e foi aprovada com louvor. Toca a vida normalmente. Desde dezembro de 2011, vai ao mastologista e ao oncologista a cada seis meses, e faz hormonioterapia – toma uma pílula por dia e só.

Mas até esse feliz momento, você deve ter autoestima por você e por sua mulher ao mesmo tempo. Autoestima ajuda a dar suporte, enxergar luz no fim do túnel e passar esse sentimento de bem. É difícil, sim. Durante os tratamentos de Sandra, também chorei várias vezes sozinho. Entendo que alguns caras num momento pensem “não dou conta, é muito sofrimento, vou fugir”. Aí, você precisa ter em mente: essa relação me satisfaz? Estou com ela porque escolhi? Ou é comodismo? Se for essa última alternativa, talvez a situação seja por demais penosa e pesada, leva você a sair fora, a se acovardar.

#### A CONFISSÃO

Como homem é muito difícil admitir algumas coisas, mas vamos lá: o que contei aqui é, antes de tudo, uma história de amor. Amor foi o que me segurou com Sandra numa fase pesadíssima. E essa fase nos fez pessoas mais sabidas e preparadas. Antes do câncer, nunca vivemos o presente com tanta intensidade. A doença nos alertou para o fato (é comum a gente se esquecer do óbvio) de que ninguém é super-homem – uma hora morre. O melhor é escolher ser feliz já.

O amor foi o fio condutor de nosso relacionamento. É muito bom estar com Sandra. É muito bom pensar no futuro com ela. É péssimo imaginá-lo sem ela. A doença de minha mulher blindou o casamento. Mas eu jamais diria “que bom que esse problema aconteceu”. Claro, preferia o crescimento sem dor nem câncer. Mas ele agigantou na gente a vontade de estar junto. O câncer de minha mulher fez nosso amor entrar em metástase, fez o amor se espalhar mais forte.

## 16 ATITUDES SUAS QUE AJUDAM A COMBATER O CÂNCER DELA

A MAIORIA DESTAS AÇÕES TAMBÉM PODE TURBINAR A PREVENÇÃO DA DOENÇA

### 1 Informe-se ao máximo

“Conhecimento ajuda a desmitificar o câncer e a vencer o medo”, afirma o oncologista Rafael Kaliks. Assim, você pode incentivá-la com segurança a aderir aos exames preventivos e, se houver tumor, aos procedimentos necessários.

### 2 Não deixe a parceira pular os exames anuais

“Muitas mulheres temem fazer mamografia, ainda dizem ‘quem procura acha!’ Mas o melhor é encontrar o quanto antes, quando o tumor está pequeno. Assim podemos falar em cura e qualidade de vida”, alerta Luciana Holtz, psicóloga e presidente do Instituto Oncoguia, em São Paulo. “Detecção precoce é a maior chance de cura”, diz Kaliks.

### 3 Dê liberdade

“Cabe a você, aos médicos e amigos orientar do melhor modo, mas as decisões devem ser do paciente”, afirma Kaliks. “As opções individuais de um adulto precisam ser respeitadas, mesmo que contrariem recomendações. É ilegal forçar alguém a fazer tratamento.”

### 4 Busque médicos de confiança

“O câncer é um desafio técnico-científico e um desafio humano”, diz Kaliks. É natural um paciente sentir mais empatia por um especialista. Não há um médico ideal.

### 5 Mostre que ela pode confiar em você

“O apoio das pessoas próximas é fundamental para permitir que o câncer seja uma fase difícil que pode ser superada, e até construtiva.” Deixe claro que você está sempre perto – e isso não é só conversar bastante. “Em certas horas, o silêncio ou o abraço dizem mais que palavras”, indica Luciana.

### 6 Preze a convivência

“Fique próximo de verdade e ajude a espantar o sentimento de solidão que invariavelmente invade a pessoa com câncer.”

### 7 Vá aos médicos com a parceira e seja parte da memória dela

“É muita coisa nova para o paciente assimilar. Ter alguém repetindo informações ou recomendações auxilia muito”, diz Luciana. Isso elucida e dá coragem.

### 8 Fortaleça sua autoestima e a dela

“Para a mulher, há um arsenal à disposição: perucas, lenços, hidratantes, maquiagens”, diz Luciana. “Para ele, exercícios físicos e não deixar de sair com os grandes amigos.” Aos dois, também vale buscar ajuda para revigorar o lado emocional – ir a um terapeuta, por exemplo. Tudo isso auxilia o casal a se sentir melhor por dentro e por fora. Sem autoestima, ninguém luta com todas as forças.

### 9 Respeite o espaço da parceira

“Por parte do paciente, pode haver bastante silêncio, novos limites e até mesmo nova personalidade”, indica Luciana. Muita conversa ajuda a driblar mudanças e a fortalecer o casal.

### 10 Não engula o choro

“Para ter bem-estar emocional, você precisa dar vazão a sentimentos e angústias.”

### 11 Incentive a parceira a não fumar

“Tabaco é altamente relacionado a diversos tipos de câncer”, afirma Kaliks.

### 12 Estimule a parceira a fazer exercícios físicos

“Hoje, sabemos que a obesidade (e o sedentarismo que geralmente a acompanha) é causa de cerca de 30% dos cânceres”, diz Kaliks.

### 13 Assegure uma alimentação balanceada

É essencial para evitar obesidade.

### 14 Ouça casos parecidos

“Isso auxilia a tirar dúvidas e a acabar com crenças que podem acirrar o medo”, afirma Kaliks. “Também afasta o sentimento de solidão”, aponta Luciana.

### 15 Ajude a parceira a ter os direitos

Pessoas com câncer possuem direito a inúmeros benefícios legais (como isenção de impostos). No Instituto Oncoguia (oncoguia.org.br), há um canal gratuito de orientações (0800 773 1666).

### 16 Ame-a

Mostre o que sente por ela, sem medo. “Amor de parceiro, família, amigos é um dos pontos mais reportados pelos pacientes como o que realmente ajuda na luta contra o câncer”, afirma Luciana. ■