

## A CASA MÃE

Foi há cerca de três anos que soube da existência da Domus Mater e esta é a história de como a conheci.

Tudo começou por acaso quando um dia passeava entre as estantes da FNAC no Colombo e encontrei o livro “Obsessões e Compulsões, as múltiplas faces de uma doença”(1), escrita por dois portugueses, um psiquiatra(2) e outro psicólogo(3). Nos anos anteriores tinha evitado ler o que quer que fosse sobre doenças mentais, com receio de que me influenciasse, com receio nem eu sei bem de quê. Tudo o que tinha lido no passado não me ajudara, parecia-me uma doença sem saída. Naquele dia eu tive um comportamento diferente, abri o livro e comecei a ler. Li uma página, saltei e li mais algumas. O que ia lendo fazia eco em mim, reconheci-me nas descrições do texto. Nos minutos que levei a folhear e ler o livro, encontrei a descrição do tipo de pensamentos que me atormentavam e a que eu chamava “maluqueiras”.

Não comprei o livro, mas comecei a pesquisar na “Internet” e verifiquei que em muitos países havia organizações que trabalhavam exclusivamente no estudo e tratamento de doentes com POC. Havia inclusive muita informação útil ao doente com POC e aos familiares amigos. Felizmente podíamos ter acesso a essa informação, fazendo o “download” dos documentos. A POC era estudada nas universidades e centros de estudo e havia encontros científicos mundiais dedicados à partilha e divulgação do conhecimento nesta área. Nalguns países como os EUA, a Grã-Bretanha e o Brasil havia inclusive uma rede de cuidados de saúde especialmente vocacionada para o tratamento e acompanhamento de doentes com POC. O protocolo de tratamento com maior taxa de sucesso era o farmacológico associado a terapia cognitivo comportamental.

Naquela altura eu tinha trinta e sete anos e desde os vinte e três que fazia psicanálise, apenas tendo feito um intervalo de dois, três anos, durante esse período. Eu sentia-me perdida sem saber bem como me compreender e situar face ao mundo e às outras pessoas e isto causava-me sofrimento e apreensão. Sentia-me sozinha e isolada, pois nunca tinha encontrado alguém como eu. Eu era uma aberração, tinha um comportamento estranho e, mais grave, não conseguia ser como as outras pessoas, nem seguir os conselhos que elas me davam com a melhor das intenções. Tinha pensamentos que me assustavam ou me faziam sentir profundamente triste e infeliz. Algumas pessoas diziam-me, não podes pensar assim, tens de ter força. Mas eu simplesmente não sabia como ter força e, mais grave, pensava que não tinha força. Com o tempo preferi não partilhar as minhas dificuldades e vivi o melhor que conseguia.

No entanto, aquela sucessão de descobertas aumentou o meu entusiasmo e esperança, embora subsistisse algum receio de que fosse em vão e de que estivesse errada. Alguns dos meus amigos mais chegados não compreendiam o sentimento de alegria que me invadiu. Mas a explicação era compreensível. É muito importante ter um diagnóstico e um protocolo de tratamento. Isto dava-me uma nova esperança, um novo caminho para trilhar. Significava que havia ajuda específica e mais pessoas como eu. O sentimento de isolamento, de fracasso, de ser tão diferente de todos os outros, de ser um zero, diminuía. Finalmente havia quem compreendesse que os pensamentos eram obsessivos e por isso difíceis de eliminar pela força mental. Havia técnicas específicas para lidar com a doença e até medicamentos. Partilho um pequeno episódio que mostra como eu senti as novas informações que ia obtendo. Certo dia no início de Dezembro de 2007 comprei um livro: “Medos, dúvidas e manias”(4), publicado pela Artmed e escrito por especialistas brasileiros da área. Forrei a capa deste livro com um papel de embrulho bonito, verde e com motivos natalícios, como se faz a um presente que queremos

oferecer com muito gosto. Para mim aquele livro era um presente, era assim que eu o sentia. Era a esperança de um novo caminho.

Em Portugal, eu apenas conhecia uma associação para o doente depressivo e bipolar e sonhava que seria bom que existisse uma associação para doentes com POC. Um dia, ao pesquisar na Internet veio a boa nova. Existia uma associação em Portugal, vocacionada para o tratamento de doentes com POC, uma instituição pública sem fins lucrativos chamada “Domus Mater” e que é a nossa CASA MÃE.

Em Março de 2009, comecei com as consultas com a Dra. Soraia e em Maio entrei para o grupo terapêutico.

Estou-vos grata, a todos que aqui trabalham e que se dão para proporcionar uma melhor qualidade de vida. Estou grata aos familiares e amigos que fundaram a Domus Mater e aos que diariamente trabalham para que ela se mantenha de pé e cresça. Compreendo que há muito trabalho e esforço pessoal para manter esta casa a funcionar.

Estou muito grata às Dras. Sofia e Soraia. A primeira pelo trabalho notável de implementar de raiz uma linha de tratamento que tem devolvido qualidade de vida a tantos doentes. À Dra. Soraia porque seguindo a mesma linha de tratamento é a minha terapeuta, que me escuta e ajuda a compreender esta doença e me ensina a melhor forma de lidar com ela. È ela que me apoia e incentiva a melhorar e a ter uma melhor qualidade de vida. Sei que elas se dão de forma muito intensa a este trabalho, sei que elas se envolvem e trabalham muito para que o tratamento dê bons resultados, sei que há muita energia delas nos nossos percursos. Sei que elas se esforçam física, intelectual e emocionalmente, o que foi bem visível durante a nossa última semana terapêutica na Madeira, para pensar e executar exercícios durante as terapias de grupo. Sei que trabalham por amor ao que fazem, por amor à vida e por amor a cada um de nós. Sei porque já vivi e aprendi com elas e porque é essa energia que permite a nossa recuperação.

Estou grata a todos os meus colegas e amigos do grupo terapêutico. Aprendo tanto convosco, com as vossas histórias, com as vossas dificuldades e vitórias. Sinto-me contente por a vida me ter permitido juntar-me a vós. Cada um de vocês é uma experiência que me ajuda a entender e me dá fôca para o meu caminho. Convosco experimento novas actividades e sinto-me acompanhada porque vocês me podem compreender melhor que outros amigos.

Finalmente queria dizer que é óbvio que não há dinheiro no mundo que seja suficiente para pagar o quanto me ajudaram. Vocês têm me dado vida e a vida todos sabem que não tem preço. Apenas posso agradecer com a minha alma e o meu coração. **MUITO OBRIGADA A TODOS, BEM HAJAM.**

“Rita”, 15-02-2011

- 
- (1) Da editora Quarteto
  - (2) António Ferreira de Macedo
  - (3) Fernando Edilásio Pocinho
  - (4) Albina R. Torres; Roseli G. Shavitt; Eurípides Constantino Miguel