

***O que poderia ser um ponto final, foi uma vírgula
para poder continuar a escrever a minha história.***

***O mundo, quer queiramos ou não, continua a girar. Assim como a vida,
essa pode girar e temos de nos adaptar. A vida não acabou!***

A seis dias de completar vinte primaveras entrei no serviço de urgências do Hospital Sousa Martins da Guarda com o diagnóstico de um AVC Isquémico, secundário a displasia fibromuscular da carótida interna esquerda.

Esse dia ficou marcado por dois acontecimentos: o primeiro era o início das férias de verão de 2014, o segundo era o início da minha vida nova. Passei a noite na sala de observação das urgências e no dia seguinte fui transferida para o Hospital de São Teotónio de Viseu. Estive internada durante quatro meses (não aguentei mais). Com a fisioterapia a dar bons resultados, e mesmo com todo o trabalho que eu fazia (e faço) em casa, fui em 2015 a uma Junta Médica e passaram-me um Atestado Multiusos de Incapacidade de 71,25%. É nestes momentos que a nossa vida nos passa adiante dos olhos, em que vemos tudo aquilo que deveríamos ter feito, em que ouvimos todas as portas a fechar. Por vezes não são os outros, por vezes é a nossa cabeça. A luta com o nosso interior... eu sei o que é isso.

Resolvi acabar com todas as lamúrias e voltar para a Guarda a fim de acabar a minha licenciatura em Enfermagem, o curso que sempre escolhi. Foi uma decisão difícil. Porém, se não saísse de casa naquela altura, tenho a certeza que não melhoraria: tanto a nível psíquico como físico.

Fui confrontada com dificuldades em que se a minha Mãe soubesse, nunca me tinha deixado voltar. Todavia cresci, e muito.

A idade é um fator muito importante, pois ter um problema desta magnitude aos 70 anos é completamente diferente que o ter aos 25 anos. Quando se tem um AVC na flor da idade, há um sentimento turbido de sofrer uma doença de 'pessoas idosas'. Há ali um rompimento do ciclo normal da vida que todo o jovem deveria ter.

Há um artigo de Reg Morris que refere que o risco de AVC nos jovens é baixo, e que a qualidade de vida após o acidente é de 80%. Isto é, na minha opinião e falando do meu caso em específico, como eu queria recuperar a minha vida que me foi retirada de um momento para o outro, fiz tudo o que podia para ser tal e qual como as outras raparigas de 20 anos. Fiz de tudo para passar despercebida no meio da multidão. Mas enquanto lutava para que tal acontecesse, lutava também contra demónios do meu interior, a depressão, ansiedade e o sentimento de paralisia psicológica.

No entanto, o calcanhar de Aquiles é mesmo a imagem corporal depois de um AVC. Principalmente quando o acidente acontece no hemisfério esquerdo, afetando o corpo do lado direito (o meu caso), associa-se a uma redução da autoestima. O facto de estarmos tão vulneráveis às outras pessoas. Se alguém, e falo com experiência própria, nos faz um olhar mais demorado começamos logo a imaginar as ideias que lhes assombram o pensamento. Geralmente assumimos de imediato um sentimento de pena por parte dos outros, reduzindo ainda mais a nossa auto estima.

Os jovens têm necessidades físicas e psicológicas particulares. Os sobreviventes adotam visões contrastantes da reabilitação assim como o processo que os leva a restituir uma vida normal ou um processo que ajusta uma adaptação a um novo estilo de vida.

Há autores que defendem uma invisibilidade das dificuldades perante os colegas e a família. Não estou de acordo. O acidente ocorreu e eu nunca me senti desamparada. Quis estar sozinha no meu canto, a tentar perceber o que é que me tinha acontecido, mas desamparada não. De enfermeiros a fisioterapeutas, de auxiliares de ação médica a cozinheiras, de familiares a professores. Sempre entenderam as minhas dificuldades, proporcionando-me alternativas para eu conseguir fazer algo, e mesmo aparelhos de reabilitação para melhorar. Sempre me senti acarinhada, e disso não me posso lamuriar.

Os jovens estão numa fase nova da vida, com descobertas e um mundo à espera para ser explorado. Mas sentem-se isolados, diferentes. Sentem que mudaram e têm medo de não voltar ao que eram. Enclausurados no seu mundo. No entanto, eu penso que talvez seja positivo o não voltar. Uma lição foi aprendida, hábitos foram mudados. Se há coisa que eu aprendi é que a vida é efémera. O tempo passa, e, depois deste susto, o que eu sinto é fome pela vida. É o querer agarrar todas as oportunidades de ser e fazer aqueles que estão a minha volta, felizes! Eu voltei para o curso que eu sempre quis, ciente de todas as dificuldades que iria ter de ultrapassar.

O que poderia ser um ponto final, foi uma vírgula para poder continuar a escrever a minha história. Consegui terminar, e já estou a tirar uma especialidade, e não paro por aqui. Um dia de cada vez, sempre ambicionando o melhor para nós. Acho que esse é o segredo. O mundo, quer queiramos ou não, continua a girar. Assim como a vida, essa pode girar e temos de nos adaptar. A vida não acabou! Acreditem em vocês e aproveitem a vida!

Ana Rita Rodrigues