

# ADIÇÕES, A ILUSÃO DO CÉREBRO?

A Associação Portuguesa de Adictologia (APEDD) organizou, nos dias 8 e 9 de fevereiro, as suas jornadas Nacionais. O evento, que decorreu na Casa da Cultura de Ílhavo, convidou a uma reflexão entre as complexas interações entre a biologia, o comportamento e o meio ambiente, envolvendo um conjunto de fatores biológicos, psicológicos, comportamentais, sociais, económicos e culturais, que a ciência tem hoje bem estabelecido quanto às adições, e que contribuem para o processo das dependências e comportamentos aditivos.

Por outro lado, entendem os especialistas da APEDD, ainda não compreendemos todos os fatores que tornam algumas pessoas mais suscetíveis a perturbações aditivas e à sua recuperação. Compreender os mecanismos cerebrais subjacentes aos comportamentos aditivos e dependências é crucial para prover as intervenções da prevenção, desenvolver novas terapias para os transtornos aditivos e também compreender a experiência consciente dos efeitos reforçadores das dependências. Estas jornadas procuraram contribuir, também, para o desenvolvimento de formas melhoradas de abordagens e tratamentos para as dependências no sistema de saúde. A integração dos vários saberes como forma de construção de novas ideias e modelos de intervenção, tendo por referência a evolução do conhecimento científico foi outra componente reforçada neste encontro. As jornadas da APEDD constituíram um lugar de encontro e partilha de palavras e afetos, que contribuem para que os profissionais em CAD se sintam mais próximos e fortalecidos na árdua missão de cuidar das pessoas que padecem de problemas ligadas aos comportamentos aditivos.

Dependências marcou presença no evento, e entrevistou Manuel Cardoso e Rocha Almeida...



## MANUEL CARDOSO



**Não estou certo se a toxicodependência terá voltado ao topo das preocupações dos decisores políticos mas temos assistido, pelo menos, a um alarme social, sobretudo em torno das drogas sintéticas. Que explicação poderemos encontrar para uma situação desta natureza nos dias que correm?**

**Manuel Cardoso (MC)** – É difícil ter explicações simples para algo tão complexo. Penso que a situação social, como um todo, dá origem a alguns dos episódios de procura de respostas, quer para aqueles que alguma vez já haviam consumido e agora acabam por recair, quer para aqueles que estão eventualmente a começar. Tendo em atenção o que costumamos referir como razões pelas quais as pessoas consomem, ainda que dependendo das substâncias – algumas, as pessoas consomem para experimentar, porque dá prazer, etc. – na minha perspetiva, há toda uma intervenção na área, durante este tempo, que é louvável, mas que não deixa de ser de manutenção. Com a Troika, os recursos existentes no país foram colocados à disposição dos cidadãos mas não tiveram, em contínuum, a manutenção que deviam ter e assim se foram degradando naturalmente. Ao desmembrar-se o serviço e a resposta, tivemos respostas pontuais, com formas de organização diferentes, mas aquilo que aconteceu e, apesar de tudo, com todo o louvor possível para os profissionais e para aqueles que, de certo modo, coordenaram as intervenções, a verdade é que foram usando o que havia e promovendo muito pouca manutenção ou reforço da capacidade de resposta. Hoje, o número de pessoas que estão em espera de uma resposta nos serviços é equivalente ao de 1998, quando entrei no serviço.



**No entanto, essas respostas existem, nomeadamente em unidades especializadas como as comunidades terapêuticas ou clínicas, entre outras estruturas... não haverá forma de tornar o sistema mais eficiente e célere?**

**MC** – Esse é o trabalho que estamos a fazer... Se reparar, também saíram recentemente notícias alusivas ao aumento de novos utentes e de readmitidos, portanto, os serviços, apesar de tudo, estão a recuperar capacidade de resposta e rapidamente atingirão a capacidade que tinham em 2019. Mas vão precisar de mais e essa é a nossa primeira prioridade. Estamos a preparar um plano estratégico ICAD e temos fatores críticos de sucesso para a própria instituição, que têm a ver com a capacidade de responder às pessoas que precisam quando estas precisam. Em suma, os nossos dois primeiros desafios consistem em responder a estas solicitações de quem está em espera, tendo em consideração o tempo de espera e a rede de referência. Outra vertente, que teremos ainda que pensar, é que a emergência está a ser cada vez maior. Houve a emergência no Porto, na zona da Pasteleira, que era claramente a mais visível e teve uma resposta que ainda não está completada, e agora temos a emergência do Casal Ventoso, apesar da resposta que ali foi previamente criada e estamos na dúvida se poderá ter contribuído para que houvesse alguma movimentação dos utilizadores, mas precisamos de mexer e de criar igualmente uma resposta de emergência.

**Face a essas situações de emergência, iremos deixar rolar ou criar uma resposta, ainda que temporária?**

**MC** – Claro que iremos criar uma resposta temporária mas, de momento, não poderei adiantar muito mais. A direção irá refletir muito bem sobre o assunto, conhecemos bastante bem o problema, precisaremos, no entanto, de fazer um diagnóstico mais aprofundado para percebermos bem as necessidades, mas o que me parece é que teremos que encontrar uma resposta de emergência com todos os atores que consiga, pelo menos, dar uma primeira resposta a esta gente.



**Falou sobre o aumento de consumos, referindo-se nomeadamente ao jogo e ao álcool mas também dos opióides sintéticos... estarão, por exemplo, as comunidades terapêuticas preparadas para oferecerem respostas a este nível, ou deverão preparar-se rapidamente?**

**MC** – Creio que as comunidades terapêuticas terão que ser trabalhadas e temos um grupo de proximidade a tentar criar aqui uma dinâmica que, por um lado, promova a qualidade da intervenção, da resposta e da capacidade que têm e, simultaneamente, promover a capacitação financeira e de recursos. Até aqui, foram deixados quase ao abandono, pelo menos em termos de financiamento. Atualmente estão a meio caminho e ainda sem condições para poderem dar um salto para a qualidade, nós precisamos de definir, com eles, critérios de qualidade para as instituições, bem como rever critérios de financiamento e as questões do licenciamento, uma vez que houve alterações que os perturbam e devem ser reconsideradas. Face às características do que é a dependência ou a adição, creio que têm condições para responder. A nossa atenção permanente desde há uns anos é o estar atentos e termos capacidade, nomeadamente para os opióides sintéticos, de termos instrumentos de resposta de emergência, nomeadamente a naloxona e outras... Teremos que trabalhar também isso para que a tenhamos em carteira e, em situação de emergência, possamos intervir. Basicamente, é estar atento porque as substâncias irão sempre existir. Há que manter um alerta permanente em relação ao que aparece.

**Entretanto, havia uma expectativa por parte das comunidades terapêuticas face a um governo que se encontra atualmente em gestão face à reposição de retroativos de tantos anos de intervenção sem qualquer atualização das convenções de financiamento e de alguma justiça face a um estrangulamento financeiro... já temos o ICAD, quem assumirá uma resposta a esta situação?**

**MC** – Nós estamos a trabalhar com as comunidades desde o primeiro momento, mas é evidente que um governo de gestão não irá aumentar nada relativamente a algo que se transformará depois numa despesa permanente. O que iremos fazer é preparar e trabalhar com as comunidades as propostas de aumento de financiamento, as quais terão que ser compatibilizadas com um ganho em qualidade, na capacidade qualitativa da resposta. Sabemos que existem níveis diferentes entre comunidades consideradas iguais e precisamos de criar critérios claramente de qualidade para todas elas, compaginadas também com a nova legislação sobre licenciamento e funcionamento das comunidades.

**Voltando à questão da emergência e das listas de espera, poderão as pessoas que precisam de tratamento acreditar que o ICAD irá desburocratizar e encontrar uma solução para acelerar o processo?**

**MC** – Temos que encontrar solução na capacidade de resposta, quer em termos organizativos, quer em termos funcionais e uma terceira componente, indispensável, que é a dos recursos. Temos que rever e repensar os recursos das unidades para que tenham capacidade efetiva para poderem responder às pessoas.

## ROCHA ALMEIDA



### **Estão cumpridos os objetivos que traçaram para estas jornadas?**

**Rocha Almeida (RA)** – Penso que sim... um dos grandes objetivos era reunir presencialmente. Necessitávamos de estar novamente juntos, de conversar, trocar ideias e experiências. Tivemos mais de 200 inscrições e, como tal, creio que esse objetivo foi concretizado. O outro objetivo tem a ver com a vertente científica, que obviamente valorizamos sempre e, na verdade, tivemos um painel de palestrantes muito bom, com temas muito atuais e importantes para o debate das adições, sem esquecer as adições sem substância. E, como não poderia deixar de ser, o tema da cannabis continua a merecer a nossa especial atenção. Quer pela participação, quer pela vertente científica, creio que conseguimos um resultado muito interessante.

### **Entre a diversidade de temas, haverá algum a destacar como mais marcante?**

**RA** – Foram dois dias muito preenchidos e tentar destacar algum tema não é fácil. Mas pela atualidade e pelo debate que tem provocado a mesa sobre a nova lei da droga foi muito importante. Tivemos dois juristas que tiveram uma participação ativa na elaboração da lei e que nos trouxeram contributos muito úteis. Creio que é importante falar sobre estes aspetos, nomeadamente quando estamos com uma lei ainda numa fase inicial da sua implementação.

### **Sabendo-se que existem adições proibidas e outras legais, pergunto-lhe se considera possível ao ser humano viver sem drogas...**

**RA** – As drogas sempre existiram e continuarão a existir... e se as pessoas têm acesso a elas há grandes possibilidades de as consumirem. O importante nessa questão é perceber até que ponto a pessoa necessita de consumir determinada substância. Sabemos que quando uma pessoa começa a consumir drogas o seu cérebro pode criar uma ilusão de prazer ou recompensa o que a incentiva a continuar com esse consumo. No entanto, essa ilusão de prazer é temporária e de curta duração, levando a pessoa a buscar cada vez mais a substância para obter o mesmo efeito. Com o tempo, o cérebro adapta-se e torna-se tolerante à substância, exigindo doses maiores para alcançar os mesmos efeitos. Este consumo acaba por trazer consequências negativas para a vida pessoal, profissional e social do consumidor. Foi neste sentido que colocamos o título destas jornadas - drogas, a ilusão do cérebro como uma interrogação. Precisamos ter a noção que o consumo de uma droga não está isento de riscos e pode ter consequências graves. Saber estar num mundo onde existem drogas é um desafio que se deve colocar diariamente.

**Hoje temos substâncias algo diferentes das tradicionais, como os opióides sintéticos e outras, que representam novos desafios para os**

### **profissionais de saúde... estarão os mesmos preparados para responder a este problema?**

**RA** – Na verdade, as drogas sintéticas são um verdadeiro desafio para quem trabalha nesta área. São substâncias muito potentes, com grande poder aditivo, difíceis de detetar no organismo pelos meios normais, o que origina que muitas vezes nem sequer sabemos o que é que a pessoa está a consumir. Inicialmente estes consumidores eram vistos nos serviços de urgência dos hospitais devido a problemas agudos de saúde nomeadamente mentais provocados pelo consumo destas substâncias. Mas agora já estão a recorrer aos nossos serviços para se tratarem de uma forma mais continuada. Temos tido alguma formação e com a experiência que temos de tratar outras adições vamos encontrando formas de motivar e tratar estes consumidores. Neste sentido, a intervenção terapêutica continua a ser multidisciplinar e articulada entre os técnicos intervenientes.

### **Podemos concluir que é necessária muita informação e formação?**

**RA** – Sim, a formação é essencial. Este é um fenómeno em permanente mudança e temos que estar atentos a essas mudanças. Só se consegue sensibilizar e estar ao corrente de tudo o que se vai passando havendo formação. Mas também há aspetos que têm que melhorar ao nível da intervenção na sociedade, nomeadamente na prevenção, uma área em que, ultimamente, pouco se faz. Devíamos voltar a ter equipas direcionadas para prevenção dos comportamentos aditivos e dependências, com uma intervenção com programas específicos e atualmente existem bons programas na área da prevenção.

### **Nesse sentido, a revista Adictologia poderia oferecer um importante contributo... mas diria que a carolice não chega... o que seria necessário para que este meio pudesse dar efetivamente voz à qualidade da intervenção dos profissionais de saúde?**

**RA** – Em Portugal não há muito o hábito de escrever artigos científicos e isso acaba por trazer dificuldades em mantermos a periodicidade que desejávamos quando começamos este projeto da revista Adictologia. Aqui ao lado, em Espanha, passa-se exatamente o contrário, há várias revistas nesta área com edição de vários números durante o ano.

A revista Adictologia é de acesso gratuito e tem uma grande procura, este último número já tem mais de três mil visualizações. São motivos que nos levam a continuar, embora gostássemos de ser mais regulares na sua publicação.

Vamos tentando encontrar formas de incentivar os profissionais a escreverem. Nestas jornadas fizemos, pela primeira vez, uma mesa de comunicações livres. A ideia era trazer profissionais mais jovens alguns em formação e dar-lhes a possibilidade de exporem os seus trabalhos. Recebemos 23 propostas de comunicações livres e 10 para posters. A qualidade das intervenções foi muito boa ao ponto do júri ter tido algumas dificuldades em classificar os melhores. Na entrega dos prémios incentivamos todos os autores a passarem para artigos as suas apresentações e publicarem na revista Adictologia

