

Do toque ao T.O.C.

T.O.C. – Transtorno Obsessivo Compulsivo. É esta a doença que eu tenho, praticamente desde que nasci. Basicamente, estou constantemente a pensar em coisas completamente absurdas e tenho a necessidade de ter certos comportamentos que, apesar de serem ainda mais absurdos (e eu sei que são), me aliviam de alguma forma.

No meio de tudo isto, esqueci-me de me apresentar. Sou a Ana e tenho vinte e três anos. Estudo medicina psiquiátrica na Universidade do Porto e vou contar-vos a minha história.

Tudo começou quando eu tinha cinco anos. Ia para a escola como todas as crianças mas, havia uma pequenina diferença, eu era extremamente organizada. As minhas bonecas estavam todas bem vestidas e penteadas, os meus peluches perfeitamente alinhados em cima da cama e nada podia estar fora do sítio! Gostava de arrumar as roupas dos meus Nenucos por cores e os meus livros por tamanho. Mas não é preciso preocupar – dizia toda a gente – é apenas uma criança.

Quando fiz catorze anos, as coisas começaram a piorar. Ia para a escola e ninguém me podia tocar. Eu não podia ficar contaminada com os germes das outras pessoas! Não tocava em ninguém e ninguém tocava em mim. Não podia usar o material dos outros ou até mesmo pegar nos cadernos dos meus colegas.

Em casa, limpava tudo! Aspirava o chão, lavava as janelas, limpava o pó, aspirava o chão, lavava as janelas, limpava o pó... Os meus pais agradeciam-me, tinham menos trabalho a limpar a casa. Tudo parecia correr bem, até que fiquei completamente descontrolada. Limpava tudo a toda a hora e cheguei mesmo ao ponto de aspirar o meu cão. Agora que penso nisso, só penso no seu sofrimento...

Perante esta situação, os meus pais levaram-me a um médico e fui diagnosticada com T.O.C. . Era obsessiva-compulsiva por limpeza. Via germes em todo o lado e cheguei ao ponto de não querer sentar-me nas cadeiras da escola por estarem todas contaminadas e cheguei mesmo a não querer almoçar na escola porque os talheres, os pratos e os copos estariam cheios de germes.

Obviamente, a minha mania por limpeza influenciou as minhas relações com as outras pessoas, principalmente com os meus amigos. Ouvia sempre os mesmos comentários quando chegava à escola do género: «Não lhe toques, vais ficar contaminado!» ou pior, «Aí vem a miss limpeza!». Sentia-me horrível, angustiada, não sei. Não tenho palavras para descrever o que sentia. O que me revoltava ainda mais era o facto de as pessoas não perceberem que eu tinha a necessidade de limpar. Eu achava que se não o fizesse alguma coisa horrível podia acontecer. Cheguei mesmo a pensar que podia morrer... Agora sei que estas coisas não tinham nexos nenhuns, mas naquela altura sentia-me refém da limpeza e não tinha forma de escapar.

Nessa altura, já tomava muitos medicamentos mas não sentia melhorias nenhuma. Eram apenas drogas onde os meus pais gastavam dinheiro na esperança de ver a sua filha melhor. De volta aos velhos tempos.

Até que um dia o pior aconteceu. Tentei o suicídio. Estava sozinha em casa e, cansada de tanto sofrimento, tomei quase todos os comprimidos que tinha no armário, na esperança de morrer sem dor e, obviamente, sem pensar nas consequências. Passado pouco tempo, comecei a sentir-me mesmo muito mal. Doía-me imenso a barriga, a cabeça, estava mesmo muito mal. Eram umas dores insuportáveis.

Pouco tempo depois, a minha mãe chegou a casa. Conte-i-lhe tudo e ela, sem perder tempo, levou-me para o hospital. Assim que lá chegámos, ouvi o meu nome no altifalante

e passei para um corredor cheio de janelas. Sentia-me na prisão. Não sei explicar porquê, só sei que, apesar de aquele corredor ser muito luminoso e aberto, sentia-me como se me estivessem a levar perante o juiz para conhecer o veredito final.

Entrei no gabinete e a médica que lá estava, já tinha conhecimento de tudo o que se tinha passado. Era uma rapariga alta, nova e bastante bonita. Assim que me sentei, pegou no telemóvel como quem pega num bebé e chamou imediatamente um colega dizendo: «Temos aqui uma menina com uma intoxicação medicamentosa». Esperámos uns minutos e duas enfermeiras entraram pela porta, eram elas que me iam fazer a limpeza ao estomago.

Estive no hospital uma semana, sempre a ver médicos, enfermeiras e psicólogos a entrar e sair do meu quarto. E sempre a ouvir as mesmas perguntas, como é claro. Foi aí que percebi que tudo o que tinha feito era completamente errado. Mas mesmo muito errado. Os meus pais não mereciam tamanho sofrimento. Assim que os meus pais entraram no meu quarto, no dia a seguir a tudo ter acontecido, e me questionaram: «Estás melhor?» senti-me tão aliviada! Foi uma sensação de libertação incalculável! Aquelas foram as melhores palavras que eu podia ter ouvido naquele momento e foi como se me tirassem um peso de cima.

No final da semana, voltei para casa e nunca mais ninguém falou do que se tinha passado. Tentei retomar a minha vida, agora com novos medicamentos e com outro tipo de acompanhamento no hospital. Os meus pais foram, sem dúvida, uma parte muito importante neste processo. Pouco a pouco, a necessidade de limpar foi desaparecendo e eu fui-me sentindo cada vez melhor. Até hoje, nunca mais tive uma recaída e tenho seguido a minha vida como outra pessoa qualquer.

Agora devem perceber o porquê de querer ser psiquiatra. Quero poder ajudar outras pessoas da mesma maneira que os médicos me ajudaram a mim, porque sei que, tal como eu, existem por aí muitas mais pessoas a precisar de ajuda. E eu quero ser essa ajuda.

Esta é a minha história. A história de Ana Silva, a miúda que conseguiu superar a sua doença. Certamente que quem a ler vai pensar: «Coitadinha! Deve ter sido horrível!» e amanhã já nem se lembra do meu nome. Mas para mim, escrever sobre talvez, a fase mais difícil da minha vida, é uma vitória. Sinto-me outra pessoa. Estou diferente.

Por fim, quero agradecer aos meus pais em particular. Agradeço-vos do fundo do meu coração, sem vocês nada disto teria sido possível! Agradeço imenso a vossa ajuda e o vosso apoio. Mas como sei que não há palavras capazes de expressar o que eu sinto, resta-me tentar retribuir, ajudando outras pessoas.

Ass:

Ana