

AMOSTRA

UMA LINDA JANELA

AMOSTRA

LINDA ROJAS SOLIS

UMA LINDA JANELA

Uma jornada de cura, coragem e recomeços



MINOTAURO

Uma Linda Janela

Copyright © 2026 Minotauro

Minotauro é um selo da Editora Almedina do Grupo Editorial Alta Books.
(STARLIN ALTA EDITORA E CONSULTORIA LTDA.)

Copyright © 2026 Linda Rojas Solis

ISBN: 978-65-6143-039-5

Impresso no Brasil – 1ª Edição, 2026 – Edição revisada conforme o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 2009.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

S687v

1. ed. Solis, Linda Rojas.

Uma linda janela: uma jornada de cura, coragem e
recomeços / Linda Rojas Solis.

– 1. ed. Rio de Janeiro : Minotauro, 2026.

180 p.; 16 x 23 cm

Inclui bibliografia.

ISBN 978-65-6143-039-5

1. Crônicas brasileiras. 2. Doença e superação.
3. Sensibilidade. I. Título.

CDD 869.93

Índice para catálogo sistemático :

1. Crônicas brasileiras 869.93

Todos os direitos estão reservados e protegidos por Lei. Nenhuma parte deste livro, sem autorização prévia por escrito da editora, poderá ser reproduzida ou transmitida. A violação dos Direitos Autorais é crime estabelecido na Lei nº 9.610/98 e com punição de acordo com o artigo 184 do Código Penal.

O conteúdo desta obra fora formulado exclusivamente pelo(s) autor(es).

Marcas Registradas: Todos os termos mencionados e reconhecidos como Marca Registrada e/ou Comercial são de responsabilidade de seus proprietários. A editora informa não estar associada a nenhum produto e/ou fornecedor apresentado no livro.

Material de apoio e erratas: Se parte integrante da obra e/ou por real necessidade, no site da editora o leitor encontrará os materiais de apoio (download), errata e/ou quaisquer outros conteúdos aplicáveis à obra. Acesse o site www.altabooks.com.br e procure pelo título do livro desejado para ter acesso ao conteúdo.

Suporte Técnico: A obra é comercializada na forma em que está, sem direito a suporte técnico ou orientação pessoal/exclusiva ao leitor.

A editora não se responsabiliza pela manutenção, atualização e idioma dos sites, programas, materiais complementares ou similares referidos pelos autores nesta obra.

Produção Editorial: Grupo Editorial Alta Books

Diretor Editorial: Anderson Vieira

Editor da Obra: Rodrigo Mentz

Vendas Governamentais: Cristiane Mutüs

Produtor Editorial: Eduardo de Proença



Rua Viúva Cláudio, 291 – Bairro Industrial do Jacaré CEP:
20.970-031 – Rio de Janeiro (RJ)
Tels.: (21) 3278-8069 / 3278-8419

www.altabooks.com.br – altabooks@altabooks.com.br



Sumário

Dedicatória	VII
Agradecimentos	IX
Depois do Sonho	1
Paris - Vivendo o Sonho	11
Quando surge o amor	19
Rede de apoio	31
Cirurgia e tratamento	37
Depois do câncer	43
Uma linda janela	53
Casamento	59
Dois meses	67
Infância	73
O pesadelo	81
Uma camisola diferente	87
Sonhando em ser feliz	91
Voltando a acordar	97

Careca ao vento	107
Até o último fio	113
Insight	127
Quando tudo acaba	131
Como continuar sonhando?	135
Posso ter esperança?!	139
Uma viagem pode mudar seu mundo	145
Aparando as arestas	151
Um sonho do tamanho de um elefante	155
Um recado espiritual	159
Pequenas felicidades	163
Uma carta, um milagre	167

Dedicatória

Dedico este livro para a alma que me escolheu antes mesmo de chegar.
Você é a promessa que floresceu em silêncio, a luz que acendeu um novo tempo.

Tudo em mim se refez desde o instante em que senti você, mesmo sem saber.

AMOSTRA

Agradecimentos

ESCREVER ESTE LIVRO FOI COMO COSTURAR COM FIOS INVISÍVEIS E cirúrgicos um tecido que já existia em mim. Um trabalho de amor, resiliência e permanência. E antes de qualquer coisa: sou grata.

Grata por estar viva. Por cada manhã em que o meu coração bate como um tambor vibrante e me faz sentir cada pedacinho do meu corpo - vivo.

Grata a Deus, não como um conceito distante, mas como um sopro constante que me reacende por dentro. Deus, para mim, é milagre cotidiano. É o olhar que me vê mesmo quando tudo escurece.

Caio, te agradeço por ser um farol que ilumina caminhos. Não só os meus. Obrigada por me impulsionar com sua mente visionária e inquieta, por me ver gigante quando eu mal conseguia levantar os olhos. O teu amor nunca me encurtou, só me expandiu. Em cada palavra sua, encontrei uma versão mais corajosa de mim. Você foi ponte nos dias em que eu só via abismo. Foi fôlego quando eu mergulhava fundo demais. Me olhou com ternura mesmo nos meus dias opacos e, ainda assim, via cor. Seu amor me ensinou a me mover sem perder o eixo. E eu sigo, porque você me lembrou que eu posso voar.

Mãe, você é meu primeiro abrigo e meu amor mais antigo. Não há um pedaço de mim que não tenha sido tocado pelo seu afeto. Obrigada por me ensinar, com gestos e, também pelo silêncio, que é possível atravessar o impossível com doçura e fragilidade. Por me recolher inteira quando tudo em mim se despedaçava. Obrigada por me lembrar todos os dias que ser forte e sensível ao mesmo tempo é completamente possível. Sua presença é fé que não desiste, a fé que somente uma mãe consegue alcançar.

Sou grata à medicina e a quem a pratica com a alma. Aos olhos atentos, às mãos firmes e aos corações que me cuidaram. Aos que estudaram para

decifrar o meu corpo, mas nunca se esqueceram da minha alma. Aos que escolheram caminhar por corredores onde o tempo é outro, e ainda assim se doam por inteiros.

Obrigada por me devolverem a chance de viver esta história até o fim e de começar tantas outras.

E às mulheres, aquelas que encontrei pelo caminho: inteiras, partidas, reinventadas. Mulheres que me ensinaram que coragem também mora no peito. E não falo apenas do lugar anatômico, mas do espaço sagrado onde se gestam sonhos, se acolhem dores e se guardam segredos que o mundo não saberia nomear. Cada uma de vocês me emprestou um pedaço de força, mesmo sem saber. São vocês, que sustentam o mundo em silêncio, com seus peitos, por vezes, nus de medo e cheios de vida. Esse livro também é costurado com a fibra de vocês.

Ao meu editor, Marco Pace, obrigada por enxergar valor neste livro desde o início. Pela escuta atenta, pela precisão nas sugestões e por respeitar a essência de cada palavra. Seu olhar profissional e sensível foi fundamental para que esta obra ganhasse forma com verdade e coragem.

Aos que ficaram, aos que passaram, aos que seguraram minha mão por um instante ou por uma vida inteira. Teve gente que foi anestesia quando a dor chegou de surpresa. Mesmo que eu não cite todos os nomes, carrego gestos, vozes, abraços. Este livro é meu. Mas também é de todos que me curaram um pouco, com presença, com palavras, com amor. Que ele leve luz a quem lê, como a vida me levou de volta ao sol. E que cada página seja um lembrete: viver é remendo, é reinício, é milagre.

E, sobretudo, é um privilégio.

Depois do Sonho

O DIFÍCIL DE ESTAR de volta, apesar de encontrar aspectos tão amados da minha história, bem ali, no meu lar, foi ter que encarar um dos momentos mais indesejados de qualquer ser humano. Mas é claro que eu ainda não sabia disso. Ainda estava nas nuvens, apesar do avião que nos trouxe de Paris já ter aterrissado há alguns dias.

Aos poucos fui sendo engolida pela realidade nua e crua do pós-viagem; estava vivendo justamente aquela fase de pós-sonho, aquela fase que ninguém mentaliza antes, por mais sonhador que sejamos, nem na ilusão e fantasia conseguimos dar espaço para aquele momento depois que o sonho acontece.

Ainda que eu não seja uma sonhadora plena, eu almejei essa viagem, eu criei os cenários perfeitos de Paris na minha mente muito antes de tudo se tornar real. Mas nunca, jamais, em nenhum momento sonhei em estar de volta. A gente costuma pensar no sonho e ponto. Já basta, já é suficiente.

E no meu pós-sonho real, tudo ganhou ares mais cotidianos, abstratos e comuns, típicos do dia a dia de qualquer pessoa. A rotina ainda não tinha consumido apenas uma coisa: a vontade enorme de mudar algumas direções pelas quais minha vida ia caminhando. Tudo parecia mais nítido depois da viagem e agora estava segura dos meus próximos passos. Estava determinada a adotar várias resoluções que tinha postergado até aquele momento.

Certo dia acordei cedo. Eram 6 horas da manhã e já estava sentada num banco de cimento frio, junto a outras pessoas com ar cansado ao meu lado. Algumas crianças choravam e suas mães e pais pareciam cansados; na minha frente havia uma porta marrom e eu não parava de olhar para ela, ansiosa para que se abrisse. Estava com sono e queria ir embora logo.

Estava com pressa, daquele jeito que nos deixa ansiosos demais e nosso corpo procura uma válvula de escape e só então percebemos que nosso pé está se movendo impaciente de um lado para o outro.

Já não tinha posição confortável, mas eu duvidava que existisse alguma àquela altura. Olhei o relógio muitas vezes e o tempo parecia não passar. Não podia sair dali apesar de querer muito comprar algo para beber, estava com muita sede; a saliva parecia ter se consumido junto com o tempo que estava ali, evaporado. Pois mesmo dentro daquele prédio podia sentir o sol ganhando forças à fora e esquentando o concreto; nem precisava consultar os ponteiros novamente para saber que já era perto de meio-dia.

Distraída, ouvi um ranger de madeira e quando percebi a porta de madeira tinha se aberto mais uma vez e finalmente uma moça aparecera e chamou pelo meu nome:

“Senhora Linda Rojas.”

Fiquei em pé rapidamente para não perder a oportunidade de entrar naquela sala. Uma senhora alta, vestida de branco, me fez entrar numa pequena saleta com uma mesa de escritório pequena e com alguns itens interessantes dispostos sobre ela. Parecia um pouco bagunçado, fiquei um pouco insegura, mas isso não importava; estava aliviada em finalmente estar ali dentro. Sentei-me e a mesa entre nós escondeu minhas pernas cruzadas e meu pé que continuava impaciente, balançando de um lado para o outro; eu não sabia exatamente o que fazer, por isso fiquei olhando discretamente para uma pasta que estava na sua frente, disputando minha atenção com os outros objetos que estavam ali. Quando a moça finalmente falou, a primeira coisa que ela fez foi confirmar meu nome; a segunda foi me perguntar o que tinha me levado até lá.

Por um instante pensei em como depois dos dias maravilhosos em Paris eu havia parado ali. Agora me sentia um pouco cansada da espera e queria muito voltar para casa; estava sem ânimo para contar as razões que me levaram até ela.

Mas a verdade era que no dia anterior eu havia passado em frente a esse posto de saúde que ficava a duas quadras do meu apartamento. Entrei por impulso, meio sem pensar, apesar de saber bem o que pretendia. Queria saber se naquele lugar atendia algum médico mastologista. Encontrei essa palavra, até então nova para mim, no Google uma semana antes de

viajar. Nunca tinha ouvido falar dessa especialidade, porém parecia ser exatamente o que eu precisava.

Enquanto arrumava as malas com minha mãe, bem naquele momento pré-sonho, a fase da expectativa antes da viagem, num movimento qualquer, esbarrei de forma bruta meu braço no seio direito e notei que tinha uma parte mais endurecida onde normalmente é tão macio. Eu gostava do meu corpo, principalmente das mamas; eu nunca tive problema com a minha imagem, eu gostava do que via quando me olhava no espelho e acho que por esse motivo reconheci imediatamente algo de estranho. Era algo que não pertencia ao meu corpo, apesar de estar dentro dele. Isso parecia uma pedrinha, bem na parte inferior do peito direito. Decorei exatamente o ponto onde aquilo estava depois de tocar com uma das minhas mãos enquanto a outra estava levantada junto ao braço; usei o dedo indicador e o do médio e fui caminhando lentamente por toda a circunferência da mama. Repeu os movimentos alternando os braços e percorri até a axila. Tinha visto isso em algum lugar, não me lembro bem, mas parecia que eu sabia exatamente como fazer. Provavelmente tinha assistido algo na televisão ou sabe Deus onde. Depois da minha análise descobri que aquela coisa estranha estava apenas na mama direita e que na parte externa, a pele era perfeita; se eu não tivesse tocado daquela forma ou esbarrado, como aconteceu, jamais sentiria. Era dura, irregular e o mais interessante: podia pegá-la com os dedos quando os colocava em movimento de pinça e, se não fosse pela barreira da minha pele, aparentemente conseguiria colocar aquilo para fora.

Contei para minha mãe; com seus dedos delicados percorreu meu seio e identificou o ponto endurecido, não pareceu ter ficado assustada nem nada do tipo, mas se prontificou a me levar ao médico. Mas eu não tinha tempo, precisava ir a Paris, afinal de contas. Lembro muito bem que na troca de roupas para colocar o uniforme da loja em que trabalhava também tinha feito minhas colegas sentirem minha descoberta. A Roberta tinha ficado impressionada, mas no final até rimos um pouco daquilo; não parecia urgente.

Pode parecer que não dei a devida importância, no entanto eu sabia muito bem que alguém precisava me explicar do que se tratava aquilo. Ao mesmo tempo, em uma semana eu não conseguiria agendar uma consulta

num hospital público e ainda fazer os exames que provavelmente iriam pedir. Não sou exatamente alguém leiga em questões de saúde; minha avó foi enfermeira a vida inteira no Chile e por muitos anos teve uma clínica médica onde alugava as salas para médicos de diversas especialidades e ela fazia os serviços de enfermagem de alguns deles.

Cresci, junto aos meus primos, brincando naquele lugar; ficávamos horas apenas sentados na sala de espera desenhando alguma coisa, ou sentados em alguma mesa imponente de uma das salas desocupadas fingindo que éramos doutores e pacientes. Era divertido e, por incrível que pareça, acolhedor. Por vezes fui tomar o chá da tarde com ela numa mini cozinha que havia atrás de biombo.

Minha decisão de esperar a volta da viagem para retomar a missão de investigar aquela “pedra no sapato” era consciente por não ter um plano de saúde, não ter tempo hábil e ainda não conseguir mudar as datas da viagem. Além disso, seriam apenas 12 dias; que mal poderia fazer, afinal de contas?

Resumi tudo isso para a doutora, contando como exatamente tinha identificado aquela pequena anormalidade na minha mama, e ela pediu para me examinar. Suas mãos eram frias e depois disso a consulta praticamente tinha acabado; tudo durou aproximadamente 10 a 15 minutos e me senti um pouco tola em ter esperado tanto tempo para isso, mas ainda assim me apressei em ir embora; além de tudo, pensei nas outras mulheres que ainda esperavam do lado de fora sentadas com o pé balançando de tédio e ansiedade por finalmente contar suas queixas a um médico.

Saí de lá com um pedido de exame e incrédula por ter perdido a manhã toda. Por outro lado, estava tranquila; se fosse algo grave teria demorado mais tempo dentro da sala, certo? Além disso, ela me informou que o tal troço provavelmente se chamava fibroadenoma, muito comum em “mamas jovens”, o que nada mais era do que fibroses que se juntavam e a causa poderia ser, inclusive, o uso do anticoncepcional que tomava desde que comecei a namorar o Caio.

De certa forma estava feliz, pois estava acabando com todas as pendências que tinha. Uma por uma desde que voltei. Comecei naquela semana numa nova marca, uma nova empresa; isso já estava programado antes mesmo dos planos de ir à França e minha nova equipe também era muito agregadora.

Junto com minha mãe estávamos buscando um novo apartamento, pois o proprietário do que morávamos tinha aumentado muito o aluguel e, mal ou bem, isso me deixava animada. Sei que o processo poderia demorar, porém só de pensar que logo mudaríamos me dava uma sensação boa. Seria uma espécie de novo ciclo. Casa nova, vida nova!

Estava conseguindo manter meu espírito intrépido, forasteiro e destemido que ganhamos pós-viagem. *Yes!*

Procurei alguns laboratórios para realizar o exame, uma ultrassonografia de mama. Fiz uma cotação e encontrei um lugar acessível financeiramente, o mais barato que apareceu. Esse mesmo escolhi. Nesse meio tempo, contei despretensiosamente para todo mundo sobre meu tal fibroadenoma. Eu sou assim, adoro falar sobre tudo. Não sou muito aberta, mas quando me sinto em confiança gosto de conversar.

A única pessoa que deu uma importância maior para esse assunto foi minha sogra. A Regina é super alto-astral, animada, faladeira, expansiva e um poço de carinho comigo. Mesmo que de forma descontraída, pude notar que ela falava sério. Pediu para ir a um médico de confiança da família, um ginecologista, mas com certeza seria alguém que daria uma direção mais exata.

Acolhi o seu pedido e confesso que de má vontade. Não estava a fim de pagar a consulta, pois ele atendia de forma particular e o valor era alto para mim. Fiquei mais chateada ainda quando ele, junto a um mastologista de sua confiança, me acompanharam nos primeiros exames e viram que realmente aquilo se parecia com aquele amontoado de fibrose.

“Meu Deus, mas então não está claro? Podemos parar tantos exames e consultas?” eu pensava.

Porém o doutor Jorge Rezende Filho não ficou tranquilo e, junto ao masto — peguei intimidade pela palavra, de tanto usá-la — disseram que iríamos investigar até que os exames dessem de fato alguma conclusão. Foi aí que cheguei até outro nome novo para mim, a “biópsia”. Nessa altura do campeonato eu já estava bem sem paciência. Tinha feito mais exames do que jamais fizera ao longo dos meus 24 anos; o Caio me pedia calma, me apoiava e também me ajudava a pagar alguns gastos com tudo isso. Passei por uma pequena cirurgia e pronto, agora só me restava esperar.

Enquanto o resultado não chegava fui sendo amparada por muitas pessoas, não só familiares, mas também pelas pessoas do meu novo trabalho; minha nova gerente, a Renata, por exemplo. O trabalho era gostoso e eu adorava dar voltas no shopping no meu intervalo — isso quando tirava o intervalo, já que sempre estava focada nas vendas. Queria subir no *ranking* e para isso ficava mais tempo do que precisava, o que não era nenhum sacrifício. Tínhamos um ambiente agradável e quando nesse expediente acabava muitas vezes saímos ali perto, no Baixo Cávea, um aglomerado de bares onde as pessoas lotam os estabelecimentos e as ruas. Você sempre acha alguém conhecido no BG, então é impossível você não se divertir. Isso me manteve distraída das investigações.

Eu já estava super enturmada e inclusive já havia mostrado meu nódulo para toda a equipe da loja. Não me entenda mal, mas nós, meninas, somos assim: não temos vergonha de mostrar nosso corpo, entramos num banheiro ou qualquer área mais privada e pronto; todas elas puderam tocar aquele ser misterioso e duro que habitava dentro do meu peito direito. Minha gerente ficou tão impactada que no outro dia chegou muito preocupada falando que tinha sonhado com aquilo. Obviamente dei muita risada, apesar do rosto dela parecer sem cor e seus olhos parecerem um pouco vidrados.

O doutor Jorge tinha nos avisado que o exame ficaria pronto numa sexta-feira; ainda bem, a espera foi angustiante. Quando chegou o grande dia liguei para ele ansiosa, claro, porém para minha surpresa o exame tinha tido um atraso e ele só receberia o laudo na segunda-feira e pediu gentilmente para ir presencialmente. Não era possível. Eu estava exausta desse assunto, não via a hora de acabar logo com isso.

O pior de tudo não foi o fato de ter que esperar mais dois dias; foi que, de algum modo, aquilo havia me soado estranho e, também, comecei a sentir coisas estranhas no meu estômago, e não eram borboletas; pareciam aranhas, daquelas bem assustadoras e peludas. Chamo isso de medo. Sim, somente nesse momento comecei a sentir que realmente eu estava investigando algo perigoso. O final de semana passou voando, como um corte de cena de um filme, e agora estava numa sala de espera com minha mãe enquanto aguardávamos o Caio vir do trabalho. Ele queria estar junto

e eu o queria por perto. Mesmo tendo atrasado um pouco nossa entrada, o que me deixou já no limite do meu emocional.

A sala era branca, com um tapete discreto e móveis modernos. Alguns quadros abstratos enfeitavam as paredes e atrás de um balcão duas secretárias davam o toque humano e acolhedor ao lugar. Foi ali, sentada numa sala de espera, que realmente comecei a questionar até onde tudo isso me levaria. Como iria sair dali? Será que exatamente como entrei? O que me esperava?

Quem tinha acabado de entrar enquanto meus pensamentos voavam para longe e meu coração começava a apertar dentro do peito foi ele, o homem que dias antes estava de mãos dadas andando pelas ruas charmosas de Paris. Agora parecia mais velho, como se a preocupação houvesse lhe sugado o frescor que ganhara na viagem. Ainda assim estava lindo, com uma camisa social azul que destacava seu tom de pele moreno e cabelos pretos. Só de vê-lo ali senti um sorriso tímido se abrir no meu rosto; era um alívio ele ter chegado, não só para mim, mas para minha mãe também. Nosso semblante perdeu um pouco da rigidez; precisávamos dele ali. A presença do Caio nos deu a segurança e proteção que precisávamos para entrar.

Fomos encaminhados até o doutor pela secretária gentil e calorosa; fiquei imaginando se ela já sabia de algo que pudesse transparecer, mas só vi cordialidade. Já dentro da sala avistei, do outro lado de uma mesa imponente, minimalista e perfeitamente arrumada, o meu médico. Procurei também alguma pista no seu rosto; no entanto, ele parecia normal, sereno e sério ao mesmo tempo. Minha mãe e eu sentamos e logo trouxeram uma cadeira auxiliar para o Caio; e quando comecei a ver os lábios do doutor Jorge formando palavras, foi exatamente nesse momento que senti um tremor no chão. A sala parecia ficar maior e desalinhada, parecia se mover; ela esticava e voltava ao normal, uma névoa entrou sob meus olhos. A sensação era que eu tinha saído de mim, estava agora fora do meu corpo; meu Deus, o que estava acontecendo comigo? Será que eles estavam notando que algo não estava bem? Será que eu ia desmaiar? Não parecia que ia perder os sentidos; ao contrário, parecia mais acordada do que nunca, mesmo com tanta coisa irreal acontecendo. Enquanto os

quadros e livros na estante ganhavam novas dimensões, podia ouvir de longe as palavras do doutor:

“Linda, o resultado da biópsia ficou pronto e sinto dizer que se trata de um tumor maligno, um câncer de mama.”

A voz dele parecia distorcida, mas eu tinha certeza do que acabara de escutar; eu ainda estava ali dentro do meu corpo, e a frase pareceu ser dita em câmera lenta e, entre cada palavra, um novo pensamento em minha mente, um não, dezenas deles. Minha cabeça parecia descontrolada, parecia que estava realmente dentro da cena de um filme. Minha mãe, com calafrios, abraçava o próprio corpo; o Caio parecia firme e chocado ao mesmo tempo. E eu?

Eu tentava assimilar que aos vinte e quatro anos e sem histórico nenhum na família iria enfrentar um câncer. Que tipo de doença era aquela? O que isso significava? Iria morrer? Ficar careca? Agonizar em algum leito?

Como contaria isso para as pessoas? Será que minha mãe, tão frágil, suportaria me ver doente? E o meu emprego, seria melhor eu me demitir? Meu Deus, tinha acabado de começar e a pobre Renata, minha gerente, tinha razão em se assustar tanto em seu sonho.

Quando voltei do meu transe e choque inicial, percebi que estava chorando, chorando muito. Minhas lágrimas pareciam vazias; não melhoravam a sensação de sufoco no meu peito, não aliviavam a minha dor, como geralmente acontecia. Era tanta coisa acontecendo dentro de mim que não sei muito bem que sentimento predominava; era uma grande confusão. Tudo me penetrava e doía tanto e, ao mesmo tempo, que, sinceramente, parecia estar anestesiada, estática, e só minha mente corria em alta velocidade. O médico contou que recebera o resultado antes do fim de semana, mas tomou a liberdade de me poupar e me dar a notícia naquela segunda-feira. Realmente, o que eu faria durante aqueles dois dias inúteis? Receber o resultado naquele momento parecia a melhor opção, não que haja um bom momento para isso.

Abracei minha mãe e fui abraçada fortemente pelo meu amor; estávamos desolados, tristes e em prantos. Lembro muito bem da secretária que nos trouxe copos de água com açúcar e, por incrível que pareça, isso nos deixou mais calmos. Minha mãe costumava nos dar água com açúcar quando éramos pequenos, quando entrávamos em casa chorando por