

## **PARA ALÉM DO ESPELHO: Relatos do descobrimento do câncer entre mulheres**

Talita Souza da Silveira<sup>1</sup>

William Carlos Frossard Quinto<sup>2</sup>

Adilson Dias Bastos<sup>3</sup>

### **Resumo**

Este artigo aborda os relatos de mulheres do Grupo de Apoio a Pessoas com Câncer (GAPC) sobre a descoberta do diagnóstico de câncer e os desafios emocionais enfrentados nesse processo. Durante um estágio realizado junto ao grupo, foram observados depoimentos que revelam o impacto inicial do diagnóstico, frequentemente marcado por choque, solidão, medo e incertezas quanto ao futuro. Essas mulheres relataram dificuldades em aceitar a nova realidade, lidar com as mudanças provocadas pela doença e enfrentar os tratamentos. Além disso, destacaram a importância do suporte emocional, seja por meio da família, de amigos ou de grupos especializados, como o GAPC, que oferece acolhimento e troca de experiências. O estudo ressalta a relevância de espaços de escuta e apoio, evidenciando que o enfrentamento do câncer vai além do tratamento médico, exigindo cuidado integral que contemple as dimensões emocionais e sociais da jornada de cada paciente.

**Palavras-chave:** Solidão, câncer, acolhimento.

### **Introdução**

Ao abordar o tema de enfrentamento do diagnóstico do câncer e sua discussão com um grupo de cerca de 20 mulheres, a principal característica observada foi o relato sobre as transformações corpóreas decorrentes do tratamento, especialmente entre aquelas diagnosticadas com câncer de mama. Quando confrontadas com a perda da mama, há uma mudança que vai além do físico, também há uma mudança psicológica, decorrente do luto ao corpo. Freud (1915) descreve o luto como um processo lento e doloroso, caracterizado por uma tristeza profunda, afastamento de atividades cotidianas e uma perda de interesse pelo mundo externo. Tais

---

<sup>1</sup> Graduando do curso de Psicologia do UGB-FERP.

<sup>2</sup> Graduando do curso de Psicologia do UGB-FERP.

<sup>3</sup> Doutor em Psicologia Social (UERJ), Docente do UGB-FERP.

características são amplamente observadas no contexto do câncer quando a paciente lida com a perda de sua imagem corporal e das expectativas que tinha sobre sua saúde e aparência. A impossibilidade de restaurar o corpo a seu estado anterior, pode gerar sentimentos de desamparo e uma profunda dificuldade em reconstruir uma nova identidade. A adoção de um novo "objeto de amor" pode ser extremamente desafiadora, especialmente quando a mulher enfrenta as cicatrizes físicas e psicológicas deixadas pela doença e pelo tratamento.

Dentro dessa experiência da perda do corpo, surge a descoberta do novo eu, o qual, quando integrado à rotina da paciente, desencadeia um sentimento de insegurança relatada por 3 em cada 10 mulheres que participaram das rodas de conversa. O abandono e desamparo conjugal também se destacam, pois a vida matrimonial de muitas é alterada devido às consultas frequentes, novas medicações e principalmente as dores que impossibilitam não somente a intimidade sexual, mas também uma rotina ativa durante a fase inicial. Muitas se veem, então, abandonadas e solitárias, enfrentando a angústia de um diagnóstico que as coloca à margem da sua vida afetiva e social.

Pode-se destacar a importância do GAPC<sup>1</sup> e o apoio por parte dos próprios pacientes que fomentam o preenchimento da falta causada por esse "diagnóstico". Neste contexto, os pacientes encontram conforto, apoio e muito mais.

## **Metodologia**

As atividades realizadas no GAPC foram decorrentes do estágio obrigatório básico II em psicologia, do UGB<sup>2</sup>. Dentro do estágio, de agosto à novembro de 2024,

---

<sup>1</sup> O Grupo de Apoio a Pessoas com Câncer é uma entidade sem fins lucrativos que tem como objetivo ajudar os portadores de câncer e suas famílias, fornecendo medicamentos, próteses, fraldas, suplementos alimentares, atendimentos psicológico, fisioterapêutico, nutricional e orientação jurídica, palestras, cursos e orientações sobre recursos e direitos. Esta ONG possui projetos sociais que levam cuidado e informação até a população e o Projeto Prevenir, um ônibus consultório para prevenção de câncer bucal, de pele e de mama. Possui unidades em Taubaté (SP), São José dos Campos (SP), Mogi das Cruzes (SP), Vitória (ES), Poá (SP) e Volta Redonda (RJ).

<sup>2</sup> Os estágios supervisionados são conjuntos de atividades de formação, programados e diretamente supervisionados por docentes do Curso de Psicologia do UGB. Procuram assegurar a consolidação e a articulação das competências estabelecidas no projeto pedagógico do curso. Os estágios supervisionados se estruturam em dois níveis: básico e específico. O estágio básico II propicia ao

contamos com a presença de 20 mulheres por roda de conversa, sendo que, havia um fluxo constante entre algumas que estavam presente para revisões, consultas e atividades do GAPC. Ao trazer para a prática as atividades realizadas em cada roda de conversa, observamos, dentro do período de três meses, com reuniões periódicas uma vez por semana, que a partir da experiência de cada paciente, há uma profunda necessidade de pertencimento. Por meio de dinâmicas como "Quem sou eu?" e "Através do espelho", abordamos questões relacionadas à identidade pessoal e à autoestima. Essas atividades, que envolvem a troca de histórias pessoais marcadas por desafios e resiliência, reforçam a ideia de que o apoio emocional é essencial no enfrentamento da doença, funcionando como uma rede de suporte contínua e interconectada, criando, assim, uma verdadeira segunda família. Freud (1915) afirma que a verbalização do sofrimento pode ser terapêutica, pois ao externalizar conflitos internos, ela alivia a tensão psíquica, permitindo que o indivíduo processe suas aflições de maneira mais saudável.

Dentro das rodas de conversa, o sofrimento compartilhado se torna um fortalecimento mútuo. A troca de palavras e o desabafo ajudam cada paciente a enfrentar suas angústias e a superar preconceitos, medos e inseguranças que o câncer impõe à rotina cotidiana, como, por exemplo, na compra de roupas, no trato muitas vezes desumano por parte de alguns profissionais de saúde e na constante incerteza quanto à possibilidade de recidiva da doença. Com base nas reflexões de Viktor Frankl (1989), foi pensada a roda de conversa como um espaço para a busca de um sentido diante do sofrimento, elemento central da experiência humana. Mesmo em circunstâncias adversas, as pacientes são capazes de encontrar um propósito que ressignifica a dor, criando uma nova narrativa para suas vivências, demonstrando resiliência ao compartilharem suas vivências de superação, como a metáfora da 'fênix', mencionada em uma das rodas de conversa, onde utilizamos um espelho iluminado para refletir sobre como podemos ser gentis com o "eu", a forma que cada um poderia se tratar para mostrar que além do câncer existia um indivíduo com história, gostos e medos.

Nesse contexto, a criação de espaços de escuta como as rodas de conversa realizadas no GAPC, constitui uma ferramenta terapêutica de grande eficácia. Esses

---

acadêmico de psicologia a realização de intervenções pontuais: como dinâmicas em grupo, oficinas ou campanhas educativas.

momentos não só promovem acolhimento e troca de experiências, mas também auxiliam as pacientes a perceberem que não estão sozinhas em sua jornada. É essa conexão entre as participantes, mediada pela empatia e solidariedade, que possibilita transformar a dor em uma narrativa de superação e renovação.

## **Resultados e Discussão**

O câncer provoca mudanças profundas no físico e no emocional das mulheres. Durante as rodas de conversa no GAPC, cerca de 30% relataram sobre as dificuldades em lidar com as novas condições impostas pela doença, além do impacto na vida social e familiar. Muitas enfrentaram abandono conjugal/familiar e isolamento, agravados pelas limitações do tratamento que impossibilitam não somente a intimidade sexual, mas também uma rotina ativa durante a fase inicial.

As atividades realizadas no GAPC, no entanto, ofereceram um espaço valioso de suporte e troca de experiências. Relatos mostraram que a partilha de vivências ajudou as pacientes a aliviar tensões, ressignificar suas jornadas e encontrar força no coletivo.

## **Considerações finais**

O título "Através do Espelho" remete à reflexão sobre a identidade, a autoestima e o autoconhecimento, temas centrais que permeiam as rodas de conversa realizadas no GAPC. Ao longo das atividades, como "Quem sou eu?" e "Através do Espelho", as pacientes são convidadas a se confrontar com suas próprias vivências e desafios, possibilitando um processo de ressignificação de suas histórias pessoais e da doença. O espelho, nesse contexto, não é apenas um objeto físico, mas uma metáfora para a introspecção e para a busca de sentido em meio ao sofrimento, como propõe Viktor Frankl (1989). A reflexão sobre si mesma, ao se espelhar nas histórias e experiências dos outros, contribui para a construção de uma nova narrativa, mais forte e resiliente. Assim, as rodas de conversa funcionam como um verdadeiro espelho coletivo, onde a empatia e o apoio mútuo refletem a capacidade de

transformação da dor em superação. Como uma "fênix", cada participante é capaz de se reinventar, encontrando no espelho da convivência e do acolhimento um novo sentido para sua jornada, reforçando a ideia de que, ao refletir sobre a dor e compartilhar sua experiência, é possível transcender o sofrimento e emergir mais forte.

### **Referências**

FRANKL, Viktor Emil. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração**. Petrópolis: Vozes, 1989.

FREUD, Sigmund. **Luto e melancolia**. In: FREUD, Sigmund. *Edição Standard das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 1915.