

## As mentiras piedosas em situações difíceis

Autora:

Amelia Astray San-Martín. Pediatra de Atención Primaria. Centro de Salud de Guadalix de la Sierra. Madrid.

**Tradução:** Susana Rocha.

**Palavras-chave:** mentiras, morte, sofrimento, verdade

Maria tem o diagnóstico de cancro de mama desde há 7 anos. Desde o diagnóstico, tem sido um calvário, com quimioterapia e tudo o que isso implica. Mas com os vaivéns normais da situação, ia-se controlando. João, o seu marido, está a seu lado, lutando por ela e por ele, para seguirem em frente.

Álvaro tem 11 anos e Jaime 8. Eles, os mais vulneráveis da família, mantêm-se num nível inferior. Ou seja, tanto Maria como João decidiram mantê-los à margem do que se passa. São pequenos e não queremos que sofram.

Mas as últimas notícias não são boas. Temos uma nova recidiva e aparecem metástases no cérebro. Às vezes Maria está aborrecida, pelos sintomas e pelo novo ciclo que está a receber. E apesar dos vômitos e do mal que se sente, dissimula perante as crianças para que não sofram. João, tristíssimo pela impotência que implica este novo revés, também dissimula e sorri com as crianças, para que não sofram.

E Álvaro e Jaime, ainda que sendo crianças, não são tontos, e também sorriem, fazem os seus trabalhos e os seus jogos o mais silenciosos que podem, porque compreendem que algo se passa. A mamã está doente há algum tempo, põe-se boa e põe-se mal, e logo volta a ficar mal. Então levam-nos a casa dos avós a passar o fim de semana, ou a casa dos tios, muito divertido porque ali deixam-nos fazer o que eles querem, porque este fim de semana, a mamã e o papá têm que fazer coisas.

E quase nem perguntam, porque compreendem essa tristeza que existe no ambiente de vez em quando. E gostariam de ir a correr ver a sua mamã e dizer-lhe que não esteja triste, que eles tratarão dela, ou dar-lhe um beijinho na ferida para que se cure, ou pedir ao pediatra que lhe dê um remédio e se ponha boa, ou dormir com ela na mesma cama porque têm um pouco de medo, ou ajudá-la na cozinha, ou ver televisão com ela, ou aproximar-se do seu pai porque também está triste, ainda que não pareça doente, e acompanhá-lo, ou dar-lhe a mão, ou pintar com ele um desenho... mas é melhor não, porque se o fazem, de certeza que ficam mais tristes, porque sabem que eles também sabem que a mamã está muito doente. É melhor dissimular e continuar a fazer as coisas sem se aproximarem demasiado.

Todo o mundo é vítima do silêncio, da conspiração do silêncio, e quanto mais dure, mais difícil será sair dela.

E assim passa o tempo. Tempo que não volta atrás, e ficam pelo caminho abraços, beijos, histórias, palavras, lágrimas, gestos, problemas perdidos... Para que não sofram uns e para dissimular outros, quando as lágrimas não são um sinal de debilidade, mas de humanidade. O importante é explicar-lhes às crianças a razão dessas lágrimas para que não se sintam responsáveis.

Apesar da angústia e da incerteza, há que dizer-lhes a verdade. Além disso, ao verbalizar o sofrimento, as crianças sentir-se-ão melhor, sentindo-se úteis.

Porque é que se deve falar? Porque a imaginação é pior que a realidade. Porque a vida em casa muda, não é a mesma, e começarão a interpretar a meias as tuas conversas, porque as escutam ainda que pareça que não ouvem. E é melhor que saibam por ti que por outras pessoas, para continuarem a confiar em ti agora e depois. Se não lhes falas, esses medos das crianças podem aparecer como agitação, ou agressividade, ou alteração do sono, ou da alimentação, ou na escola. São avisos que há que ter em conta, porque sendo reversíveis necessitam ser tidos em conta para que não se prolonguem. A realidade protegê-los-á dos efeitos péssimos do silêncio e da mentira dos seus pais.

Primeiro é necessário o próprio assimilar a notícia, com o fim de a transmitir de uma forma razoável. Melhor desde o princípio, com informações sobre a evolução progressivamente.

Responde às perguntas, estejas onde estiveres, no carro, no banho, ao jantar. Eles marcar-te-ão o ritmo da conversa. É bom que expressem a sua preocupação também, isso acalma a sua inquietude.

É preferível falar de melhoria que de cura, e não prometas algo que não dependa de ti ou não estejas certo de poder cumprir.

Perante a recaída, explica-lhes que todo o mundo está a fazer tudo o que se pode, mas as coisas não estão a correr bem. Assim podem começar a duvidar da cura total. A má evolução não os apanhará de surpresa.

Se a doença avança, e se esgotam os tratamentos activos,

alguma vez se colocará a questão da morte. Deve-se fazer de forma progressiva e será bom ter pensado nisso antes que ocorra.

Algumas crianças mantêm-se indiferentes perante a situação. Não é verdade, com certeza estão chocados. Não te afastes delas e pede-lhes autorização para falar de sentimentos.

Para uma criança pequena, de 1 a 3 anos aproximadamente, a morte equivale a partir. Associa-se mais ao terror de separação dos pais. Sobre os 4 anos estar morto equivale a estar adormecido. Até aos 5-6 anos pensam que morrer não é algo definitivo e que os seus pais podem protegê-los contra qualquer perigo, inclusive da morte. É uma etapa mágica para eles. Tudo é possível. A partir dos 6 anos a ideia da morte é cada vez mais real. São mais conscientes de uma morte próxima do que imaginam os adultos, por isso às vezes evitam falar disso com os pais quando sabem que os estão a enganar. A noção da morte pessoal aparece entre o 5º e o 9º ano, e até aos 10 anos é compreendida como algo irreversível, uma concepção semelhante à do adulto.

Existem umas orientações a ter presente quando morre um ser querido a uma criança:

- Não minta: responda às perguntas que lhe faça.
- Não faça promessas que não possa cumprir, nem diga coisas das quais tenha que desdizer depois.
- Explique a morte com verdades parciais, segundo a

idade cronológica, intelectual e emocional da criança. Fale da morte antes que ocorra. Aproveite as oportunidades que surjam.

- Não delegue a explicação num familiar ou um amigo. Os pais são os que melhor conhecem os seus filhos e o impacto que neles se produz.

- Não associe morte com o dormir, viajar..., porque a imaginação da criança é maior que a sua, podendo aparecer distúrbios do sono, de abandono. Não associe a morte com uma contrariedade, uma vez que a criança associa a morte de um ser querido como um castigo.

- Se você também foi vítima da mesma perda, não esconda o sofrimento, partilhe a tristeza com eles, falando da pessoa morta.

- Reforce a irreversibilidade da morte e não dê azo a falsas expectativas.

- Procure apoio da sua professora e colegas da escola, para que possam dar-lhe consolo.

#### **Bibliografia. Leituras recomendadas.**

1. Elisabeth Kubler –Ross (1999). Los niños y la muerte
2. Katrine leverve (2007). Nos lo dijo Pepe.
3. Marcos Gómez Sancho (1998). Como dar las malas noticias en medicina