

A SAÚDE MENTAL FACE À PANDEMIA

Que consequências poderão advir para as populações ao nível da saúde mental face a esta pandemia de Covid-19?

Jesús Cartelle (JC) – Vão haver mudanças, disso não tenho qualquer dúvida... Tudo isto nos deixará uma certa sensação de debilidade e de fragilidade e as relações sociais, familiares e entre amigos serão certamente afetadas, com todas as consequências relacionadas com perdas ao nível da forma de ser e estar no mundo de cada um e o que isso representa para a saúde mental. Não restem dúvidas de que essa forma de ser e estar no mundo é algo total e absolutamente pessoal e

que não iremos reagir todos da mesma forma nem ficaremos todos como éramos. Um dos sintomas é o medo e a angústia e o ser humano, como qualquer outro animal, tem algumas formas de se defender perante este quadro: ou foge, ou ataca, ou paralisa ou auto destrui-se. Nós, seres humanos, em situações de ansiedade, podemos ter estes quatro tipos de resposta, cada uma adaptada à base da própria estrutura de personalidade. Esta restrição que hoje vivemos ao nível da comunicação com os demais, que se vê inclusivamente afetada em termos pessoais porque nos impede de tocarmo-nos, de nos relacionarmos com o nosso próprio corpo de uma forma normal está a deixar algo significativo, que é a relação olhos nos olhos...

Dentro do grupo dos seres humanos de que fala, em que situação ficarão aqueles que designa no seu estudo na “cidade das esquinas” habitualmente os excluídos da sociedade?

JC – Desde logo, ficaram até excluídos das normas porque, quando foram definidas as normas de confinamento, a maioria deles não podia cumpri-las. Não podiam ficar no domicílio, ter os cuidados de higiene recomendados... foram para a esquina da esquina...

Ou seja, temos aqui um exemplo de que, afinal, esta pandemia não foi assim tão democrática como alguns afirmam quando referem que atingiu todos por igual, independentemente do estrato social ou condição económica...

JC – A verdade é que, lamentavelmente, não somos todos iguais nem o seremos nunca. Se recuarmos aos primórdios da humanidade, desde os tempos das cavernas que “nós” éramos os que vivíamos na nossa caverna, ao passo que os “outros” eram os que viviam na caverna ao lado. E “nós” éramos os normais, os que viviam segundo as normas e os “outros” eram os que estavam ao lado, maus, perversos, diferentes e reabilitáveis. Isto marca as diferenças posteriores e continuará a marcar no futuro, enquanto houver competitividade entre o nosso planeta e o do lado, que é o dos outros.

Entretanto, alguns líderes políticos estão a tomar decisões, anticientíficas e anti saúde... Como poderemos superar isto?

JC – É complicado superar isto... Há dias, recordava uma frase de Kant, que dizia obedece, mas pensa. A isso Kant chamou o uso público da razão. Creio que estamos obedecendo, mas não estamos pensando. Porque se estivéssemos a pensar, dar-nos-íamos conta que nos estão a dar uma série de instruções políticas misturadas entre verdades, meias verdades, meias mentiras e mentiras completas, entregam a resolução de tudo isto à comunidade científica e nós estamos simplesmente a obedecer ao que nos dizem. Se amanhã nos mandarem colocar um lenço vermelho à volta da cabeça, nós iremos fazê-lo. E em princípio até o devemos fazer





porque temos que obedecer, mas isso não deve impedir-nos de pensar a que interesses obedecemos quando colocarmos esse lenço vermelho, quem ganha dinheiro com esse lenço vermelho, se devemos colocá-lo, etc.

O Covid-19 é um problema de saúde ou um problema político?

JC – Não creio que possamos afirmar tratar-se de um problema nem de saúde, nem económico, nem social porque é tudo isso. Inicialmente, é uma pandemia, ou seja, uma epidemia infecciosa a nível global. E são tantas as repercussões e consequências a nível político, económico e social que resulta numa mescla de tudo isso. Mas não sejamos ingénuos: alguém está a enriquecer muito com os “lenços vermelhos”.

Numa das suas comissões usou a expressão do “politécnico”, do político que julgava saber mais que o técnico e do técnico que pretendia ser político... É a situação que vivemos hoje?

JC – Sim... teoricamente, os dois papéis, político e técnico, estão perfeitamente separados, mas, na prática, não é assim. E vemos quase diariamente políticos a tentarem fazer o papel de técnicos ou cientistas, a darem instruções, a gravarem vídeos sobre o uso correto da máscara ou das luvas... e alguns técnicos que vêm aqui uma oportunidade para se destacarem politicamente e adquirirem prestígio pessoal e profissional e, quem sabe, um salto para a política.

Nesta pandemia qual é o papel dos autarcas e das comunidades locais?

JC – Muito importante e decisivo, não restam dúvidas de que o impossível, o que não poderia ocorrer, ocorreu. E isto vai deixar-nos dois níveis de organização e da realidade que teremos que assumir: por um lado, o estado patriarcal, que a dado momento, toma as rédeas do problema e dita como devem ser feitas as coisas, teria sido absolutamente inútil e ineficaz se não contássemos com o poder e o voluntariado dos cidadãos que vivem nas suas comunidades e municipalidades. A ajuda aos mais desfavorecidos, aos mais idosos, aos que não têm proteção social veio e vem das comunidades locais, dos grupos de apoio tanto públicos como privados que estão nas corporações locais, nas autarquias, nos bairros. E temos outro nível acima de tudo isto: vai ser necessário organizar uma cooperação internacional efetiva para este tipo de situações. Porque é muito possível que venha a repetir-se, é necessário encontrar outra forma de organização entre os estados, que esteja acima das vontades dos estados.

Recorrendo à alegoria da caverna os “arte sanos” lidaram heroicamente o combate a este problema...

JC – Sem dúvida! Não havia tecnologia, esse instrumento da ciência não existia... estávamos simplesmente a ensaiar possíveis tecnologias, mas nenhuma era eficaz. Então começou a desenvolver-se a arte, os cuidados, a proximidade, tudo o que tem mais a ver com a

nossa disponibilidade para ajudar o outro, desde o mais íntimo e pessoal. Ao usar as máscaras estávamos como que a conectar-nos com o cérebro das outras pessoas, fazendo-o através dos olhos, a parte visível do cérebro humano. Esta conexão olhos nos olhos humanizou-nos.

E que futuro podemos esperar?

JC – Creio que nós, os profissionais que nos dedicamos à “artesanía” da saúde e somos fundamentalmente psiquiatras e psicólogos porque não temos tecnologia e não nos resta mais do que a tal “artesanía”, vamos ter muitíssimo trabalho. Vamos ter que tratar muitos cérebros através dos olhos.

Será que o Covid nos chamou à atenção para a forma como estamos a viver, sem pensar que o mal que acontece aos outros também nos poderá afetar?

JC – Confesso que não estou especialmente esperançoso... Creio que a aprendizagem será individual mas, como género humano, não me parece que vamos aprender grande coisa porque os interesses que estão por trás de tudo isto são tão fortes e o estado de precaridade em que nos deixa é tão importante que resultará numa situação de auto salvação coletiva. Essa sensação de fragilidade afetará todos. A questão aqui é o que aprenderemos... isto levará a vivermos de forma distinta? Não! Da mesma forma que sucedeu com a Gripe Espanhola, que passou... Desgraçadamente, continuarão a morrer duas a três crianças a cada segundo, continuará a haver guerras e continuaremos a lutar pelo que sempre lutámos, por um pedaço de terra ou um deus. Se desaparecessem as pátrias e os deuses, que tanto serviram de pretexto para matar neste mundo, eliminaríamos grande parte dos problemas que o ser humano tem.

