



João Marques, Presidente da Sociedade Portuguesa de Alcoologia:

“O fundamentalismo deve ficar de lado. Eu quero discutir a problemática do álcool e quero poder ajudar toda a gente”

Recentemente eleito presidente da Sociedade Portuguesa de Alcoologia (SPA), João Marques revela em entrevista à Dependências as novas orientações que pretende implementar na equipa que dirigirá, atualmente bem mais multidisciplinar: desde logo, dotar a SPA de pessoas que reúnam a maior abrangência de conhecimentos possível, abrindo-a a todos aqueles que tenham interesse e possam ser uma mais-valia na discussão da questão do álcool; comunicar com o exterior é outra vertente de uma pretendida abertura à sociedade, por parte de uma entidade até hoje muito fechada sobre si própria, partilhando conhecimentos com as demais instituições que trabalham nesta área, quer a nível nacional, quer internacional; finalmente, o domínio da formação, que poderá ir desde a psicoeducação até estratégias mais específicas no âmbito do tratamento...

Ainda antes de aflorarmos o programa que desenvolverá enquanto presidente da Sociedade Portuguesa de Alcoologia, pedia-lhe que nos apresentasse a instituição...

João Marques (JM) – A Sociedade Portuguesa de Alcoologia é uma sociedade científica que tem como principal objetivo discutir o assunto do álcool e todas as suas repercussões nas mais diversas orientações, quer em termos médicos, quer psicológicos, sociais, legais, rodoviários e demais problemáticas associadas. O álcool, quer queiramos quer não, está presente na nossa sociedade e é hoje um problema de relevo porque faz parte da nossa cultura, da nossa forma de existir, de crescer, de relacionar, da nossa maneira de estar no mundo. Crescemos com o álcool, bem ou mal, e temos de lidar com isso. E o motivo pelo qual a SPA existe tem a ver com a promoção desta discussão em torno da problemática do álcool, tentar percebê-la e arranjar formas para orientar e melhorar a utilização do álcool na sociedade. Sendo certo que iremos continuar a consumir álcool, a ideia será aprender a lidar com o álcool da melhor forma possível, de forma a termos o menor número de problemas associados ao álcool.

Sendo a SPA uma sociedade científica, a verdade é que se conhece pouco do seu trabalho...

JM – A SPA tem muitos anos de existência... teve a sua origem em 1986 e passou por vários períodos, com diversas orientações, com presidentes e estratégias diferentes. Na verdade, ultimamente, e não de forma desprestigiante, o trabalho da SPA tem sido muito centrado na realização das Jornadas e Congresso, devendo-se isto ao facto dos apoios e dinâmicas em torno da SPA terem vindo a diminuir e desaparecer, o que é uma pena. Na verdade, um dos principais desafios será reconstruir uma multiplicidade de ligações e dinâmicas em torno da SPA, com as mais diversas instituições e entidades ligadas ao álcool, não esquecendo uma melhor comunicação com sócios e sociedade civil, fomentar a formação e a investigação. A este respeito sublinho o esforço que estamos a fazer para reabilitar o mais breve possível a Revista da SPA, que terá como principal propósito incentivar a investigação e estudo sobre as problemáticas relacionadas com o álcool e constituir desta forma, um espaço de reunião e divulgação de informação científica que tanta falta faz na nossa realidade atual.

Presumo que pretenda abrir às pessoas e ao meio envolvente uma sociedade até ao momento fechada sobre o seu próprio meio... De que forma pensa fazê-lo?

JM – Só assim me faz sentido pensar em pegar neste projeto da SPA... Se for para continuarmos a ficar a falar, reunir e discutir entre nós, teremos muito pouco proveito e mais-valia. A ideia é tentar dotar os técnicos e a sociedade do maior número de informação, capaz de beneficiar o relacionamento com o álcool. Só me propus a isto pensando na estruturação de uma sociedade capaz de assumir este objetivo e, à partida, o primeiro desafio que tive foi relacionado com a equipa que poderíamos ter. Se me centrasse numa equipa apenas constituída por médicos, iríamos ter um pouco mais do mesmo, voltando a ter as mesmas ideias, planos e estratégias. Então, a primeira ideia foi uma equipa o mais multidisciplinar possível. E aqui tive uma

dificuldade significativa, mas posso orgulhar-me de ter conseguido reunir, numa equipa, um conjunto de técnicos que vão desde a Psiquiatria à Medicina Geral e Familiar, passando pela Gastrenterologia, Psicologia, Enfermagem, Serviço Social, Administração Hospitalar, passando por um colega especialista em Marketing e outro em contas, Revisor Oficial de Contas.

Mais do que um problema médico, A SPA perspectiva-o como um problema social é assim?

JM – Sim, será um pouco mais por aí, olhar um pouco mais para a sociedade e não única e exclusivamente para a discussão técnica e científica do assunto, que é importante, mas depende da eficácia com que passemos a informação e conhecimento para o que é do domínio social. O percurso certo é pensar de forma certa e transmitir a informação de forma a que possa ser utilizada por todos nós, não só quem trata, mas também quem consome e quem sofre os problemas associados ao álcool.

É uma sociedade científica aberta à sociedade civil?

JM – Sem dúvida nenhuma. Não é de todo uma sociedade centrada única e exclusivamente no saber médico, mas tem de ser uma sociedade centrada no saber multidisciplinar. E este saber tem a ver com quem trabalha, mas igualmente com as instituições. Seria muito importante que a SPA se enriquecesse também com o saber de um conjunto de instituições, que não são necessariamente médicas, mas que trabalham no campo esta questão do alcoolismo e que acumulam uma experiência gigantesca. Seria importante reunirmos todos nesta discussão da problemática do álcool.

Que vantagens advirão para potenciais novos sócios da SPA ao associarem-se a esta nova dinâmica?

JM – A vantagem tem a ver com a questão da adaptação à altura certa, ao conceito certo e à forma como vamos lidando com as coisas. Quando somos muito fundamentalistas acabamos por afunilar o nosso conhecimento e a nossa mensagem para um conjunto de pessoas que bebem da mesma ideia e, se isto faz algum sentido para algumas pessoas, não o fará para a maioria. E quando estamos a tentar lidar com um problema não podemos enviesar a nossa forma de atuar num único grupo de pessoas. E aqui o fundamentalismo deve ficar de lado. Eu quero discutir a problemática do álcool e quero poder ajudar toda a gente... se ajudar for não consumir mais álcool, ótimo e temos um conjunto de medidas; mas se ajudar for deixar de sofrer por um consumo excessivo, ótimo; se ajudar for melhorar um conjunto de situações sociais que me permitem lidar de uma forma diferente com o álcool, ótimo; se ajudar for dotar aquela pessoa de um conjunto de estratégias e de instituições capazes de a poder auxiliar a lidar melhor com o álcool, ótimo... E não única e exclusivamente centrar a ideia na mensagem que o álcool não pode ser consumido. Temos que aceitar que o álcool existe e se cruza com todos nós, em determinada altura da vida, e muitas vezes de uma forma difícil de gerir.

Parece que estamos a falar mais numa doença do que num doente...

JM – Sim... vemos pela estatística e pelos últimos relatórios, que mostram uma alta prevalência do consumo de álcool, do consumo abusivo, da dependência e de problemáticas associadas em Portugal, que a relação com o álcool surge muitas vezes como um processo de doença. Não podemos ver a questão do álcool como um episódio da doença ou uma altura em que a pessoa está doente. É um processo e devo olhá-lo da forma mais adequada à pessoa em questão, ajudando-a a lidar com o consumo do álcool da melhor forma possível. Temos que aceitar que o álcool está associado a um processo crónico de doença e, se eu tenho um problema relacionado com o álcool hoje, tendencialmente, vou mantê-lo ao longo do tempo e o meu objetivo será direcionar aquela pessoa para lidar o melhor possível com o álcool para ter o menor problema possível associado.

Trata-se de centrar mais o problema na pessoa do que na substância?

JM – Sem dúvida nenhuma! Se me centrar única e exclusivamente na substância, foco apenas esta premissa: ou bebes e quanto bebes ou não bebes; se me centro na pessoa, vou tentar perceber como bebe, quanto bebe, por que bebe, quando bebe, a sua história familiar, o seu contexto social/laboral, a existência de comorbilidades....enfim, consigo ter um conjunto de vetores que posso modelar de forma a ter um maior benefício na compreensão e elaboração de plano terapêutico para aquele indivíduo. Se me centrar apenas na substância, fico resumido a isto: ou bebes ou não bebes e sabemos que, na grande maioria das vezes, esta guerra é perdida para o técnico. O doente poderá não beber durante algum tempo, mas, quando voltar a beber, sairá da abrangência técnica do profissional, sentindo-se frustrado porque não cumpriu com o que lhe foi pedido. Se eu olhar para esta situação como um processo de doença, vou centrar-me muito mais no doente do que na substância e, aí, a mais-valia é muito mais significativa, até porque temos muito mais vetores onde podemos atuar. Não um único técnico, mas um conjunto de técnicos.

Quem cabe nesta nova SPA? Há lugar para as associações de doentes, para os familiares, para as instituições da sociedade civil?

JM – A minha visão desta problemática vai muito de encontro ao que acabou de questionar: é um problema social que abrange um conjunto de indivíduos e de elementos da sociedade e que todos eles devem fazer parte do mesmo. Exemplo típico: um doente alcoólico não é o único problema... a família também o é. E se quero tratar este assunto da forma mais certa, tenho que abarcar todos os vetores associados à problemática: doentes, instituições, familiares, o maior número de elementos associados ao assunto. Faz-me sentido abrir a SPA ao maior número de pessoas possíveis, pois só assim conseguiremos reunir a maior informação possível e dotar a sociedade do maior conhecimento possível.

Que importância assume a saúde mental neste fenómeno?

JM – A saúde mental tem uma importância muito significativa. Aliás, a minha aprendizagem na questão do álcool e das dependências iniciou-se na saúde mental. Sou psiquiatra de formação e foi no Hospital de São João que comecei a minha ligação a esta área. Quer queiramos quer não, a dependência pressupõe uma alteração neurobiológica do sistema nervoso central, tal como a maioria das patologias da saúde mental, o que significa que não devemos compartimentar. Podemos fazê-lo em termos institucionais e de organização para melhor trabalharmos os assuntos, mas, depois, temos de reunir o maior número de saberes e a saúde mental tem também aqui um ponto muito significativo porque a comorbilidade associada ao consumo de álcool é altamente prevalente. Não podemos esquecer por exemplo uma depressão num doente alcoólico. Portanto, não podemos ignorar que a saúde mental tem uma alta ligação às dependências e vice-versa. Podemos, organizacionalmente, olhar para ambas em situações diferentes e ter planos terapêuticos específicos e muito mais estruturados, mas não podemos compartimentá-los de forma a olhar unicamente para um ou outro. Tem de haver uma partilha de saberes.

