

## RESPONSABILIDADE SOCIAL



FABIOLA CORREA/JC

Iniciativa terapêutica e multidisciplinar é desenvolvida em parceria com o curso de Agronomia da Ufrgs e viabilizada pelo Instituto Vivo

## Projeto Tempo de Cuidar cultiva afeto em canteiros e xícaras de chá

**Liga Feminina de Combate ao Câncer transforma ervas em terapia**

**Agnês Noll**  
agnes@jcrs.com.br

A notícia de um diagnóstico de câncer costuma chegar como uma tempestade silenciosa. A informação é quase sempre – erroneamente – associada a uma sentença final. Mas é justamente neste instante que a Liga Feminina de Combate ao Câncer estende a mão. O projeto Tempo de Cuidar é parte das diversas ações realizadas pela liga, uma iniciativa terapêutica e multidisciplinar que, em parceria com o curso de Agronomia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Ufrgs) e viabilizada pelo Instituto Vivo, propõe uma reconexão profunda com a natureza como parte do tratamento oncológico.

Foi a partir da escuta atenta dos voluntários que o projeto ganhou vida. Entre consultas e conversas, foi percebido um hábito comum, os pacientes frequentemente compartilha-

vam receitas caseiras e teorias sobre os “chás milagrosos” que curariam o câncer. Sabendo que a sabedoria popular por vezes esbarra em contraindicações, a Liga decidiu transformar o mito em ciência e terapia.

Baseado em uma pesquisa da especialista em nutrição oncológica Clara Marques, o projeto mapeou quais ervas e plantas são seguras para esse público e os horários em que os princípios ativos oferecem melhor absorção pelo organismo. O resultado prático ganhou a forma de um “Relógio Biológico de Chás”, um canteiro circular construído na área externa da Liga, dividido por faixas horárias, onde foram plantadas 12 espécies de vegetais para cada período do dia.

No feriado de 1º de maio, o canteiro começou a ganhar corpo através de um mutirão comunitário. Moradores doaram areia, brita, cimento e terra. Os próprios pacientes participaram ativamente. A presidente da Liga Feminina de Combate ao Câncer, Iracema Gabardo, recorda o relato de uma das participantes que integram o projeto, “Perguntei para ela por que ela quis entrar

nesse projeto. Ela me disse que era mais uma saída de casa, porque em casa ela sentia dor, e na rua ela se distraía, fazia algo útil e socializava. Para mim, esse é o maior exemplo do que significa o Tempo de Cuidar.”

Ao longo de um ano, os 20 idosos selecionados para esta primeira etapa participarão de oficinas multidisciplinares que unem saúde e convivência. O aprendizado já cruzou as fronteiras de Canoas, um grupo já visitou os laboratórios da Ufrgs em Porto Alegre para aprender a cultivar microgreens (microverdes), pequenas hortaliças jovens e ricas em nutrientes que já começaram a brotar nas janelas de suas casas. Ao final da experiência, todas as memórias, receitas de chás e temperos desenvolvidos nas oficinas serão eternizados em um livro de receitas próprio da Liga.

A repercussão do Tempo de Cuidar superou as expectativas da diretoria, apesar dos outros projetos de sucesso da casa, como o Superação (que realiza mentorias com pacientes curados para levarem esperança a quem acabou de receber o diagnóstico) e as oficinas de artesa-

nato como o Tecendo Histórias terem sucesso entre os beneficiados pela Liga. O relógio de chás tocou em um ponto sensível da comunidade pela sua originalidade e pela capacidade de integrar a cidade em torno de uma causa comum.

Com todo o sucesso, os idealizadores por trás do Tempo de Cuidar não planejaram parar por aqui, o planejamento para o Tempo de Cuidar 2 já está em andamento. A intenção é abrir novas turmas e dar continuidade à iniciativa, transformando o cultivo não apenas em uma ferramenta de reabilitação emocional, mas também em um instrumento de autonomia financeira. A Liga deseja que o aprendizado sobre o manejo da terra e a produção de temperos artesanais possa, futuramente, se reverter em renda para as famílias dos pacientes.

A mensagem que ecoa todos os dias nas salas de atendimento e nos canteiros em construção permanece a mesma desde o trailer de 1985, estendendo-se agora para as xícaras de chá que aquecerão os invernos desses pacientes: você não está sozinho, nós estamos com você.

## Quatro décadas costurando amparos

A história que hoje se consolida em um prédio de dois andares junto ao Hospital Nossa Senhora das Graças começou, na verdade, sobre rodas e com muito improviso. Fundada em 1985, a Liga de Canoas nasceu da urgência de oferecer acolhimento em uma época em que a oncologia sequer existia no município.

O primeiro ponto de apoio foi um trailer no bairro Mathias Velho. Dali, a organização migrou conforme as demandas cresciam, até fincar bases definitivas e construir com recursos próprios o prédio que hoje abriga o atendimento oncológico da cidade.

Hoje, o atendimento é voltado 100% para o Sistema Único de Saúde (SUS). Atualmente, são mais de 700 pessoas cadastradas que encontram no andar superior do prédio um ecossistema completo de assistência voluntária.

A expressão “atender dos pés à cabeça”, usada pela presidente da Liga, não é apenas força de expressão; é a descrição da rotina de voluntariado. No topo, o banco de perucas devolve a autoestima perdida no espelho. Na base, o serviço de podologia cuida das unhas agredidas pela toxicidade dos medicamentos. No meio do caminho, atuam assistentes sociais, psicólogas, nutricionistas e fonoaudiólogas. Há ainda parcerias externas para oferecer fisioterapia e tratamentos odontológicos específicos, como o uso de laser para aliviar as dolorosas mucosites na boca.

Para as famílias cuja vulnerabilidade social se acentua com a doença, a Liga distribui mensalmente entre 70 e 80 cestas básicas, além do “Vale Farmácia”, que custeia remédios complementares fundamentais para atravessar as dificuldades das sessões terapêuticas.

Também é ofertado pela Liga um cuidado especial para pacientes em cuidados paliativos. Cerca de 25 pessoas recebem em suas casas a visita de equipes multiprofissionais e o apoio de “padrinhos” da comunidade, que doam R\$ 150 mensais através de um cartão de mercado, permitindo a compra de suplementos ou proteínas específicas receitadas pela nutrição.