

**MEU NOME É MARIA DE FATIMA ZIMMER DE OLIVEIRA, FUI DIAGNOSTICADA COMO PORTADORA DE ELA EM SETEMBRO 2015, EQUIPE DR. JEFFERSON BECKER, HOSPITAL DA PU/RS.**

SEGUNDO MEUS EXAMES TENHO COMPROMETIMENTO BULBAR, COLUNA CERVICAL, DORSAL E LOMBAR.

TOMO RILUZOL 100MG AO DIA, BACLOFENO 10MG 6 COMP. DIA, COMO AINDA TENHO MUITA ESPASTICIDADE FAÇO USO DE GABAPENTINA 900MG AO DIA, CLONAZEPAM 2MG AO DIA.

TENHO CRISES DE DOR POR TER HERNIA DE DISCO L4-L5 COM COMPRESSÃO.

DESDE QUE RECEBI O DIAGNÓSTICO TENHO LIDADO COM TRANQUILIDADE, DEVIDO PERDA DE FORÇA MOTORA ESTOU IMPEDIDA DE TRABALHAR.

ERA UMA PESSOA MUITO ATIVA, GERENCIAVA EMPRESA, FAZIA TRABALHOS VOLUNTÁRIOS COM IDOSOS....

ACOSTUMADA A PRATICAR ESPORTE, FAZIA TRILHAS DE DIFÍCIL ACESSO, PRATICAVA NATAÇÃO, LONGAS CAMINHADAS A PÉ, CUIDAVA DE PESSOAS HOSPITALIZADAS...

HJ VIVO EM CASA, COM CUIDADORA 24HS, MINHA ALIMENTAÇÃO TEM QUE SER MAIS PASTOSA, MUITAS COISAS QUE GOSTAVA DE COMER JÁ NÃO É POSSIVEL, CONTUDO MANTENHO UMA TRANQUILIDADE QUE NUNCA TIVE ANTES.

SEI TUDO SOBRE A EVOLUÇÃO DA DOENÇA, PERDI MUITA FORÇA MOTORA INCLUSIVE NOS 4 MEMBROS...

MAS CONTRARIANDO TODOS OS RESULTADOS DOS EXAMES, QUE FAÇO REGULARMENTE, CONSIGO ME LOCOMOVER, TOMO BANHO SOZINHA, USO SECADOR DE CABELO...

TENHO SUPERADO AS DIFICULDADES DESSA DOENÇA ATRAVÉS DE UMA LUTA DIÁRIA.

SEMPRE FUI MUITO VAIDOSA, ENTÃO PROCURO MANTER ISSO, UNHAS IMPECÁVEIS, CUIDADO DA PELE, FAÇO MAQUIAGEM DIARIAMENTE, NÃO PARA SAIR, MAS PARA ME OLHAR NO ESPELHO E SENTIR BEM.

PROCURO USAR ROUPAS CONFORTÁVEIS, MAS COM UM TOK ESTILOSO, TROQUEI OS SALTOS ALTOS POR SAPATILHAS DELICADAS,,,,, DEIXAR DE USAR OS SALTOS FOI O MAIS DIFICIL PQ SEMPRE GOSTEI

FALO COM NATURALIDADE SOBRE O QUE É SER PORTADOR DE ELA, NUNCA QUESTIONEI PQ EU FUI SORTEADA, AO CONTRÁRIO NÃO

PENSO NISSO, NEM NO NEGATIVO DA DOENÇA OU SEJA.... O QUE NOS ESPERA

SOU UMA PESSOA POSITIVA, CINÉFILA, EXERCITO MINHA FÉ EM DEUS DIARIAMENTE, BRINCO COM AS PESSOAS, GOSTO DA TRANQUILIDADE DA CASA, OLHAR PARA RUA OBSERVAR MOVIMENTO, ME ENCANTO COM A NATUREZA, ÁRVORES, PLANTAS, CAMINHAR NA GRAMA.....

ANTES USAVA CADEIRA DE RODAS, HJ SUBSTITUO POR ANDAR MESMO COM DIFICULDADE E APOIADA, MAS JÁ CONSIGO CAMINHAR ALGUMAS QUADRAS.

SONHO COM VIAGENS, PASSO MS DIARIAMENTE PARA AMIGOS DE BOM DIA...BOA NOITE, SEMPRE ALEGRES

FREQUENTO IGREJA, PROCURO SEMPRE MANTER CONTATO COM GRUPO DE ORAÇÃO.

EVITO ACOMPANHAR NOTICIÁRIOS DE TRAGÉDIAS, CONFUSÃO POLÍTICA, EM VEZ DISSO ACOMPANHO SÉRIES E FILMES (NETFLIX), SEMPRE QUE POSSO FICO FAZENDO PESQUISA SOBRE RESGATE HISTÓRICOS, LEIO MUITO LIVROS DIVERSOS....

ENTÃO TUDO COMEÇOU A MUDAR, ME TORNEI MAIS ALEGRE, APRENDI A LIDAR COM MEUS LIMITES, EVITO SITUAÇÕES QUE POSSAM ME STRESSAR E PERCEBI QUE ISSO ME AJUDOU MUITO.

PELO TEMPO DE DIAGNÓSTICO, ELA COMPROVADA, JÁ ERA PARA ESTAR BEM MAIS DEBILITADA, OUVI DOS MÉDICOS QUE SOU UM MILAGRE E DESAFIO PARA MEDICINA, DIZEM QUE MINHA MENTE É O RESULTADO DISSO... NÃO SEI, MAS ATRIBUO A UMA GRANDE FORÇA DE VONTADE DE LUTAR, MUITA FÉ E SIM MANTER A MENTE LIVRE

SEI QUE NÃO VOU VENCER A ELA, MAS NÃO PENSAR NELA NEGATIVAMENTE AJUDA....

QUERO CONTRIBUIR, PARTILHAR COM OUTROS PORTADORES, DESPERTAR ATRAVÉS DOS MEIOS DE COMUNICAÇÃO QUE OS ÓRGÃOS PÚBLICOS VOLTEM SE MAIS PARA CONTRIBUIÇÃO DE PESQUISA, PARA QUE POSSAMOS TER UM MEDICAMENTO MAIS EFICAZ QUE O RILUZOL.

IMPORTAR-SE COM O PRÓXIMO, NÃO DEIXAR QUE A MÁGOA, RANCOR DESANIMO, ENTRE OUTROS FATORES NEGATIVOS NOS DOMINEM E FAÇAM DESISTIR.

PODERIA FALAR MAIS, MAS POR ORA ACHO QUE ESTÁ BOM.

MARIA DE FÁTIMA – **postado em 22/05/2017**

OSÓRIO/RS