

Anexo IV - Transcrição das Entrevistas

Data de nascimento: 26.11.1973

Morada: Lisboa

Historia clínica: Carcinoma do ovário estágio IIIc (2000); metastização hepática (2003); metastização peritoneal, ganglionar (2007).

Data da entrevista:

E - dona (...) neste momento apresenta alguma dificuldade alguma incapacidade física, ou alguma limitação?

S001 - Não...física, incapacidade mesmo, não // Embora, *aaa*, o que me limita mesmo a minha vida é, *o...*, é, é, *o...* não é que eu tenha um cansaço constante, mas se fizer mais do que aquilo a que já estou habituada, que é quase nada, canso-me com muita facilidade.

Comentário [s1]: S001-1-1

Comentário [s2]: S001-1-2

E - Então é esse cansaço que a leva a não ter o mesmo desempenho, não é?

S001 - Claro.

E - E o que é que sente sobre a percepção do cansaço?

S001 - Olhe, acho que já me habituei um bocadinho. Eu costumo dizer uma frase feita que o ser humano se habitua a tudo mesmo assim. Como eu tive 3 anos de baixa, já há muito tempo que não faço a minha vida que fazia normalmente não é? // Nos primeiros tempos foi mais complicado porque há uma quebra de rotina não é? // Mas depois uma pessoa habitua-se a tudo, até a não fazer nada. Ou pronto, quase nada.

Comentário [s3]: S001-1-3

Comentário [s4]: S001-1-4

Comentário [s5]: S001-1-5

E - E em relação a isso, como é que se sente, o que é que costuma sentir por não conseguir fazer as mesmas coisas que fazia anteriormente?

S001 - Não...quer dizer...não... não me deixa deprimida, não me deixa frustrada, não me deixa nada disso. E eu tive alguma, com este tempo todo tive alguma, algum tempo para me ambientar à nova realidade. É a minha realidade, não tenho que pensar muito sobre isso é, não vale a pena tar a pensar que podia fazer doutra maneira porque não posso, portanto...é um bocado de desperdício de tempo tar a, a, pensar no que é que poderia fazer se não fosse assim.

Comentário [s6]: S001-1-6

E - Acha que arranjou uma estratégia para se adaptar...

S001 - É um bocado, mas é, não, não é uma coisa nova, eu acho que também faz parte da forma como eu encaro a vida como eu sou e como encaro a vida, não é, uma novidade por causa do cancro. Já fazia parte das minhas competências, digamos como pessoa não é?

Comentário [s7]: S001-1-7

E - Então era mesmo assim quando...

S001 - É, acho que sim. Claro que uma pessoa vai arranjanado estratégias ao longo da vida para encarar várias situações...se calhar, não sei, já vem de trás, não lhe sei dizer, não é uma coisa muito ponderada nem muito reflectida, faz parte, não sei.

Comentário [s8]: S001-1-8

E - No entanto, também de certa forma o cancro também veio limitar nesse aspecto, sente-se mais cansada...

S001 - sim, mas ... na realidade a única coisa que eu deixei de fazer, e que é muito não é, trabalhar, // porque tudo o resto a minha vida familiar, social, e até as minhas viagens, que faço mais agora do que fazia antes, porque é uma forma também de compensar outras coisas que não se pode fazer não é. // Portanto no fundo a única coisa que deixei de fazer

Comentário [s9]: S001-3-9

Comentário [s10]: S001-3-10

foi o meu trabalho normal diário porque exigia uma rotina diária de pelo menos 8 horas, e que não é compatível com o meu estado de saúde.

Comentário [s11]: S001-3-11

E - Portanto é uma consequência?

S001 - É

E - O ter deixado de trabalhar..

S001 - É... nunca com esta idade eu pensaria sequer estar a pensar na reforma, não é. Aliás é uma coisa, uma palavra que não encaixa muito bem...

Comentário [s12]: S001-3-12

E - Portanto é uma adaptação que...

S001 - Que terei de fazer...uma coisa é tar de baixa e ainda ter uma perspectiva de... quem sabe...voltar não é? Outra coisa é uma coisa mais definitiva. Mas pronto...pronto é assim não vale a pena lutar contra, é adaptar-me da melhor maneira.

Comentário [s13]: S001-4-13

E - A principal consequência é ter deixado de trabalhar..

S001 - É, é...

E - Disse também que nesta fase até viaja mais, portanto, em compensação...

S001 - É uma compensação por vários aspectos. Porque, eu e o meu marido já gostávamos muito de viajar antes... do cancro, fazíamo-lo todos os anos quase sempre...que era possível. Mas, *aaa*, temos consciência que se tivéssemos feito o projecto normal de vida que tínhamos pensado, que era ao fim de uns anos ter filhos, estas viagens tinham de ser limitadas não é, porque...por vários aspectos...primeiro porque tínhamos crianças e depois porque já não tínhamos dinheiro para as viagens, porque as crianças levam metade do orçamento familiar, não é. *Aaaa*...e portanto, acabámos por compensar esta, esta alteração no nosso plano de vida doutra forma e pronto e olhe, fartamo-nos de passear, e isso não é mau.

Comentário [s14]: S001-3-14

E - Portanto, até tira algo de positivo...

S001 - Não, eu acho que essa parte é muito positiva mesmo, em que nos permitiu fazer viagens que até se calhar eram mais complicadas doutra forma com destinos mais exóticos, mais longos que de outra forma era mais complicado.

Comentário [s15]: S001-3-15

E - Portanto é uma forma de compensar não é?

S001 - É, é...

E - E quando tem alguma dificuldade e sente que está mais cansada o que é que costuma fazer para contornar o cansaço que sente?

S001 - Descanso. Descanso imenso. // E depois como eu gosto imenso de ler, aliás ando sempre com um livro atrás, *aaa*, leio imenso, já lia muito mas tinha pouco tempo não é, por trabalhar sobra sempre um bocadinho à noite e já estamos mais cansados e já não há tanta disposição e agora leio muito mais. E para ler não é preciso...quer dizer, o cansaço é mais físico, não é preciso portanto para ler...

Comentário [s16]: S001-4-16

Comentário [s17]: S001-5-17

E - Era isso que ia perguntar, que tipo de cansaço sente mais frequentemente?

S001 - É mais físico... e isso dá para ler na mesma.

E - Ler portanto é uma actividade que exige um esforço também, mínimo não é...

S001 - Sim sim, mas é mais intelectual, não é tanto físico [a leitura], portanto não...e é assim sendo, acho que, que as coisas ainda funcionam bem.

Comentário [s18]: S001-5-18

E - E que outras actividades realiza e pode realizar que exijam um esforço moderado dentro também das suas capacidades, não é?

S001 - Há uns tempos, há uns tempos que já vão um bocadinho longos, porque eu também sou um bocadinho preguiçosa, eu fazia umas caminhadas. Só que depois tive umas hemorragias e então, portanto, era melhor, estar mesmo em descanso e acho que aproveitei um bocado a deixa e não tenho feito, não tenho feito as caminhadas. Mas era uma coisa que eu fazia também com alguma frequência.

Comentário [s19]: S001-3-19

E - E foi uma coisa que de certa forma a deixou mais pensativa sobre isso...

S001 - Não, não...porque era um bocado uma obrigação para eu não estar também sem fazer nada. E quer dizer...ginásio...eu não gosto de ginásio, ginástica nem ginásios nem nada disso, mas também é preciso não é. Então uma pessoa que está o dia todo sem fazer grande esforço convém fazer alguma actividade. Então fazia umas caminhadas de 10 min, depois fui aumentando para 15, 20 e ao fim já fazia quase uma hora. E tenho um cão e portanto também era um pretexto para passear e pronto mas já há uns meses largos que não faço.

Comentário [s20]: S001-3-20

E - O que a levou a desistir dessa actividades realmente foi a hemorragia

S001 - Foi, mas também foi um bocado pretexto. Eu sei que também em repouso a probabilidade de ter hemorragias é menor, mas o jardim onde fazia as caminhadas é mesmo ao lado de minha casa, portanto se houvesse alguma coisa também facilmente vinha. Portanto é um bocado pretexto. Eu fiz agora uma embolização, vamos lá ver se a coisa resolve as hemorragias depois que deixa de ser pretexto não sei como é que vou, não sei como é que vou fazer.

Comentário [s21]: S001-3-21

E - Que outras actividades que realiza neste momento e que pode realizar...?

S001 - Isto é horrível, eu começo a pensar que não faço nada. Não é de nada de muito, que exija muito... fisicamente. Tenho andado a trabalhar numas fotos...eu gosto muito de fotografia, e então há uns tempos comecei a digitalizar fotografias antigas, o meu pai percebeu e levou-me os álbuns todos dele lá para casa e escolheu 5 milhões de fotografias para digitalizar e então tenho andado a fazer isso e tenho e pois agora já digitalizei a maior parte, e agora tenho de as organizar, pois não tem organização nenhuma e pronto isso leva-me algum tempo e é uma coisa que eu gosto. Mas não exige esforço físico nenhum, mais uma vez estou sentada.

Comentário [s22]: S01-5-22

E - Pelo que estou a perceber na (nome), as actividades que realiza no fundo são actividades que não exigem esforço...

S001 - Sim...

E - E dessa forma também permite descansar vá lá...

S001 - Sim, porque, exactamente porque..

E - O esforço que exige também é um mais esforço também mais intelectual....

S001 - Exactamente...exactamente...e como é acessível, eu não sinto propriamente muito cansaço, e também até porque não é uma coisa das 8 da manhã às 8 da noite, vou fazendo de vez em quando, vou fazendo um bocadinho, e portanto não é uma coisa com horários rígidos nem com uma obrigatoriedade de permanência. Portanto eu vou fazendo ao meu ritmo conforme me apeteça também conforme eu tenha disposição ou não..e um bocado nessa.

Comentário [s23]: S001-5-23

E - São actividades que até dão muita satisfação...

S001 - dão... dão... dão., são coisas que eu gosto de fazer // é uma das vantagens da reforma.

Comentário [s24]: S001-5-24

Comentário [s25]: S001-3-25

E - Descobrir...

S001 - **É** é fazer coisas que não temos de fazer por obrigação, fazemos o que gostamos não é, e aproveitamos...
optimizamos o tempo nesse sentido.

Comentário [s26]: S001-5-26

E - Agora para terminar gostaria que me disse, que classificasse não é,

S001 - Lá vem com a escala...

E - A sua capacidade física numa escala de 0 a 10...não é?

S001 - Sendo o 10 o que se refere antigamente é isso? Não é uma atleta...

E - Não, não não..como é que se sente, não é, fisicamente, a sua capacidade física numa escala, portanto, de 0 a 10 em que 0, é capacidade física muito reduzida não é, quase mesmo nenhuma e 10 é a máxima capacidade física...

S001 - Não, deve estar para ai 5 ou 6. Sabe que eu sou péssima com esta escala, porque não sei muito bem avaliar, porque eu acho também que me..., como eu lhe disse sou um bocadinho preguiçosa, portanto também me protejo um bocado, mas eu posso ir mais além, exactamente. Não quer dizer que..

E - Não vai até ao limite de si

S001 - Não, não vou, não vou...secalhar 5 ou 6. Não, 7 não que já era muito. 5 ou 6 secalhar, não sei por ai

E - Se puxasse mais por si ia sentir, então ia sentir mais o efeito...

S001 - **Exactamente...** porque eu, lá está o cansaço nunca o chego a sentir porque na realidade eu não faço grandes esforços eu estou mais ou menos repousada. Portanto não... mas sei que se tivesse de fazer, porque já houve situações pontuais em que tive que ir um bocadinho mais além, e aí já sinto, mas no meu dia a dia não sinto isso, porque o meu dia a dia neste momento está organizado e formatado para o que eu consigo fazer sem me cansar, porque não tenho o objectivo de me cansar, portanto. Sem me cansar e sem me sentir fraca nem nada disso, portanto... (barulho do telemóvel da paciente desligou)

Comentário [s27]: S001-4-27

E - Sinto que tem muitas estratégias para lidar com...

S001 - **Sim sim, sim eu acho que é fácil** isso é fácil, é uma situação que é fácil de gerir também eu tenho... eu sou um bocado privilegiada porque tenho condições também que me permitem não fazer muitos esforços, e.. tenho uma envolvimento familiar muito boa, tenho muitos amigos graças a deus // **tenho uma empregada que todos os dias me trata as coisas de casa e também não tenho de as fazer obrigatoriamente e a toda a hora e pronto e portanto também acho que sou uma privilegiada porque tenho uma vida facilitada...e se calhar muitas pessoas não podem dizer o mesmo e têm de ir se calhar ate ao limite, e até ultrapassá-lo, mas não é o meu caso.**

Comentário [s28]: S001-4-28

Comentário [s29]: S001-4-29

(a senhora S001, estava com pressa, pois tinha alguém à espera dela.)

Entrevista S002

Data de nascimento: 14.06.1948 (60 anos)

Morada: Lisboa

Historia Clínica: carcinoma ductal invasivo com metástases axilares (2003); Cirurgia conservadora; quimioterapia, radioterapia; Tem como antecedentes de AVC, e epilepsia.

E - Dona (...) neste momento apresenta alguma dificuldade ou incapacidade física?

S002 - apresento. E agora então ainda apresento ainda mais do que apresentava na altura anterior. // Uma vez de que tenho o desequilíbrio, tenho de andar sempre com a canadiana. Uma vez que a canadiana anda na mão esquerda, a mão direita está imobilizada // quer dizer, a incapacidade...praticamente é...total // há uma vez ou outra que tiro a luva ou faço qualquer coisa, mas não consigo estar a fazer, nem a fazer comer, não passo roupa a ferro, não limpo a casa, porque tenho de andar sempre agarrada à canadiana. // E enquanto durar este desequilíbrio, eu...cada vez me sinto mais incapacitada.

Comentário [s30]: S002-1-1

Comentário [s31]: S002-1-2

Comentário [s32]: S002-1-3

Comentário [s33]: S002-3-4

Comentário [s34]: S002-1-5

E - portanto a sua incapacidade física tem a ver com a perda do equilíbrio...

S002 - equilíbrio...

E - e depois também tem um edema nas ...

S002 - nas pernas

E - ...nas pernas e no braço direito....

S002 - no braço é sim, no que foi operado, e a mão...portanto se eu ando só com a... manga e não trago a luva a acompanhar, não adianta nada, porque o derrame pode ir descendo e vai descendo e depois chegar aos dedos.

Comentário [s35]: S002-1-6

E - É para prevenir isso...

S- é mais complicado...

E - e dona (...) e o que pensa sobre a sua incapacidade física, que pensamentos lhe surgem?

S002 - olhe...surgem-me, às vezes há dias que eu...choro, tenho mais...sinto-me incapaz para fazer as coisas da vida, porque não tenho grande dinheiro para estar a arranjar uma pessoa para estar a fazer as coisas. // E eu não as posso fazer, e então há dias, o filho faz, o marido agora impossibilitado não pode fazer, ele também ajudava, porque enquanto esteve sem ser...agora que foi operado não pode, se deus quiser há-de poder, pronto, mas tem de ser mesmo assim. E eu tenho uma senhora uma vez por semana, que me vai fazer tudo aquilo...ajudar. Não pode fazer...porque...eu não posso pagar mais do que 4 horas, não posso fazer uma coisa muito grande, a casa também é pequenina são duas assoalhadas. Não tem grande problema. Para irmos limpando uma limpeza grande temos de ir de casa em casa fazemos uma semana uma coisa outra semana outra. E assim vai. Porque ela tem que me passar a ferro, tem que me arrumar a casa, lavar casas de banho, banheiras, todas essas coisas, e então, aspirar, fazer... limpar pó...em cima de armários, em cima dessas coisas, onde eu não gosto de ter nada. E eu tenho pó nos papeis, a senhora tira papeis, renova papéis, porque assim não se suja tanto, é mais fácil para ela e para mim, porque...não tenho de pagar (...) não posso pagar tanto dinheiro, não tenho base para isso.

Comentário [s36]: S002-1-7

Comentário [s37]: S002-3-8

E - e dona (...) quando portanto está... se encontra perante essas dificuldades físicas essas limitações, que pensamentos lhe vêm à cabeça nessa altura?

S002 - já me tem vindo à ideia pensamentos um bocadinho...pró esquisito. Já tentei ir à linha do comboio e chego lá e depois ponho-me a olhar, e...eu sei que hoje estava mal, não passa // mas depois ponho-me a pensar...será que isto é correcto? Será que eu não serei...mesmo por ter esta incapacidade será que eu não serei capaz de fazer qualquer coisa com que...seja útil a alguém que ainda seja pior do que eu? Penso muitas vezes nisso // mas...agora tenho...a morte tenho-a afastado porque não...agora não tenho tido pensamentos na minha ideia, não. Deixei de ter esse pensamento, passei...a ler e estou desejosa que venha um livro que eu espero...se não vier mesmo em livro vem em folhas e eu mando encadernar, mas eu sei que é aquele. E então leio isso // leio a bíblia, porque...tenho uma religião, cada um tem

Comentário [s38]: S002-1-9

Comentário [s39]: S002-1-10

Comentário [s40]: S002-1-11

a sua mas eu tenho a minha. E leio textos bíblicos, passagens de ...várias profecias que aconteceram no passado, e para mim...e pronto, tenho que me capacitar. // Vou fazendo os meus trabalhos, eu fazia muitos e agora...

Comentário [s41]: S002-4-12

Comentário [s42]: S002-5-13

E - faz menos...

S002 - faço menos e bem menos...muito pouco, ando há...3 semanas para fazer dez centímetros de uma (...). De maneira que, veja a menina que agora...

Comentário [s43]: S002-3-14

E - aos pouco e poucos...

S002 - vou fazendo só um bocadinho porque depois começa-me a doer e depois eu não estou para estar...ficar com muita dor, e vou ter de estar a tomar muito mais comprimidos e fazer-me mal...até porque me começa a vista a ficar assim...é como ler, eu leio, mas tenho fases que paro. Porque eu começo a ver as letras tudo misturado e então tenho mesmo que parar.

Comentário [s44]: S002-3-15

E - dona (...) quando se encontra assim incapacitada, ou se sente perante essas limitações, nesses momentos como se sente?

S002 - sinto-me triste // sinto-me...ponho-me a pensar que há cinco anos atrás, eu fiz cinco anos de operada em...Abril, e eu ponho-me a pensar nessa altura eu era uma pessoa com...não era capaz de estar quieta. Eu movia céu e terra. Trabalhava fora, e limpava a minha casa, e fazia trabalhos, e...e não parava. E agora tenho de parar mais.

Comentário [s45]: S002-1-16

Comentário [s46]: S002-1-17

E - agora tem de analisar como se sente para conseguir dosear os esforços...

S002 - o esforço que faço...mas continuo a ir à rua, continuo a ir às minhas compras, então arranjei um sistema. Comprei uma mochila, ponho às costas, uma vez que tenho canadiana, o peso nas costas é bem doseado, enfio as compras, enfiando ali dentro daquilo, se não for por uma vez vai por duas e já posso, outras vezes, levo, numa mala ato uma metade na frente da asa da mala e outra metade nas costas da mala, e então faço, (...) como os burros usavam, mas tento fazer o melhor que posso, porque já sei que de outra maneira não sou capaz.

Comentário [s47]: S002-4-18

E - A dona (...) portanto arranja estratégias...

S002 - arranjo...muitas estratégias, mesmo, imensas...

E - para conseguir contornar essas dificuldades..

S002 - para não estar...porque...por dizer...ao meu marido tenho que ir aqui, ele não gosta que eu vá, ou o meu filho, mas eu...como ele já é nervoso e eu não estou para estar a chamá-lo. Vou ao pão, vou, vou...leite, eu compro leite do dia, deixei de beber o outro que não consigo beber, o outro leite, compro leite, da vigor, meio gordo do dia. E então...se hei-de comprar três pacotes, hoje compro um que dá para hoje, amanhã compro outro e vou fazendo assim, vou trazendo menos peso. Vou à fruta, se o dia que vou à fruta não vou à hortaliça, se o dia que vá aos legumes não vou ao talho, o dia que vou ao talho não vou à peixaria, e pronto, faço assim, doseio assim as coisas.

Comentário [s48]: S002-4-19

E - todos os dias sai de casa, para ir comprar coisas diferentes...

S002 - saio sempre...todos os dias, todos os dias...de manhã, de tarde...agora tenho de ir sair porque vou ao hospital ver o meu marido, mas...quando ele não estava lá, eu de tarde custa-me muito mais andar, mesmo agora quando venho do hospital venho cansada, venho super cansada. E depois já não consigo descansar de noite... aquilo que devia, mas não há problemas, no outro dia toma-se um banho e tá-se pronta para andar outra vez.

Comentário [s49]: S002-4-20

E - e que outras coisas costuma fazer para contornar, que se recorde, para contornar essas limitações, que mais outras coisas?

S002 - oh...a limitação, pronto, eu desde há muito tempo, agora é pior, desde que me lembre, desde os meus 25 anos, eu tive sempre limitação em alguma parte do corpo. // Já cheguei a andar com duas canadianas quando tive um AVC aqui há uns 3 anos atrás...e...af arranjo outra...arranjo a mesma estratégia, venho à rua na mesma, eu ia aos tratamentos todos os dias durante quatro ou cinco meses, eu fui fazer terapia, ia fazer...terapia de...como é que se chama aquilo...aquela que é para mexer a mão, mexer a...fazer toda a parte da cintura para cima é feita num sítio, agora não me vem à ideia do que é, como se chama. E depois ia fazer fisioterapia em baixo, barras, paralelas e de puxar os cordões até eu poder, ir andar numa bicicleta a ver se era capaz de pedalar, andar com a bola e tentar mexer, e consegui resolver esse problema, até que comecei a andar como deve ser. E larguei uma canadiana primeiro e depois larguei a outra.

Comentário [s50]: S002-1-21

Comentário [s51]: S002-4-22

E - portanto as causas da sua incapacidade física...é que...há várias causas.

S002 - há várias...

E - e para esta incapacidade que sente agora, não é, ao nível, portanto do braço, e também das pernas e perda de equilíbrio, quais as causas que atribui neste momento à incapacidade física, neste momento?

S002 - neste momento, bem, eu, segundo se consta eu tive...aqui há um tempo, não me lembro se há um mês se há dois, pronto. Eu vim aqui falar com a assistente social ao 6º andar, e no 6º andar eu senti-me mal, e vi que aquilo não era um ataque de epilepsia que eu tinha, era mais qualquer coisa, porque eu senti fazer um xixi, caiu um xixi, e senti...vomitei, vomitei, senti...a partir dali foi muito diferente, a minha cabeça, a minha maneira de ficar com a mão presa, a perna não sentir, nem sentir o pé, foi...foi a partir daí, pronto, que senti-me mal e que deixei ainda de ter...quer dizer consegui ainda ficar com mais incapacidade do que aquela que eu já tinha...do braço uma vez que me deu...segundo diz a neurologista um acidente vascular, mas, não foi tão grande como os outros, mas, mais pequeno, mas deu.

Comentário [s52]: S002-2-23

E - e ao nível do braço, quais são as causas que atribui à incapacidade?

S002 - ao nível do braço, eu já perguntei ao operador porque é que agora ao fim de 5 anos de ser operada o braço inchava e tinha...e doía, ele respondeu que há cinco anos atrás as operações eram um bocadinho bruscas, e agora são menos...de maneira que era natural acontecer ter um edema no braço, mas esse edema não é derivado a isso. Só uma dor. É derivado a ter ali qualquer coisa, que foi ao tendão e que fez uma hemorragia interna. Pronto basta isso, e então, não posso fazer o mínimo de esforço com a mão direita, pegar em nada, nem fazer nada com esta mão, para o derrame não descer e não me prejudicar mais do que o que já está.

Comentário [s53]: S002-2-24

E - No entanto nem sempre consegue cumprir com isso. Mas utiliza a mão esquerda para fazer as tarefas...

S002 - utilizava, utilizava a mão esquerda para passar a ferro, para fazer outras coisas, para...andar a limpar, mas agora não a sinto e então não tenho noção de que...tenho uma coisa na mão, e que vou fazer...assim como tenho a canadiana, não sei a pressão que faço sobre a canadiana. Não consigo, pronto. Se a mão não estivesse dormente, não é dormente, eu não sinto, eu estar a mexer ou picarem-me, faço várias vezes testes para ver colesterol e tudo eu não sinto picadelas. Não, não, não tenho sensibilidade nesta mão, nem na mão nem no pé nem na cara, a cara tá...tá tudo encortiçado o lado esquerdo. É...é ainda pior, porque sempre com mão esquerda passava a ferro, ia fazendo, e agora nem assim, porque não tenho controle no que estou a fazer, faço tudo descontrolo aquilo é...bem, não sai nem bem nem mal sai uma grande porcaria.

Comentário [s54]: S002-1-25

E - e dona (...) e quais as consequências da incapacidade física na sua vida?

S002 - bem...as consequências, foi há 5 anos atrás, o ter feito uma mamografia e uma eco e ter sido descoberto uma massa no peito direito. E ser operada e ter depois de fazer...de limpar uma parte dos gânglios do braço e logo aí eu

fiquei com uma incapacidade, pronto. E a partir daí...eu fazia tudo na mesma eu pensava sempre que aquilo, ah eu pego, tenho força e pego. Mas não tinha tanta força como antes, até que...a asneira chegou, e chegou uma outra asneira que eu vou confessar e que eu nunca disse, eu tomava uns comprimidos, o tamoxifeno que depois foram tirados ao fim de um ano e pouco, e fui começar a tomar um outro, que eu agora de repente não me lembro do nome. E esse outro...é diferente daquele outro, é, é mais pesado, é mais forte, e o médico disse que eu tinha de tomar todos os dias um comprimido daqueles. E eu achei, ele disse, se não acontece algo, e eu para fazer esperta... fui tentar não tomar, então não tomei, durante um tempo, chegava cá ele perguntava se eu tinha medicamentos e eu dizia que sim, e ele dizia assim, não pode ser. Até que houve uma altura que eu...omitia...ele omitia a mim coisas e eu omitia-lhe a ele. E eu disse dr. Eu vou contar a verdade, eu não tomo! Mas não tomando vai fazer uma coisa que você nem imagina, vai acontecer uma desgraça e depois não venha, e depois diz que sou eu que omito. E assim foi, não tomar o medicamento, deu no que deu. Deu aparecer o tendão roído do braço direito e fazer uma hemorragia interna. Se eu tomasse os comprimidos se calhar, todos os dias como foi mandado, eu evitava ter este problema, era menos um que eu tinha. Apesar de saber de que as células que cá ficaram, ou que o tumor...o tumor foi tirado, mas as células continuam a andar, porque é um cancer invasivo e agente não sabe onde ele vai actuar, então eu fiz a maior asneira...podia ter sido pior, mas fiz uma asneira, mas tenho consciência que fui eu que provoquei isto, mas não digo.

Comentário [s55]: S002-2-26

E - dona (...) como é que acha que a incapacidade física interfere com a sua vida? De que maneira interfere com a sua vida e quais são as consequências disso?

S002 - bem...interfere com a minha vida uma vez que não sou capaz de fazer as coisas...por ter muitas dores e isso, // mas tenho alturas que consigo ainda, eu vou tentar fazer, a ver se consigo vencer a incapacidade, // mas...não faço, páro tudo, deixo tudo e não merece a pena estar a tentar forçar uma coisa de que eu...não sou capaz. // Então como não sou capaz, a melhor coisa é meter na cabeça, capacitar-me, que há pessoas, eu tenho esta incapacidade, mas que há pessoas que ainda conseguem estar mais incapazes do que eu.

Comentário [s56]: S002-3-27

Comentário [s57]: S002-2-28

Comentário [s58]: S002-4-29

Comentário [s59]: S002-4-30

Comentário [s60]: S002-4-31

E - a dona (...) já me falou portanto que utiliza estratégias, não é, para lidar com a incapacidade, são estratégias mais práticas, como por exemplo, todos os dias sai de casa e traz uma, e faz uma coisa de cada...

S002 - o que eu posso, se não for uma vez, vou duas, vou três...vou buscar...posso ir até no mesmo dia ter que ir buscar, carne, peixe, mas chego a casa despejo o saquinho, vai, vai, à rua outra vez, traz outra carrada, chega a casa tiro, depois vai e volta outra vez, pronto porque tem de ser assim...

Comentário [s61]: S002-4-32

E - e também tem outra estratégia que é ao nível dos pensamentos...tentar pensar...

S002 - eu tento não pensar que estou incapaz, tento...às vezes não, nem sequer me lembro, que...se não fossem as dores, nem sequer me lembrava que era incapaz...

Comentário [s62]: S002-4-33

E - portanto as dores também a incapacitam..

S002 - um bocado, um bocado...e depois...mais a incapacidade de não poder tomar todo o medicamento que me tira a dor, tenho medicamentos que não se podem estar a juntar uns com os outros senão dão...fazem coisas que eu nem sequer quero lembrar que já fizeram...não merece a pena.

Comentário [s63]: S002-2-34

E - dona (...) que actividades pode realizar que exijam um esforço físico mais leve, mais moderado, já me falou de algumas, não é, ir às compras, sair de casa e fazer pequeninas actividades domésticas também, e...fale-me um pouco mais dessas actividades.

S002 - as actividades domésticas eu sou capaz, às vezes vou para lavar uma loiça, mas como tenho de usar uma luva, que tenho de por derivado aos detergentes, vou lavando a loiça, mas tem que ser com muita calma, muito devagarinho porque senão, desanda tudo, parte-se tudo, eu daqui a pouco não tenho um prato, não tenho um copo...quer dizer tenho mas são coisas que estão, não são coisas para andar no dia a dia, não é, não vai por um serviço de cristal, copos, pratos do serviço vista alegre na cozinha para andar a comer lá todos os dias. Não merece, isso uso quando tiver alguém fora, e, e tudo. // Mas levanto uma mesa, ponho uma mesa, se não trago dois pratos trago um, e no lugar de trazer só na mão naquela que não sinto trago junto ao peito, ponho um avental de plástico e vou fazendo assim, pronto, vou trazendo as coisas assim, e vou ajuntando, vou fazendo. // E sempre vou fazendo um bocadinho de trabalhos manuais, distrai, é a minha, a minha terapia // tenho muita pena de não poder fazer Arraiolos de não fazer renda de biurros, que já (...) mas da outra sempre vou fazendo qualquer coisa. // Então agora, como a mão esquerda como esta dormente, arranji um novo estratagema para fazer este tipo de trabalhos. Eu sento-me numa cadeira que esteja confortável onde apoie os braços, pelo menos o direito, e depois ata um elástico largo aos braços e às costas junto com a cadeira e vou pegando na agulha, e vou fazendo. De vez em quando aquilo lá vai uma vez para baixo, mas depois eu lá concerto aquilo, vai abaixo e eu lá concerto, pronto é mais um estratagema que arranjei.

Comentário [s64]: S002-3-35

Comentário [s65]: S002-4-36

Comentário [s66]: S002-5-37

Comentário [s67]: S002-3-38

Comentário [s68]: S002-4-39

E - dona (...) o que pensa dessas actividades que pode realizar, o que pensa sobre elas?

S002 - eu penso que faço bem, não faço mal, porque as minhas actividades é uma coisa que sempre gostei de fazer // e não consigo fazer todas aquelas que eu posso, já sei que muitas eu não consigo fazer, que eu fazia, mas as que eu não consigo fazer, ponho de parte esqueço, não consigo, não consigo. Mas consigo fazer outras e então vou tentar fazer aquelas.

Comentário [s69]: S002-5-40

Comentário [s70]: S002-4-41

E - e dá valor às que é capaz de fazer...

S002 - dou, muito valor, muito. Olho para elas e no fim de feito, que leve muito tempo, leve um ano, leve aquilo que levar, olho para ela e digo assim, ai valeu a pena o sacrifício, tenho aqui uma coisa que eu gosto de ver, ver trabalho sair das mãos. Por isso é que eu tava a dizer que as pessoas idosas deviam ser encorajadas a movimentar a fazer qualquer coisa, não é tar sentadas num banco a olhar, a falar, não, tem de se movimentar (...)

Comentário [s71]: S002-4-42

E - e como se sente ao realizar essas actividades?

S002 - bem, sinto-me bem...muito bem

Comentário [s72]: S002-5-43

E - Sejam as actividades domésticas sejam as actividades de trabalhos manuais.

S002 - eu sinto-me bem porque realizei qualquer coisa, sempre é melhor do que não realizar nada. Assim, sinto-me bem, pronto...

Comentário [s73]: S002-5-44

E -sente-se satisfeita?

S002 - é, olho e vejo que realmente ... olha está feito, consegui fazer. Pronto...não posso fazer isto, faço aquilo, sempre se consegue fazer qualquer coisa. Não fique...talvez não fique tão bem, mas eu tento sempre fazer de maneira com que aquilo fique o melhor que possa fazer. Dentro daquilo que posso fazer. E é organizado por norma, eu quando pego num trabalho tenho de fazer assim, e eu vou experimentar, mas não gosto da primeira vez, desmancho, e torno a tentar, já fica um bocadinho melhor, desmancho e torno a tentar. Ai agora sim, agora já gosto. Então é assim que faço.

Comentário [s74]: S002-5-45

E - dona (...) numa escala, por exemplo de 0 a 10 se tivesse que classificar a sua capacidade física em que 0 é uma capacidade física muito reduzida, nula e 10 é uma grande capacidade, onde é que a dona (...) portanto se situa nessa escala?

S002 - eu gostava de me situar ai nuns 8 ou nos 10 que era bom era sinal que não tinha incapacidade. Há um tempo atrás dava-me para ir ai a uns 5. Agora não dá para ir a tanto. Não vou mentir, A incapacidade que tenho dá para ter ai um 3, e...bem puxadinho, bem esticadinho mas dá entre os 2 e o 3 dá, dá... 4

E - portanto atribui a um 3 pois são actividades poucas, não é, dentro daquilo que pode fazer são poucas coisas em comparação com aquilo que fazia antes...

S002 - antes...

E - e mesmo assim tem de ser puxadas...

S002 - tem de ser puxadas, porque para dar um 3 eu tenho de puxar bem, porque a incapacidade que tenho e fazer estratagemas, arranjar maneiras, não é, porque ao depois incha-me as mãos, e depois arranjo maneira de prender a mão, uma luva enfio prender ao candeeiro, ao tecto e estar ali com a mão para desinchar, pronto, e então para tornar novamente tentando fazer // mas parar nunca, parar é morrer e eu não quero.

Comentário [s75]: S002-4-46

Comentário [s76]: S002-4-47

E- muito bem dona (...) está tudo, muito obrigado pela sua colaboração.

Entrevista S003

Data de nascimento: 12.05.1952

Sexo: Feminino

Historia Clínica: carcinoma ductal invasivo (1994); cirurgia e radioterapia

E - Dona (...) neste momento apresente alguma dificuldade ou incapacidade física?

S003 - Sim...

E - Que tipo de dificuldade apresenta ou incapacidade física?

S003 - é a dor...a dor, os esforços físicos // a parte esquerda sobre a mama, sobre a mama....

Comentário [s77]: S003-1-1

Comentário [s78]: S003-1-2

E - o que costuma pensar sobre essa limitação física que a dor impõe na sua vida?

S003 - ... costume ficar nervosa // e lembrar-me das consequências que isso irá trazer a longo prazo, a longo...aaa...a longo ou a curto prazo que me trará limitações.

Comentário [s79]: S003-1-3

Comentário [s80]: S003-1-4

E - portanto pensa...

S003 - Limitações de...a todos os níveis de...impossibilidades de...cuidar, de tratar de mim..

Comentário [s81]: S003-1-5

E - portanto quando pensa na limitação, quando está a realizar alguma tarefa pensa...

S003 - que vai agravar, o agravamento da limitação que tenho.

Comentário [s82]: S003-1-6

E - e portanto ao ter esses momentos em que não consegue realizar as tarefas sente-se nervosa...

S003 - Sim...

E - e Dona (...) quais são as causas que atribui à sua incapacidade física?

S003 - As causas do problema...o cancro da mama...e...especialmente esse...

Comentário [s83]: S003-2-7

E - portanto a dona (...) atribui essas dificuldades físicas devido ao cancro?

S003 - Sim, sim

E - e dona (...) de certa forma acha que o estado emocional também interfere com a realização das actividades?

S003 - Sim...

E - e como é que interfere?

S003 - interfere porque eu vou...vou...pensando...nas limitações que tenho e...vou progredindo, a minha imaginação vai progredindo sempre, sempre, sempre e vai-me limitando. Vai-me limitando a...esse ciclo a essa bola. Até que chega ao caos. E ficar bastante limitada.

E - Quando diz que vai progredindo a que é que se refere mesmo?

S003 - vai aumentando a dor, vai aumentando a incapacidade, vai aumentando a minha mentalidade, (corrige) a minha mente, vai absorvendo a mente...física e psicologicamente.

E - isso impede depois de realizar as tarefas, sentir-se bloqueada?

S003 - é o bloqueio total.

Comentário [s84]: A S003-2-8

E - dona (...) já me falou um pouco nas consequências que...considera ter na sua vida, que é não conseguir cuidar de si, não é?

S003 - sim, sim, sim...

E - algumas das consequências da incapacidade. Que outras mais consequências sente que possa vir a ter e que isso de certa forma a perturbem?

S003 - mais nenhuma. Perturba é a minha incapacidade de me autodominar. Pelo menos, fazer do meu essencial.

E - isso é o que mais a assusta...

S003 - é a debilitação do meu estado físico ...

E - portanto não conseguir...

S003 - ficar dependente de outra pessoa, de outras pessoas...

E - é o seu maior receio...

S003 - é o meu maior receio

Comentário [s85]: S003-1-9

E - E dona (...) em relação às actividades que pode realizar que exigem um esforço físico moderado, quais são essas actividades que pode realizar neste momento?

S003 - ...Posso realizar algumas moderadamente, quase todas moderadamente...

E - pode dar exemplos de actividades que pode realizar.

S003 - Posso passar a ferro, moderadamente algum tempo, limpar...a casa durante algum tempo, essas coisas...

Comentário [s86]: S003-5-10

E - ao nível das tarefas domésticas, não é? Tem portanto, capacidade em realizá-las, apesar de ser com mais calma, mais devagar..

S003 - parar...durante...não seguidamente.

Comentário [s87]: S003-3-11

E - o que costuma pensar ao realizar essas actividades?

S003 - costumo pensar que gostava de fazer como as outras pessoas fazem. Sinto-me triste por não as conseguir fazer...uma vida normal...perante as...como qualquer pessoa consegue fazer, mas...

E - como é que a dona (...) gostaria de realizar essas actividades?

S003 - ...sei lá...com a mesma energia, com a mesma capacidade que uma pessoa sem problema tem.

Comentário [s88]: S003-4-12

E - Considera que as outras pessoas têm mais facilidade, no geral, não é?

S003 - Sim, claro..

E - A dona (...) está limitada devido à doença, contudo gostaria de...portanto, conseguir fazer, ou poder fazer tantas actividades que outras pessoas conseguem não é?

S003 - Sim, sim...

E - e como se sente perante essas actividades?

S003 - depois de as realizar, sinto que fiz o que pude, e que não consegui fazer mais. Por vezes fico triste, e por outras, fico...a pensar que fiz o que pude.

Comentário [s89]: S003-4-13

E - e quando se sente triste é por pensar que não consegue realizar tanto como as outras pessoas, ou é por não as conseguir realizar tão bem?

S003 - é por eu não as realizar como eu gostava...

E - a dona (...) tem na sua mente, uma maneira de como gostaria de realizar a tarefa, e compara...

S003 - sim, sim...

E - ...costuma comparar...

S003 - sim.

E - Dona (...) o que costuma fazer para contornar todas essas limitações que sente devido à dor. Ou seja para contornar as limitações físicas, as incapacidades físicas, o que costuma fazer para contornar isso?

S003 - ... manter-me no meu casulo, ou seja, deitar-me e pensar que não consigo...Que não sou uma pessoa igual às outras...

Comentário [s90]: S003-4-14

E - quando se sente mais limitada e não pode realizar a tarefa, repousa, vai repousar....

S003 - sim, sim...

E - é, e fica muito tempo a pensar nisso, naquilo que não pôde realizar naquele momento?

S003 - já fiquei mais, agora já não tanto, mas fico na mesma.

E - no geral sente que consegue contornar as limitações de uma ou outra forma, ou sente que é difícil?

S003 - é difícil...

E - como é que é difícil?

S003 - é difícil porque é sempre difícil nós não conseguirmos atingir os nossos objectivos.

E - a dona (...) coloca, a realização de actividades em termos de objectivos...

S003 - sim...

E - que tipo de objectivos costuma colocar para si?

S003 - ...que...tentar fazer aquilo que deveria fazer e não faço...e outros...

E - Como por exemplo, coisas que queria fazer e não faz, por exemplo o quê?

S003 - sei lá, às vezes...um simples passeio a pé, não consigo fazer, sei lá...

Comentário [s91]: S003-3-15

E - e o que a limita, por exemplo, no passeio a pé?

S003 - o cansaço...a limitação de...a incapacidade...

Comentário [s92]: S003-2-16

E - o cansaço também interfere com as suas actividades é isso, mas mais ao nível de andar a pé.

S003 - do andar, sim...quase tudo, canso-me muito...

Comentário [s93]: S003-3-17

E - portanto, as causas, para as suas limitações físicas atribui aos sintomas de dor e cansaço. Não há outras causas em que considere que possa também interferir?

S003 - ...a depressão nervosa...

Comentário [s94]: S003-2-18

E - sente portanto que a depressão também ajuda...

S003 - depressão...

E - também contribui para a incapacidade física...

S003 - talvez, acho que é uma das primeiras causas. A depressão é que me vem criar mais limitações.

Comentário [s95]: S003-2-19

E - e como é que a depressão, como é que a dona (...) vê a depressão a interferir nas actividades diárias?

S003 - como é que eu vejo...vejo a pensar que não vale a pena, que...já não tenho objectivos, já não tenho...e é uma bola de neve, é uma bola que vem enrolando uma na outra constantemente...

Comentário [s96]: S003-2-20

E - dona (...) pelo que eu percebi, a depressão tem a ver...influência nas actividades, em que a dona (...) começa a ter certos pensamentos negativos...

S003 - sim...

E - ...que a impedem de as realizar. Que tipo de pensamentos são esses? Disse-me que não valia a pena de realizar as coisas é isso?

S003 - ...o pensamento da debilitação, o aumento da...o desenrolar da doença, o agravamento...todas essas coisas.

Comentário [s97]: S003-2-21

E - a dona (...) falou-me que a depressão, não é, influencia e a limita também de certa forma na realização das actividades. Como é que a depressão influencia, pense um pouco sobre isso, como é que a depressão, faz a dona (...) ter limitação e influencia na realização das tarefas.

S003 - porque a depressão...aaa...leva-me a pensar que não vale a pena, depois vem o cansaço e depois vem...essas limitações todas à volta.

Comentário [s98]: S003-2-22

E - a dona (...) falou-me da bola de neve. Gostaria de me explicar um pouco melhor para me explicar como é uma bola de neve.

S003 - não sei explicar, não consigo explicar....

E - dou-lhe tempo para pensar...

S003 - fico nervosa, fico...a pensar que...vou fazer, fazer alguma coisa, mas depois fico cansada, fico a pensar que estou nervosa, fico a pensar que não vale a pena // fico a pensar que mais dia menos dia fico dependente, e...e...

Comentário [s99]: S003-2-23

Comentário [s100]: S003-2-24

E - e dona (...) quando sente que a depressão está a interferir com a realização das suas tarefas, o que costuma fazer para contornar a depressão, para continuar a realizar as tarefas? À pouco referiu que quando está cansada repousa, e quando sente depressão...

S003 - deito-me também [no confronto com sintomas psicológicos negativos]

Comentário [s101]: S003-2-25

E - e os pensamentos continuam, não consegue mudar os pensamentos...

S003 - não consigo...

E - e porque acha que não consegue?

S003 - não sei se é eles que são muito fortes ou se sou eu que sou muito fraca...é difícil mudar, é difícil...

Comentário [s102]: S003-2-26

E - E dona (...) quando...em relação às actividades que pode realizar, sente-se satisfeita com essa realização?

S003 - não...

E - Gostaria de me explicar um pouco melhor o porquê de não se sentir satisfeita?

S003 - não sinto prazer...

Comentário [s103]: S003-4-27

E - e qual a causa que atribui de não sentir esse prazer na realização das actividades que pode realizar.

S003 - é falta de objectivos na minha vida.

E - a dona (...) falou à pouco que coloca objectivos nas actividades, não é?

S003 - as actividades que me são obrigatórias fazer, obrigatórias entre aspas, são essenciais de fazer.

E - e sente-se...

S003 - agora prazer, prazer, sentir prazer como qualquer pessoa que...sonha com...um projecto, não sinto...

Comentário [s104]: S003-4-28

E - dona (...) no entanto, estamos a falar, não é, em pequenas actividades que realiza, não é, e o simples facto de as realizar e de as poder realizar dá-lhe satisfação?

S003 - não...

E - nem mesmo para ver que consegue e tem alguma actividade?

S003 - não me dá prazer mesmo.

Comentário [s105]: S003-4-29

E - não consegue sentir-se realizada...

S003 - não..

E - e quais as causas para as quais não sente essa realização?

S003 - é a falta de objectivos na vida, falta de...ter sentido na vida. Não vejo sentido na vida...

E - por isso não consegue atribuir um prazer às actividades é isso?

S003 - sim

E - e dona (...) o que costuma sentir quando portanto, durante essas limitações físicas e mesmo na incapacidade física o que costuma sentir quando está perante elas?

S003 - tristeza...

Comentário [s106]: S003-1-30

E - no entanto quando as realiza...

S003 - não sinto prazer

Comentário [s107]: S003-4-31

E - mas quando não as pode realizar sente-se triste por isso.

S003 - sim, é...

E - e nessas alturas o que pensa quando não consegue realizar a actividade?

S003 - sinto que devia as ter realizado e não consigo, sinto tristeza, não é, mas se as realizo, também não sinto prazer, sinto que cumpro uma realização.

Comentário [s108]: S003-4-32

E - dona (...) e em relação àquelas actividades que exijam um esforço físico mais leve, não é, aí também não sente de certa forma realização?

S003 - não..

E - dona (...) não se preocupe em eu estar a fazer estas perguntas a repetir, é para tentar clarificar também...

S003 - sim, sim, porque eu não sei se estou a responder...eu não consigo dar uma resposta concreta e é difícil também a entrevista...

E - está a achar difícil a entrevista...

S003 - não, é difícil compreenderem a minha entrevista...

E - ah não, não se preocupe, estamos aqui para clarificar tá bom? E agora a última pergunta que coloco, se tivesse que classificar a sua capacidade física numa escala de 0 a 10, em que 0 é uma capacidade física nula, inexistente e 10 é máxima capacidade que se sente que tem. Onde é que a dona (...) acha que se situa entre o zero e o 10?

S003 - Talvez no 4.

E - portanto aqui não é?

S003 - sim.

E- porque acha que é no 4?

S003 - porque não estou completamente debilitada e não estou completamente activa, e não estou a 50%, não me considero a 50%, e portanto acho que o 4 seria o ideal o grau com que eu me vejo.

E - portanto, a dona (...) acha que há coisas que pode realizar e sente energia para as fazer, no entanto essa energia tem algumas limitações, já tem algumas...e por isso é que acha que não está um pouco mais acima, no 50% em que equilibraria mais as coisas não é?

S003 - sim...

E - dona (...) muito obrigado pela sua colaboração.

Entrevista S-008

Data de nascimento: 1.12.1937

Morada: Lisboa

Historia clínica: Carcinoma do endométrio (1993); Mestatziação pulmonar (2000); CPC celular da vagina (2007); Histerectomia total e anexos (1993); Lobectomia superior esquerda (2001); Quimioterapia e Radioterapia.

E - Dona (...) apresenta alguma dificuldade alguma incapacidade física neste momento?

S008 - quer dizer, eu quando tenho as dores apresento // Porque as dores são aqui e aqui por trás. Na parte...vem para trás por cima assim da coluna irradiam assim para o lado, como quando uma menstruação muito dorida que eu quase nunca tive, e até tenho à frente umas moínhas e fico muito incomodada. // E realmente, claro nessa altura, eu sinto que tenho que me descansar, não posso, realmente, por exemplo uma coisa que eu deixei de...pronto, tá bem, tenho esse problema, o meu problema é só esse // porque de resto eu tenho força para tudo e para todas as coisas. // Nessa altura, enquanto não tomo os comprimidos para a dor eu sinto-me realmente mal. // Não é uma incapacidade grande como vejo pessoas aí, claro, não é, não é. Mas é uma incapacidade, pronto, que passa quando tomo os comprimidos fico normal e faço a minha vida mais ou menos, pronto

Comentário [s109]: S008-1-1

Comentário [s110]: S008-1-2

Comentário [s111]: S008-4-3

Comentário [s112]: S008-4-4

Comentário [s113]: S008-4-5

Comentário [s114]: S008-4-6

E - portanto quando sente as dores, sente-se...como se paralisasse...

S008 - é, é, uma pessoa quando tem muitas dores aqui na parte traseira e na coluna, assim na base...dores de rim, parece de rim mas não é bem, é mais no meio e vem assim para o lado // e incomoda muito, pronto, não apetece fazer mais nada, pronto. // Depois nem posso estar sentada nem deitada e ainda o melhor é andar um bocadinho, é engraçado. Se acordar e tiver estas dores eu tenho que me levantar imediatamente. Não consigo mesmo, outro dia ainda fui à casa de banho e adormeci na sanita. Pronto, não sei, é aquela posição talvez, que me melhora um bocadinho, eu não sei. // Portanto a minha incapacidade é essa, não é assim muito mais, não é permanente, é temporária. Enquanto realmente os comprimidos não fazem efeito e quando fazem efeito. Quando fazem efeito, estou mais ou menos...estou normal.

Comentário [s115]: S008-1-7

Comentário [s116]: S008-1-8

Comentário [s117]: S008-4-9

Comentário [s118]: S008-1-10

E - dona (...) e o que pensa, portanto, sobre essa incapacidade essa limitação física?

S008 - ah, penso que é uma carga de trabalhos e que é muito massador (risos). Claro, eu sei que há coisas muito piores e que me podem acontecer coisas muito piores. Mas as pessoas, no fundo vivem mais com aquilo que têm do que com aquilo que não têm. // E realmente nessa altura sinto-me infeliz, não consigo deixar de me sentir infeliz. // E procuro o mais depressa possível tomar os

Comentário [s119]: S008-4-11

Comentário [s120]: S008-1-12

comprimidos para realmente passar a um estado mais normal. Claro que tenho de deixar passar aquelas horas e às vezes é muito difícil, neste momento já está a ser muito difícil. Eu já não consigo passar as 8 horas. Há uma semana para cá, não passo as 8 horas e depois como eu também não tomo, não chego aos 8 bem-u-rons por dia, também pensei que podia abreviar, tomar assim um SOS, não tomo, nem chego aos 8 por dia. // Porque eu nem nunca cheguei a tomar sempre a dose que aqui me indicaram. Tomo sempre ligeiramente menos, não é, porque tenho receio realmente, não gosto de habituações e tenho medo do rim e essa coisa toda. Pois se ainda tou bem ainda me vou por mal de outra maneira. Por isso eu tento mais ou menos...

Comentário [s121]: S008-4-13

Comentário [s122]: S008-4-14

E - ao pensar e sentir-se incapacitada...

S008 - ai sinto-me um bocado angustiada, claro que sinto angustia.

Comentário [s123]: S008-1-15

E - sente-se infeliz...

S008 - é, não é bem. Eu, é engraçado, eu não ando muito angustiada. Eu desde que tomo o medipax, que não é bem (...), estou assim mais...por exemplo, antes de tomar o medipax, eu à noite quando estava acordada só pensava em coisas desgraçadas, nas tristezas todas, tudo me vinha à cabeça. E desde que comecei a tomar o medipax não penso em nada. Acordo, digo assim, ai que massada dói-me e tal, levanto-me leio um bocadinho, ando por ali pela casa. E não penso assim naquelas desgraças todas, pensava no que me tinha acontecido, e no meu pai, na minha mãe, e no não sei quantos, que ia acontecer isto e aquilo. Deixei. E achei que o medipax nesse aspecto foi ótimo. Eu detestava aqueles, aqueles filmes horríveis à noite quando estava acordada. E pronto, e realmente, mas penso que fico assim um bocado, fico aborrecida ainda agora vinha a chorar é bom chorar também. Agora ainda vim a chorar um bocadinho pelo caminho, mas depois também me passa, pronto, eu também ainda estou agarrada às coisas. E gosto de fazer coisas. Ainda há coisas boas para fazer.

Comentário [s124]: S008-4-16

Comentário [s125]: S008-1-17

Comentário [s126]: S008-5-18

E - claro, sem duvida dona (...). E quando pensa, portanto, na sua incapacidade física, nas limitações devido às dores, quando sente dores, quais são as causas que atribui a essas dores?

S008 - não, a causa acho que é o tumor, eu penso que é isso não é? Acho que tenho um tumor na vagina, pronto. // E, eu realmente, eu não consigo aceitar que a médica, a minha médica daqui, num sitio destes...que há dois anos começou a ver qualquer coisa...porque eu já ando nisto há um ano, desde Setembro, faz agora, foi a meio de Setembro que a dra (...) me telefonou para vir cá. E ela veio do departamento dela que não tem nada a ver com a ginecologia, à ginecologia ver o que é que havia lá para se ver, não sei porquê, e telefonou-me a dizer que estava lá uma citologia minha má. Ora bem, já no outro verão, a meio de Agosto me telefonaram da ginecologia para eu cá vir, que eu não me assustasse, que é logo uma pessoa assusta-se, mas que em Outubro que eu tinha de vir cá fazer um exame. E eu passei o resto das férias, foi a meio de Agosto, angustiada a pensar o que é que tinha. E depois vim...até 18 de Outubro e vim e fiz os exames e ela não me disse nada de especial nem dizia nada. E depois eu disse mas afinal o que é que eu tenho? Ah, secilhar é um vírus. Mas fiz uma citologia e passou um ano até Julho outra vez e nunca me disse nada. E eu não aceito isso, tenho uma raiva que não posso pensar nela, porque ela é uma mulher que me conhece há 12 anos. E devia ter visto qualquer coisa não é? E depois quando em Setembro, eu fiz o exame, fiz depois uma...a dra (...) falou, era uma segunda-feira, 'quarta feira vem fazer uma ressonância às 8 da manhã'. Porque ela é assim, ela marca pronto...e lá vim, e então foi o que me valeu. Porque então, ela di...e aquilo, eu depois fui à consulta de grupo, tinha umas celulazinhas, nem tinha volume ainda, mas depois, fiz a radioterapia, mas aquilo estava a desenvolver-se e desenvolveu-se, porque depois desenvolveu-se mesmo. Depois comecei a ficar mal, depois a radioterapia e tal, e depois vim à consulta da dra (...) que me viu a pedido da dra (...). E realmente já tinha qualquer coisa, e tenho, pronto. // O dr, fui ao ginecologista, mudei, mudaram-me de ginecologista, e já fui lá e disse-me que isto parecia, não me assustou, acalmou-me, que eu precisava de estar bem disposta e de me animar. E agora achou que estava ligeiramente melhor em relação ao que a dra (...) me tinha dito. Não sei se estou senão, mas eu agora so vou a ele quando terminar a terapia. Mas eu até gostei da consulta, e pronto. E foi a dra (...) que me marcou aqui a clínica da dor, que eu não sabia que existia, não é, ela disse assim 'ai não vai andar ai com dores', vai para a clínica da dor, e marcou o ginecologista. Portanto, eu neste momento sinto-me assim mais bem entregue, mas nem tem nada a ver, que, bem o ginecologista já é novo, não é? mas tá a ver? E eu fico com uma revolta por aquilo, não é? Porque eu acho que já podia ter sido antes, fazer qualquer coisa. Acho que isto não era necessário andar

Comentário [s127]: S008-2-19

Comentário [s128]: S008-2-20

Comentário [s129]: S008-2-21

nisto, porque ando aqui a caminhar para este hospital para quê? Ando a caminhar há 12 anos para a ginecologia nunca mais tinha tido nada. E ao fim e ao cabo eu tinha sido operada e correu bem e ficou tudo bem, lá passou aquele bocadinho para o pulmão. Porque agora não tem nada a ver com o que eu já tive. É uma coisa nova, disse a dra. (...). Não tem nada a ver, o pulmão era, fizeram a punção, como é que se chama... a biopsia e era a mesma coisa, tinha passado umas células. Quem me operou foi o meu médico de família, que era operador na estrela. E disse-me, isto, eu tirei tudo, mas sabe como é... eu até sou bióloga sou de biologia, e eu sei que a célula é uma coisa é difícil, não se vê, escapa-se e tal. E por acaso foi passado 7 anos, 7 para 8 que desenvolveram ali. Pronto acaba ali o ciclo. Mas pronto, isso é uma coisa que está sujeita. Agora isto, andar a ser vigiada e ser mal vigiada realmente acho um horror, não é? E revolto-me e sinto-me revoltada.

Comentário [s130]: Conhecimento da realidade da doença S008???

Comentário [s131]: Ruptura na relação médico - doente S008???

E - sente que as coisas evoluíram...

S008 - evoluíram... porque... não estava ainda, mas já estava a desenvolver porque já vinha de há muito tempo, está a ver, então, um ano antes... já viu? Eu tinha assim um corrimento esquisito e tal, mas ela nunca ligou a nada, nunca... e era uma pessoa com quem eu até gostava de falar. Com quem quer dizer... era assim uma relação que até falávamos de livros, da filha dela e dos meus netos e assim de coisas e de viagens, um bocadinho assim, era assim uma pessoa que me dava uma certa atenção. Olhe, estou passada.

Comentário [s132]: Ruptura na relação médico doente S008???

E - desiludida, sente-se desiludida...

S008 - como?

E - sente-se desiludida...

S008 - desiludida, completamente desiludida, e sinceramente eu acho que houve culpa, houve culpa... eu tenho de pensar nisso, está a ver os antecedentes, um ano antes. E depois estava de atestado, e quando é que eu seria vista. E depois também não me ligou muito, marcou o PET mas até se esqueceu do PET. Se não fosse a dra (...), ah, mas eu depois resolvi falar com a dra (...), porque me sentia muito mal, e é a ela que eu recorro aqui nesta casa. E ela resolve me os problemas. E ela realmente depois o PET foi para ela, ela desencadeou o PET, e foi para ela e a partir daí, é que eu comecei isto.

E - começou este tratamento agora de quimioterapia.

S008 - comecei o tratamento.

E - dona (...) e quais as consequências desta incapacidade que sente devido às dores? Que consequências tem na sua vida?

S008 - (começou a chorar) consequências tem algumas, porque olhe, eu para já, não aceito bem esta doença // desta vez eu não me apeteceu falar a ninguém, não me apetece ir já à universidade. Porque não sei... deixei de fazer ginástica agora até vou perguntar... mas eu... às vezes não me apetece. Não sei se faz bem se faz mal. // Tem algumas consequências, sobretudo no aspecto emocional // quer dizer, eu tenho umas amigas com quem converso // e de resto... e acho horrível andar de cabeleira, já tou farta da cabeleira, já andei um ano e tal da outra vez com a cabeleira, mas andei assim bem disposta. Agora estou farta dela, estou farta disto, e pronto, mas tenho de ter paciência // E realmente a minha vida modifica-se um bocadinho, porque há coisas que eu gostava de fazer e agora nem sei, eu inscrevi-me na universidade outra vez e na ginástica. Mas não sei se vou ir, não sei.

Comentário [s133]: S008-3-25

Comentário [s134]: S008-3-26

Comentário [s135]: S008-3-27

Comentário [s136]: S008-3-28

Comentário [s137]: Bom apoio familiar/social S008

Comentário [s138]: S008-3-30

Comentário [s139]: S008-3-31

E - o que me está a dizer que não é só a incapacidade em si, que é uma consequência,

S008 - não, não, depois é a actuação, não é..

E - mas é a própria doença, a aceitação da doença...

S008 - sim sim pois

E - tem mais consequências na sua vida...

S008 - pois tem, pois tem, pois é isso. Uma pessoa está doente, e pensar faço um tratamento e pronto e depois cura-se, qualquer pessoa pode ter uma doença não é? // Mas aqui eu sinto, que não é só o tratamento, primeiro é pensar que não dá resultado e depois é... as consequências, porque o tratamento em si também tem algumas consequências, e, e, é chato as pessoas, eu não estou à vontade. // Vou dizer, eu agora estava lá do outro lado, e dizia, 'tenho de ir a Lisboa', dizia o jardineiro, não sei se vou amanhã, não sei se vou depois de amanhã, nunca sabia quando vinha, ele estava perturbado deixem-no. Olhe eu quando foi logo se vê, porque ele tinha de apanhar umas coisas para eu trazer e tal, é assim uma... porque eu não quis dizer, não me apetece, pronto acho

Comentário [s140]: S008-4-32

Comentário [s141]: S008-3-33

que é humano se calhar não é? // Pronto, não me apetece... não me apetece, que me vejam sem cabelo, que não sei quê não sei não que me apetece...

Comentário [s142]: S008-3-34

E - tenta não fazer das coisas um grande drama...

Comentário [s143]: Dificuldade de adaptação à doença S008???

S008 - faço ligeiramente, um bocadinho. Faço, faço, às vezes faço. E depois passa, durante o dia faço a minha vida, não deixo de fazer as coisas mais ou menos normais. Gosto de ir aqui, e de ir sair com os amigos. E agora os meus amigos todos já estão dentro do assunto.

Comentário [s144]: Bom apoio familiar/social S008???

E - mas também é importante...

S008 - e pronto, mas sinto-me assim uma desgraçadinha, às vezes sinto-me assim uma desgraçadinha.

Comentário [s145]: Emoção negativa na doença S008

E - mas é importante também que conte com esses amigos...

S008 - sim, pois...

E - indo de acordo com aquilo que disse, sente-se mais amparada, se tiver o apoio deles é diferente...

S008 - Sim, pois... também fazem falta. E tenho alguns amigos, bons amigos felizmente

Comentário [s146]: Bom apoio familiar/social S008???

E - e dona (...) o que costuma fazer para contornar essas dificuldades físicas que sente devido às dores? o que costuma fazer?

S008 - é tomar os comprimidos, até passar e tentar passar e andar um bocadinho e tal, também. Por exemplo agora foi muito rápido. Eu tomei e tal, estava um bocado, e depois foi passando e tentar que a cabeça por a cabeça no lugar não é? E que a cabeça não perturbe tanto. E pensar em coisas mais positivas, eu tento realmente. Também não mergulho na desgraça e na dor completamente, é momentâneo. E depois eu tenho alguma força, ainda tenho alguma força. E luto pelas coisas, eu ainda gosto de fazer coisas. // E tento realmente dentro das minhas limitações, ainda tentar fazer. // Ainda penso, ainda podes andar, ainda podes ir aqui, ainda podes ir ao cinema, ainda podes ver isto... é isto que eu penso, para eu me convencer, auto-convencer. // E é verdade, isto até é verdade não é, que há pessoas que nem isso podem fazer, pronto, é isso.

Comentário [s147]: S008-4-39

Comentário [s148]: S008-4-40

Comentário [s149]: S008-4-41

Comentário [s150]: S008-4-42

Comentário [s151]: S008-4-43

E - ainda nesse seguimento, dona (...) gostaria de me falar de actividades que pode realizar que exijam um esforço físico dentro das suas possibilidades. Que actividades são essas?

S008 - não, esforço físico eu faço normalmente. Quer dizer, talvez quando vou... procuro não pegar em pesos, percebi que pegando em muitos pesos no supermercado, porque eu tenho a mania de fazer tudo não é? E procuro limitar um bocadinho, deixei de fazer ginástica porque julgo, pensei que não faria muito bem. Porque ao princípio eu notei que quando ia para a verdizela e quando pra... lá para a minha casa, eu cá fora fazia muitas coisas, andava com as mangueiras, regava e não sei quê. E no sábado em que eu fazia muita coisa antes de começar a quimioterapia eu sentia-me mal e tinha mais corrimento. Então comecei a pensar que não devia fazer tantos esforços. E limitei-me mesmo agora em férias. Eu fiz pouco nesse aspecto, reguei só assim pouco, deixei o jardineiro fazer lá as coisas. E podar as plantas e tal, fazia pouco pronto, limitei-me mais, não fiz mais como era costume, pronto, paciência. Fiz isto agora, havia muita coisa para fazer, ele não faz tudo, mas... paciência. Fiz só aquilo que achava que poderia fazer, quer dizer mas não me esforcei demasiado. Porque andar com as mangueiras a arrastar, a regar aqui a regar aqui. Porque só árvores eu tenho 18 árvores e eu o ano passado regava as 18 árvores todos os dias. Regava por ali, por 10 minutos, depois levar a mangueira mais 10 min andar de um lado para o outro, andar muito com a mangueira. Nesse aspecto eu limitei-me um bocadinho. Mas não é grave.

Comentário [s152]: S008-4-44

E - assim também mantém alguma actividade não é?

S008 - eu gosto de fazer aquilo.

Comentário [s153]: S008-5-45

E - e que outras actividades mais, que pode realizar que exijam um esforço físico mínimo, mais leve, mais moderado? Que outras actividades mais realiza?

S008 - sim... eu também não faço grandes esforços. // Eu em casa tenho uma empregada que me faz a comida, e arruma e tal. Que claro que eu sei lá... sempre faço umas coisas, mas não faço muito, se quiser não faço nada. Não é o caso pois eu sempre trabalhei fora de casa e em casa sempre faço umas coisas, não é. Ela agora desde que eu estou doente mesmo ao fim de semana que ela mora no prédio me tem ajudado. Agora vou ficar, quero mesmo que ela vá que ela o ano passado não foi, 15 dias de férias. Vou ficar um

Comentário [s154]: S008-4-46

bocadinho...assim. Mas eu...lá do outro lado de lá em casa agora também estava sozinha. Claro que não ando todos os dias a limpar a casa nem nada, que aquilo é viver cá mais fora. Mas ta mais ou menos limpa...mas fazia a comida, tive lá as minhas amigas e eu é que faço a comida. Íamos às compras e tal. Portanto, e não custa essas coisas // **As vezes tar um bocadinho mais em pé custa-me.** Então, mas sento-me, a descascar batatas, sento-me a descascar batatas. Faço assim essas, essas...como é que é, tento organizar-me. Porque tar muito tempo em pé, realmente noto que esta zona não gosta. E também sempre sentada também não, andar é que me faz melhor, é engraçado, é...e e pronto...

Comentário [s155]: S008-3-47

Comentário [s156]: S008-4-48

E - liberta a tensão...

S008 - como?

E - liberta a tensão

S008 - liberta, andar descontrair e tal, porque tar assim sentada também não é muito bom. E pronto. **Agora tenho dormido pior, não sei se vou falar com a sutora, eu nunca tomei nada para dormir, eu sou muito alérgica a tomar coisas . Mas da outra vez que estive aqui a doutora que não era a minha receitou-me uma coisa para dormir, que eu nunca tomei. Agora vou falar com a dra (...) a ver o que ela acha, que eu tome. ..Porque eu tou um bocado cansada de não dormir a noite inteira. Como era costume que eu dormir e comer, por mais aborrecida e doente que estivesse sempre dormi e comi. Que eu passei fases da minha vida com o meu filho, teve muitos problemas durante 14 anos, foram problemas e problemas e eu sempre dormi e comi. Porque sou assim, devo ter uma constituição realmente um bocado forte é isso...porque essas duas funções, sempre fiz, e eu nunca tomei assim grandes coisas para a cabeça, não. Eu domino-me bastante. // **Agora esta parte ultrapassa-me, quer dizer, para mim é mais difícil isto que é uma coisa eu não sei o que é e não se quê, do que ter um problema psicológico, de me ter acontecido uma coisa e eu reagir aquilo. Para mim é mais fácil do que isto, porque isto eu não sei reagir, reajo só às consequências. E...quer dizer, tenho muito medo, tenho medo disto...eu tenho medo. Procuro libertar-me disto mas realmente essa impressão que eu tenho é de medo, pronto.****

Comentário [s157]: S008-4-49

Comentário [s158]: S008-4-50

Comentário [s159]: Dificuldade de adaptação à doença S008??

E- medo do que vem depois...

S008 - **o que é que me vai acontecer, o que é que depois disto, se a quimioterapia não der resultado o que é que me podem fazer, já que não me podem operar aqui. O que é que, se vou andar a vida inteira nisto, quer dizer, o organismo também não aguenta tudo, não é? Embora eu ate seja um bocadinho forte. E depois uma coisa que este ano me marcou muito foi fazer 70 anos, achei horrível, de repente cheguei aos 70 anos, não estava nada preparada para ser velha, e...assim...acho horrível, por acaso é a parte que eu acho mais horrível ainda.**

Comentário [s160]: Antecipação de consequências negativas na vivência da doença S008???

E - acha que algumas das coisas que sente pode ser devido à idade?

S008 - não, não, não é não. Eu acho que isso ultrapassei porque agora concentrei-me nisto. Até ultrapassei isso. Pronto. Veio outro problema maior do que esse, não é?

E - mesmo assim, disse-me que ainda faz muitas coisas, não é?

S008 - faço, faço a minha vida normal...

E - Por exemplo certos tipos de trabalhos pequeninos manuais, por exemplo?

S008 - **sim, gosto de fazer, sim.**

Comentário [s161]: S008-5-53

E - por exemplo...

S008 - **sei lá, não sei...sei lá olhe, ainda agora...sei lá, não sei, faço as coisas normais, não sei. Ainda gosto de fazer desenhos, e gosto de...decoreção. Ainda agora decorei uma...veja lá, andava para redecorar uma sala que eu fiz obras aqui há quatro anos e aquilo ficou mais ou menos na mesma, os tecidos e não sei quê. E agora há um mês de repente no meio disto, transformei aquilo tudo por exemplo. E eu achei assim, olha realmente andaste tanto tempo a ver tecidos, tecidos e nunca mais te decidias e agora de repente...remodelei. // **Eu não parei, não paro realmente.****

Comentário [s162]: S008-5-54

Comentário [s163]: S008-

E - dona (...) considera que estas pequenas actividades, por exemplo, de lazer de distração são actividades significativas na sua vida?

S008 - ah sempre foram, sempre foram a vida inteira, sempre foram a vida inteira. Porque eu...eu realmente eu devia, a minha actividade devia ser essa. Eu gosto mais é de coisas decorativas, de pinturas e desenhos e não sei quê. Mas quando eu cresci eu não podia tirar um curso desses que não havia. O que havia era só pintura e arquitectura e eu não tinha ido para essa área. E eu era para tirar um curso de professora de desenho, que era tirada nas três faculdades, letras, ciências, e belas artes. No ano em que eu tava no 7º ano acabou, e passou a ser os pintores e escultores que passaram a dar as aulas nos liceus. E eu de repente fiquei sem saber o que é que havia de fazer. Depois era assim, matemática não me apetecia, física também não, aaaa, fui para biologia. Porque achei que biologia era assim, era uma mistura, porque biologia tem matemática, física, tem assim um leque...pronto. E não me senti mal. E toda a minha vida dei as aulas e tal, e toda a minha vida fiz bonecos, e fiz desenhos e fiz pinturas e fiz vestidos e fiz...Olhe eu também podia ter sido modelista, a sério...desde os 7 anos que eu faço coisas. Eu com 10 anos fiz um vestido para uma prima minha que nasceu com 7 meses e eu achei que era igual à minha boneca, e foi o vestido do baptizado! Quer dizer...era assim pronto. Eu realmente tinha, tenho habilidade não sou nenhuma...não me sinto assim nenhuma artista a defender estas ideias ou esta coisa não, mas sou criativa, e gosto de fazer coisas sobretudo que sejam agradáveis à vista, pronto é isso. E das minhas mãos as coisas saem, sempre saíram. Comprei uma máquina de tricotar, as coisas que eu fazia com aquela máquina de tricotar...para o meu filho, para o meu marido, para mim. Realmente eu...só nunca fiz foi sapatos, até carteiras fazia quando era jovem, pronto. Nunca tinha muito dinheiro, mas fazia coisas. // E realmente...o fazer coisas fez parte sempre da minha vida e vou continuar a fazer, pronto, e vai continuar a fazer. Quer dizer, enquanto eu me conhecer ...ainda agora tive a fazer um desenho para o neto da...da senhora lá do supermercado, é um bebezito com dois anos. E eu nem sabia quase, e ela é tão simpática comigo, já a conheço há uns anos. E tive a fazer um...é um...é a letra, é o nome, depois com uns bonequinhos, com uns bichinhos, e depois é tudo pintado e fica engraçado, pronto ainda agora tive a fazer isso. // Eu acho que me tá dentro de mim. Percebe? E mesmo, fazer coisas, por mais uma moldura, arranjar mais uma fotografia, por mais isto na parede, mais isto. Pronto. Faz parte da minha...aquela minha casa é cheia de coisas destas, é cheia de histórias. Ia comprando isto... (...). Porque eu realmente gosto muito, gosto muito de artes decorativas. É o que eu gosto, coisas agradáveis a vista, que sejam confortáveis e que as pessoas se sintam bem. sou muito exigente nas cores das coisas na maneira como ponho os objectos

Comentário [s164]: S008-5-56

Comentário [s165]: S008-4-57

Comentário [s166]: S008-5-58

Comentário [s167]: S008-5-59

E - E acha que essa característica sua, portanto de ser tão activa e que gosta de produzir coisas, tem ajudado?

S008 - ajuda, claro que ajuda. Ajuda porque, pois, porque eu depois não mergulho só na infelicidade, mas depois arranjo uma maneira de...me libertar e tentar ainda fazer o que me apetece, se puder fazer...]

Comentário [s168]: S008-4-60

E - é uma estratégia..

S008 - é uma estratégia, pois pois, que é automática. Quer dizer, eu não tou a pensar nisso, mas realmente ta mesmo dentro de mim, felizmente. Não me ponho assim na cama...para eu ir para a cama, eu só vou para a cama, quando estou realmente...tiver muito doente é que eu vou para a cama. Porque mesmo, nunca me lembro de estar de cama, por exemplo as vezes com gripe, eu raramente tenho gripe. Nunca tenho febre. Tive uma pneumonia. Eu raramente nunca tenho febre. Tinha às vezes dores de garganta. Eu era capaz de estar metida na cama com dores terríveis mas nunca tenho febre. Mas passou agora já há uns anos, posso ter um bocadinho e tal. Mas eu posso tar uma manhã na cama, mas depois, não gosto de estar na cama, sou mais de fazer coisas, por-me a fazer isto ou aquilo, seja o que for na casa. Do que propriamente, estou a ficar inerte, estou doente.

Comentário [s169]: S008-4-61

Comentário [s170]: S008-4-62

E - dona (...) quando olha para todas as actividades que pode realizar, seja tarefas domésticas, trabalhos manuais, o que é que pensa sobre todas essas, essas actividades?

S008 - não sei...penso que fazem parte da minha vida, sempre fizeram, não sei ate quando é que eu vou continuar a ser assim. Porque é assim, eu fiz 70 anos, mas eu não me vejo com 70 anos. Também é verdade não é...mas já cá estão. Mas eu sempre tive assim...agora já não tenho tanto, com estas coisas todas, mas eu sempre tive um bom aspecto, tinha um aspecto assim...E sempre me vi com um bom aspecto, pronto. Era assim tava habituada a ter bom aspecto. E acho que eu sou assim mesmo, eu sou isto. Eu gosto destas coisas. Gosto de...quer dizer, as actividades fazem todas parte da minha vida, e continuam ainda a fazer, não sei até que ponto.

E - e como se sente quando as realiza?

S008 - ah, tou bem. Quando tou a fazer tou bem. Gosto, gosto...tou contente, bem disposta a fazer, sei lá. // Até que nem seja a cozinhar. Eu gosto de cozinhar certas coisas, ainda ontem cozinhei. Não cozinho em casa praticamente, mas em férias cozinho sempre. E cozinhei para as minhas amigas sempre. Mais ou menos, ora, uma...uma nunca ajudou, uma era daquelas que nunca faz nada, quer é...e a outra não, a outra é...tem a macrobiótica é assim muito interessante. Fazíamos as duas assim coisas. E até e muito criativa, muito criativa. Foi uma boa companhia que eu tive.

Comentário [s171]: S008-5-63

Comentário [s172]: S008-5-64

E - sente-se portanto satisfeita ao realizar...essas tarefas

S008 - sim, ao fazer..sim...não tou infeliz a vida inteira, quer dizer, tenho momentos. Alias se calhar como toda a gente mesmo que não seja doente não é. Agora esta doença...é uma doença que...mas sei lá, mas há pessoas...tenho uma amiga que vai ser agora operada ao coração. Mas é uma coisa complicada, não é? Pois, também é. Porque quando eu penso, quando eu olho para o lado eu penso assim, há sempre pior...há sempre pior é verdade e há, e há, mesmo que seja muito mau, há sempre alguém que está mesmo muito pior. Agora isso, quer dizer, não quer dizer que sirva de consolo, mas a pessoa, também não pode ser totalmente egoísta e querer tudo para si, não é, por comparação. Olhe se eu tivesse assim tava muito pior, então vamos lá usufruir aquilo que ainda tenho. Não digo que eu consigo fazer isso todo o momento fazer isso, mas tento, e esse pensamento vem-me à ideia não é?

Comentário [s173]: S008-4-65

E - dona (...) agora para terminar, como classifica a sua capacidade física numa escala de 0 a 10?

S008 - pois eu acho...eu pus 8...quer dizer porque, acho que sim, eu faço tudo. Vou ao supermercado, eu faço as compras, eu...sou eu que faço as camas. // Agora que eu (...). Eu fazia tudo, fazia as camas, limpava com a esfergona o chão, aquilo e tudo tijoleira, aaa, regava ca fora, podava plantas, não tanto como era costume. Mas faço, acho que sim, tenho, tenho capacidade física. Quando tinha as dores mas era momentâneo e não fazia. Passava um bocadinho e passado aquele bocadinho, eu até esqueço eu de repente até me esqueço, e dou por mim a fazer as coisas. Ai não te debes esforçar tanto. Eu acho que sim que ainda tenho boa capacidade física. Apesar disto, não sei olhe, só me apetece tirar aqui um bocado desta coisa. Sinto mesmo aqui e às vezes aqui, porque acho que é do lado direito. E aqui do lado direito (...). E depois o pior nem é propriamente a dor, há uma dor, e depois é um ardor, que apetece lavar e por cremes. Não é nada por fora, é tudo lá dentro.

Comentário [s174]: S008-5-66

Comentário [s175]: S008-3-67

Comentário [s176]: S008-4-68

E - obrigado pela sua colaboração!

Entrevista S010

Data de nascimento: 30.11.1953

Sexo: Masculino

Historia Clínica: Cancro do pulmão (2008); Radioterapia e Quimioterapia (ex-fumador)

E - senhor (...) neste momento apresenta alguma dificuldade, alguma incapacidade física?

S010 - ligeiramente, // quer dizer, derivado aos tratamentos que estou a fazer não é, de resto não vejo assim nada...de especial.

Comentário [s177]: S010-1-1

Comentário [s178]: S010-2-2

E - portanto, ao nível dos tratamentos que estão a interferir com a sua vida, pelos sintomas dos tratamentos, é isso?

S010 - exacto.

E - e o que pensa portanto, sobre esses efeitos dos tratamentos?

S010 - eu penso que isto, portanto, há-de chegar a um altura em que há-de normalizar, tudo há-de normalizar. Não é. Caso eu fique bom, que eu penso que sim, portanto isto há-de ficar normalizado, com certeza.

Comentário [s179]: Expectati vas positivas S010??

E - e em relação à incapacidade física, essas limitações que pode sentir devido aos tratamentos. Como se sente face a essas limitações?

S010 - quer dizer, não vejo assim muita incapacidade física em relação a isso depois de as coisas normalizarem, não é?

Comentário [s180]: Expectati vas positivas S010??

E - portanto Durante o período de tratamento é que sente mais...

S010 - sim eu penso que sim, eu penso que sim...

E - e o que sente nessas alturas?

S010 - sinto-me, por exemplo, sinto-me fraco, falta de sensibilidade. Essencialmente isso.

Comentário [s181]: S010-1-5

E - sente portanto falta de força.

S010 - Exacto, falta de força, exacto.

Comentário [s182]: S010-1-6

E - portanto já me falou que essas dificuldades são devido ao tratamento. Portanto são as causas, derivado ao o tratamento.

E quais as consequências destas limitações na sua vida?

S010 - portanto, das limitações actualmente?

E - sim...

S010 - na minha vida, neste momento, essas consequências não dá para eu fazer a minha vida, porque eu tava a exercer a profissão de motorista, e quer dizer é complicado nesta situação ser motorista.

Comentário [s183]: S010-3-7

E - portanto é o ter de deixar de trabalhar.

S010 - exactamente.

E - senhor (...) e o que costuma fazer para contornar, portanto, essas dificuldades físicas, essas limitações, como é que gere, portanto, para conseguir ultrapassar isso?

S010 - olhe é assim eu, portanto, quando não estou bem, portanto, tento descansar o máximo possível. Que é a única maneira de eu me sentir bem, portanto, como não estou (...) capaz de desempenhar as minhas funções, então nesse caso vou descansar que é a única maneira que eu me sinto bem assim.

Comentário [s184]: S010-4-8

E - e já é uma grande ajuda também para o corpo restabelecer a energia.

S010 - exactamente.

E - senhor (...) que actividades pode realizar neste momento, que exijam um esforço físico assim mais moderado, mais leve.

S010- por exemplo, eu, repare, eu já estava reformado da minha profissão que era mecânico de automóveis. Aaaaa, depois como, pus um pace...portanto, um desfribilhador, fiquei limitado, fiquei proibido aliás de exercer a minha profissão. Tirei um curso de motorista de táxi, e neste momento era o que eu estava a fazer. A minha profissão neste momento sou motorista de táxi. Aaaaaa, quem diz motorista de táxi, diz motorista de ambulância, uma coisa que...um trabalho leve, um trabalho levezinho que não, que não...que não puxe pelo cabedal como se costuma dizer.

Comentário [s185]: S010-2-9

E - e por exemplo em casa, tem alguma ocupação alguma coisa com que se entretenha?

S010 - não, não, porque...é assim, a própria doença...como fui sempre um homem muito activo e neste momento sinto-me um inútil, tanto não faço nada porque não (...) ou tenho de trabalhar a sério, ou então passar a brincar não sou capaz.

Comentário [s186]: S010-4-10

E - e por exemplo aqueles pequenos trabalho de reparar...

S010 - ah sim, se for apertar um parafuso, não tenho problema em fazer isso.

Comentário [s187]: S010-5-11

E - esse tipo de situações não é?

S010 - sim

E - são coisas mais, digamos, mais leves,

S010 - exactamente

E - sem grande esforço físico e mental

S010 - sim, sim, isso não tenho problemas em nada isso

E - portanto e quando realiza essas actividades, coisas que até o podem distrair, coisas que o podem fazer sentir bem...o que pensa sobre essas pequenas actividades?

S010 - ...quer dizer...sinceramente...são coisas tão simples, tão insignificantes para aquilo que eu fazia que... praticamente não me dizem nada, ta a ver?...portanto, porque eu tinha... na minha profissão, tinha problemas complicadíssimos para resolver, então quer dizer, essas pequenas, essas pequenas coisas que se fazem não me dizem nada. Quer dizer não me dá gozo, quer dizer, não...não puxa por mim, portanto, para ir além daquilo que eu seria. Não é?

Comentário [s188]: S010-4-12

E - não são desafiadoras...

S010 - é isso é, é

E - assim não se sente totalmente satisfeito, com essas actividades?

S010 - é, é. É só por dizer que, está estragado, arranja-se, pronto.

Comentário [s189]: S010-4-12

E - senhor (...) como classifica a sua capacidade física, por exemplo numa escala de 0 a 10, em que 0 é uma capacidade física muito reduzida e 10 é uma grande capacidade física. Onde é que acha que se situa?

S010 - neste momento ou quando estou com saúde?

E - neste momento.

S010 - neste momento, se calhar, sei lá, devo estar aí com um quatro ou coisa do género.

E - gostaria de me explicar então porque acha que é o 4, neste momento?

S010 - porque, por exemplo, antes de começar com estes tratamentos que não sabia que tinha aquilo que tenho, portanto, foi descoberto através de um exame, trabalhava praticamente, vá lá, a 80%, sem problema nenhum. // Agora desde que comecei a fazer isto, estes tratamentos, levaram-me abaixo, quer dizer, não tenho força, não tendo força, pronto, é a base essencial para qualquer coisa. Depois é a motivação psíquica, né? Também não é grande coisa, porque eu não...uma pessoa não se sente incentivada.

Comentário [s190]: S010-4-13

Comentário [s191]: S010-4-14

Comentário [s192]: S010-4-15

E - considera então que a motivação também seria importante...

S010 - ah sim, sim,

E - para, para...ao sentir essas limitações para fazer as coisas, a motivação também... ou seja perde a motivação...

S010 - claro claro...

E - o senhor (...) também me perguntou se era para classificar neste momento ou quando tivesse saúde e quando tivesse saúde era no 80%?

S010 - sim, mais ou menos.

E - o senhor (...) também me referiu á pouco que um dos seus sentimentos devido ao facto de estar mais parado agora, é o sentimento de inutilidade.

S010 - sim, sim, sim isso mexe muito comigo. Porque eu fui sempre uma pessoa muito activa e como me sinto muito parado, sinto-me um inútil quer dizer, complica-me muito com o meu sistema nervoso.

Comentário [s193]: S010-1-17

E - é algo também difícil de gerir

S010 - é gerir, é...exacto.

E - ok senhor (...) obrigado pela sua colaboração!

Data de nascimento: 6.03.1971 (37 anos)

Morada: Samora Correia

Historia Clínica: cancro da mama inflamatório com metástases no fígado e axila esquerda.
Cancro ósseo sem envolvimento ósseo sedentário (2008). Quimioterapia (2008)

E - dona (...) neste momento apresenta alguma dificuldade ou incapacidade física?

S011 - sim, não consigo fazer tudo lá em casa. // Estou...muito cansada. Muito cansada mesmo. // São 5 quimios, deve ser isso também, o corpo vai sentindo. Mas na última sinto-me melhor, na última semana sinto-me melhor, são três semanas. Nas duas primeiras semanas estou muito cansada, na primeira semana estou enjoada cansada, a segunda ainda estou assim um bocadinho (...), e a terceira já ando mais ou menos, e a única semana que eu consigo andar bem.

Comentário [s194]: S011-3-1

Comentário [s195]: S011-1-2

Comentário [s196]: S011-2-3

E - essas incapacidades, dificuldades mais físicas, e limitações são devidas ao tratamento, são efeitos do tratamento.

S011 - eu penso que deve ser mesmo, que vem mesmo daí.

E - dona (...) e o que pensa sobre essas dificuldades físicas, sobre essa incapacidade que está a sentir neste momento?

S011 - é assim, eu ao princípio até me sentia bem com isso, mas com o passar do tempo estou a ver que está complicado, é complicado a gente não poder fazer nada. É um bocado complicado.

Comentário [s197]: S011-1-4

E - portanto é uma dificuldade

S011 - ter de pedir ajuda, e é complicado. // Sim, e depois é assim temos de estar ocupados, é assim a gente não fazemos nada, temos quem nos faça tudo, e temos de arranjar outras coisas para nos ocupar e às vezes temos de arranjar outras coisas para nos ocupar e às vezes também não é fácil.

Comentário [s198]: S011-3-15

Comentário [s199]: S011-4-16

E - e como se sente nesses momentos em que vê que não pode fazer as coisas, como se sente?

S011 - sinto-me assim um bocado triste. // E uma pessoa quando faz...fiz sempre tudo não é, e agora de repente ... não consigo fazer, e... é um bocado chato, é muito chato. // Tento ler, tento fazer outras coisas, mas às vezes também o cansaço e o mau estar também não dá para isso, não dá para nada, só para tar deitada, não é fácil. // É que ao princípio a gente aceita, não é? Mas depois vai passando um mês, vai passando dois, vai passando...e é muito tempo assim, e há muito tempo pelos vistos ainda, sem actividade

Comentário [s200]: S011-1-17

Comentário [s201]: S011-4-18

Comentário [s202]: S011-3-19

E - é ver o tempo a passar e não recuperar aquela energia que tinha antes...

S011 - não não, a energia foi mesmo...mesmo abaixo. A energia...que eu tinha antes...

Comentário [s203]: S011-4-20

Comentário [s204]: S011-1-21

E - sente-se portanto muito triste por não fazer as actividades e cuidar da casa como cuidava também...

S011 - e dos meus filhos também...e essas coisas todas.

Comentário [s205]: S011-3-22

E - dona (...) e quais as causas que atribui a essas limitações? Portanto pensa ser devido à quimioterapia porque antes não sentia assim...

S011 - é, deve ser...porque deve alterar ali as defesas e... pois conforme vai passando vou recuperando, portanto é mesmo da quimio, isso sem duvida nenhuma. Porque se a ultima semana começo a ter energia e começo-me a sentir-me bem é mesmo da quimio. A quimio faz mesmo isso. A primeira que levei era mais complicada ainda do que esta. Porque o primeiro estudo que eu fiz, que falhou, pronto, vomitava fora, ficava muito mal disposta. Agora não, estou mais cansada, tou mais cansada, e também tava mais cansada na outra, mas agora, os enjoos já ta a passar mais.

Comentário [s206]: S011-2-23

E - portanto é uma quimioterapia diferente, que está a fazer agora é diferente e causa-lhe mais cansaço...

S011 - pois, embora a outra também, mas a outra eu não via tanto o cansaço porque estava concentrada nos enjoos. Porque os enjoos para mim era pior, mas pronto também havia cansaço, também havia.

E - e dona (...) quais são as consequências que a incapacidade física tem na sua vida? Que impacto tem na sua vida?

S011 - eu sou muito apoiada, portanto, impacto, por enquanto tenho cá os meus pais, que devem estar a ir embora em breve. Sou muito apoiada, portanto na vida, a nível de quê, social...?

Comentário [s207]: S011-3-14

E - na sua vida diária...

S011 - pronto...pois...tem impacto, não posso...ir levar os meus filhos à escola, acompanhá-los, às vezes digo-lhes que estou cansada, tenho de dizer, eles vêm para o pé de mim e eu digo-lhes olha a mãe está cansada.

Comentário [s208]: S011-3-15

E - portanto uma das consequências das dificuldades físicas é não poder também acompanhar os seus filhos, e deixa-a muito triste não conseguir estar o ritmo deles...

S011 - pois, pois, eles agora vão começar a escola, tenho de arranjar alguém para os levar, têm de comer na cantina, coisa que eles não comiam. Há muita coisa que vai ter de ser alterada.

E - portanto é a mudança do ritmo de vida...é isso?

S011 - tenho de dizer a alguém para me vir buscar a roupa para lavar, e essas coisas assim, e isto tudo muda. // E ao nível de cozinhar também cozinhou e já não...não consigo assim. De repente canso-me sem energia para tudo. // Eu penso que, uma hora estou bem, e de repente de um momento para o outro fico sem energia nenhuma. // Mas tenho momentos que parece que me apetece fazer tudo e mais alguma coisa. E de repente vejo que não é possível, nem me segurar de pé, tenho de me sentar, tenho de estar deitada às vezes.

Comentário [s209]: S011-3-16

Comentário [s210]: S011-3-17

Comentário [s211]: S011-1-18

Comentário [s212]: S011-4-19

E - portanto sente que há actividades em que até tem energia para fazer, mas depois vai começar a fazer, e até consegue e pode fazer, depois fica cansada não é?

S011 - muito cansada...

E - dona (...) o que costuma fazer para contornar todas essas dificuldades que vai sentindo?

S011 - eu vou lendo, vou vendo televisão, mas só que já me chateio de ver televisão porque já não gostava muito de ver, tento tar ocupada, vou dar uma voltinha às vezes, mas lá está o cansaço também me impede de andar, só de carro. // E também me chateio porque ir às compras também já não...já me cansa, tudo me cansa. Quando saio para dar uma volta tenho de vir depressa para casa porque estou cansada. É sempre o cansaço...

Comentário [s213]: S011-4-20

Comentário [s214]: S011-1-21

E - portanto é difícil...para si encontrar uma forma para conseguir contornar o cansaço, pois qualquer coisa que possa fazer sente-se cansada. Isso também a deita abaixo não é?

S011 - é, é isso é complicado. É complicado porque, nós temos de pensar noutra coisa, e temos de sair para a cabeça aliviar e depois vem o cansaço, temos de ir outra vez para casa, estar sempre em casa também não ajuda muito, é difícil...

Comentário [s215]: S011-4-22

E - dona (...) que actividades...já me falou que o cansaço, mesmo que tente arranjar outras actividades o cansaço vem. No entanto, quando se sente bem, com energia para fazer outras actividades outras tarefas, que tarefas realiza e que pode realizar que exija um esforço físico mais leve, mais moderado?

S011 - ontem estive a costurar. Estive a fazer...como não tínhamos mais nada para fazer, tive a fazer vestidinhos para as bonecas da minha filha com ela. Pronto é uma coisa que eu consigo fazer, ela gostou muito, e teve a fazer comigo. E pronto é coisa que eu estava sentada a fazer, e ela gostou, mas é coisas muito leves mesmo. // A minha cama também às vezes, porque depois a gente para fazer a cama temos de andar assim mais com a cabeça, e isto também às vezes não consigo...

Comentário [s216]: S011-5-23

Comentário [s217]: S011-3-24

E - fica com tonturas...

S011 - sim é umas tonturas. Dá-me tonturas. // Umhas coisitas, só coisas que eu possa tar sentada, tarefas onde eu possa tar... Às vezes também posso ajudar a descascar umas batatas, e sentada...sempre sentada

Comentário [s218]: S011-1-25

Comentário [s219]: S011-5-26

E - sentada também. Mas mesmo que seja...é uma estratégia não é, sentar-se para fazer as coisas e até consegue fazer, mesmo que seja poucas coisas que realiza, já são coisas que a distrai não é? Consegue sentir que faz e pode fazer...

S011 - é. Agora arrumar a casa e limpar o pó...só mesmo o meu quarto. Porque o resto não consigo. A casa é grande também e não consigo // os meus filhos é que arrumam o quarto deles agora também, também lhes faz bem, tem mais responsabilidades. Eles tem 8 e 6 anos. Fazem aquilo que sabem fazer.

Comentário [s220]: S011-3-27

Comentário [s221]: S011-3-28

E - e tem alguém que faça as limpezas em casa...

S011 - não, não a minha mãe tá cá e depois vai-se embora. Depois temos de ver, temos de ver como é que a gente faz...e também para mim, também é muito importante, as coisas estarem em condições. Senão a minha cabeça também não vai trabalhar muito bem...

Comentário [s222]: S011-3-29

E - é a sua organização...

S011 - é...embora não seja muito exigente, mas há um mínimo. Acho que há um mínimo. As crianças desarrumam muito. A minha filha é capaz de tirar a roupa e deixar tudo em cima da cama, os sapatos também no quarto. Mas acho que é o mínimo, pronto, não é ser muito exigente, há um mínimo que vai ter de continuar, para tar bem na minha cabeça também, porque senão..

E - o gostar de ver as coisas organizadas em casa.

S011 - é, é muito importante.

E - e quando faz essas actividades mais leves e que pode realizar, o que pensa sobre elas?

S011 - que são poucas...não faço assim... que é pouco e gostaria de fazer mais. Gostaria de fazer aquilo que fazia antes, e não pode ser...

Comentário [s223]: S011-4-30

E - tem pena de não conseguir...

S011 - é...

E - e como se sente ao realizar essas actividades?

S011 - eu quando estou ocupada até não penso muito, gosto de tar ocupada, estar todo o dia a ver televisão, e sentada, e deitada, para mim não diz...mas esta semana tem de ser, a semana depois da quimio tem de ser mesmo assim, porque eu não consigo mesmo...até só subir as escadas cansa, andar um bocadinho a pé cansa-me, tudo cansa.

Comentário [s224]: S011-5-31

E - mas naquela ultima semana já consegue subir um pouco mais nas...

S011 - é...e até ao nível da auto-estima começo a subir outra vez. Porque isto de...esta semana da quimio, ao nível da auto-estima também vai muito abaixo. Mas depois quando começo a sentir-me melhor, começo a subir outra vez. E já tou pronta para outra e é incrível, porque já levei com 5 e no dia da quimio estou pronta. Estou pronta para levar a quimio e estou pronta para enfrentar. Só que esta semana depois é que é muito complicada, muito complicada ao nível da cabeça não...ao nível de tudo...

Comentário [s225]: S011-1-32

E - mexe muito...

S011 - não estou bem, estou cansada, canso-me por tudo e por nada, não consigo fazer nada, é claro que não se pode andar bem assim.

Comentário [s226]: S011-1-33

E - a auto-estima que sente ao ver que consegue realizar as coisas na ultima, ao ver que pode realizar mais a autoestima sobe e fica com mais força...

S011 - a nível da cabeça eu estou bem na última semana, e na primeira não, a nível de cabeça, de bem estar...psicológico mesmo estou bem, na última semana estou impecável. Da-me impressão que a quimio também deve ao nível do cérebro, não deve...deve fazer algum efeito..

Comentário [s227]: S011-1-34

E - o que é que pensa sobre não estar bem psicologicamente? O que quer dizer com isso? O que pensa que se passa consigo?

S011 - explicar não sei, mas dá-me impressão que a quimio deve alterar também alguma coisa a nível do psicológico.

E - sente-se mais triste?

S011 - sim, sim é...não sei se é do cansaço...de não conseguir fazer nada, ou se é mais qualquer coisita que não...pronto que a mim interfere, que é alterado, mas não sei ainda explicar. Porque conforme eu sinto umas mutações da quimio, aquela coisa que a gente sente aqui na garganta, que sentimos aqui um mau-estar, conforme isto vai passando, psicologicamente eu sinto melhor, portanto deve haver alguma coisa relacionada com a quimio que na cabeça, a gente vê as coisas todas negativas e parece que nunca vai

passar, mas agora já estou mais habituada já sei que vai passar, portanto fico mais contente. Mas parece que é uma coisa... não sei explicar. Se calhar até é de não conseguir fazer nada, e estar em baixo, doente, cansada. Ou se há alguma coisa altera mesmo a nível do cérebro. Mas eu não consigo explicar porque é que estou assim tão em baixo.

Comentário [s228]: S011-1-35

E - dona (...) sente-se satisfeita com as actividades que pode realizar, com as pequenas coisas que vai fazendo? Fica satisfeita com elas?

S011 - Sim lá está, é a última semana, consigo ir passear, estar como se nada fosse comigo, ir às compras, fazer tudo, consigo uns dias fazer isso, para mim é...

Comentário [s229]: S011-1-36

E - fica uma pessoa diferente...

S011 - É, é... mas é só uma semanita, depois lá vem outra vez, lá vem outra vez tudo, é só uma semanita.

Comentário [s230]: S011-1-37

E - por isso é que é importante que depois da quimioterapia também descansa esteja naquela fase em que não pode fazer esforços, não é?

S011 - é, pois é. E tenho os gostos todos alterados, há coisas que eu não consigo comer... a carne, eu não consigo comer carne, não consigo, há coisas que não consigo comer, é mais sopas, legumes. Não consigo ter convívios, ter refeições normais e isso para mim não é bom.

Comentário [s231]: S011-3-38

E - sente-se mais isolada...

S011 - é...

E - e dona (...) se tivesse que classificar a sua capacidade física numa escala de 0 a 10 neste momento. Em que 0 é uma capacidade física muito reduzida e 10 é uma capacidade física mais intensa, mais forte. Onde é que a dona (...) ...?

S011 - agora estou se calhar no 3, no 2 ou 3. Agora neste momento, é o que eu digo, depois as coisas alteram para a semana já vou estar melhor, a partir de segunda-feira já vou começar a estar melhor e depois na outra semana, já vou estar a nível físico mesmo muito bem.

Comentário [s232]: S011-1-39

E - nessa altura como classifica a sua capacidade física, quando está última semana depois da quimioterapia?

S011 - um 8, também não ia dizer um 10, porque também isso é mentira, eu sinto que não estou a 100%, mas estou muito melhor, muito melhor mesmo.

E - então consegue realizar muito mais actividades na última semana do que por exemplo neste momento. Que actividades são essas que realiza, falou-me de algumas, disse-me que ia às compras, que ia passear mais...

S011 - ir com os meus filhos ao parque, consigo andar a passear com eles, consigo fazer mais coisas em casa, consigo ir dar um passeio com a família, isto tudo... e depois consigo também ter refeições normais, coisa que não tenho também antes.

Comentário [s233]: S011-1-40

E - isso também mexe muito consigo, não é, quer dizer, nessa semana está tão bem e como é que depois...

S011 - já sei que é da quimioterapia...

E - tá bom dona (...), tá tudo, muito obrigado pela sua colaboração.

Entrevista S012

Data de nascimento: 1.4.1943 (65 anos)

Sexo: feminino

História Clínica: Carcinoma do endométrio (2001); recidiva de cúpula de adenocarcinoma do endométrio (2008)

E- dona (...) ...neste momento apresenta alguma incapacidade ou dificuldade física?

S012 - Agora neste momento devido a estas dores // Devido a estas dificuldades, portanto, não tenho, não... vamos lá, não é, assim, psicologicamente e fisicamente sinto-me cansada e também com muita falta de apetite ... pronto, só que quando acabo a radioterapia é claro fico pior, não é, // quando, sobretudo quando tenho as cólicas então é para estar, estar todo o dia na cama.

Comentário [s234]: S012-1-1

Comentário [s235]: S012-1-2

Comentário [s236]: S012-2-3

Comentário [s237]: S012-1-4

E - Portanto sente-se limitada devido a todos os sintomas...

S012 - Sim...

E - Que tem sentido...

S012 - Sim, limitada sobretudo...sim, sobretudo.. nas minhas actividades eu gostava de fazer, sou uma pessoa, portanto era uma pessoa muito activa, e muito, não podia ver as coisas por fazer, e agora, já estou como o outro, já as coisas já estão por fazer e eu já não me importo tanto, não é...é que não consigo! E porque não tenho forças, não é...

Comentário [s238]: S012-4-5

E - o que é que sente portanto, ao nível da a sua incapacidade física, não é, o que é que sente...

S012 - Sinto-me um bocado desmotivada, por pensar no que eu era antigamente e no que sou agora não é, portanto sinto-me assim um bocado..., sei lá..., às vezes sinto-me triste... // não é...mas com a ajuda dos meus filhos e das minhas irmãs e de pessoas amigas...tenho conseguido, // e da senhora dra. também, muito obrigada, também me tem ajudado.

Comentário [s239]: S012-4-6

Comentário [s240]: S012-1-7

Comentário [s241]: S012-3-8

Comentário [s242]: S012-4-9

E - De nada dona (...)

S012 - Portanto mais ou menos, tenho ido para a frente e hoje graças a deus foi o ultimo tratamento da radioterapia, espero que sim, vamos lá ver no que vai dar.

Comentário [s243]: S012-4-10

E - E que pensamentos é que tem devido à sua incapacidade física, o que lhe costuma surgir à cabeça?

S012 - Os pensamentos pois... sei lá...os pensamentos que me vêm à cabeça é que tenho tantas coisas para fazer, e tenho, e portanto tenho uma casa bastante grande e também tenho uma pessoa que me vai lá limpar e dantes não tinha ninguém para fazer essas coisas e quem fazia isso tudo era eu. // E agora claro, quero fazer e não consigo e penso muitas vezes que afinal sei lá, a pessoa sofre tanto e sei lá se vou ficar boa se não vou ficar, todas essas coisas me vêm à ideia, não é...

Comentário [s244]: S012-3-11

Comentário [s245]: S012-1-12

E - O facto de não conseguir fazer as coisas e de não poder fazê-las e ver que há tanta coisa para fazer sente-se, portanto, desmotivada...

S012 - Sinto-me desmotivada e incapacitada para fazer, enfim...

Comentário [s246]: S012-1-13

E - Quais é que são as causas que atribui à incapacidade física, o que é que acha que causa tudo isso neste momento?

S012 - É tudo do mesmo problema, não é, do cancro... eu fui operada em 2001 não fiz nem quimioterapia nem radioterapia, porque não era preciso, não é. Os médicos acharam que não era preciso. E agora portanto de há uns tempos para cá comecei a sentir umas dores aqui no lado esquerdo, fiz exames e fiz exames e não acusava nada não acusava nada, mas o certo foi que eu queixava-me de doía-me claro. Depois lá fiz uma ressonância magnética no hospital da CUF de Portimão, e depois... a minha médica que me tinha operado, mandou-me para...aqui para IPO, no qual estou muito satisfeita com a assistência daqui, porque realmente é muito...até a dra. disse-me se eu queria ir para o Algarve...e eu disse que não que queria ser vista aqui.

Comentário [s247]: S012-2-14

Comentário [s248]: S012-4-15

E - ...e na altura em que foi operada, portanto sentiu essas limitações físicas também? Ou sentiu depois e conseguiu recuperar? E o agora sente...

S012 - Recuperei sim recuperei... // agora tenho-me sentido pior sim. // Mas recuperei, recuperei até muito bem. // E só o facto de sei lá, de a pessoa saber que não ia fazer radioterapia e nem quimioterapia, no entanto eu sempre soube sempre, que era um carcinoma, disseram sempre que era. Mas isso talvez foi, é a parte que se calhar foi mau, não é, que devia ter feito e se calhar não era preciso fazer agora. Mas nós também não sabemos não é...

Comentário [s249]: S012-4-16

Comentário [s250]: S012-4-17

Comentário [s251]: S012-4-18

Comentário [s252]: Conheci mento da realidade da doença S012

E - Portanto acha que nessa altura devia ter feito logo tudo...

S012 - Sim eu acho que sim, acho que foi, mas pronto, os médicos acharam que não que estava tudo bem que estava tudo bem e que não era preciso fazer. Pronto...quem somos nós para duvidar deles, daquilo que os médicos dizem, mas pronto...é assim...

E - E que conseqüências é que tem na a sua vida a incapacidade física?

S012 - aaa...pois...por exemplo, aaaa...eu tenho, tenho carta de condução não é, e tenho, tenho o carro lá a porta não é, tenho, tenho algum receio de andar com ele sei lá, não...não me sinto assim capaz não é, espero que isto agora passe mais, quando acabar... quando acabar não aaa..felizmente já acabei hoje a radioterapia, que eu consiga andar com ele novamente. É uma coisa que me limita bastante também é o não poder conduzir.

Comentário [s253]: S012-3-20

E - Não se sente bem, não se sente segura...

S012 - Não, não me sinto segura. Da última vez que peguei até era para ir perto ao supermercado e tudo..., e não me senti nada bem e por isso preferi pôr o carro lá à porta e pronto e não mexer..., quando não me sentir mais, pronto...mais activa...não é.

Comentário [s254]: S012-3-21

E - Ou seja quando recuperar não é...

S012 - Sim quando recuperar, e se deus quiser hei-de recuperar temos de ter sentido positivo, e é isso que eu tenho, e pronto que eu continuarei a fazer a minha vida normal.

Comentário [s255]: S012-4-22

E - E que actividades é que pode realizar que exijam um esforço físico moderado, ou dentro das suas capacidades, o que é que pode realizar?

S012 - Exijam esforços...Esforços físicos é mais é mais limpar a casa, ta a perceber, essas coisas assim, // que eu também não...porque de resto esforços físicos não tenho assim..grandes coisas porque também... noto que não as posso fazer não é... Porque é umas das coisas que também a médica me disse logo que eu não...não me esforçasse não é. Portanto isso, o que eu noto é mais...é sobretudo de gostar de ir aqui ou de gostar de ir ali porque é...sou uma pessoa que...pronto... sempre gostei muito de sair de ir com as amigas, de ir aqui e ir ali, de ir a excursões, e essas coisas e agora sinto-me assim um bocado...//mas tou convencida de que isto vai passar tudo dra...

Comentário [s256]: S012-5-23

Comentário [s257]: S012-4-24

Comentário [s258]: S012-3-25

E - Claro que sim!

S012 - Acho que sim que isto vai passar tudo...se deus quiser

Comentário [s259]: S012-4-26

Comentário [s260]: S012-4-27

E - As tarefas domésticas, não é, limpar a casa disse que agora já tem alguém que a ajude..

S012 - Sim tenho uma senhora que vem uma vez por semana

Comentário [s261]: S012-3-28

E - Portanto não tem de se preocupar com esse aspecto..

S012 - Pois tanto, não me preocupo tanto, mas claro há sempre coisas que a gente...

E - Gosta de dar o seu jeitinho...

S012 - Sabe como é não é, não é que as pessoas não façam bem, mas parece que nós por a mão que sempre as coisas ficam melhor.

E - E nessas actividades que pode fazer, o que é que sente quando as realiza?

S012 - Olhe sinto-me muito bem dra. // Sinto-me...fico muito satisfeita de as ter feito não é. É sinal que me vou sentir melhor. No dia que me sinto melhor por exemplo, é quando não tenho as cólicas ou isso. // Pois eu pareço que quero fazer tudo mas só que depois canso-me e tenho de me sentar. Ainda ontem me aconteceu isso. Tinha-me dado, anteontem tinha tado com cólicas, foi para esquecer...o dia. Mas ontem claro, já comecei a fazer assim qualquer coisa. Até comecei a ajudar numas obras, umas obras, umas janelas que me vão por numa casa que eu tenho aqui em Lisboa. E então comecei lá com a minha irmã me a ajudar, e eu pensava eu aquilo que...quando mexi uma cadeira de um lado para o outro e coiso já estava cansada já não...

Comentário [s262]: S012-5-29

Comentário [s263]: S012-5-30

Comentário [s264]: S012-4-31

E - O que pensou nessa altura?

S012 - Pensei que não prestava para nada dra., o que era, o que eu era e o que estou..pensei que...que é assim... que a vida... (começou a chorar).

Comentário [s265]: S012-1-32

E - Que perdeu muito da sua actividade...

S012 - Sim, nessa altura pensei...nessa altura pensei muito, no que eu era e no que é..mas pronto...vamos ter esperanças...vamos

Comentário [s266]: S012-4-33

E - A (S012) falou-me no espírito positivo, não é, ao pensar nisso, acha que...considera que seja uma estratégia que usa para contornar as dificuldades físicas, não é, uma estratégia utilizada por si para se adaptar...

S012 - À situação...sim, sim é isso mesmo dra.

E - E que outras coisas também faz, mais, para conseguir contornar portanto as limitações físicas?

S012 - Sim eu gosto muito de...portanto, eu antes de coiso, íamos a andar. Eu tenho um grupo de amigas lá que todas as noites, à tarde, porque durante o dia com calor e isso nós não...mas assim à tarde vamos a andar a caminhar...mas claro agora posso caminhar menos porque tenho menos força não é, // mas pronto sempre que posso vou fazer a caminhadinha, pode ser mais pequena, mas vou fazer tá a perceber? É uma das coisas. Gosto de sair com as minhas amigas, temos ali um sitio ali onde, onde, à quarta feira se canta o fado e isso, e as pessoa lá são muito minhas amigas e isso e vão-me buscar, e coiso não me deixam em casa não é. E portanto, todas essas coisas eu gosto de... fazer...e vou...e vou também para me distrair e elas não me deixam em casa precisamente para isso 'sai lá de casa o que é que ficas em casa a fazer?' 'E não sei que mais, e então as pessoas têm-me ajudado muito nesse aspecto.'

Comentário [s267]: S012-3-34

Comentário [s268]: S012-5-35

E - Isso também acaba por ser muito importante, também, quer dizer, é um incentivo...

S012 - Pois..e às vezes estou ali sentada e coiso e não me apetece nada e aparecem elas 'e então mas o que é que está aí a fazer, vamos lá embora vá, vamos lá aqui vamos lá ali' e não sei quê mais, então isso ajuda-me muito também, a própria pessoa vai e enquanto está ali está um bocadinho com o espírito...pronto não pensa noutras coisas não é? Embora eu esteja sempre a pensar...e tenho tido os meus filhos também que estão sempre em cima de mim. Sempre 'mãe a vida não é assim e não sei quê mais tem que seguir' e eles hoje estão todos contentes porque é o último tratamento não é... da radioterapia. E...então coitados...estão muito satisfeitos 'isto não é nada e não sei que mais' claro eles coitados tentam animar o mais possível e claro que isso ajuda muito também.

Comentário [s269]: S012-4-36

E - Portanto a família é muito importante...

S012 - É muito importante

E - Para contornar todas as dificuldades não é, e também para a motivar..

S012 - Pois para motivar, pois eu às vezes não tenho vontade de ir aqui e de ir ali 'mas não tem o quê mãe, vá lá sair se faz favor então fica em casa a fazer o quê?' tenho o meu filho o mais novo, que é aquele que está ali comigo ali no carro..e por vontade dele eu saía todas as noites 'então filho mas eu não posso sair porque a mãe tem, vá lá, o cancro, ou quando as cólicas que quando me dá é uma coisa horrível, não posso ir' e ele então 'ó mãe mas não pode ser tem de sair'. Ele coitado, ele quer que eu vá, que vá ali, é assim, ele está sempre a puxar por mim.

Comentário [s270]: S012-4-37

E - E dona (S012) e sente-se satisfeita com as actividades que pode realizar e realiza...

S012 - Sim, sim, pois se há coisas que eu gosto de fazer pois sinto-me bastante satisfeita e faço com gosto.

Comentário [s271]: S012-5-38

E - Portanto tudo aquilo que pode fazer é tudo, portanto...significa muito para si...

S012 - Sim, sim, sim...

E - Mesmo fazer uma coisa muito simples já é um aspecto muito positivo..

S012 - Sim, sim, sim. Por exemplo...

E - que tem de ser valorizado não é..

S012 - Pois...por exemplo a semana passada eu cheguei lá e sabe como é, pois eu tenho o cabeleireiro já ali há muitos anos e tenho muitas clientes que já tem preferência não é, e então estava lá uma senhora que até veio de (...1), e eu moro em (...2), não sei se conhece(...2) (...2) é logo ali ao pé. Então ela veio de (...1) e disse-me assim 'olha tens de me vir a pentear', nós até nos tratamos por tu e tudo, somos amigas há muitos anos, e eu disse assim, 'ai não', eu até tava com cólicas e tudo, e eu 'ai não hoje não te penteio nada'. e ela 'ai sim, sim tem paciência mas. Vá sai lá dai vem me lá pentear' eu estava lá dentro na sala sentada ela foi-me buscar lá buscar à sala. Então lá tive de pentear porque ela, há muito tempo que não a penteava, e então lá tive de pentear. E pronto essas coisas assim que...eu tento fazer, sempre que posso eu faço até para uma questão de estar distraída, e coisa eu faço, mas outras vezes não tenho é forças para isso...não é?

Comentário [s272]: S012-5-39

E - E então ai é que se sente mais em baixo

S012 - E quando fico mais...começo a pensar começo a coiso, que nunca mais me vou por boa, dra. É essas coisas assim..

Comentário [s273]: S012-1-40

E - Dona (S012) se tivesse de classificar a sua capacidade física numa escala de 0 a 10. Em que zero é...não ter capacidade física nenhuma, não é, é inexistente e 10 é a máxima capacidade física, é muita capacidade física, numa escala de 0 a 10 onde acha que se situa? (mostrei-lhe a escala)

S012- Pois...sei lá, para ai sei lá no 4. Para aí no 4. Realmente agora, pode ser que daqui por uns tempos esteja melhor não é...

Comentário [s274]: S012-4-41

E - Gostaria de me explicar porque acha que é no 4...consegue-me explicar...

S012 - Não porque pronto não estou assim sem forças completamente. Não é. Porque pronto, eu quando não tenho as cólicas sinto-me...pronto...faço comida, se calhar...sou capaz de...não com muitas forças claro, mas vou fazendo né, faço a comida sou capaz de limpar o chão e isso tudo, essas coisas eu faço, mas é quando não estou com as cólicas...

- E quando não tem as cólicas onde acha que ia estar, ia estar acima do 4...

S012 - ah isso estava muito em baixo...isso...

E - Quando não tem, eu perguntei quando não tem as cólicas...

S012 - Ah quando não tenho!! Quando não tenho estou mais alto, sim, sim, sim, tou acima do 4, quando não tenho as cólicas...quando não tenho as cólicas parece que já não tenho nada. Só que depois é as forças tá a perceber...

E - Falta de força...

S012 - Falta de força...e falta de apetite. Tenho muita falta de apetite também. Sobre a falta de apetite sabe como é como tenho as cólicas não posso comer tudo, tenho uma dieta não é, não posso comer fruta mas só pêra, e maçã e banana é a única fruta. Verduras não como nem nada dessas coisas e claro que tudo isso me incapacita um bocado...

E - Acaba por retirar, digamos alimentos que são bons...e acaba por ter de os retirar...

S012 - Sim, por exemplo a beterraba que neste altura e tão bom e agriões, espinafres não posso comer nada destas coisas enquanto mantiver estas cólicas.

E - Portanto atribui este 4 ao facto de ter...sentir cólicas não é, e não consegue...não pode fazer actividades que podia fazer antes.

S012 - Eu chego a levantar-me da mesa, vou a comer, chego...dá-me aquela cólica, chego a levantar-me da mesa e tenho de ir para a cama e já não consigo. Depois é casa de banho cama, casa de banho cama e depois já não consigo...

Comentário [s275]: S012-1-42

E - Dona (S012) agradeço pela sua colaboração!

S012 - Obrigado eu.

(A participante S012 antes da entrevista referiu ter familiares à espera dela.)

Entrevista S013

Data de nascimento: 18.1.1945 (63 anos)

Sexo: feminino

Historia clínica: carcinoma do canal anal (1995); recidiva em 2007; metástase no pâncreas (2007); Quimioterapia e Radioterapia

**E - Dona (...)
neste
momento
apresenta
alguma
incapacidade**

física? Alguma limitação física?

S013 - Sim sim, bastante até // É como lhe digo, só pequenas coisas há dias que ainda consigo estender uma roupinha num estendal dentro de casa, só se for dentro de casa, porque naqueles estendais fora nem, nem pensar nisso não é? Portanto, só nisso é uma limitação bastante grande. É o que eu...para mim é bastante grande, porque eu querer fazer e não conseguir...imaginamos que há mais roupa e eu sei que tenho aquele estendal e eu só posso usar aquele, não é? Para mim é uma frustração, por isso é frustração em tudo, em tudo, no geral.

Comentário [s276]: S013-1-1

Comentário [s277]: S013-3-2

Comentário [s278]: S013-1-3

E - Que incapacidade física é essa? E a que é que atribui essa incapacidade física?

S013 - Eu atribuo, olhe, por exemplo penso que seja a doença, da doença também a medicação, que tomo. Porque eu penso que se tivesse estas dores, que tinha, não teria vindo para a consulta da dor. Se não viesse para a consulta da dor, não tomava a dose que tomo, e então, ora a medicação também nos limita muito, é o que eu acho.

Comentário [s279]: S013-2-4

E - Portanto essas dificuldades e limitações físicas tem a ver com o sintoma de dor? É a dor que a incapacita de fazer as tarefas?

E - E quais são as consequências que estas limitações têm na sua vida? Que consequências acha que isso tem na sua vida?

S013 - As consequências são muitas, tenho de estar sobre terceiros, não é? Porque se não houvesse quem olhasse por mim, como é que eu podia sobreviver? Eu não era capaz de sobreviver eu sozinha. // Por exemplo eu ainda ontem fui partir um tomate, consegui partir um tomate e temperá-lo e comê-lo. // Mas por exemplo com respeito à higiene eu não consigo ir para dentro da banheira e lavar-me sozinha porque eu...não tenho...eu não tenho reacção para tar com o chuveiro a levar a água e não ter ninguém, tenho de por uma cadeira, tenho que me assentar numa cadeira tenho de estar assentada, alevanto-me um bocadinho para me lavarem por trás e pra frente, bem lavada. E tenho de estar sempre sentada porque eu não posso estar em pé. A limpeza diariamente às vezes é duas vezes por dia, se não tivesse os terceiros, como é que podia fazê-lo, eu não consigo...eu não me consigo chegar atrás, não consigo lavar-me. Consigo chegar aqui, mas aqui não consigo...

Comentário [s287]: S013-3-12

Comentário [s288]: S013-5-13

Comentário [s289]: S013-3-14

E - Portanto o ter de depender de outras pessoas

S013 - Exactamente...

E - É uma grande consequência...

S013 - É até para fazer certas e determinadas coisas. E até às vezes até para partir o pão. Eu não tenho força nas mãos nem para abrir esta garrafa eu consigo abri-la. E aqueles, aquelas, aquelas garrafinhas que é do sumol, que tem de se dar uma palmadinha, assim, e abre-se. Não consigo abri-la, mesmo que faço assim, faço assim, faço assim, tem que pedir para abrir. // Tenho muitas limitações, muitas. Não são poucas, são muitas

Comentário [s290]: S013-3-15

Comentário [s291]: S13-1-16

E - Portanto a falta de força é uma delas...

S013 - Muitas, muitas...

E - Que mais limitações é que tem?

S013 - A falta de vista, também, a vista tem se ido embora, mesmo com os óculos que eu tenho...tenho de ver quando agora acabar os tratamentos, hei-de os acabar, se deus permitir, tenho que ir ao oculista, tenho consulta marcada para o oculista, eles ainda não me chamaram. Porque eu tenho que mudar de lentes, e eu via muito bem com os óculos que tinha, via muito bem, e agora vejo que já não vejo tão bem como via. Não sei...muitas limitações mesmo.

E - Dona (...) e que actividades é que pode realizar que exijam um esforço físico, mais portanto, mais leve, mais moderado?

S013 - Só dobrar as meias à minha filha, dobro as meias das miúdas, do meu genro, dobro as quecas. Coisas que não são para passar a ferro. A minha filha tem um cestinho que põe essa roupa toda e eu dobro e ponho dentro de outro cestinho. Tirando isso, não faço mais nada. // Não faço porque eu não posso mesmo fazer. Porque eu gostava de fazer. Quem é que não gosta...a gente nasceu mesmo para trabalhar, quem é que gosta de não trabalhar? // Arrefecem-me as mãos, as minhas mãos estão sempre geladas, sempre. Os pés, não, as mãos é que estão sempre geladas. Depois é formigueiros, é formigueiros que eu também sinto nas mãos, nos pés não, nas mãos é que eu sinto mais. Às vezes as minhas filhas...muitas vezes estou gelada, sinto frio, às vezes as minhas filhas até vão ver se eu tenho febre, porque eu...tá um calor destes eu nunca tenho fri...calor. Tenho sempre frio.

Comentário [s292]: S013-5-17

Comentário [s293]: S013-1-18

Comentário [s294]: S013-1-19

E - Portanto são sintomas que a incapacitam fisicamente...

S013 - É...

E - De fazer pequenas actividades...

S013 - é, é...

E - E como é que se sente quando quer fazer as coisas, como disse, e não conseguir?

S013 - Sinto-me mal, sinto-me mal, fico ansiosa, fico muito ansiosa. Por exemplo, a minha filha tem...não tem ar condicionado, mas tem, tem uma ventoinha na sala tem uma ventoinha em cada quarto. O calor tem sido muito, e eu tenho pedido ó Sandra se me podes desligar a ventoinha porque eu tenho frio. Veja lá um calor abrasador de 30º e eu estou, estou cheinha de frio e às vezes tenho de me tapar.

Comentário [s295]: S013-1-20

E - E quando se sente ansiosa por não poder fazer as coisas, o que costuma pensar, que pensamentos vêm à sua cabeça?

S013 - Olhe não me lembro que me venham grandes pensamentos. Limito-me... vejo que não posso, limito-me a, a pensar não posso não posso e já pude. // E ainda hei-de poder outra vez, é o que eu penso. Não posso, já pude, e hei-de poder outra vez. Porque eu tenho dias melhores do que outros, tenho dias diferentes uns dos outros. Porque há dias em que não faço mesmo nadinha, nadinha, nadinha, nadinha, nadinha. // Às vezes nem... só me lavam, e eu, ó mãe quer-se vestir? Não... eu não vou para lado nenhum, deixem me estar assim. Outras vezes peço para me vestirem. // Gosto de estar vestida, e quando eu estou vestida, e nesses dias em que eu estou melhor e é nesses dias em que eu vejo a minha filha atrapalhada e dobro-lhe a roupa e olha vai meter nas gavetas, porque eu nem nas gavetas vou meter.

Comentário [s296]: S013-4-21

Comentário [s297]: S013-4-22

Comentário [s298]: S013-3-23

Comentário [s299]: S013-5-24

E - E nos dias em que não pode fazer as coisas porque não se sente bem, o que é que costuma fazer para contornar esse obstáculo?

S013 - Não faço nada, vou para a cama, vou para a cama, e é nessas alturas que eu vou mesmo para a cama. E... ou durmo ou penso, olhe, não posso, não posso, o que é que eu hei-de fazer? É isso que eu faço.

Comentário [s300]: S013-4-25

E - Pensa naqueles dias em que pode?

S013 - É, é.

E - Tenta valorizar ao máximo esses dias....

S013 - É, eu já pude, eu já pude, eu já trabalhei muito // E agora não posso, mas ainda hei-de poder. Eu penso sempre no positivo, no negativo raramente, raramente... mas já pensei no negativo, tanto que já lá foi o meu senhorio visitar-me e eu disse-lhe que eu tinha 3 hipóteses. Ou tinha hipótese de melhorar e ir para a minha casa, ou tinha hipótese de não melhorar e ir viver com a minha filha e eu nessa altura entrego-lhe a casa ou então ir para famões, para famões que é o nosso cemitério. E ele disse assim ó mulher você é uma mulher de armas, porque já da outra vez ninguém dava nada mim, e eu safei-me não é? Ó mulher você é uma mulher de armas se algum dia você vai morrer, não pense nisso mulher você, você vai-se curar, vai-se curar. Foi foi o que eles disseram e é o que eu penso. Mas às vezes penso que, às vezes penso que vou morrer, às vezes vêem as ideias. Então se os outros também morrem porque é que eu não hei-de morrer. Eu só morro quando chegar o meu dia, é o que eu penso...

Comentário [s301]: S013-4-26

Comentário [s302]: S013-4-27

E - Tentar aproveitar cada dia...

S013 - Viver um dia de cada vez, é, viver um dia de cada vez. Mas há aqueles dias mesmo negativos,...negativos, negativos, negativos, mas há aqueles dias em que a gente não há-de estar mesmo positiva. E então quando estou positiva digo assim, olha este dia já o vivi, amanhã logo se verá. E depois fico contente quando acordo de manhã e estou viva e sinto-me sem dores não é? A única coisa que eu me sinto é os intestinos. Os intestinos é um problema com os intestinos.

Comentário [s303]: S013-4-28

Comentário [s304]: S013-5-29

E - Há actividades que realiza, coisas para se distrair, de lazer. Coisas que faz não é, nesse sentido como uma ocupação.

S013 - Quando estou a dobrar as meias sinto-me bem, sinto-me feliz.

Comentário [s305]: S013-5-30

E - É uma actividade que dá prazer

S013 - Aquilo que posso fazer e faço, sinto que estou a fazê-lo com aquela felicidade de que estou a fazer alguma coisa útil para alguém. Ainda agora a minha filha quando me telefonou, ai mãe tenho tanta pena que não tu viesses de férias comigo, pois eu tenho muitas consultas agora, tenho a quimioterapia, tenho tudo e eu não pude ir. Ai mãe, só queria que tu visses, está-se aqui tão bem. Eles foram para vieira de Leiria. Eles foram por conta da polícia. Ele foi candidatado a estar lá e foi e podia-me levar a mim. Mas Eu não fui por causa da minha doença, e também porque me podia lá sentir mal, os ares são outros. E até talvez me fizesse bem, às vezes a gente pensa que nos faz mal, e faz-nos bem. Mas é assim, tinha muitas consultas, tenho esta de hoje, tenho amanhã, tenho sábado e segunda-feira. Tenho muitas consultas e então Por causa disso é que não fui. Mas a minha filha diz-me assim, ai mãe é uma pena tu não poderes vir. E eu acredito que sim. Porque, e e as crianças fazem barulho mas ao mesmo tempo, de vez em quando chega-se a minha carolina ao pe de mim, o minha avo, minha querida avo, e dá-me um beijinho. Ora a gente fica feliz, quando as crianças (...) muitas vezes elas são teimosas, e embirram uma com a outra e gritam uma com a outra, mas depois também há aqueles momentos de felicidade com as crianças. Que as crianças fazem-nos felizes, a carolina é muito beijoqueira, a outra não é

Comentário [s306]: S013-5-31

tanto, mas a carolina é muito beijoqueira. Qualquer coisa está a dar beijos a avo, à avo, a tia, a mãe...ela e mesmo beijoqueira e a fase dos três aninhos é um sonho.

Comentário [s307]: Bom apoio familiar/social S013

E - Dá muita força também

S013 - Dá muita força...ó vó tu vais -te curar avó, isso foi a mais velha, o vó, uma vez deu-me um ataque de choro e agarrei-me à pequenina e a pequenina ficou assim...sem reacção nenhuma. E depois a mais velha disse assim, ó vó estás a chorar porquê, por ires ao hospital? O vó tu vais ao hospital para te curares. Por isso as crianças às vezes dão-nos muita coragem. Porque, deu-me um ataque de choro que também foi a primeira vez que me deu este ataque de choro, nunca me deu mais nenhuma vez, foi só essa vez, mas foi um ataque de choro faz favor. Digo assim, mas porque é que eu me fui agarrar à criança, a assustar até a criança, porque a criança podia pensar porque e que a minha avo está a chorar, não é? Porque não entendia. Porque eu não falava para a criança. Só me agarrei à menina, e comecei a chorar, chorar, chorar, chorar, chorar, chorar, chorei, chorei, chorei, chorei, chorei, chorei. A mais velha é que diz assim, o vo estas a chorar porquê, e por ires ao hospital, então vais ao hospital é para te curares. Mas isso foi a mais velha que já entendeu porque já tem 9 aninhos, a outra só tem 3 coitadinha não disse uma nem duas, não disse nada. só abraçou-me porque eu abracei a ela e ela continuou abraçada a mim

Comentário [s308]: Emoção negativa na doença S013

E - Dona (...)

S013 - Diga

E - Então assim resumindo, as limitações que sente, que tem, as limitações, é o facto de sentir formigueiros nas mãos. O corpo...

S013 - É, é, frio, ter frio, tenho mesmo muito frio, parece eu que estou no Inverno num dia muito frio. Não conseguir abrir uma garrafa de água nem uma garrafa de sumo.

Comentário [s309]: S013-3-34

E - Por falta de força

S013 - É, muitas vezes nem partir o pão. Porque a gente fica com bolas e fica com o saloio e eu gosto muito do pão saloio, mas eu muitas vezes como a bola porque eu não consigo partir o saloio. Porque o pão grande e eu não consigo parti-lo. // Por isso há muitas limitações, muitas limitações. Agora porque é, que eu tenho essas limitações, porque eu vejo pessoas que fazem quimioterapia como eu, a doença em cada pessoa é diferente, eu vejo pessoas a andar muito direitinhas, eu tenho desequilíbrios também. (...?) Muitas vezes as minhas filhas pensam que eu que vou mesmo a cair. Eu vejo pessoas com uma reacção e eu digo assim, porque é que eu não tenho, não sou assim, não tenho essa reacção. Eu vi uma senhora, que por acaso a minha filha deve-se lembrar, ela é que falou com ela, que ela tinha leucemia. Diz que a filha mais nova que nem sequer podia ver a mãe medir a febre. Lembras-te disto? A senhora penso que ela que não tinha nada, não era? E eu sou assim, sou assim um Zé ninguém. Anda lá outra também, até anda a fazer quimioterapia como eu, não sei se é igual, que ela até é indiana ou o que é que é. Olha, anda aí a vender coisas, ela faz coisas, anda aí a vender coisas, só queria ver a dra. como ela anda. Anda, anda, anda, anda, anda parece ela que não tem mal nenhum.

Comentário [s310]: S013-3-35

Comentário [s311]: S013-4-36

E - E dona (...) e no início da sua doença também se sentiu assim tão para baixo como agora?

S013 - Não, no princípio da minha doença, eu comecei a ficar assim desde que comecei com a quimioterapia. No princípio da minha doença os sintomas foi incharem muito as pernas, as pernas pareciam que eu tinha uma alergia. E eu fui ao catus. No catus deu aquilo como uma alergia. E mandou-me passar para a médica de família. E eu fui ao hospital de santa Maria porque eu nunca pensei que era outra vez a doença. Fui ao hospital santa Maria, fizeram-me uma ecografia às pernas, mandaram-me para casa que estava bem medicada e que continuasse a tomar os medicamentos que o médico do catus me receitou. Depois fui à médica de família. A medica de família mandou fazer uma data de exames onde e que cheguei ao TAC. Ao chegar ao TAC eu mesmo assim tornei a ir ao hospital santa Maria porque me passou para a outra perna. O que tinha numa passou para a outra. O medico, eu comecei a ver aqui uns carocinhos na garganta, e eu disse para o medico O doutor uma colega sua disse-me que isto que era do sistema linfático. E ele disse assim, pode ser. Mas não...fez-me análises e eu, eu não tinha infecção que pudesse ficar lá internada. Mandou-me novamente para a médica de família. Digo assim, já fui a medica de família, ela já me fez exames, já tenho alguns feitos as analises não sei como e que elas estão e os exames tenho-os marcados. Então pronto é isso que vai fazer. Quando cheguei ao TAC, a medica de

família, a médica do TAC, pedia uma ressonância magnética. A médica de família como não podia fazer a ressonância magnética mandou -me para aqui, eu já tinha aqui o processo, mandou-me para aqui e então a medica foi longo, mandou-me fazer, assim que me fez aqui a biopsia deu positiva, mandou-me logo fazer quimioterapia. Ela disse, eu vou fazer a quimioterapia a dona porque eu não sei se por daqui a 15 dias a tenho cá. Foi assim um choque muito grande, eu levei assim um choque muito grande. Comecei assim a fazer a quimioterapia, comecei logo a sentir os efeitos a ir-me logo para baixo. Disse que ela que era fraquinha, que não ia cair o cabelo, que era fraca a nível de não cair o cabelo, porque era para o pâncreas. E então elas para o pâncreas tem de ser muito, muito mais direccionadas para o pâncreas. Pois quando viu que não era para o pâncreas então começou a fazer para todo o lado, porque eles não sabem...eu já fiz o PET e não acusou onde é que começou. E ela disse que já tinha na barriga, já tinha debaixo dos braços, já tinha no pescoço. Então mandou-me fazer uma quimioterapia para o geral. Só que o rim começou a dar raia, então começou a dar raia teve de virar-se para esta que eu agora faço. Que é de 3 em 3 semanas ir lá levar e fazer lá e trazer uma bombinha para casa e para vir ao fim de 24 horas e vir aqui entregá-la. E depois estou 3 semanas outra vez e venho fazer a mesma coisa por causa do rim. E amanhã vou saber como é que o rim está, porque eles fizeram-me um TAC aqui e fizeram uma ecografia para completar. Mas eles Tanto da ecografia tanto do TAC estava confuso a respeito a mim mesma, e eu não sei se tenho de fazer ressonância magnética se não. Para tirarem as dúvidas porque eles os dois estavam com muitas duvidas. Então a da ecografia estava mesmo com duvidas, mesmo com duvidas, mesmo, não sabia o que é que havia de por ali. Por isso já vi que isto está muito complicado, a minha doença está muito complicada. Por isso é que eu tenho esses...porque os comprimidos às vezes ate dão reacção a mais. Porque não são calmantes, eu só tomo um comprimido para dormir a noite os comprimidos às vezes da quimio ate faz a gente reagir e ser forte e eu sou assim, eu penso que é dos comprimidos. Mas eu penso que é agora mais desta doença. Quando começo a pensar em tudo, a fazer um registo geral dos exames que eu tenho feito do que me tem dito aqueles que me fazem os exames eu começo a ver que não e nada dos comprimidos, é mas é da doença, a doença é grave, tem mesmo que ser grave. Porque fazem o TAC ficam confusos, fazem a ecografia ficam confusos, fazem o PET estão confusos, então? A doença é que e grave. Não e os comprimidos que me põem assim, tão molenga como eu sou, o que eu penso é mesmo a própria doença.

Comentário [s312]: S013-2-37

E - Acha que as causas dessas limitações é por a doença estar a evoluir?

S013 - Eu não penso que a doença está a evoluir eu penso que e a doença é grave. E que, é o que a médica disse, eu não na curo, eu trato-a. Quer dizer deu poucas esperanças que, que me curava. E eu disse-lhe, pois doutora, o cancro não tem cura, o cancro simplesmente adormece. Mas é natural que adormeça. Vamos esperar, um dia de cada vez.

Comentário [s313]: Confronto com a autoridade médica S013??

E - Dona (...) neste momento se tivesse que classificar a sua capacidade física, portanto aquilo que pode fazer não é, a sua energia. Por exemplo numa escala de 0 a 10 em que zero é capacidade física muito reduzida, inexistente e 10 e muita capacidade física. Onde é que a dona (...) acha que está nessa escala.

S013 - Olhe eu penso que estou... eu não estou no zero mas estou no 1. No 1 estou, à vontade, vontade no 1, no 0 não, eu faço algumas coisas, não posso estar no zero mas também não posso estar no 10 porque eu não faço, a bem dizer, nada. Vamos para o 1, para o 1 e, e muitas vezes, muitos dias, nem no 1 estarei, estarei mais no 0 do que no 1. Vamos por no 1.

E - Quando pode fazer e sente capaz de fazer as coisas portanto é no 1 que se situa não é?

S013 - Sim, sim, sim, sim, sim, sim é isso mesmo, é no 1. Porque eu faço tão pouco, tão pouco...o que faço, o que faço é com satisfação. E estou a fazer qualquer coisa que me realiza, e é pena que não seja sempre assim. Que eu todos os dias eu tenha vontade de fazer qualquer coisa, mas são mais os dias que não me apeteça de fazer nada. Mas também tenho umas filhas que não me obrigam a fazer nada. Que não digam assim a 'mãe podia fazer isto ou aquilo ou aqueloutro', também não me dizem nada. Mas também não estou à espera que elas me digam, quando me sinto capazmente eu faço, e elas pelo contrário, ainda ralham comigo quando eu quero estender a roupa, 'ó mãe tu vês que não podes e ainda vais estender a roupa'. Digo assim, se eu não pudesse, se eu visse que não podia eu não a estendia. Quando eu posso deixam-me fazer as coisas e depois ela deixa-me fazer as coisas. Outras vezes diz-me assim, então chegas-me as molas e chegas-me a roupa que eu estendo. É o que faz uma criança, o que faz uma criança, é o que faço eu. Por isso é que estou no 1, no 0 não estou, mas no 1 estou.

Comentário [s314]: S013-5-39

Comentário [s315]: S013-1-40

E - Falou-me da falta de vontade. Essa falta de vontade é devido também aos sintomas que tem não é? Acaba por não ter vontade devido...

S013 - É, é, é, é exactamente isso. Os sintomas que eu tenho, os pensamentos que eu tenho. Está muito relacionado com os pensamentos. Nós temos dias que temos pensamentos temos dias que temos outros. Todos temos momentos, temos pensamentos diferentes. Até no mesmo dia, sei lá quantos pensamentos a gente tem, bons e maus, positivos e negativos. É uma coisa...

Comentário [s316]: S013-2-41

E - É difícil controlar os pensamentos...

S013 - é, é, é difícil muda-los pró nega...po positivo. Quando a gente esta negativa e muito difícil a gente passar pró positivo.

E - faz um esforço para mudar.

S013 - é mais fácil...olhe não se faz esforço nenhum para a gente estar no positivo e muda po negativo, mas quando está no negativo e quer passar po positivo é um esforço muito grande, muito grande, e eu tem-me acontecido isso...mas mesmo assim, eu tenho sido sempre mais positiva do que negativa. Mas quando estou negativa custa-me muito a passar po positivo. E isso talvez seja porque eu seja positiva, sempre positiva e então porque tenho esta reviravolta seja mais difícil, talvez seja por isso. Porque a pessoa que é sempre negativa é negativa, pronto negativa, negativa para tudo. Quando a gente é sempre positiva para tudo, quando tem uma fase negativa, depois de passar do negativo para o positivo, uhhh, o que custa, custa imenso.

Comentário [s317]: S013-4-42

E - A dona (...) tem esses pensamentos mais negativos é quando tem o corpo também não está bem?

S013 - Exacto. Por exemplo, eu quando quero evacuar e não consigo evacuar que é uma das coisas que me transtorna muito. Às vezes as minhas filhas dizem, 'o mãe mas tu fizeste na sala' mas eu tenho impressão, eu queria fazer na sanita e não consigo fazer na sanita. O médico da proctologia, já disse que o que sai para a fralda que eu posso contar que eu evacuo. Mas isso para mim é pouco, é pouco, porque eu sinto aquela impressão de querer fazer e não consigo fazer e depois faço na fralda e nem sequer sinto. Tiro a fralda muito suja e nem sequer sinto que fiz coco. Aaaaaa...

E - É uma coisa de controlo, perda de controlo...

S013 - É exactamente. Ora quando eu quero fazer na sanita parece que tenho vontade, e às vezes ainda faço, um dia destes ainda fiz um bocadinho, antontem...aaaa mas vejo a fralda toda suja e digo assim, mas porque é que não faço na sanita? E tenho de fazer na fralda? A fralda teria para mim, teria como, como...sei lá...uma protecção sem, sem querer não é? Uma protecção, agora ter a fralda toda suja, e não conseguir fazer na sanita isso é que me transtorna, e depois quando tenho vontade e sinto vontade de fazer e não faço, isso é que me deixa negativamente mal, aí é que fico mesmo mal. A partir daí desde que faça e não tenha vontade de fazer, não sinta aquela vontade de fazer não me lembro mais nada do negativo. Agora aí é que eu me sinto mesmo negativa...

E - ok dona (...) obrigado por colaborar comigo!

Entrevista S017

Data de nascimento: 12.11.1964 (42 anos)

Sexo: Feminino

Historia clínica: carcinoma ductal invasivo da mama direita (2006); cirurgia (2006), Quimioterapia (2006) e Radioterapia (2006)

E - Dona (...) neste momento apresenta alguma dificuldade ou incapacidade física?

S017 - Sim, neste momento a incapacidade física que...que eu tenho é de não poder fazer esforços nenhuns com este braço direito // porque já fiz um linfoedema e acontece que..pronto sempre que eu tento fazer mais qualquer coisinha, ou andar com o braço pendurado...ou que eu descobre um bocadinho a situação... o braço incha-me logo. // A minha frustração maior é a incapacidade que realmente que eu tenho é de ter este problema... atendendo que é o braço direito.

Comentário [s318]: S017-3-1

Comentário [s319]: S017-3-2

Comentário [s320]: S017-1-3

E - Portanto eram as tarefas que fazia muito com o braço direito...

S017 - Exactamente...E eu não tenho muito jeito nenhum com o braço esquerdo e então dificulta-me um bocadinho a minha vida...

E - Tem tentado fazer as tarefas com o braço esquerdo...

S017 - Sim. Tento, tento fazer dentro do que consigo e do que não consigo fazer com o esquerdo tenho de arranjar alguém que...foi o caso, arranjei uma senhora para me limpar a casa e fazer aquelas coisinhas mais forçadas que tenho de gerir não é...

Comentário [s321]: S017-3-4

E - Portanto a incapacidade que atribui...que tem, não é, é ao nível do braço..

S017 - É o braço, é, é o braço // E as dores portanto da coluna que...até aqui não me deixavam fazer uma vida normal atendendo àquelas dores fortes que tinha. // Agora com o flexiban realmente isto pára...minimizou um bocadinho e já consigo...não deixo de ir aqui ou ali porque me doem as costas e...antes disso tive bastante tempo que deixava de ir a qualquer lado porque eu sabia que não podia estar em pé, não podia estar mais de 5 minutos a caminhar tudo isso me...me inibia de sair de casa. Agora já...consigo fazer uma vida mais normal, tento minimizar se tenho algum sitio onde me sentar sento-me um bocadinho porque sei que vou estar mais outro bocadinho em pé, mas já sei que me aguento. E pronto e assim eu vou conseguindo...ultrapassar.

Comentário [s322]: S017-1-5

Comentário [s323]: S017-1-6

Comentário [s324]: S017-4-7

E - Qual é o seu maior sentimento em relação a essa incapacidade física?

S017 - ...É o eu não poder trabalhar...é uma das coisas que me...

Comentário [s325]: S017-3-8

E - É frustração,

S017 - É, é, é

E - ...sente-se frustrada...

S017 - Exactamente...por não poder ter uma vida normal porque...é assim eu faço uma vida normal, mas...eu estava habituada, eu era uma pessoa muito activa, estava habituada a sair todos os dias de manhã e ir trabalhar e fazer a minha vidinha e agora não, tou...pronto, não tenho um trabalho porque...porque se eu tivesse um trabalho que pudesse exercer eu acho que até já nem me lembrava da situação. // O que realmente me está sempre a fazer lembrar é eu não poder ter um trabalho onde, pronto, possa ocupar o meu tempo e ganhar o meu dinheirinho, que é assim mesmo, isso é que me...deixa mais frustrada e é as dores nas costas que também me inibem também de arranjar o tal trabalho. // São as duas coisas juntas, é o braço e as costas.

Comentário [s326]: S017-4-9

Comentário [s327]: S017-3-10

Comentário [s328]: S017-1-11

E - Portanto...o que pensa sobre a sua incapacidade física é que realmente a limita...

S017 - Exactamente, porque pensando na situação do cancro, pronto acho que é uma coisa que foi extraída desde que não faça, não...arranje outros problemas de seguida que até aqui não tem dado...pronto ultrapasso melhor do que as dificuldades que ficaram por trás dele. Porque...pronto é o que penso...é...está ultrapassado, esperamos bem que sim, vamos pensar nisso. E não ando sempre a bater na cabeça eu tenho, eu tenho, eu tenho, não é isso. // o que me bate mais na cabeça é, eu não posso fazer, eu não posso fazer, dói-me as costas eu não posso ir ali ou acolá por mais que tente porque tenho esta dificuldade, bate-me mais com...realmente estes contras do que propriamente eu tenho um cancro, eu tenho um cancro. // eu tenho de pensar assim, eu tenho não, tinha, tirei e vamos esperar que não volte. E o que mais me massacra é realmente a, a dificuldade de eu poder fazer assim realmente...

Comentário [s329]: Aceitação positiva da doença S017???

Comentário [s330]: S017-3-13

Comentário [s331]: Aceitação positiva da doença S017???

E - O ter de se lembrar sempre de que não pode...

S017 - Que não posso que vou fazer com o braço direito, que vou fazer a cama, que vou fazer, não, tens que te levantar a cama, o colchão com o braço esquerdo e entalar com o braço direito. // Tenho de me estar sempre, sempre, sempre a lembrar-me desta situação e é isso é que me deixa mais...frustrada. // Porque quanto a doença pronto eu sei que a tenho e tenho de a ultrapassar e não estou sempre a pensar no mesmo.

Comentário [s332]: S017-3-15

Comentário [s333]: S017-1-16

Comentário [s334]: Aceitação positiva da doença S017

E - Dona (S017) e quais são as causas que atribui a essa dificuldade física?

S017 - As causas que atribuo...ao quê?

E - O que é que pensa que...causou...a dificuldade...

S017 - Foi o esvaziamento axilar que fiz portanto, não tenho os gânglios e não faz a circulação normal...do braço e daí que se eu fizer esforços faz o tal linfoedema porque os líquidos vêm para baixo e não sobem não há os gânglios para os subir, portanto tenho

conhecimento da situação. // E em relação às costas isso agora é que eu não sei, o dr. diz que são os músculos que estão muito tensos e pronto com o tempo vamos ver o que é que vai dar.

Comentário [s335]: S017-2-18

E - Falou-me das consequências que tem para a sua vida o facto de ter essa incapacidade física, não é?

Comentário [s336]: S017-2-19

S017 - Sim...

E - portanto o facto de não conseguir trabalhar..

S017 - É uma das consequências é essa, é de não poder trabalhar e é a que mais me incomoda.

Comentário [s337]: S017-3-20

E - E o que costuma fazer para ultrapassar essas dificuldades, como é que gere a sua vida, para as ultrapassar no dia a dia?

S017 - Pronto vou, vou sempre tentado fazer alguma coisa dentro do que posso em casa, saio, venho para a rua, venho...venho passear venho ter com as minhas amigas, normalmente não fico em casa, saio, saio.

Comentário [s338]: S017-5-21

E - Faz uma programação das actividades...

S017 - Exactamente e saio...e pronto...

E - Consegue arranjar motivação para se mobilizar...

S017 - Sim, sim, sim, sim, e para esquecer que tenho este problema e eu estou aqui e não posso, não posso me afectar. Saio de casa e vou dar uma voltinha e quando vou e venho distraio e esqueço e chego a casa já são horas de fazer o jantar ocupo o tempo dentro daquilo que posso...do computador (ta ta ta) entretenho-me. E pronto e faço assim.

Comentário [s339]: S017-4-22

E - Disse-me que como não consegue realizar as tarefas com o braço direito portanto opta por fazer com o braço esquerdo...

S017 - Dentro do que consigo exactamente, e as coisas mais difíceis que não consigo com o esquerdo e que não devo fazer com o direito tenho uma pessoa que me vai lá fazer...

Comentário [s340]: S017-3-23

E - Portanto é uma outra forma de contornar...

S017 - A situação

E - ...essa limitação física

S017 - Exactamente

E - Que actividades é que pode realizar que exijam um esforço físico moderado, o que é que pode fazer?

S017 - Mas em actividades...? aaaaa...

E - sim...

S017 - Posso fazer hidroginástica, natação, que faço. Aaaa posso caminhar...pronto todo esse tipo de coisas assim. Tudo o que for ginástica em força com o braço é que não. // Ou fazer movimentos repetitivos também não, como por exemplo gosto muito de fazer croché e tudo isso, que ficou de parte, mas, mas pronto é isso // faço assim, leio, também.

Comentário [s341]: S017-5-24

Comentário [s342]: S017-3-25

E - Sente que arranjou outras alternativas...

S017 - Exactamente...

Comentário [s343]: S017-5-26

E - outras actividades...

S017 - sim sim...

E - para compensar...

S017 - Sim, sim...desde que eu tenho este problema não tinha tempo para nada disto, era casa trabalho, trabalho casa e não tinha tempo para...

Comentário [s344]: S017-3-27

E - E o como é que se sente face a essas novas actividades, digamos?

S017 - Acho que...encaro, encaro com...dentro do possível encaro bem, apesar de...pronto, é como eu já disse é uma frustração que se tenta ultrapassar, e encaro dentro do possível, e encaro da melhor maneira.

Comentário [s345]: S017-4-28

E - O que é que pensa dessas actividades?

S017 - Penso que é bom, penso que é bom, é bom para a pessoa ocupar o tempo e porque é saudável e acho que é isso.

Comentário [s346]: S017-4-29

E - Portanto não exigem grande esforço físico

S017 - Exactamente...e é uma coisa que posso fazer...

E - e fá-la sentir-se activa...

S017 - **Exactamente, exactamente e não me deixo ficar aqui sentada no sofá porque estou doente eu não penso assim, não me deixo ficar porque tento sempre andar para a frente.**

Comentário [s347]: S017-4-30

E - Sente-se satisfeita com essas actividades que realiza?

S017 - **Sinto, sim, sim, sim, sim, gostava de ter outras como por exemplo, sei lá, pinturas esse tipo de coisas mas tudo isso é pago e eu como não ganho não posso pagar. Mas gostava, gostava de coisas que eu pudesse fazer como pinturas como, sei lá, como aprender a fazer outro tipo de coisas, não é, mas não dá, para fazer isso teria de pagar e é complicado, são pagos os cursos.**

Comentário [s348]: S017-4-31

E - Cursos de formação...

S017 - Se eu pudesse frequentar isso era ótimo, assim como lhe disse aqui há tempos fiz o 9º ano, assim dentro desta modalidade pronto dentro do que é possível eu...

E - disse-me também que fez um curso de inglês...

S017 - Pois iniciei, mas depois acabei por entrar mas acabei por me deparar, eu não tinha conhecimentos para acompanhar logo a turma e então achei que estava um bocadinho a baixo e não me sentia bem, teria de ser mesmo a iniciar, para isso me inscrevi para iniciar e as pessoas que estava estavam num patamar mais acima e eu achei também que estragava os outros e não me sentia compatível com eles e desisti, mas logo que haja possibilidade em iniciação....

E - A nível dos computadores, também se iniciou nessa modalidade...

S017 - Também no 9º ano, é verdade...

E - Foi uma outra competência que adquiriu

S017 - **Exactamente, eu até fugia dos computadores achava que aquilo era um bicho de sete cabeças e agora já trabalho com aquilo.**

Comentário [s349]: S017-3-32

E - Dona (S017) se tivesse que classificar a sua capacidade física numa escala de 0 a 10, em que 0 é uma capacidade física nula, não é, e 10 é uma excelente capacidade física, onde é que a dona (S017) acha que está a sua capacidade física em realizar as actividades gerir as actividades diárias?

S017 - Para actividades diárias, porque para trabalhar e coisas é impossível, não é, como a gente já falou.

E - No geral, portanto, na sua limitação, não é, ou seja como é que vê a sua capacidade física naquilo que pode dar?

S017 - 6, 5 talvez, menos, meio... **mas pronto não chego ao limite das limitações porque também me canso muito, tudo isto...**

Comentário [s350]: S017-4-33

E - Portanto, acha que é, portanto, um pouco mais do que meio..

S017 - Sim acho que sim, metade é pouquinho, talvez mais um bocadinho

E - Ainda consegue...e pode fazer

S017 - Exactamente, exactamente, como escrever, como, pronto, se eu tivesse de arranjar uma coisinha qualquer que eu pudesse fazer e que não tivesse que tar com o braço, **pronto tudo o resto tenho capacidade para...a capacidade eu tenho, não tenho é física realmente por causa do braço, mas tudo o resto funciona bem.**

Comentário [s351]: S017-4-34

E - Encontra outras soluções na sua vida diária...

S017 - Pronto e aí eu assim já conseguiria...

E - Que também... a ajuda a confrontar com o facto de ter capacidade física...

S017 - Exactamente, exactamente

E - Para fazer as coisas, não é, para conseguir também ultrapassar e ir mais além...

S017 - Exactamente, exactamente...é isso

E - A dona, de certa forma, há coisas que também se poupa a fazer, também sabe as indicações médicas não é..

S017 - **Exactamente, como eu sei que se for fazer aquilo tenho uma probabilidade de me vir acontecer aquilo, então nesse caso, evito e deixo ficar e faço outras coisinhas que realmente eu sei que não me vão prejudicar e deixo aquelas para trás. Então um 6, um bocadinho mais de metade que eu até faço...**

Comentário [s352]: S017-4-35

E - ok dona muito obrigado pela sua colaboração.

Entrevista S023

Data de nascimento: 28.09.1945 (63 anos)

Sexo: feminino

Historia Clínica: carcinoma papilar da tiroideia (2003) com metástase cervical (2007);
cirurgia 2003. Iodo reactivo.

E - Dona (...) neste momento apresenta alguma dificuldade ou incapacidade física?

S023 - não, acho que não. Só se for cansaço, só mais nada.

Comentário [s353]: S023-1-1

E - portanto, o cansaço é um sintoma que a incapacita de alguma maneira?

S023 - de fazer certas coisas.

Comentário [s354]: S023-3-2

E - portanto realiza as tarefas...

S023 - sim, tudo, faço tudo

Comentário [s355]: S023-5-3

E - sente aquele cansaço de vez em quando...

S023 - sim, sim, de vez em quando tenho de me sentar para descansar e depois continuar.

Comentário [s356]: S023-4-4

E - dona (...) o que é que pensa... não deixa de ser uma dificuldade o cansaço, o que é que pensa sobre essa dificuldade?

S023 - ... não sei dra. acho que ... o cansaço a mim é uma coisa que, pronto, prejudica-me, porque eu fazia as coisas mais depressa e assim com o cansaço não faço, faço mais lentamente, muito devagarinho. Mas quando não estou cansada vai tudo... depressa.

Comentário [s357]: S023-3-5

E - dona (...) o cansaço não lhe traz pensamentos...

S023 - não... às vezes traz, umas vezes traz outras vezes não. // Quando quero fazer uma coisa e não consigo, por exemplo subir em cima de uma cadeira para ir ao armário assim para descer, ou se me ajoelhar e para me levantar // fico assim aflita, isso traz-me coisas assim pensamentos parvos, mas noutras horas não.

Comentário [s358]: S023-1-6

Comentário [s359]: S023-3-7

Comentário [s360]: S023-1-8

E - e o que costuma pensar nessas alturas em que não consegue fazer as coisas, que pensamentos são esses que vem assim...

S023 - ora dra. desaparecer do mundo dra., muitas e muitas vezes. Às vezes penso: O que é que eu estou aqui a fazer? Não consigo fazer o que eu quero. Às vezes penso assim. Mas mais não, mas não é sempre, deus me livre.

Comentário [s361]: S023-1-9

E - é só quando se sente mais...

S023 - mais cansada, e mais... por exemplo, é como lhe dizer, para limpar, por exemplo, para limpar um armário, e ajoelho para limpar um armário por baixo pois quero levantar e não consigo // ai.. aí fico logo revoltada com a vida.

Comentário [s362]: S023-3-10

E - portanto, quando sente essas limitações sente-se revoltada são sentimentos que tem muitas vezes.

S023 - muitas e muitas dra. muitas e muitas...

Comentário [s363]: S023-1-11

E - dona (...) quais são as causas que atribui a essa... a esse cansaço, que de certa forma também a limita?

S023 - eu acho que é da doença dra., eu penso que seja da doença. Porque eu antes de ter isto eu nunca... nunca fui... pronto ia ao médico sim senhor, não andava assim cansada, mas desde que, que fiz aqueles tratamentos parece que fiquei com menos forças. Não sei dra., acho que foi da doença, é mesmo da doença não é de mais nada. // Pode ser também da velhice, mas também não sou velha.

Comentário [s364]: S023-2-12

E - portanto atribui à doença...

S023 - é a doença é... e se eu não tomar o leter de manhã, não faço nada dra. nadinha, parece que fico mole ou assim, depois tomo o leter e fico logo desperta, fico parece que é, que é uma droga que preciso, fico com um speed.

Comentário [s365]: S023-2-13

Comentário [s366]: S023-2-14

E - dona (...) portanto falou-me que o cansaço também interfere com as suas actividades e que se sentia revoltada...

S023 - às vezes não é sempre dra. não é sempre. Pronto há dias em que a gente quer fazer as coisa e não consegue e depois fica revoltada, porquê a mim, porquê a mim porquê? Mas depois passa, penso logo noutras coisas.

Comentário [s367]: S023-1-15

E - e que outros sentimentos tem para além da revolta?

S023 - sentimentos? Para além da revolta? Não sei dra. acho que já devia tar no outro paraíso como diz o outro, acho que já devia tar porque sei lá dra. , não sei, às vezes a revolta é grande, muito, muito. Mas depois, depois passa, isto passa.

Comentário [s368]: S023-1-16

E - dona (...) e quais as consequências da incapacidade física na sua vida?

S023 - consequências?

E - o impacto que acaba por ter na sua vida a incapacidade física?

S023 - acho que nenhuma dra. nenhuma... não... // porque eu faço tudo dra. porque eu... mal ou bem eu faço, eu não... não espero que ninguém faça nada, // eu mudo uma lâmpada fluorescente eu subo o escadote eu mudo, eu não... pronto... não espero que ninguém... não...

Comentário [s369]: S023-3-17

Comentário [s370]: S023-3-18

Comentário [s371]: S023-5-19

E - é aquele cansaço às vezes e consegue fazer sempre fazer as coisas mesmo mais devagar...

S023 - Eu mesmo que esteja mais cansada, eu insisto, insisto e faço e faço e tenho de fazer, até que muitas vezes o meu marido 'és teimosa não esperas que eu te ajude'. Ma eu não , eu faço, tenho de fazer e não gosto de molezas, tem de ser como eu quero, e mais nada.

Comentário [s372]: S023-4-20

E - dona (...) quando sente esse cansaço, não é, o que costuma fazer para contornar esse sintoma, essa dificuldades, acaba por ser uma dificuldade física também o cansaço, que estratégia utiliza para tentar contornar as coisas?

S023 - por exemplo dra., se for para passar a ferro, eu faço assim, ponho a tábua, vou buscar a roupa, tou cansada sento-me um bocado, volto a ligar o ferro, volto a passar, tou cansada, vai-te sentar. É assim que eu faço as coisas na minha casa. É assim. Por exemplo, para limpar o meu quarto, faço a cama, tou cansada vou sentar, venho arrumar o resto, é assim descanso, pronto. // Ou ponho musica, ponho música, eu trabalho, tendo música a tocar eu faço tudo, devagarinho, mas é devagarinho não pode ser assim à presa quando estou cansada.

Comentário [s373]: S023-4-21

Comentário [s374]: S023-4-22

E - é, como se fosse um estímulo

S023 - é, é como se fosse uma coisa que eu tomasse e ficasse, menos cansada. Assim com a musica, mas não é todas as músicas... aquela tum tum tum, essas não, não gosto.

Comentário [s375]: S023-4-23

E - dona (...) consegue manter a sua vida, está no activo, não é, e fazer as tarefas diárias normalmente, até naqueles dias em que está mais cansada, naquelas alturas em que está mais cansada, procura contornar, mas no entanto nunca desiste de fazer as tarefas...

S023 - não, não dra. nunca, nunca, nunca, não posso, não posso.

E - e que tarefas pode realizar que exijam um esforço mais leve mais moderado?

S023 - olhe, olhe dra. quando estou assim muito cansada, sento-me numa cadeirinha e vou fazendo uns tapetes, porque quantos mais tapetes eu fizer mais descansada fico. // Pode parecer que não, porque isto é uma coisa que quanto mais trabalho tenho feito mais pesada fica, mas a mim nunca me pesa, porque se eu tiver entusiasmada com o tapete, a fazer o tapete, fazer seja o que for de Arraiolos, eu quanto mais faço mais vontade tenho de fazer. Sou capaz de estar 3 e 4 horas seguidas agarradas ali ao tapete a fazer a fazer, nem me lembro de nada, nem me lembro que me dói. É verdade, mas é, porque aquilo a esticar, assim, às vezes dói aqui o ombro, mas não. É isso ou fazer renda, não sou capaz de estar parada, mesmo que esteja cansada eu não posso. Se eu me sentar ao sofá, a ver um programa na televisão, eu deixo-me logo dormir, mas é logo, logo, parece que é um comprimido para me deixar dormir, eu durmo logo. Mas é eu tenho de estar sempre com as mãos a trabalhar.

Comentário [s376]: S023-4-24

Comentário [s377]: S023-5-25

E - dona (...) o que pensa sobre as actividades que pode realizar e realiza?

S023 - o que é que eu penso? Oh... eu penso que se não soubesse fazer estas coisas o que seria de mim. Porque assim não sei como é que passaria o meu tempo, porque há pessoas que, que não sabem fazer estas coisitas não é, coisas simples né, e coitadas e até pensam coisas más e assim, eu não, eu quando com o tapete... às vezes também tenho esses pensamentos, não digo que não tenho, às

vezes assim, ai porque é que eu não vou, porque é que eu não morro, mas depois começo o tapete pronto passa-me tudo, mas é tudo, tudo, tudo dra., parece...que tomei um analgésico e que fiquei...mas é verdade...

Comentário [s378]: S023-4-26

E - é uma distração...

S023 - sim...sim.. porque eu faço isso sozinha, na cozinha faço numa cadeirinha na cozinha, e tou ali, faço, ouço a música, tou fazendo e pronto passa-me tudo. E quando tenho dores não tomo nada dra., não tomo nada, nadinha.

Comentário [s379]: S023-4-27

E - portanto isso é uma actividade que já fazia antes da doença..

S023 - sim, sim antes...

E - que de certa forma também a ajuda, é uma estratégia que utiliza para enfrentar aqueles sintomas mais negativos, aqueles pensamentos mais negativos, indirectamente é uma estratégia para lutar...

S023 - contra a doença, é, é mas é mesmo dra. A dra. não viu, mas as senhoras ali a tiroide viram o que fiz para o dr Francisco, lindo, lindo, valia mais de mil contos. Mas ele também mereceu.

Comentário [s380]: S023-4-28

E - dona (...) como se sente ao realizar todas as actividades que realiza, sejam as de lazer, sejam as tarefas domésticas, em cada uma destas, como é que se sente quando as realiza, pois já disse que não consegue estar parada, não é, como é que se sente quando realiza as coisas?

S023 - fico tão contente, fico bem, fico...parece que tenho a alma, o espírito livre. Sinto-me muito, muito...pronto dra. não sei, sinto-me...quando eu consigo fazer...ainda agora estive a fazer as limpezas na minha casa com a minha neta, porque a minha neta não quis que eu subisse ao escadote para lavar vidros...quando eu acabei a limpeza estava estafada mas tava tão feliz...e disse olha...brilha, tudo brilha, fiquei muito feliz...é verdade, fico feliz, de fazer as coisas, fico.

Comentário [s381]: S023-5-29

E - portanto o facto de conseguir e de poder...

S023 - fico...é...verdade. E digo-lhe uma coisa dra. peço a deus que me dê o meu juízo, a minha vista e as minhas mãos e as minhas pernas para eu fazer as minhas coisas, porque senão, se houvesse assim alguma coisa dra. ai não...não era capaz dra., não era...estar em casa sem fazer nada, não era capaz. // A gente tendo a mão ocupada, a cabeça ocupada, não pensamos em mal, não se pensa em mal nenhum, eu pelo menos no tapete tenho de estar a contar, um pra lá, um pra cá, cinco pra cá, pra cima pra baixo. E a gente com a cabeça não pensa. Agora se eu tiver só assim...a gente vem logo maus pensamentos, eu penso que seja assim, no meu ver não é // mesmo onde eu trabalho e tudo, foi lá uma rapariga, uma rapariga, muito mais nova que eu, com 40 ou 30 anos, fi pediu trabalho à senhora, e a senhora deu esse trabalho, trabalhou um dia, ela mandou apssar a ferro e ela trabalhou um dia. Depois quando fomos a outra casa e quando chegamos estava ela sentada a dormir, e a minha patroa disse para ela, 'então está a dormir?'; 'então estava tão cansada que isto é um trabalho tão pesado, que eu não posso tar aqui assim a trabalhar, olhe que eu não venho aqui mais'; e virei-me para ela, 'quantos anos tem' nao sei se ela disse 38 ou 39, 'e então tá cansada sabe quantos anos eu tenho, eu tenho 62 e não me canso quando tou a trabalhar'; 'ai o ferro é muito pesado, é muita roupa é isto e aquilo'. Veja lá, faço sozinha, duas vivendas faço sozinha. Esta semana, ontem, fiz camas de 28 hospedes, 28!! Mudar roupas mudar tudo, limpar chão, limpar tudo, ninguém me ajuda...mas dra. eu com 62, quase 63 anos, agora a outra com 38 ou 39, dra., tava cansada, e pronto, não precisam, a gente quem precisa...é que, não é...mas eu não me canso...

Comentário [s382]: S023-4-30

Comentário [s383]: S023-4-31

Comentário [s384]: S023-4-32

Comentário [s385]: S023-5-33

E - sente-se satisfeita com as actividades que realiza...

S023 - é. E ainda aqui há dias, olhe ainda se nota aqui, era tudo negro, eu cai das escadas abaixo, bati com isto nas escadas abaixo, ela queria levar-me ao hospital. Ah não, isto vai passar, e agora dói-me. Mas agora vou a médica de família para passar um raio-X. Mas eu não tenho problemas em trabalhar, não tenho dra., seja que trabalho for, seja limpezas seja passar a ferro, seja costura, seja fazer uns cortinados, eu não tenho problemas, eu vou, eu preciso é tar...Eu quando vou trabalhar, às vezes o meu marido está a pensar, eu eu 'não penses, estás a pensar em quê? Para de pensar', 'no que aconteceu aqui há um ano'; 'não penses nisso' digo eu, a gente pensa (...) sinto-me bem o que é que hei-de fazer?

Comentário [s386]: S023-5-34

E - e assim alguma actividade em que à partida não pode fazer, por exemplo?

S023 - que não possa fazer dra. deixe ca ver...

E - que sabe que aquilo....

S023 - **é só me ajoelhar dra., tudo o que for de joelhos eu custa-me muito, mas dizer não faça, eu faço, mas depois para me levantar dra., custa muito. É como subir para uma cadeira, às vezes a minha patroa diz, 'olhe limpe aquele quadro lá cima, suba à cadeira' ai suba você, digo-lhe eu, ai digo-lhe. Porque eu depois para subir à cadeira não consigo, descer desço, mas subir não consigo, porque esta perna já não levanta muito bem. Mas o escadote eu subo, porque tem lá os degraus, eu subo agora subir à cadeira. Não. É a única coisa que mais....**

Comentário [s387]: S023-3-35

E - portanto é uma pequena limitação que sente a nível dos joelhos, que até de certa forma pode interferir com a realização de certas actividades, que também são um pouco mais...digamos que, exigem um pouco mais...não é, ou seja, subir a uma cadeira a que a pessoa está sujeita a cair....

S023 - já cai uma vez...

E - a joelhar-se também é...e depois tem de levantar-se e fazer força..

S023 - **é só isso dra, mais nada, mais nada, não tenho limitações de nada. Faço tudo, eu sou capaz de me por debaixo da cama a limpar o chão, ponho-me debaixo da cama para lavar...porque a esfergona não lava como a gente de joelhos, não é assim dra., // mas depois para me levantar? Dra. pareço uma pata choca a levantar...mas faço...**

Comentário [s388]: S023-5-36

Comentário [s389]: S023-3-37

E - tenta dosear o esforço nas tarefas, como já disse, senta-se faz mais um bocadinho mais devagar. Mas não desiste...

S023 - **não desito dra., não desisto...A minha neta diz assim, 'ó vó'...o neta limpa ai o po à avo, e a minha neta 'o vó és tão preguiçosa' a minha neta para mim, tem 17 anos 'es tao preguiçosa', limpa lá não gosto de limpar o pó, mas no trabalho tenho de limpar não estas lá. Mas faço tudo, tudo, graças a deus. **Eu queria todos, este ano na minha casa, lavei tudo, mas a minha neta ajudou muito, mas eu queria dar-lhe dinheiro. E disse achas pouco 20euros? 'não vó, guarda o dinheiro já, não vim fazer isto para me pagares que me parece mal', é para pagares um chocolatinho, 'não quero avo já disse, tu precisas mais do que eu' (...).****

Comentário [s390]: S023-4-38

Comentário [s391]: S023-4-39

E - dona (...) e agora para finalizar, numa escala de 0 a 10 como classifica a sua capacidade física, 0 é uma capacidade física reduzida, muito reduzida, e inexistente, e 10 uma capacidade física máxima.

S023 - ai 10 também não estou assim, 10 também não estou dra, nem pense. Ai uns 7,5 - 8, 7-8, mas não ponha em 0 porque 0 não.

E - portanto dentro desta escala que eu lhe posso mostrar aqui, está a ver?

S023 - ah, aqui, 7-8...

E - o porquê de atribuir um 7-8, o que é que a leva...

S023 - porque 9-10 é muito bom, é uma saúde boa, saúde que a gente...7-8 pronto, a saúde já não esta assim muito boa...mas também 0 não porque eu, graças a deus porque eu faço as minhas coisinhas, 7-8

E - porque sente saúde...

S023 - sim dra., saúde, ainda estou capacitada para fazer as minhas coisas porque a minha saúde não é assim uma saúde que se veja que está...pronto a terminar. **Não. Não é mais poderoso que eu, porque eu sou muito forte, sou mais forte que ele, muito, forte dra., muito, muito. Ele não me vai vencer a mim. Pode ser que eu vença a ele, que eu lhe dê uma trincadela. Eles vão aparecendo e eles vão tirando. **Ainda agora o dr. joão, joão Tavares, estes agora são muitos poucos aqui dra. e é só um que eu apalpo aqui, ele disse que eu não tenho nada, ai tenho, tenho, apalpe melhor...'ah pois tem a senhora aqui tem muitos' (...)** agora para a próxima vez tenho que vir ser picada para ver. **E eu disse para ele, se for preciso é, não me vou deixar ir abaixo.****

Comentário [s392]: Espírito de luta contra a doença S023

Comentário [s393]: Espírito de luta contra a doença S023

E - dona (...) muito obrigado pela sua colaboração!

Data de nascimento: 19.06.1957 (51 anos)

Sexo: Feminino

História Clínica: cancro da mama direita (2006); cancro da mama esquerda (2007)

E - dona (...) neste momento apresenta alguma dificuldade, alguma incapacidade física?

S025 - sim...incapacidade mesmo...

Comentário [s394]: S025-1-1

E - em que consiste a sua incapacidade?

S025 - é na mão direita // esta dor que é constante, é um ardor tão forte...não consigo fazer quase nada com esta mão, está a verdra, eu fecho a mão, mas ela não passa daqui...eu tento, tento mas são umas dores...não sei o porquê disto ser assim...eu qualquer coisa que faça...quando quero fazer qualquer coisa com esta mão é uma luta...

Comentário [s395]: S025-1-2

Comentário [s396]: S025-1-3

E - e recorre muitas vezes à mão esquerda para ajudar...

S025 - sim, mas nunca é a mesma coisa, pois não estou habituada, eu fazia tudo, tudo o que fazia era com a mão direita e a mão esquerda tem menos força e também sinto que a mão esquerda não está também já muito bem...pronto mas se der o caso, a mão esquerda ajuda...

E - dona (...) o que pensa sobre essa incapacidade física?

S025 - ...pensar...pensar como?

E - por exemplo, quando se sente mais limitada fisicamente, que pensamentos lhe surgem nessa altura por exemplo?

S025 - ... bem nessa altura não fico bem não...penso que nada será como dantes e que vai ser sempre assim... // é que se não fosse a dor...eu não consigo descascar uma batata, tenho de parar porque vem este ardor, eu não consigo dormir, pois às vezes a dor vem mesmo estando com a mão parada, porque de noite estamos deitados, porque haveria eu de ter dor na mão...? // eu chego a agarrar-me à mão a chorar, sozinha...depois levanto-me e vou a cozinha beber água, mas eu penso que eu hei-de suportar a dor. E sozinha lá a suporte, porque não vou estar a incomodar o meu marido que vem cansado do trabalho e tem de acordar cedo. Penso que é algo que tenho de suportar. Mas quando eu olho para a minha incapacidade também tento pensar...por exemplo, agora nos jogos paraolímpicos, olho para aquelas pessoas e penso, o que sou eu ao pé delas, o que é a minha incapacidade ao pé delas, pronto, tento reduzir o meu sofrimento. Não é que isso me reconforte, não, mas é pensar que há pior, que depois me ajuda a suportar isto. // Não é que as dores sejam sempre muito intensas, porque às vezes até são, mas são constantes, é esta moinha, este ardor que está aqui. Que às vezes tenho de agarrar a mão, parece que fica paralisada com o ardor...eu eu não sei o que fazer, nem como estar...

Comentário [s397]: S025-1-4

Comentário [s398]: S025-1-5

Comentário [s399]: S025-4-6

Comentário [s400]: S025-1-7

E - quando se encontra com dor, sente-se limitada na realização das suas actividades diárias...

S025 - ah sim! Claro sem dúvida, não faço nada como fazia antes, // mas mesmo assim, tento contrariar. Por exemplo, estou a fazer alguma coisa, sento-me a voltar a fazer. // Uma situação por exemplo, puxar os estores, não consigo porque tenho de fazer força com a mão, apertar a mão...então puxo, sento-me, volto a puxar, às vezes choro e fico zangada, mas continuo a tentar até conseguir, custa mais mas tem de ir.

Comentário [s401]: S025-3-8

Comentário [s402]: S025-4-9

Comentário [s403]: S025-4-10

E - sente-se chateada por não poder fazer certas tarefas...

S025 - sim nessas alturas sim, querer fazer as coisas e não poder, deixa-me zangada, irritada, e triste por vezes choro, porque eu era tão activa, trabalhava normalmente...

Comentário [s404]: S025-1-11

Comentário [s405]: S025-1-12

E - em que tarefas por exemplo, se sente mais limitada a realizar?

S025 - com as mãos, as tarefas com as mãos, se der o caso, é em tudo, né? Tudo exige mãos quase, de resto estou bem, só se às vezes for de cabeça que pode não estar tão bem, porque já viu dra, primeiro foi na mama direita, e depois na mama esquerda. Eu nem queria acreditar...(silêncio) eu nem reagi, sai e quando me dei sozinha, explodi...(começa a chorar) eu ainda hoje não me consigo olhar ao espelho, estou mutilada, estou incompleta...e tudo isso teve consequências na minha vida...tento ao máximo levar uma vida normal, mas a minha vida ainda não está normalizada ainda não consigo enfrentar-me ao espelho, vai ser algo que ainda tenho de conseguir...(silêncio) desculpe dra., mas isto mexe muito comigo...

Comentário [s406]: S025-3-13

E - não dona (...) esteja à vontade, não tem problema...quando se sentir preparada pode recomeçar quando quiser...

S025 - isto passa, foi só um pouco... (silêncio) podemos continuar dra...

E - dona (...) são todas as consequências da doença que a deixam mais perturbada...

S025 - sim, sim, muitas alterações na minha vida...

E - e portanto as limitações são também uma consequência. E quais as causas que atribui à dificuldade física?

S025 - causas...eu só depois da doença né? Só depois mesmo do tratamento, da operação e da quimioterapia e radioterapia, mas acho que foi mesmo da cirurgia // às vezes até a escovar os dentes, a pegar na escova e apertar...vem esta dor...

Comentário [s407]: S025-2-14

E - portanto, a dor é um sintoma, a dor na mão direita principalmente, é um sintoma que a incapacita de fazer as suas tarefas, e a dor em si é algo que a perturba muito mais.

Comentário [s408]: S025-3-15

S025 - sim pois mete-me um bocado de confusão, porque até ali aí está, não sentia qualquer tipo de obstáculo, eu fazia tudo e...pronto é o que eu digo, é...

Comentário [s409]: S025-1-16

E - sente-se limitada devido à dor...

S025 - pois, sinto-me um bocado limitada // Por exemplo, se der ao caso, a cama lá em cima, da casa de cima a cama não é larga e assim, agora esta aqui a cama é larga e eu não consigo fazer a cama sozinha. // Portanto eu fazia lindamente, se der ao caso à sexta-feira, até o meu marido dizia assim, oh pá, quando a dona (...) vem, porque é que não a deixas fazer acama. E eu oh pá, eu levantava-me de manhã, ele saía, eu saía a seguir, quando eu saía a seguir já tinha mudado a roupa da cama, já tinha feito a cama. // Tá a ver, pronto, eu sei que a dona (...) podia fazer mas eu também, às vezes penso assim, também a dona (...) não é para ser minha empregada é para me ajudar não é? Pronto há pessoas que chamam vem ai a empregada faz isto e aquilo e o outro, não é? Também é uma pessoa conhecida é diferente. Mas pronto eu acho que as pessoas se tem de ajudar mutuamente e se eu podia fazer, e ela fazia outra coisa não é? É assim, porque eu fazia tudo.

Comentário [s410]: S025-1-17

Comentário [s411]: S025-3-18

Comentário [s412]: S025-4-19

E - conta com a ajuda de outras pessoas...

S025 - sim e isso nunca foi necessário não era, até sou relativamente nova, conseguia fazer as tarefas e de facto foi a doença que me veio tirar um pouco a minha independência // Porque ao falar de incapacidade física, também já sinto que ao ajoelhar-me tenho dificuldades, já me custa // é claro que visto assim, eu preciso mais de ajuda e nunca precisei...mas na maior parte das vezes faço sozinha, é só mais quando preciso mesmo, mas mesmo assim, faz-me confusão né?

Comentário [s414]: S025-3-21

Comentário [s415]: S025-3-22

Comentário [s416]: S025-3-23

E - o ter de depender de outras pessoas é uma das consequências, contudo tenta contrariar isso...

S025 - sim, pois, é isso. Antes disto eu fazia lindamente estas coisas assim. Mas às vezes tento provar a mim mesma que consigo mesmo com esforço, mas tem outras vezes em que não vale a pena mesmo...

Comentário [s417]: S025-4-24

E - o que costuma fazer para contornar as dificuldades físicas ou as limitações?

S025 - eu pronto, vou fazendo e descansando, sento-me e não faço mais. Mas depois lá volto outra vez a tentar fazer. E é assim que eu faço, pode demorar mais tempo, mas devagar se vai ao longe...e eu às vezes pensava, as pessoas quando tem dores físicas de cansaço, chegam à cama e conseguem descansar, não é? E eu, pronto, estou a ficar cansada de pensar, de cabeça não é? Eu pronto, era raro ter dores, ou nunca tinha, dores de me sentir cansada, de pronto, de o meu corpo sentir cansaço.

Comentário [s418]: S025-4-25

Comentário [s419]: S025-1-26

E - portanto, assim resumindo, a dona (...), as suas dificuldades físicas tem a ver com a dor na mão. Que impede de fazer as tarefas diárias, seja cozinhar, descascar os alimentos,

S025 - sim os alimentos, sim

E - e pequenas coisas da higiene...

S025 - também, sim, sim, há coisas que não consigo.

E - e também às vezes quando se ajoelha...

S025 - isso, as pernas noto mais quando realmente, não quer dizer, pronto, quando estive com as minhas amigas, elas, dizem que sentem uma dor no calcanhar pela perna acima. É só quando realmente me ajoelho e custa-me a levantar, mas pronto, mas mais...

E - e as consequências da sua incapacidade física tem a ver com o sentir-se dependente e nunca foi preciso ninguém...

S025 - até ali não...

E - não...não é...e também ter ficado reformada...

S025 - eu quando ia para casa do meu filho levava uma bilha de gás para o 3º andar na altura... eu fiquei reformada por isso mesmo, porque eu não ia conseguir trabalhar. Ou seja, eu ia chegar lá e não conseguia chegar aos objectivos e isso ia deitar-me abaixo, não conseguir terminar tudo o que era suposto fazer. Depois trabalhar em vez de me fazer bem ia fazer-me mal, pois ia ficar talvez mais deprimida por ver que não conseguia fazer as coisas como antes, preferi a reforma // mas mesmo assim, procuro sempre contornar com actividades que estejam à minha altura, eu posso não estar a altura de certas actividades, mas elas tem de se ajustar a mim, mas nem sempre é fácil isso... mas por isso é que me inscrevi na nataçao para sentir mobilidade e faz-me muito bem, sinto-me muito bem e mais leve. // Mas, se der o caso, há certos movimentos que não consigo fazer, mas depois faz-se outros, a professora também tem isso em consideração e tenho o meu ritmo próprio e o meu plano...

Comentário [s420]: S025-3-27

Comentário [s421]: S025-5-28

Comentário [s422]: S025-3-29

E - portanto há certas coisas, em que era uma pessoa activa, e agora está mais limitada. E quando se encontra perante essas dificuldades físicas a dona (...) tenta contornar...

S025 - tento contornar, sim, |

Comentário [s423]: S025-4-30

E - mesmo ao nível dos seus pensamentos...

S025 - tento, sim, tento. Porque depois acho que depois é muito pior // para mais aí está estou sozinha, as minhas amigas e tudo estão noutra lado, ali também pouca gente conheço ou nenhuma. É diferente não é, a pessoa pronto, podia dizer assim, eu tou mal, vou a casa desta ou daquela para tentar esquecer ou isso. Eu tenho de superar as coisas sozinha, portanto tenho de me alhear // ai não consegues...mesmo sozinha, eu falo assim sozinha, ai não consegues agora, já vens fazer, pronto tem de ser assim. // Embora há certas alturas, as lágrimas não consigo, não é. |

Comentário [s424]: S025-4-31

Comentário [s425]: S025-4-32

Comentário [s426]: S025-4-33

Comentário [s427]: S025-1-34

E - por isso também se inscreveu na nataçao, para ter mobilidade, para não estar parada. Também por isso, não é, e porque faz bem à saúde...

S025 - e também aquelas aulas de inglês e de cultura geral também, acho que é bom... |

Comentário [s428]: S025-4-35

E - para se distrair, e dona (...) sente-se satisfeita com as actividades que pode realizar? Sente-se satisfeita com elas?

S025 - ...sim...sim. Mas sentia-me melhor se conseguisse fazer tudo como fazia antes. |

Comentário [s429]: S025-4-36

E - ao comprar com o que podia fazer, com as coisas que faz, é como se não chegassem para...

S025 - não quer dizer, que, pronto, eu penso assim, eu consigo fazer, pronto mas aí estar há alturas em que eu penso assim, bem mas tu ainda consegues fazer isto sozinha, e há outros que não conseguem. Tá a ver, penso assim também. // Não vou deixar, pronto, não vou, dou importância aquilo que não consigo, mas não...eu por norma não vou, pôr num grau mais elevado aquilo que não consigo para aquilo que consigo. Tenho de me basear sempre ao contrário, ainda consegues fazer isto e consegues fazer isto. |

Comentário [s430]: S025-4-37

Comentário [s431]: S025-4-38

E - é um pensamento que a motiva.

S025 - sim é pois..

E - e agora para terminar, dona (...) gostaria que me dissesse como classifica a sua capacidade física numa escala de zero a 10? Mostro-lhe a escala, onde acha que se situa a sua capacidade física nesta escala?

S025 - ...agora? Estamos complicados...(grande silêncio). Podia pôr no cinco, mas não é meio por meio....Também não posso pôr no 10, porque não consigo fazer um monte de coisas, com custo ou sem custo eu consigo fazer. Um 6....

E - portanto, mesmo apesar de sentir aquelas limitações por exemplo a fazer as tarefas domésticas vai...

S025 - vou sempre tentando, vou tentando fazer...

Comentário [s432]: S025-4-39

E - faz um bocadinho, espera, tenta outra vez...

S025 - vou tentando, vou fazer, não vou...

Comentário [s433]: S025-4-40

E - portanto acha que 6 já é estar mais do que no meio

S025 - no meio, é isso, porque para mim se der ao caso...se for no meio, entre aquilo que consigo fazer e aquilo que consigo, mas se der ao caso há mais coisas que não consigo fazer porque além disso é a mão direita, não é, do que aquilo que eu consigo, não é, mas...faço tento sempre fazer, por isso eu acho que sim o 6..

E - ta bom dona (...) muito obrigado pela sua colaboração!

Entrevista S027

Data de nascimento: 29.07.1967 (41 anos)

Sexo: Feminino

Historia Clínica: Adenopatia axilar (metástase de carcinoma de origem desconhecida) (2007);
Cirurgia e Quimioterapia (2007)

E - dona (...) neste momento apresenta alguma dificuldade, alguma incapacidade física?

S027 - sim, incapacidade física, (...) sobretudo no ombro // E depois por causa da quimio também acho que sim. Acho que toda a gente fica com os sintomas nos ossos // Custa assim a subir e a descer, mas sobretudo por causa no ombro.

Comentário [s434]: S027-1-1

Comentário [s435]: S027-2-2

Comentário [s436]: S027-3-3

E - e sente que tem dores portanto a nível do ombro..

S027 - pois está ali sempre uma dorzinha...incomodativa // Ainda tentei ir trabalhar, mas, mas não deu...

Comentário [s437]: S027-1-4

Comentário [s438]: S027-3-5

E - portanto são as dores que a incapacitam

S027 - pois é mesmo isso, não consigo mais por causa da dor. É mais por causa da dor.

Comentário [s439]: S027-2-6

E - e o que pensa sobre a incapacidade física?

S027 - olhe, penso que era bom que isto não demorasse tanto tempo para retomar outra vez...a vida normal, a rotina normal não é?

E - portanto, é o tempo que tem de estar à espera...

S027 - pois, para mim é muito tempo, é muito tempo de casa. Sempre em casa, não estou velha para estar em casa. Retomar a actividade, trabalho e a rotina normal, não é. Como eu sou manicure e dói-me o braço, não é, o braço direito ainda por cima, // Está assim um bocado limitada, claro, o que é que hei-de fazer.

Comentário [s440]: S027-3-7

Comentário [s441]: S027-4-8

E - como se sente perante essa incapacidade física?

S027 - olhe que há dias em que não me sinto lá muito bem não é. Uma pessoa vai-se um bocadinho abaixo // mas depois...depois ultrapassa-se.

Comentário [s442]: S027-1-9

Comentário [s443]: S027-4-10

E - gostaria de me explicar um pouco melhor esse sentimento de não se sentir bem?

S027 - eu nem sei explicar. E para mim é novo, não é? Eu como desde os 14, tenho 41, tive sempre a trabalhar, uma pessoa sentir-se incapacitada relativamente nova não é, 41, para uma pessoa de 20 já sou velha, para uma pessoa de trinta e picos...só sou velha comparada com uma pessoa muito mais nova não é? Para mim é um bocado, assim, às vezes, fico assim...porque não sou muito de tar em...coisas de casa só não é muito para mim. E pronto gostava muito da minha rotina normal, com as minhas colegas, também já trabalho num sítio há vinte anos, no mesmo sítio não é? Agora esta quebra é que me sinto um bocado, é mais a esse nível assim.

Comentário [s444]: S027-3-11

// Não sei explicar, acho que dá assim para chorar um bocadinho e tal, não muito. // Mas penso no futuro, é mais por pensar no futuro, a pensar assim: mas será que isto me vai limitar muito, e como é que é? Não posso tar reformada...tão cedo..

Comentário [s445]: S027-1-12

Comentário [s446]: S027-1-13

E - Neste momento está a fazer confusão...

S027 - pois tá-me a fazer confusão...

E - ...estar de baixa

S027 - é mais isso. (...) Mas o que é que eu hei-de fazer, tenho de aguardar para fazer estes exames. Queria que a dor passasse, pelo menos que atordoasse. Já que tinha também aquela dor naquela perna que fiquei da outra operação pronto, isso, já estou a passar mais. Já me habituei até, a perna esqueci. O pior é o braço que eu preciso mais, o braço direito.

Comentário [s447]: S027-4-14

E - é a dor que incapacita...

S027 - é...

E - é um dos sintomas...

S027 - pois já estive bem pior...

Comentário [s448]: S027-4-15

E - da quimioterapia...

S027 - ao nível de dor já tive pior. (...) foi tirado um tumor através da barriga, fui operada uma segunda vez, aí tive muitas dores. e agora isto...

E - está a aguardar

S027 - as cenas dos próximos capítulos

E - dona (...) quais as causas que atribui à sua incapacidade física?

S027 - ...bem as causas é...ainda não sei bem o que é...se é tendinite se não é...estou à espera da centigrafia. Se não for osso, nada de cancro não é, fico mais aliviada do que seja tumor. Pronto, se seja alguma coisa passa com fisioterapia, ou com algum género de antiinflamatório, consiga...ficar assim um bocadinho melhor não é.

E - como disse, está a aguardar.

S027 - estou a aguardar. Eu pensava, ao principio só tirei um tumor na...estava na axila, que era do gânglio, ainda não sei onde é que é a origem, continuo sem saber qual a origem se é massa se não é, em principio acho que sim...mas não se vê. // E pensava que a dor fosse passando, mas já tirei, já passou este tempo todo, e pronto, é uma dor que está sempre. Não é assim uma dor...é uma dor que está sempre...não é uma dor aguda, mas está sempre. A pessoa às tantas fica já martirizada, porque é muita coisa...e mais isto...fica-se assim um bocadinho...tenho muitas horas para pensar não é, a pensar o que vou fazer, reformada não posso estar, mesmo se não der tenho de ir trabalhar, não sei se depois é o que vou fazer, se tiver assim tenho de trabalhar para (...)

Comentário [s449]: S027-2-16

Comentário [s450]: S027-1-17

Comentário [s451]: S027-4-18

E - esse sentimento tem a ver com o alterar da rotina, como se vai organizar...

S027 - é isso, daqui para a frente o que é que...se isto se mantiver assim, tenho...pra já tenho de me adaptar...

Comentário [s452]: S027-4-19

E - e não é fácil...

S027 - não é fácil...habituada ao ritmo que era ter bastante trabalho, (...) vejo que há trabalho e ir lá, e não poder fazer nada, é o que me custa mais, nesta altura é o que me está aqui a martirizar mais a ideia é o trabalho. E já de há muito tempo, não é, desde que fiquei doente. A família e essas coisas todas, mas agora o que me está mesmo a prejudicar um bocadinho...é o trabalho...

Comentário [s453]: S027-3-20

E - sentir-se limitada...

S027 - há quem não queira trabalhar, e eu quero trabalhar, e sinto-me um bocadinho limitada...

Comentário [s454]: S027-3-21

E - e sente-se mais útil a trabalhar....

S027 - claro, e além de tudo o dinheiro faz muita falta e este tempo todo de baixa...é na altura em que a gente deve ir falar com mais pessoas, quando a gente precisava mais, é quando o estado nos corta...a gente tem mais despesas, é medicações, temos mais gastos...é quando...e pronto isto tudo mexe um bocado...além dessa questão financeira...eu vejo que há pessoas...por exemplo se eu não tivesse o meu marido não é, ou que ele tivesse um ordenado igual ao meu ou inferior, a coisa estava um bocadinho ainda pior

e ainda mais abaixo ia. Mas dá para nós os dois, dá para equilibrar. Não é esse tanto o problema, mas leva sempre a passar um bocadinho. (...) O ordenado da baixa não é nada...

Comentário [s455]: S027-3-22

E - e dona (...) quais as consequências da incapacidade física na sua vida?

S027 - mentalmente mexe sempre um bocado, // fisicamente é porque torna-se martirizante ter sempre esta dor, e às vezes também sentia inútil e saturada // já respondo mal a coisas simples e isso...também já começa a afectar um bocadinho a vida familiar, a chatear o marido, coisas que não têm...fico mais irritada, não é, às vezes fico um bocado mais irritada...pronto é basicamente...é assim...fico mais explosiva talvez...

Comentário [s456]: S027-3-23

Comentário [s457]: S027-1-24

Comentário [s458]: S027-1-25

E - portanto as consequências da incapacidade são a nível psicológico e também a nível físico também a cansa não é...

S027 - pois cansa, cansa às tantas já é saturante...é saturante, como já são várias coisas, já muitos meses (...) as pessoas mais próximas, sem querer...mexe um bocadinho...

Comentário [s459]: S027-3-26

Comentário [s460]: S027-3-27

E - e o facto de o futuro também estar incerto é uma consequência....

S027 - pois...o meu futuro está um bocadinho incerto tá...e hoje em dia os trabalhos faltam, hoje em dia...o que antes era certo, passados vinte anos era certo, hoje não é...portanto, Portugal a nível de trabalho está complicado.

Comentário [s461]: S027-3-28

E - dona (...) o que costuma fazer para contornar as dificuldades físicas, essas limitações, que estratégias utiliza para as ultrapassar?

S027 - eu não tenho assim nenhuma // pra já não tou com nenhuma ocupação, não é, podia ter assim algum hobbie, por exemplo, a nível de ler, não consigo concentrar-me muito, tou um bocadinho...pronto // tento pensar que isto vai ser o mais curto possível. É uma situação...tou à espera...é um impasse não é...tou à espera, vai ser mais rápido, vai passar, vai passar, tenho de ter uma certa paciência, dentro dos limites tento organizar as minhas ideias, e pensar que há pessoas piores não é, pronto é assim, que hei-de fazer. // Mas não tenho assim nenhum hobbie, nenhuma ocupação, não tenho, não tenho. Até porque as finanças é o que eu digo...não é...se nós tivéssemos nestas alturas, mesmo uma organização do hospital, alguém que nos desse assim, um sítio para a gente ir, ou conversar, sei lá ou outras coisas, que a gente pudesse fazer sem ser trabalhar, talvez até seria bom para não estarmos sempre a pensar...na mesma coisa, na doença. Por mais que não queira são 24 horas, agora já estou a dormir, mas o tempo em que tou muito tempo acordada, penso muito nisso, que se tivesse alguma ocupação, talvez...sem ser laboral, talvez fosse melhor...

Comentário [s462]: S027-4-29

Comentário [s463]: S027-3-30

Comentário [s464]: S027-4-31

Comentário [s465]: S027-4-32

E - falou na leitura que podia ser bom, mas não consegue...

S027 - não consigo, porque não consigo concentrar, nem ver um filme, nem consigo. Estou assim um bocadinho em baixo de forma...Mas já consigo assim fazer assim, uns, como é que se chama aqueles? sudokus...dantes não conseguia, mas agora já consigo concentrar um bocado, porque estava um bocado baralhada, não é... a ver se isto não agrava..

Comentário [s466]: S027-3-33

E - Acha que esse tipo de actividades distractivas poderia...

S027 - poderia fazer bem, sem sombra de dúvida, nesse aspecto devíamos ter apoio, como estamos assim, não é, mesmo o hospital ter...pronto, temos muito tempo podíamos cá vir, nem toda a gente tem...tem dinheiro para ir agora gastar fazer actividades, não sei quais, não é, há muitas de certeza que podíamos fazer, eu ia para um belo spa não é, se tivesse dinheiro, (...) pois mas não pode ser não é? Podia haver assim um...Não sei o quê, mas acho que podia haver coisas para nos...ajudar

Comentário [s467]: S027-4-34

E - é algo que a dona (...) podia pesquisar para saber se existe ou não...

S027 - pois... não sei, não me parece que há alguma coisa...mas nunca perguntei, mas a nível aqui do hospital não há nada.

E - portanto a dona (...) utiliza certos pensamentos, não é, quando se sente mais incapacitada para tentar gerir...

S027 - sim, sim, não ando sempre pessimista, nada disso...em comparação como o que eu ouço // Claro que certas vezes há aqueles pensamentos negativos, mas tento ultrapassar isso, não é, sou nova ainda, tenho de pensar é que (... pronto foi...este ano foi uma desgraça...e o ano passado, começou o ano passado. E ultrapassei da melhor forma, e não sei onde vou buscar arranjar sempre mais uma energiazinha, não sei onde. E o psicológico é complicado, não é...

Comentário [s468]: S027-4-35

Comentário [s469]: S027-4-36

E - acha que tem um grande poder o psicológico...

S027 - dentro dos limites acho que tenho, vou conseguindo ultrapassar mesmo nos dias em que tou mais em baixo, arrebita-me, dá-me para tar só fechada ou assim, há outros dias que me apetece sair e isso, mas...a esse nível acho que tenho conseguido ultrapassar // Agora se isto demora, se isto demorar muito mais tempo é que não sei, é que é pior não é...(...)

Comentário [s470]: S027-4-37

Comentário [s471]: S027-4-38

E - no geral sente que consegue ultrapassar os pensamentos negativos.

S027 - eu tento sempre ultrapassar isso para não andar em comprimidos, e a minha mãe também tem umas tendências a depressões, esgotamento nervosa, e como vejo a ela, a minha mãe que é o caso mais próximo que eu tenho...tento...(.) tento estar assim o máximo possível estar bem com a vida.

Comentário [s472]: S027-4-39

E - E dona (...) que actividades pode realizar que exijam um esforço físico mais moderado, mais leve, dentro das suas limitações o que pode fazer?

S027 - o que posso fazer assim, em casa, em casa?

E - em casa, na rua...

S027 - eu posso, eu posso..eu já posso andar e caminhar // não posso andar muito tempo nem tar muito tempo em pé, isso ainda não consigo, se tiver mais de uma hora já...já posso tratar das minhas coisas, não ando a tirar...por exemplo antigamente conseguia tirar as janelas e isso tudo, essas limpezas rigorosas está limitado, // não é, mas de resto faço tudo normal, faço tudo normal, não tem...

Comentário [s473]: S027-5-40

Comentário [s474]: S027-3-41

Comentário [s475]: S027-3-42

E - portanto as tarefas domésticas mais leves..

S027- sim...tudo banal, coisas banais faço, agora coisas, paredes ou assim...não nem pensar..

Comentário [s476]: S028-43

Comentário [s477]: S027-5-44

E - tem de pedir ajuda

S027 - pois tenho de pedir ajuda. Portanto nesse aspecto tinha mais força e agora não tenho.

Comentário [s478]: S027-3-45

E - o que pensa sobre essas actividades que pode realizar?

S027 - as que eu posso realizar...quantas mais melhor, é o que eu // a única coisa que eu digo é a frustração é de tar doméstica, é trabalhos domésticos, ter aquela rotina doméstica, às tantas quando a pessoa está a trabalhar, e chega a casa e faz, eu fazia as mesmas coisas ou a minha mãe, quando uma pessoa está a trabalhar consegue organizar-se e fazer as mesmas coisas, que é diferente de estar em casa e ver todos os dias igual, não é?

Comentário [s479]: S027-4-46

E - é a mesma rotina, pois como trabalha fora de casa e como se chegasse a casa e realizasse essas tarefas não era tão saturante

S027 - é isso, é isso...agora tenho tado em casa, e saio e levanto-me uma caminhada na praia também faz bem. // Era aquela rotina que eu tinha desde os 14 anos, e isso é o que me está a custar, não é. Nunca tinha tado de baixa, que eu me lembro, uma vez, também numa operação, só, mas nada teve nada a ver com isto. (...) É o que me custa mais é isto, o que mais me faz pior...

Comentário [s481]: S027-5-48

Comentário [s482]: S027-3-49

E - As actividades como já referiu, são actividades leves que faz em casa, no entanto não são aqueles actividades que...

S027 - que eu adore...

E - e que a façam distrair...

S027 - não, não, nao...talvez há pessoas que gostem, eu realmente penso que não gosto de ver a minha casa toda suja, mas tenho os meus limites também...

Comentário [s483]: S027-5-50

E - não é um hobbie..

S027 - não é um hobbie, não...se eu tivesse de às vezes cozinhar sozinha, não tinha problemas nenhuns...não (...) há pessoas que gostam e eu não, há pessoas que adoram...então ai...sim porque as cabeleireiras é um trabalho que até comunica...estão sempre a falar, não é conversas particulares nem nada, mas tamos sempre com as pessoas, não é, aquela rotina....

Comentário [s484]: S027-3-51

E - e com pessoas diferentes

S027 - pessoas diferentes, e isso sempre faz falta...

E - e como se sente ao realizar, portanto as tarefas?

S027 - as domésticas?

E - as que pode realizar e as caminhadas...

S027 - ah isso aí, sinto-me bem, de certa forma se é extra de casa, sinto-me bem...não é? // É sempre bom a gente chegar a casa...quando estive internada tava pessoas a chegar a minha cama, e isso aí é péssimo, a pessoa chega aquele limite e quer ir para casa. Não é? Não quer ficar em casa, mas... tudo o que eu faço extra sabe bem, pudesse eu fazer mais coisas, não é, extra casa...não é?

Comentário [s485]: S027-5-52

E - portanto gostaria de poder fazer mais para além...e mesmo os recursos a impedem de não ter os recursos para...

S027 - é isso, é isso...também faz falta, qualquer coisa que aparecesse, ou uns hobbies quaisquer, não sei, ou trabalhos manuais, não sei bem o quê, ou alguma ginástica que eu pudesse fazer...pronto...

Comentário [s486]: S027-4-53

E - não se sente satisfeita de todo com as tarefas domésticas, mas com as caminhadas é algo que a deixa satisfeita.

S027 - sim...a pessoa deita-se...vê o...se for à praia vê o mar, que eu gosto muito...e de campo...faz sempre bem não é...porque depois é tudo uma rotina..hospital casa...se tiver rotina e tudo que seja para sair dessa rotina um bocadinho também faz bem.

Comentário [s487]: S027-4-54

E - isso pode ser encarado como uma estratégia..

S027 - sim, pode, pode, às vezes nem é preciso muito para aliviar um bocadinho essa tal rotina da doença também faz bem. Ou dar uma caminhada ou andar ou ver outras coisas, sei lá...

Comentário [s488]: S027-5-55

E - e dona (...) se tivesse que classificar a sua capacidade física numa escala de 0 a 10, em que 0 é uma capacidade física muito reduzida e 10 é uma capacidade física, portanto muito intensa. Não é Onde é que a dona (...) acha que se situa a sua capacidade física nessa escala?

S027 - (...) é um 6 talvez, não estava a trabalhar a 100% não estava a 50, mas a 60 prai...

E - quer dizer que de vez em quando passa pelo salão e faz qualquer coisa...

S027 - Agora não tenho feito, porque...também e depois com a quimio...ficamos um bocadinho mais...e os glóbulos brancos também desceram e fiquei com a imunidade um bocadinho...(...) ha cabeleireira com as lacas e produtos também pelas pessoas, não é, não convém muito. // Agora estou a ver mais um tempinho a ver começo... à espera disto, se faço fisioterapia se não faço, como é que é...e o mais depressa possível começar o tratamento. Agora ainda tou de baixa, mesmo tando de baixa experimentei, experimentei trabalhar. Não posso trabalhar de baixa, mas para saber se posso ou não posso.

Comentário [s489]: S027-5-56

Comentário [s490]: S027-3-57

Comentário [s491]: S027-4-58

E - para ver como é que estava...

S027 - pois para ver como é que estava, ainda me aguentei, assim umas...mas depois...em quinze dias fui bastantes vezes, mas depois fiquei também um bocado doente, apanhei um fungo na garganta, que penso que é normal, com os químicos da quimio também. Mas pronto, isso já passou, agora estou a espera por causa do ombro que é a tal dor, que...me preocupa mais.

Comentário [s492]: S027-4-59

E - e que a tem limitado a trabalhar...

S027 - pois, pois...

E - obrigado pela sua colaboração!

Entrevista S031

Data de nascimento: 17.06.1933 (75 anos)

Sexo: Feminino

Historia clínica: Neoplasia do recto (2007); cirurgia (2007); Radioterapia e Quimioterapia

E - Dona (...) neste momento apresenta alguma dificuldade, alguma incapacidade física?

S031 - sim, bastante incapacidade física // sobretudo desde que fui operada, fiquei ostomizada, é muito desagradável. Fiquei mais fraca, não só naturalmente por causa da operação // , mas, também os tratamentos que estou a fazer, há muito tempo, eu estou há 6 meses a fazer praticamente quimioterapia sempre. E fiz radioterapia, durante...simultaneamente com a quimio, durante 32 dias, que me deixou muito ir abaixo. A minha hemoglobina desceu não é, vim com 14, estou com 9,1 e, sinto-me mais cansada, mais desequilibrada, tenho dificuldade em andar, ando de bengala, em casa ando agarrada aos móveis. // E sinto-me realmente fraca e debilitada não é? Parece que é normal no estado em que me encontro da doença não é? Não só pela doença oncológica, mas pelos efeitos secundários que estão a ser difíceis de suportar, mas pronto, vou aguentando.

Comentário [s493]: S031-1-1

Comentário [s494]: S031-2-2

Comentário [s495]: S031-2-3

Comentário [s496]: S031-1-4

Comentário [s497]: S031-3-5

Comentário [s498]: S031-1-6

E - portanto a nível da incapacidade física em si, não é, considera a limitação em caminhar, dificuldades em andar, não é? E também a nível dos sintomas que está a sentir neste momento, mais fraqueza...

S031 - mais fraqueza e sobretudo as dores, porque me apareceu uma ciática uma dor que tenho há cerca de 3 meses, uma dor ciática. // Que eu deduzo, que...como já...os médicos que me perdoem, mas deduzo que tivesse sido da radioterapia, porque é naquele local, onde levava a radioterapia, que começou esta dor ciática que tem sido muito dolorosa. // E é...aaaa, que agora neste momento, devido a um grande tratamento que estou a fazer a ciática, estou levemente melhor, mas tem sido difícil.

Comentário [s499]: S031-1-7

Comentário [s500]: S031-2-8

Comentário [s501]: S031-1-9

E - dona (...) e o que pensa acerca da sua incapacidade física?

S031 - o que penso em que termos?

E - o que costuma pensar?

S031 - no futuro?

E - o que pensa sobre a sua incapacidade física, o que costuma pensar sobre isso?

S031 - o que penso, é difícil explicar o que penso. Penso que eu sou uma pessoa com um bocadinho de força, penso que tenho muita confiança nos médicos, muita // Tenho uma leve esperança que vou melhorar. Não que me vou curar totalmente da doença oncológica, porque essa infelizmente parece que não tem, não tem cura, ainda. Em todo o mundo parece que ainda não se encontrou a cura. Mas tenho esperanças de dias melhores, ou de se prolongar a vida mais uns dias, ou mais uns meses, ou mais uns anos se for possível, com alguma qualidade de vida. E é aí que eu tenho muita confiança nos médicos. E é este o meu pensamento do dia de amanhã, penso sempre que o amanhã vai ser melhor que hoje. Isso é um bocadinho de força que eu tenho interior.

Comentário [s502]: S031-1-10

Comentário [s503]: S031-1-11

Comentário [s504]: S031-1-12

E - portanto, em relação à incapacidade física em si, quer dizer, sentir-se limitada hoje, pensa que no futuro pode vir a melhorar, estar menos incapacidade, que se vai mantendo, mas pode diminuir.

S031 - não, eu penso que no futuro vou melhorar. É essa a confiança que eu já disse que tenho nos médicos. Eu penso que no futuro vou melhorar, tenho assim um fiozinho de esperança que vou melhorar, não é curar, mas infelizmente parece que não há cura. Mas tenho esperanças que vou melhorar. Ainda tenho mais cirurgias para fazer, penso que mais 3, que estão programadas, não ainda em datas certa. Duas ao fígado, visto que estou com problemas também no fígado, a operação que fiz foi aos intestinos e por isso é que fiquei ostomizada. Vão novamente colocar-me o intestino no seu lugar, vão tirar o saco na altura própria, já o tenho há seis meses. No fundo há um sofrimento mais psicológico, do que de dores, do que físico. Mas não tenho datas ainda para as próximas cirurgias claro que tou com receio, mais três cirurgias, tenho 75 anos, claro que estou com receio. Tenho momentos em que penso que não é muito provável que eu vá aguentar. Mas por outro lado tenho um fiozinho de esperança que vou melhorar.

Comentário [s505]: S031-1-13

E - dona (...) como se sente ao perceber essas limitações físicas, como é que se costuma sentir face, portanto, às limitações, às dificuldades físicas, à incapacidade física? Explique um pouco como se sente?

S031 - tento ultrapassá-las... da melhor maneira, tento arranjar maneiras, tento logo soluções para as ultrapassar com o mínimo sofrimento. Mesmo na minha...a mexer-me em casa, eu tenho muito cuidado, a deslocar-me tanto na rua como em casa. E esses cuidados dão-me esperanças que vou melhorar um bocadinho...com muito cuidado e tratamento vou tendo esperanças no dia de amanhã.

Comentário [s506]: S031-4-14

E - são coisas que costuma fazer para contornar as dificuldades físicas...

S031 - ai sim, estou sempre a contorná-las. Tento sempre contorná-las para não ser tão difícil não é. Tento sempre maneiras de contorná-las para não sofrer tanto. Porque o sofrimento está cá, não é?

Comentário [s507]: S031-4-15

E - e o que costuma fazer para as contornar?

S031 - tento sempre a maneira mais fácil. Como por exemplo, quando preciso de passar uma blusa para vestir, quando preciso de passar uma blusa a ferro, não estou de pé, sento-me e passo a blusa a ferro sentada. Isto é uma maneira de contornar para conseguir passar a blusa a ferro para ir para a rua com ela em condições. Não é? Não passo a roupa da casa, nem lençóis nem roupas grossas, porque não tenho forças para isso. // Para isso tenho uma pessoa amiga que tem a chave da minha casa e que vai me la dar uma ajudinha aos meus bens diários e a trazer umas compras da rua, vai-me dar uma ajudinha quase todos os dias. Mas contorno assim desta maneira. Este exemplo da tábua de engomar como exemplo.

Comentário [s508]: S031-4-16

Comentário [s509]: S031-3-17

E - são estratégias que utiliza...

S031 - pois, são estratégias que utilizo, não é? E quem diz essas, estou a descascar, a arranjar a alface para o meu almoço, a descascar batatas, tou sentada, em vez de estar de pé, estou sentada no banco da cozinha enquanto estou ali a descascar as batatas. Para eu comer, seja o que for, eu encontro maneira de ser mais fácil. Não é?

Comentário [s510]: S031-4-18

E - e dona (...) quais são as causas que atribui à sua incapacidade física?

S031 - As causas...as causas... foi, foi o tumor que me apareceu, foi o tumor, não é? Foi a dai que comecei com esta incapacidade. Foi a descoberta do tumor no intestino que infelizmente já me contagiou o fígado, tenho várias metástases no fígado e também já um nódulo no rim esquerdo. // Portanto, o meu futuro não é muito risonho, mas lá está eu vou tentando dia a dia contornar para que os dias sejam mais fáceis. Não é? E que eu possa levar da melhor maneira. Vou tendo ainda esta coragem e espero continuar a tê-la. // Conto com a sua ajuda e com a ajuda dos médicos e todos me têm ajudado felizmente.

Comentário [s511]: S031-2-19

Comentário [s512]: S031-2-20

Comentário [s513]: S031-2-21

E - portanto esse apoio também é importante, uma forma de contornar essa dificuldade..

S031 - é muito importante, é muito importante o apoio. Muito importante, eu costumo dizer, não me dêem nada mas digam...não me dêem nada mas façam-me um gesto, não me dêem nada mas façam-me um gesto...e os gestos que eu tenho recebido aqui no IPO tem sido extraordinários, desde as mais altas individualidades, individualidades quero-me referir aos chefes de equipa de cirurgia e assim ao empregado mais simples que me serve o chá ou o cafézinho, quando estou...pronto...todos tem sido realmente tão bons, tão bons para mim. E esse apoio aqui tem sido muito, muito bom. Porque se eu tivesse sido mal tratada...não é maltratada clinicamente, maltratada por palavras, por má cara, e isso magoa um bocadinho. Mas não...as pessoas não sei porquê, deve ser da profissão que têm...têm sempre um sorriso...e esse sorrisinho...eu penso que não é forçado, já está tão...na vossa mente, quando se dirigem a um doente já trazem o sorrisinho...e esse sorrisinho transmite-nos confiança, bem-estar...fantástico. Eu tenho aqui senhoras que tratam de

mim...que me dão assim um abraço, eu nem sei explicar o que sinto naquele abraço. Senhoras que há meia dúzias de meses eu não conhecia de parte nenhuma. Mas eu sinto que naquele abraço há uma...há uma ternura...há uma transmissão de...de a...de amizade. Eu, eu nem sei muito bem explicar o que é que eu sinto. Sinto uma emoção, que as pessoas são fantásticas. A maior parte das pessoas neste hospital são...fantásticas. A tratar dos doentes, e isso é muito importante para o doente, sobretudo para os doentes oncológicos, para todos os doentes, mas para os doentes oncológicos, porque é uma doença que os deita muito abaixo. Não é? A todos os níveis.

Comentário [s514]: S031-422

E - hum hum...dona (...) e quais são as consequências da incapacidade física na sua vida?

S031 - ...as consequências? ... As consequências... é não poder sair, é não poder fazer as coisas que fazia, ir a casa das minhas irmãs, a casa da minha família, ajudava-os na lida da casa. As minhas sobrinhas que são muito queridas, mas pronto, vão trabalhar de manhã e vêm à noite, mas eu por mim ia para casa delas, eu ajudava-as a passar a roupa a ferro, para as ajudar, quando chegavam já tinha a roupa passada. Eu fazia-lhes o almoço, para quando chegassem para almoçarem terem a mesa posta e o almocinho deles pronto. E assim sucessivamente, eu ia para casa dos meus sobrinhos, e sentia-me com saúde. E então como sou reformada, e na minha casa vivo sozinha, infelizmente o meu marido faleceu e não tenho filhos e logicamente não tenho netos não é. A minha família, são os meus sobrinhos. Tenho irmãos, graças a Deus ainda, mas são todos mais velhos e tão ou mais doentes do que eu, de maneira que, a elas também dava muito apoio, às minhas irmãs, uma também anda de canadianas, a outra tem um princípio de Alzheimer infelizmente já um bocadinho adiantado. Portanto eu era a ajuda delas, eu era o braço direito delas, e até das minhas sobrinhas que são empregadas, e eu as ajudava. Agora estou incapacitada para isso, não posso ajudá-las em nada, não é? E essa é uma das consequências da incapacidade não é? // E não só, eu saía, desde que telefonava, ia ter com colegas íamos tomar um chazinho à tarde, um grupo de colegas, íamos conversávamos, recordar a nossa vida, tivemos trinta anos no mesmo trabalho, foi a minha segunda família foram os meus colegas, éramos um grupo fantástico, que nos demos sempre muito bem dividíamos os dias bons e os maus todos uns com os outros. E isso foi uma fase muito boa da minha vida, enquanto estive empregada, o contacto com estes colegas. Que agora...são elas que me telefonam a saber se estou melhor, são elas que me deixam mensagens, são elas, que...tem sido impecável...lá está, estou a ...colhe, eu semeiei alguma coisa, pouquinho, mas estou a colher muito // Eu até mesmo nestes colegas, aquelas que tinham familiares doentes, ou que tinham uma filha doente, um bebe que precisava... eu ia para casa delas, ajudava-as. Mas agora não posso, consequências da minha incapacidade, e eu ia sair com elas, ia // ah!...e principalmente as minhas caminhadas a pé...eu fui sempre uma mulher de caminhadas, eu nunca gastei um tostão, também porque não podia, não tenho nada contra os ginásios, mas eu fiz sempre todos os exercícios físicos, e sobretudo as caminhadas. Eu todos os dias há muitos anos que eu fazia, mesmo quando eu estava empregada, fazia uma hora de manhã e uma hora à tarde. As vezes já depois de jantar eu ia fazer a minha hora de caminhada, fazia rua abaixo, rua acima. Hoje estou incapacitada de fazer as minhas caminhadas, por várias coisas., infelizmente

Comentário [s515]: S031-23

Comentário [s516]: S031-24

Comentário [s517]: S031-25

Comentário [s518]: S031-26

E - parece-me que não poder atender às necessidades do outro, parece que é uma grande consequência, que para si...

S031 - devido à falta de saúde que tenho. Porque eu reformada como estava, a minha vida na minha casa, eu não trabalhava, como tinha saúde, a doença ainda não me tinha aparecido, não precisava de ninguém, nem que me ajudasse a passar a ferro, nem que me ajudasse a limpar o chão. Então tinha muito tempo livre para ajudar os meus familiares que

precisavam, não é? Hoje não tenho disso, não tenho essa capacidade, não os posso... não posso fazer as minhas de casa, as minhas, nem quanto mais ir ajudá-los, não é?

Comentário [s519]: S031-3-27

E - Dona (...) que actividades pode realizar que exijam um esforço físico mais moderado, mais leve?

S031 - as actividades... são muito poucas, desde que esteja sentada, mas não muito tempo porque a dor ciática é constante, eu de pouco em pouco tempo tenho de mudar de posição para ver se eu sinto algum alívio na dor ciática, portanto, estar sentada // o que eu posso fazer sentada, ler, é o que eu faço na maior parte do meu tempo. Pois eu sempre gostei muito de ler. Toda a minha vida desejei reformar-me para poder ler, ter tempo para ler. E tenho tido muito tempo e agora então ainda tenho muito mais e infelizmente tenho mais tempo ainda. Infelizmente por não poder trabalhar por não poder fazer as coisas da casa e ocupo mais a ler. E faço uns tricots, umas rendinhas, para ocupar o tempo para não tar sempre a pensar no mesmo.

Comentário [s520]: S031-4-28

Comentário [s521]: S031-5-29

E - e essas actividades que pode realizar, sente-se satisfeita com essas actividades?

S031 - ai sim, sinto-me satisfeita // porque desvia-me o pensamento da parte mais drama, porque esta doença é um drama. desvia-me mais um pensamento, e sobretudo porque quando estou a ler, sou transportada para outro lado. Para outra vida, para outra coisa, sou transportada para o livro para o que esta a passar naquilo que estou a ler. Estou a sentir que o tempo está a passar sem pensar no sofrimento, e até me alivia o sofrimento.

Comentário [s522]: S031-5-30

Comentário [s523]: S031-5-31

E - e o que pensa sobre as actividades que pode realizar, o que pensa sobre elas?

S031 - se são boas ou más? As minhas actividades são muito poucas, são poucas, como já referi. A actividade na casa é pouquinho...

E - sim, mas são actividades que pode realizar, que é bom não é?

S031 - consigo por o tacinho no fogão, e por la o meu peixinho a cozer, consigo grelhar o meu bife, consigo...

Comentário [s524]: S031-5-32

E - são tudo actividades, são tudo actividades...

S031 - são actividades... lavo depois o meu prato e o meu copo, também... são actividades muito ligeirinhas, mas essas vou fazendo, não é?

Comentário [s525]: S031-5-33

E - e como se sente ao realizá-las?

S031 - ai sinto-me muito bem, sinto-me bem // E dou sempre graças a deus por ainda conseguir fazer essas, pequenas, actividades. Ainda dou graças a deus, sempre por conseguir // Por exemplo custa-me muito a fazer a cama, mas muito mesmo, por estar curvada, custa-me mesmo a cama, e quando acabo de fazer e ponho a colcha, ai graças a deus que consegui fazer a cama. É uma actividade um bocadinho difícil // normalmente essa minha amiga que me vai lá ajudar, às vezes quando ela chega já tenho a cama feita, diz, ai porque é que já fizeste a cama eu vinha-te ajudar. Porque eu assim sinto-me com mais coragem com mais força, de vez em quando fico sozinha a fazer para ver se ainda consigo, portanto estou a puxar a mim própria as forças. Não é? // Mas que me é difícil, mas fico satisfeita no fim vi que consegui fazer a cama. // Embora fique dorida, tenho que me ir logo sentar um bocadinho e esticar as pernas no sofá. pois se ficar um bocadinho em pé mais, começa-me a inchar os pés e as pernas, sobretudo a perna direita. Por isso quando ando mais um bocadinho em pé com essas lides da casa, de quando em quando, de pouco em pouquinho tempo tenho de esticar as pernas no sofá ou levá-las para ficar mais altas, para poder desinchar.

Comentário [s526]: S031-5-34

Comentário [s527]: S031-5-35

Comentário [s528]: S031-5-36

Comentário [s529]: S031-5-37

Comentário [s530]: S031-5-38

Comentário [s531]: S031-5-39

E - e dona (...) para terminar, se tivesse que classificar a sua capacidade física numa escala de 0 a 10, onde é que a dona (...) acha que se situa, portanto nessa escala?

S031 - é muito difícil... é muito difícil eu classificar-me... muito difícil... aaaaa... psicológico?

E - A sua capacidade física.

S031 - Ah, a minha capacidade física...a minha capacidade física...3...(...) porque são essas pequeninas coisas que eu já citei..grelhar o bifinho, cozer a batata, lavar o prato, coisinhas pequeninas, que eu me sinto ocupada e me sinto satisfeita por conseguir faze-las // Mas por outro lado, não consigo ter um número mais alto porque todas as outras são...mesmo que eu tente fazer outras, é com muita dificuldade.

Comentário [s532]: S031-5-40

Comentário [s533]: S031-3-41

E - depende do...grau de esforço que tem para cada...

S031 - depende do grau de esforço, exactamente, exactamente...há pormenores que eu mesmo nos primeiros meses da doença eu fazia diariamente e que já deixei de os fazer, portanto não consigo por mais do que 3, não consigo por mais do que 3, sinceramente, é um bocadinho reduzido.

E - dona (...) muito obrigado pela sua colaboração!

Entrevista S035

Data de nascimento: 11.08.1931 (77 anos)

Sexo: Masculino

História clínica: Colenocarcinoma da sigmoideia (2003); Cirurgia (2003); Qumioterapia e Radioterapia; Metastização óssea (2006)

E- senhor (...) neste momento apresenta alguma dificuldade, alguma incapacidade física?

S035- ora bem, eu neste momento sinto-me de facto bastante inferiorizado em como eu era // tenho muita...pronto, praticamente, dificuldade é total. // No andar, tenho muita dificuldade // canso-me e praticamente não posso fazer nada...não sou capaz, não consigo. // Realmente alguma coisita que vou fazendo é com bastante dificuldade, e sempre com ajuda. Por exemplo, eu antigamente era capaz de subir para cima de uma cadeira para fazer qualquer coisa não é? Hoje, praticamente sou, às vezes tem que a minha mulher ajudar-me. // Pronto, praticamente, a dificuldade para mim agora neste momento é total, é total.

Comentário [s534]: S035-1-1

Comentário [s535]: S035-1-2

Comentário [s536]: S035-3-3

Comentário [s537]: S035-1-4

Comentário [s538]: S035-3-5

Comentário [s539]: S035-1-6

E - portanto tem dificuldade ao nível...de não ter força nas pernas, não é? É essencialmente essa dificuldade.

S035 - pois, e principalmente esta perna, não consigo levantar // E quando não tenho assim dor, incha-me e depois disto inchado, isto parece uma pedra, não está bem, mas parece uma pedra e devido ao inchaço, e como isto está um bocadinho dormente, tenho aqui a dor, tenho aqui uma dor que é insuportável. Tirando isso, não tenho mais dores nenhuma, quer dizer até o tratamento que ando a fazer...a fala, não é a minha fala. Eu nunca tive problemas assim, pronto, em falar, problemas realmente, sei lá, por exemplo, no trabalho, eu e mais...eu num sector, e o outro...pois era três sectores no emprego e cada um correspondia a um, e então havia, vamos ver, antigamente, não...era com ordens na sala de comando, estávamos com um grupo e tínhamos muita, muita coisa, muitas máquinas, muitos motores, muita coisa, era tudo com comandos eléctricos, e agente é que tínhamos de resolver aquilo. Pronto, nunca tive dificuldades, era tudo correr para baixo, correr para cima, elevador para cima para baixo, enfim, suporrei isto durante 24 anos não foi? (fala com a esposa para confirmar, a esposa, diz que foi mais). Pronto, cheguei a um ponto em que não sei porque não

Comentário [s540]: S035-3-7

Comentário [s541]: S035-1-8

sai por não conseguir fazer isto ou fazer aquilo, sai porque o tempo que eu tinha de empresa dava para me reformar. E nessa altura reformei-me embora os colegas dissessem...é pah para mim já chega e ia-me embora não é, o que eu ganhava era praticamente o mesmo, o que é que eu ficava a fazer, vim-me embora, pois...

E - senhor (...) resumindo, as suas dificuldades são o cansaço, não é, neste momento, o cansaço...

S035 - neste momento é...

E - e a falta de força também...

S035 - eu vou experimentar ir daqui para a estação, vou com grande dificuldade, mas vou, vou tentar, vou experimentar // canso-me agora bastante, já em casa eu, as escadas tenho de as descer degrau por degrau, e para subir então...nem queira saber..

Comentário [s542]: S035-4-9

Comentário [s543]: S035-3-10

E - custa mais...e senhor (...) o que pensa sobre essas dificuldades físicas? O que é que costuma pensar sobre isso?

S035 - oh, tanta coisa, penso tanta coisa...penso que a minha mulher neste momento vai tendo forças para me ajudar, agora quando ela realmente chegar, por exemplo, já nem digo chegar ao ponto como eu agora me sinto, isso é que vai ser um problema, vai ser um problema grave. É certo eu penso que não chegarei lá, e penso, que ela, pronto...não vou chegar à altura de ela não poder ajudar-me a fazer...pronto, praticamente é ela que, pronto, eu agora estou nas mãos dela, porque não sou capaz de fazer nada e isso custa-me bastante, e penso que não vou ser capaz de chegar a esses pontos, vamos lá ver quando é que vou...quanto tempo é que vou durar...até ela me puder ajudar, e isso, pois é assim...

Comentário [s544]: S035-1-11

E - senhor (...) como se sente quando está mais limitado, quando se sente limitado com essas incapacidades?

Como se sente?

S035 - Triste, triste, sinto mesmo muito triste // Não poder fazer qualquer coisa, para mim...uma coisa que eu gostava muito de conduzir, no meu ponto de vista quase me proibiram. // E eu, gostava tanto de ver aquilo do meu filho, já lá não vou, sei lá...há semanas, há meses...meses. Ir lá chegar e praticamente voltar isso para mim não é nada. e depois tenho dificuldade de dar a volta. Fazer as árvores, não é, as árvores começam em flor e a dar os frutos e a amadurecer e estragar. E eu nem tenho coisa para ir visitar isso, (não se percebe bem, está a explicar como se trata as árvores). já lá fui várias vezes, várias vezes que eu já lá tenho ido e não fazer nada...começo a pensar, o que eu era e o que...

Comentário [s545]: S035-1-12

Comentário [s546]: S035-3-13

Comentário [s547]: S035-3-14

Comentário [s548]: S035-1-15

E - o senhor (...) tenta sempre insistir e voltar lá, sempre a tentar, não desiste...

S035 - sim, eu continuo não é, mas...a bem dizer, por exemplo com um colega, colega e amigo, e...no fundo da família, ir (não se percebe) eu às vezes ia com eles e agora...não sou capaz como antigamente, mas mais pelas (...) mais pelas (...) porque o tractor no carro, são eles a levá-lo, eu chego lá, dou uma voltinha, e depois sento-me, o tempo lá estou, não é pelo tempo que estou sentado, convém dar uma voltinha, não é, (...) não tenho lá problemas em que possa cair, passo o tempo lá sentado à sombra das amoreiras, e é assim.

E - senhor (...) quais as causas que atribui a essa incapacidade física, o que acha que causou?

S035 - ah, então, foi a doença, pá, foi a doença // Eu se não tivesse esta dor nesta perna, eu andava não é, antes andava que, ia para casa do filho, andava lá numa tarde. Ainda nessa altura não tinha dificuldade em subir as escadas, não tinha mesmo.

Comentário [s549]: S035-2-16

Comentário [s550]: S035-3-17

E - só depois de ficar doente...

S035 - como?

E - só depois de ficar doente? (a esposa refere: depois de ficar ainda passou muito tempo até ter o problema na perna)

S035 - esta dor, esta dor, é que é horrível, a dor. A dor que eu tinha, partia daqui até aqui era para onde ela ia. Mas uma dor, que deixei de levantar o pé, não sei se foi alguma coisa que me deu, não faço ideia. Deve ter sido. A dor é que é horrível, é mesmo horrível. A partir daí, nunca mais fui...ah...nunca mais fui eu, a partir daí. E claro, e depois, a doença, a doença. // Porque com medicamentos com coisas que me tem dado para tomar, é pá, acredito que algumas façam bem mas outras façam mal, não é? Porque realmente ando a tomar certos medicamentos que eu vejo que, tira-me a fala praticamente, de manhã fico atordoado, e que não posso tar muito tempo em pé, tenho que sentar-me que as pernas...e isto... pronto, sinto-me desequilibrado.

Comentário [s551]: S035-2-18

Comentário [s552]: S035-3-19

Comentário [s553]: S035-2-20

Comentário [s554]: S035-2-21

E - sente portanto que a medicação tem alguns efeitos que também o limitam, efeitos secundários ou alguns sintomas que o limitam?

S035 - sim...eu acredito que os medicamentos que ando a tomar...para já este inchaço na perna, que tem prejudicado bastante nesse aspecto e a fala que...e não tenho...pronto, as vezes estou na casa de banho, estou a pentear-me ou a fazer qualquer coisa, tenho de ir com as mãos, porque parece que as pernas que não aguentam com o corpo. Olhe é assim, é assim, é assim a vida, é uma tristeza mas pronto.

Comentário [s555]: S035-2-22

E - senhor (...) e quais são as consequências dessa incapacidade física na sua vida?

S035 - as consequências...as consequências é que, pronto, não posso fazer nada. E isso para mim, *tchi*, praticamente parte da minha vida é revoltado // Porque quem fazia tanta coisa, e que praticamente deixei de fazer de um momento para o outro, isso custou-me bastante, mesmo muito, muito mesmo, mesmo muito, é a vida.

Comentário [s556]: S035-3-23

Comentário [s557]: S035-1-24

E - E o que costuma fazer para contornar as dificuldades físicas?

S035 - ...o que eu costumo fazer...praticamente, praticamente agora, os tratamentos que me estão a dar, e quer dizer, praticamente...faço às vezes...fazer qualquer coisa para me distrair, mas... não é coisa de... // e às vezes que quero pegar num alicate, e não consigo não é? Por exemplo, agora...por exemplo, substituir uma lâmpada ou coisa assim tinha de subir escadote, tem de ser. // Às vezes a minha mulher ou os filhos, que tem de fazer o que eu fazia tanta coisa desse género, quer dizer e deixei praticamente de fazer as coisas, não posso fazer as coisas, tem de ser os filhos a fazer as coisas, pois é.

Comentário [s558]: S035-5-25

Comentário [s559]: S035-3-26

Comentário [s560]: S035-3-27

E - portanto conta com a ajuda de outras pessoas para conseguir contornar...

S035 - sim...

E - por exemplo quando se sente mais cansado o que faz nessa altura?

S035 - olhe, faço nessa altura quando estou mais cansado, tenho de me sentar ou deitar ou qualquer coisa assim do género, porque canso-me muito. Eu às vezes vou à rua para arejar um bocadinho // e às vezes quero ir para a garagem, preciso de fazer alguma coisa na garagem, eu já sinto muita dificuldade em ir à garagem. Que era uma coisa que eu, pronto, praticamente, havia dias, todos dias que passava tarde nas garagem a fazer isto ou a fazer aquilo, com, com um bocado de dificuldade, e agora, agora é mesmo dificuldade total. Depois de ter ido à garagem eu vi que tinha lá muita coisa para arrumar, muita coisa, para...pronto, para deitar fora inclusivamente. A minha mulher está farta de me dizer, e os meus filhos também, e a vida deles também não permite, ir para lá ajudar-me a arrumar aquilo, não, às vezes é eles não poderem não terem tempo. Porque aquilo para arrumar lá, as coisas, que tenho sempre guardado, agora não é preciso, mas passado algum ou outro dia pode haver coisas que eu tenho lá possam servir, eles são pessoas para me

Comentário [s561]: S035-4-28

Comentário [s562]: S035-3-29

ajudar nesse aspecto, mas... estão muito limitados, quer dizer, não tem vagar. A minha mulher diz, qualquer dia vou eu começar a arrumar isso tudo. Mas ela não tem hipótese, ela é capaz de ajudar nesse aspecto, oh só se eu estiver ao pé dela. E disser que isso não presta, ou deixa tar isso, que depois pode vir a servir. Mas a vida que ela tem... não permite que ela vá lá para a garagem, fazer aquilo, embora eu não possa fazer, é que não posso mesmo, não é. Eu tenho lá, já muito antigo, vinhos, tenho lá garrafas quando é preciso para uma coisa qualquer, já pensei ir lá buscar uma garrafa ou duas como é muito antigo para ver, como é muito antigo. Antigas para ver como está. As garrafas foram cheias e foram seladas, como foram seladas, para além de serem velhas não estão estragadas não. É assim olhe...

E - senhor (...) e que actividades pode realizar que exijam um esforço físico mais leve, mais moderado? Pequenas actividades que realize e que pode realizar?

S035 - ora bem, eu realmente há coisas que eu tenho para fazer e idealizo...tenho lá um candeeiro que comecei a pensar fazer um candeeiro de pé e que ficaria muito bonito. Quer dizer tenho lá as coisas, mas estão muito encostadas. Eu idealizar, idealize, agora falta-me fazer uma base que já a tenho, agora é só preparar aquilo, para, levar uns vazinhos ou qualquer coisa assim do género, para encher aquilo de cimento, para ficar pesado. Isso está idealizado, estou a pensar em conseguir fazer aquilo, e não sei quando, isso aí, se eu chegarei...mas, mas realmente, estou convencido que depois de feito fica muito bonito. Pronto é isto. E tive uns passarinhos em que investi muito, cheguei a ter ai uns 27 canários, ou mais (...). Agora tenho lá estes dois passarinhos, (...) e então só fazem barulho terrível, de manha fazem barulho terrível, pronto, entretenho-me a limpar a gaiola, a dar-lhes comida. E pronto, que é que faço mais, quando venho lá daquilo do filho, eu acho que já lá não faço nada, só com um regador de agua, aqui e acolá. É so isto, e é assim...

Comentário [s563]: S035-5-30

E - pode fazer trabalhos manuais, com que se entretém...não é, e também cuidar dos pássaros.

S035 - sempre fiz muito, sempre fiz muito...tantas coisas, já não me lembro, mas a minha ideia também...já não me lembra, fiz qualquer coisa ontem, acho que foi o livro, (a esposa falou na restauração de livros antigos), não foi so o livro, que eu recordo-me de fazer outra coisa, eu acho que foi outra coisa qualquer. Já não me lembro

Comentário [s564]: S035-1-31

E - senhor (...) e o que pensa sobre essas actividades, as pequenas actividades que faz, os trabalhos manuais, o que pensa sobre essas actividades?

S035 - olhe, penso que as minhas pernas é que me deviam de ajudar, se me ajudassem, isso não tinha nada a ver. E muita coisa fazia...

E - fazia muito mais do que aquelas que faz não é, como se aquilo que faz não lhe chegasse...

S035 - Hoje já não fazia mais do que o que eu tenho feito // Porque eu fiz 3 ou 4 móveis lá em casa, o resto está feito, eu fiz, foi muito, muita coisa, muita coisa. Fiz um armário para a cozinha, um frigorífico, eu sei lá o que é que eu fiz, restaurei uma cama, que agora para arrasta-la...fiz um móvel onde está miniaturas, sei lá o que, um móvel grande, fiz um móvel para a colecção de medalhas, relógios e colecções que ela lá tem muito linda, fiz uma estante para por os livros dela, está cheia a estante, para baixo e para cima, fiz uma secretária para a salinha de estudos, fiz mais um móvel grande que lá tenho, pronto, todas aquelas coisas que existiam, que existiam quer a maquina de lavar que às vezes dava chatice lá tinha eu de desmontar aquilo, coisas eléctricas assim do género lá tinha eu de desmontar aquilo. Coisas eléctricas, por exemplo, como é que eu hei-de dizer, máquinas que eram precisas. Havia lá um, tínhamos lá uma máquina daquelas que tira água que não me lembra (a esposa diz termoacumulador), ou isso, e agora aquela que todos os dias usamos...(a esposa diz, a cafeteira eléctrica). (explica os procedimentos que usou para concertar a cafeteira), fazia tanta coisa, tanta coisa...

Comentário [s565]: S035-4-32

Comentário [s566]: S035-1-33

E - Agora ver que não pode fazer...

S035 - Eu fiz tantos trabalhos, e gostava ainda de fazer mais, eu fiz uma cómoda tão bonita, mesmo linda, dos trabalhos que eu fiz lá para casa, o melhor móvel que eu fiz é aquele. E ate em casa dos meus sogros eu fiz lá coisas que nem sei, nem sei, ate parece mentira.

Comentário [s567]: S035-1-34

E - senhor (...) gostaria de me dizer como se sente neste momento ao realizar aquelas actividades que pode fazer, esses trabalhos, mesmo que sejam poucos, como se sente ao realizá-los?

S035 - sinto-me bem, // isso...dá-me mesmo gosto alguma coisa que vou fazendo, e procuro fazer, embora com dificuldade, como já disse, com grande dificuldade, e coisas que me apareçam realmente para fazer, isso procuro sempre fazer, sempre. // E mesmo agora não, quando alguma coisa aparece, não desisto, de procurar a melhor maneira como fazer isto e não desisto de fazer.

Comentário [s568]: S035-5-35

Comentário [s569]: S035-5-36

Comentário [s570]: S035-4-37

E - sente-se satisfeito?

S035 - sinto, mesmo, mesmo bem // Faço, embora com um bocado de dificuldade, um bocado de dificuldade que é total, não é, mas mesmo com dificuldade total consigo ir fazer qualquer coisa. Muita coisa sou capaz de ainda fazer. Realmente que apareçam coisa, muitas ainda podem ser inventadas, mas há coisas realmente que aparecem no dia a dia, não é, e então, embora que com dificuldade faça e as procuro sempre. // Sinto me bem, não é sinto-me bem // Embora me doam as pernas, as pernas é que não ajudam. Se as pernas ajudassem, mas não ajudam. Se eu tiver mais tempo em pé a fazer isto ou a fazer aquilo tenho de me sentar porque me dói as pernas, a grande dificuldade é como digo, é as pernas, as pernas, embora as mãos, as mãos, não são aquelas que eu tive, porque para já apertar as mãos e a pegar em qualquer coisa, é com um bocado de dificuldade, mesmo com dificuldade. // faço qualquer coisa, faço sempre qualquer coisa.

Comentário [s571]: S035-5-38

Comentário [s572]: S035-4-39

Comentário [s573]: S035-5-40

Comentário [s574]: S035-3-41

Comentário [s575]: S035-4-42

E - senhor (...) e como, agora para terminar, como classifica a sua capacidade física numa escala de zero a dez, em que zero é uma capacidade física inexistente, e zero é uma grande capacidade física.

S035 - isso é para baixo dos cinco, ou dos quatro ou qualquer coisa do género

E - senhor (...) se tivesse de atribuir um número assim, mais em concreto, em específico, qual era o que dizia por exemplo nesta escala 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10. onde é que o senhor (...) está?

S035 - eh pah...

E - 10 é uma grande capacidade e zero é nula. Estou a pedir ao senhor (...) para dizer um número especificamente ...

S035 - eh pa...

E - disse que estaria abaixo do 4, não é...

S035 - estou, estou...

E - assim tem o 0, o 1, o 2, o 3...então nesta escala onde é que o senhor (...) se situaria?

S035 - ...o 3...

E - Apesar de todas dificuldades vai conseguindo manter algumas das suas actividades

S035 - exactamente, embora não seja totalmente, mas estou aqui dentro dos possíveis, penso...

E - portanto é aquilo que pensa, que julga, e que sente ser a sua capacidade, no 3 não é?

S035 - é..

E - por exemplo, em percentagem, 30%, de capacidade, acha que...?

S035 - não sei... (a esposa diz: aqui há tempos foi a uma inspeção medica e deram-lhe 80% de incapacidade)

E - e aqui é ao contrário...é a capacidade....

S035 - eu acho que...eu acho que...ainda é..

E - Acha que é muito?

S035 - **Eu acho que praticamente não sou capaz de fazer nada porque as pernas não ajudam, porque a base principal para mim é as pernas. As pernas, mas os braços e as mãos.**

Comentário [s576]: S035-1-43

E - portanto, à volta dos 3, dos 2/3, é isso?

S035 - sim, sim, anda aí à volta dos 3 ou dos 25%, acho que sim.

E - muito bem senhor (...) muito obrigado pela sua colaboração!

Entrevista S036

Data de nascimento: 30-10-1958 (50 anos)

Sexo: Feminino

História Clínica: carcinoma da mama direita (2001); metastases ósseas (2007); Quimioterapia e Radioterapia.

E - Dona (...) neste momento apresenta alguma dificuldade ou incapacidade física?

S036 - sim...

E - Que tipo de dificuldade ou incapacidade?

S036 - **é nas pernas // o andar...o movimentar-me // Cansaço, falta de força...**

Comentário [s577]: S036-1-1

Comentário [s578]: S036-3-2

Comentário [s579]: S036-1-3

Comentário [s580]: S036-3-4

E - as suas dificuldades são ao nível da mobilização das pernas...

S036 - sim...**e também dos braços...**

E - e ao nível dos braços, que dificuldades apresenta?

S036 - é também o cansaço e a falta de força.

E - Dona (...) o que pensa em relação a essas dificuldades...em relação à incapacidade física?

S036 - muitas coisas...

E - hum hum...

S036 - **muitas coisas malucas...terminar com a vida e acabar com tudo e não tenho como...Mas há outros momentos em que me sinto bem e esses pensamentos desaparecem, é só às vezes...**

Comentário [s581]: S036-1-5

E - e como se sente quando se depara com essas dificuldades?

S036 - ...**nervosa...nervosa e revoltada...**

Comentário [s582]: S036-1-6

E - portanto ao sentir que tem determinadas limitações em determinadas alturas a faz sentir mais ansiosa...

S036 - **sim...o querer fazer mais e não poder...**

Comentário [s583]: S036-1-7

E - Dona (...) quais as causas que atribui à sua dificuldade ou incapacidade física?

S036 - **é da doença...eu penso que seja da doença, é a passagem da doença...é derivado, derivado da doença...**

Comentário [s584]: S036-2-8

E - pensa que é devido, portanto, ao avançar do processo da doença?

S036 - sim, das coisas que a doença traz, é derivado da doença.

E - E quais as consequências que a incapacidade física tem na sua vida?

S036 - **Ai muitas, muitas...interfere muito porque eu podia trabalhar e nada disso já posso fazer.**

Comentário [s585]: S036-3-9

E - e como se sente quando pensa nisso?

S036 - **ao pensar nisso, tudo isso me faz revolta, não poder fazer as coisas.**

Comentário [s586]: S036-1-10

E - A dona (...) é reformada...

S036 - **sim sou derivado da doença não podia mais trabalhar.**

Comentário [s587]: S036-3-11

E - e o que costuma fazer para contornar todas essas dificuldades físicas devido à doença?

S036- ...não sei...

E - normalmente que estratégias utiliza para passar por cima dessas dificuldades físicas? O que costuma fazer?

S036 - **não sei...se calhar fechar-me no globo e esquecer // Ainda ontem com os nervos todos, fui para a cama chorar. E quando essas coisas me vem à mente fico perturbada.**

Comentário [s588]: S036-4-12

Comentário [s589]: S036-1-13

E - e o que faz depois para contornar os obstáculos?

S036 - **os obstáculos, é difícil de contornar e deixo-me ir abaixo, só quero ficar deitada e esquecer.**

Comentário [s590]: S036-4-14

E - Dona (...) e que actividades pode fazer que exijam um esforço físico mais leve, mais moderado?

S036 - ainda vou fazendo alguma coisinha, mesmo que pouco...**mas revolta-me sempre não fazer mais...**

Comentário [s591]: S036-1-15

E - gostaria de me falar das coisas que pode fazer?

S036 - **aaaaaaaa...lavar a loiça, fazer algum comerzito, faço a cama...também faço alguma costura e trabalhos manuais se conseguir fazer e essas coisas...**

Comentário [s592]: S036-5-16

E - Ainda são muitas actividades...

S036 - **Sim, mas quando tenho qualquer coisa que me perturbe já não me apetece fazer essas coisas...**

Comentário [s593]: S036-2-17

E - e por exemplo, quando consegue fazer essas actividades, o que pensa nesse momento?

S036 - penso que ultrapassei uma fase para melhor.

E - gostaria de me falar em que é que essa fase foi para melhor?

S036 - não sei...é porque secalhar já estou a melhorar naquele dia, aquele dia está melhor.

E - e como se sente quando realiza essas actividades?

S036 - ...sinto, sinto...que consegui ultrapassar uma fase difícil, ultrapassar uma fase muito difícil.

E - portanto, para clarificar, quando pode realizar as actividades, pensa que naquele dia estava melhor e sente que foi uma fase difícil que teve de ultrapassar...essa fase foi difícil porquê?

S036 - **porque às vezes custa fazer qualquer coisa e se não consigo fazer fico revoltada, mas se consigo é um grande esforço e por isso é difícil...**

Comentário [s594]: S036-1-18

E - e sente-se satisfeita com as actividades que realiza?

S036 - **sinto, sinto muito satisfeita. Gosto de ver as coisas feitas. E fico nervosa quando vejo que as coisas não estão feitas.**

Comentário [s595]: S036-5-19

E - portanto fica triste quando não consegue fazer as coisas, e nessas alturas sente que o melhor a fazer é descansar...

S036 - sinto que o melhor seria desaparecer e que só estou a dar trabalho // e não consigo ajudar tanto como ajudava antes o meu filho.

Comentário [s596]: S036-4-20

E - as actividades que pode realizar, de certa forma ajudam a distrair-se?

Comentário [s597]: S036-3-21

S036 - sim, isso sim, eu entrei para os trabalhos manuais depois da doença e ajuda muito.

Comentário [s598]: S036-4-22

E - portanto pode considerar que é uma forma de contornar outras dificuldades e limitações física?

S036 - sim, sim, é muito bom para não estar parada, porque quando fazemos coisas não temos pensamentos...

Comentário [s599]: S036-4-23

E - dona (...) se tivesse de classificar a sua capacidade física numa escala de 0 a 10, em que 0 é uma capacidade física reduzida ou inexistente e 10 é uma grande capacidade física, onde acha que se situa a dona (...)?

S036 - ...é no 3...

E - porque acha que é no 3?

S036 - porque mesmo que não consiga fazer tudo, ainda consigo fazer algumas coisas, mas é 3 porque essas coisas são pequenas e mesmo assim às vezes ainda custam a fazer.

Comentário [s600]: S036-3-24

E - porque diz que custam a fazer?

S036 - porque canso-me muito e não tenho força. Estive internada muito tempo e ainda estou a recuperar porque fiquei muito tempo de cama sem me mexer, e perdi força...é assim...

Comentário [s601]: S036-2-25

E - obrigado dona (...) pela sua colaboração!

(de salientar que esta paciente desde que ficou internada em Fevereiro de 2008 a Junho de 2008 ficou menos comunicativa, apresentando um discurso breve, revelando baixo *insight*. De referir também que a paciente ainda se encontra em recuperação desse período, segundo ela).