RBMT
www.rbmt.com.br
Notícias sem moagem

Sexta-Feira, 15 de Agosto de 2025

Como o cabelo afeta a autoestima de quem tem câncer

ALESSANDRA AUGUSTO

Receber um diagnóstico de câncer não é fácil nem para homens e muito menos para as mulheres. Quase sempre, o tratamento mexe diretamente na autoestima da pessoa, pois a pessoa pode ficar mais inchada, ganhar peso e, em muitos casos, perder os cabelos e pêlos do corpo. Para a mulher a perda dos fios está diretamente ligada ao universo da feminilidade.

O cabelo é um ponto muito marcante para o público feminino. Ele tem sido tão importante quanto as vestimentas que usamos para nos identificar. Essa identificação pode ser em grupos ou dentro de uma cultura.

O paciente com o câncer deve estar ciente que nem todas as quimioterapias ou tratamento vai levar a perda dos fios. Mas as que sofrem com a queda, costumam relatar uma perda da identidade. Sendo assim, é muito comum que ela não se reconheça no espelho.

O trabalho que se faz no tratamento psicoterápico é fazer com que esse paciente consiga se enxergar além desses cabelos. É importante deixar claro que essa parte do corpo não define o que é o feminino, nem mesmo a identidade da pessoa. Isso é um trabalho de desconstrução.

Ao contrário de algumas outras doenças também incapacitantes ou debilitantes durante o tratamento, como, por exemplo, casos de transplantes, a pessoa fica muito debilitada, mas não é tão visível como no caso do câncer. Todo tratamento que envolve a queda dos pelos é muito visível e mexe com a imagem daquele indivíduo.

Lembrando que não é só o paciente que não se reconhece, como também quem está fora desse processo. Não devemos esquecer que algumas estratégias para ajudar na autoestima dessa pessoa são o uso de perucas, lenços e turbantes, no caso de mulheres e crianças. Os homens, muitas vezes, sentem a queda dos cabelos, mas eles lidam melhor com a falta de fios.

Infelizmente, os olhares que essa pessoa vai receber são muito devastadores. É um olhar de pesar ao ver a criança, a mulher ou até mesmo o homem sem os cabelos. Esse paciente está em processo de tratamento e haverá altos e baixos em relação ao comportamento e até mesmo o ânimo dele. Por isso, é fundamental que a família e amigos possam dar o suporte emocional ao paciente.

Falas de pesar neste momento não são adequadas. Evite frases como “que pena!” ou “Coitado!”. Devemos entender que a pessoa está passando por um tratamento e que devemos ter palavras positivas, incentivadoras, motivadoras e de conforto, como, por exemplo, “Estou torcendo por você e se precisar estou aqui”; ou “Tudo vai dar certo, fique tranquilo.”

Esse processo é doloroso. Por esse motivo devemos conscientizar a sociedade, mostrando que o olhar machuca muitas vezes até mais que a doença. Às vezes, o paciente é muito resolutivo e assertivo e isso faz com que ele lide muito bem com a doença. Porém, é possível que não consiga lidar bem com o olhar do outro e com a exclusão que o próprio meio social faz.

Ainda existe um tabu muito grande em relação ao câncer, mas não podemos ignorar os avanços da medicina em relação aos diagnósticos e tratamentos. Infelizmente, a primeira palavra que vem à mente de muitas pessoas é a morte. No entanto, a evolução na identificação cada vez mais precoce e dos tratamentos estão permitindo mais chances de cura, ou remissão da doença. Portanto, tenha fé e faça sempre consultas com o seu médico que esse momento irá passar e você vai sair mais forte dessa.

Alessandra Augusto *é formada em Psicologia, Palestrante, Pós-Graduada em Terapia Sistêmica e Pós-Graduanda em Terapia Cognitiva Comportamental e em Neuropsicopedagogia. É a autora do capítulo “Como um familiar ou amigo pode ajudar?” do livro “É possível sonhar. O Câncer não é maior que você”.*