José Mendes de Almeida

Raquel Wise/4SEE

GANHAR ESTÔMAGO PARA A VIDA

Aos 33 anos, Sofia Silva foi diagnosticada com cancro do estômago. O diagnóstico precoce permitiu que o tratamento se resumisse à cirurgia e, contra todas as expectativas, passados alguns anos, Sofia foi mãe. Para José Mendes de Almeida, o cirurgião que a operou, esta é uma história inesquecível.

Cirurgião Geral, Adjunto da Direção Clínica da CUF Oncologia e Coordenador da Unidade de Tumores Gastrointestinais na CUF Oncologia a Sul

Vivia sozinha, muito focada no emprego e chegava a trabalhar 18 horas por dia numa consultora, abraçando a área da consultoria fiscal. Embora se sentisse cansada, Sofia Silva atribuía este facto ao ritmo de vida, pelo que as análises que revelavam uma baixa hemoglobina foram, durante algum tempo, ignoradas. "Com 33 anos, não ligava ao que os médicos diziam. Não fazia nada do que recomendavam. Até que chegámos a uns parâmetros muito reduzidos e me foi sugerido fazer uma endoscopia", recorda. Não sentia dores, azia ou enfartamento, na verdade não tinha qualquer sintoma além do cansaço, pelo que calculava que se pudesse tratar de uma úlcera. O exame veio, contudo, revelar um cancro no estômago, ainda em fase inicial. Sofia foi rapidamente encaminhada para os cuidados de José Mendes de Almeida, cirurgião, especialista na área de tumores digestivos, adjunto da Direção Clínica na CUF Oncologia e Coordenador da Unidade de Digestivo Alto na CUF a Sul. Duas semanas depois era operada.

"O caso da Sofia não colocava muitos desafios técnicos, porque era uma situação inicial, e a cirurgia foi idêntica a muitas outras. Extraordinário foi o lado humano da situação: uma mulher muito nova, o que neste tipo de cancro não é comum, com uma doença potencialmente fatal, que tem a doença resolvida e vai seguir a sua vida normal", explica José Mendes de Almeida, sublinhando o facto de a paciente ter podido seguir o rumo expectável para qualquer mulher da mesma faixa etária. "A Sofia casou e teve dois filhos. É uma sobrevivente ao cancro. Isto graças ao diagnóstico precoce, ao tratamento adequado e ao facto de ter decorrido tudo sem problemas."

Coragem e tranquilidade

Filho de um cirurgião, José Mendes de Almeida assistiu, ao longo da carreira – que incluiu uma passagem pela Universidade de Cornell, em Nova Iorque, e, já em Lisboa, pelo Instituto Português de Oncologia e pelo Hospital de Santa Maria –, ao impacto positivo que o desenvolvimento das terapêuticas complementares à cirurgia trouxe à patologia digestiva. "Permitiu que a doença mais avançada fosse tratada com muito bons resultados", assegura. O cirurgião, que desde os primeiros tempos de faculdade elegeu a Patologia Digestiva como área de eleição, assume que a sua primeira missão na CUF é "tratar os doentes", o que pelo caminho envolveu o estabelecimento de relações de grande cumplicidade, como a que ainda mantém com Sofia Silva. **"O nosso grande objetivo é curar as pessoas que têm cancro ou, como prefiro dizer, restituir a pessoa à vida que tinha antes"**, explica.

Por seu turno, Sofia continua ligada à equipa que a acompanhou há dez anos. "Foi a minha primeira família. O Prof. Mendes de Almeida, as auxiliares e as enfermeiras davam-me sempre muita coragem. E sentir que era uma equipa muito experiente também me deu muita tranquilidade." Tanto assim foi que, durante o internamento no Hospital CUF Descobertas, Sofia acabou por descobrir uma nova vocação: o *coaching*, a que se dedica profissionalmente há três anos.

"Nos mais de dez dias em que estive internada, os momentos mais importantes eram quando o Prof. Mendes de Almeida ia ao quarto, o que me dava logo um otimismo profundo, e quando andava eu própria de quarto em quarto, já que me sentia um bocadinho mais em paz ao falar com os outros pacientes. Ali estávamos todos a passar por situações em que falávamos a mesma linguagem, pelo que trocarmos experiências fez com que sentíssemos a dor mais leve", conta Sofia, para quem esta experiência revelou uma parte da sua personalidade que lhe era desconhecida. "Percebi que gostava realmente de ouvir pessoas e de entender as suas necessidades. Decidi, por isso, entrar na área do *coaching* e da programação neurolinguística."

O carcinoma do estômago é o quinto tipo de cancro mais frequente e o segundo a apresentar maior taxa de mortalidade. Nas fases mais iniciais podem obter-se taxas de cura de 97-99%. Para tal, contribuem um diagnóstico precoce e a experiência e capacidade técnica das equipas.

Um segundo *take*

Após a cirurgia, Sofia ainda ficou oito meses em casa, o que a obrigou a voltar a viver com os pais e a irmã – um apoio essencial ao longo de todo o processo. "Foi quase um período de retiro espiritual. A minha irmã forrou-me o quarto todo só com palavras positivas, como 'alegria', 'força' e 'coragem'. Acordar a ver aquelas palavras fez-me avançar e continuar."

Mais tarde, Sofia voltaria ao Hospital CUF Descobertas por motivos bem mais felizes: as gravidezes dos dois filhos, a primeira das quais uma autêntica surpresa, já que depois da cirurgia não era garantido que pudesse engravidar. **"Mais uma vez a equipa foi maravilhosa, quer a de Oncologia, com o Prof. Mendes de Almeida, quer a Dra. Conceição Telhado, obstetra, até porque nunca tinha feito um parto a uma mulher que tivesse ficado grávida depois de retirar o estômago"**, afirma Sofia. Ao longo da primeira gestação, foi acompanhada quinzenalmente pela equipa de Medicina Interna e Obstetrícia, que tudo fizeram para conduzir ao melhor resultado possível: um menino de 3,5 quilogramas, nascido por cesariana.

Hoje mais realizada a nível pessoal e profissional, Sofia Silva admite que o cancro que teve há dez anos lhe mudou a vida: "A doença foi quase uma campainha a explicar que trabalhar 18 horas não era viver. Fez-me perceber que temos um 'prazo de validade'. Costumo dizer que, quando tinha o órgão, não tinha estômago para a vida. Agora é que tenho! Nem todas as pessoas têm a oportunidade de ter um segundo *take* na vida."

Sofia Silva, sobrevivente de cancro do estômago

Raquel Wise/4SEE