

DA PROFILAXIA À SAÚDE PSÍQUICA: COMO PODERIA SER EFICAZ NA VIDA DAS PESSOAS?

Antônios Terzis¹

Alan Ferreira dos Santos²

Como a profilaxia seria eficaz à nossa saúde mental, se conseguíssemos impedir frustrações novas e repressões? Se conseguíssemos proporcionar satisfações que representassem o bem-estar da saúde? Se conseguíssemos criar condições que não remobilizassem antigos conflitos da infância? Seria ainda mais eficaz se pudéssemos impedir os próprios conflitos patológicos, em todas as ocasiões em que é necessário interferir nos impulsos da criança, deixar aberta mais vias de reação; vias com menos sentimento de culpa, mais auto-confiança, mais atividade, razão, pensamentos, decisão independente e com menos atuações imediatas primitivas; se conseguíssemos criar egos razoavelmente fortes que previssem as consequências dos seus atos? Como poderia ser a nossa saúde mental?

Freud (1933) disse que onde houvesse id, haveria ego; onde houvesse superego³ haveria ego⁴. Não é porque ainda atuam impulsos primitivos dentro de nós, que temos guerras, miséria, neuroses e psicoses; mas sim porque os nossos impulsos, ainda persistem sob forma desfavorável, e isso serve para gerar guerras e miséria, e para produzir sofrimento psíquico. Ainda não aprendemos a evitar as guerras e a miséria mediante regulação razoável, sensata e mais coerente das relações sociais.

Sabemos que, nas condições atuais, por força de fatores sociais, as providências institucionais sobre a profilaxia da saúde mental constitui o *trabalho de Sísifo*. O mito conta que Sísifo era o mais astuto dos mortais. Amava a vida, com todos os prazeres materiais, que a vida lhe pudesse oferecer. Sua maior tristeza era saber que haveria de morrer, deixando tudo

¹ Psicanalista de grupo e individual, doutor pela USP, mestre e especialista pela Universidade Paris VII (FRA), psicólogo pelo Centro de Psicologia Athenas (GRE), ex-docente da pós-graduação na PUC-Campinas, autor e orientador de diversas dissertações e teses de doutorado, professor convidado da Famema e UFSCar, ex-presidente da Flapag. Bolsista pelo Itamaraty- CNPq e Especialista em Psicologia Clínica e Pesquisa Científica pela UnB. Diretor do Centro de Formação e Assistência à Saúde (CEFAS).

² Psicólogo e Especialista em Neurociências e Psicopedagogia pela Universidade Paulista (UNIP). Aprimorado em Neuropsicologia Geriátrica e Especialista em Neuropsicologia e Avaliação Psicológica em Psiquiatria pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Coordenador de linhas de investigação no Grupo de Pesquisa em Psicoterapias Existenciais e Humanistas (GP-PEH) pela Universidade Federal do Maranhão (UFMA). Atualmente cursando formação em Psicanálise pelo Centro de Formação e Assistência à Saúde (CEFAS).

³ Quer dizer, a autonomia automática de sentimento de culpa, o princípio de talião, vingança etc.

⁴ isto é, manipulação razoável da realidade.

aqui. Ele trai Zeus ao revelar uma de suas aventuras. Zeus já estava mal com Sísifo por ser hedonista (buscava o prazer na vida com um fim em si mesmo). Zeus decidiu então enviar-lhe a morte como castigo, mas o inventor Sísifo percebendo sua aproximação da morte, conseguiu aprisioná-la (colocar a morte em prisão). Assim, não só o Sísifo, mas todos os mortais puderam continuar vivendo indefinidamente.

Acontece que o Hades (o mundo subterrâneo dos mortos) era um lugar onde os mortos passavam e depois partiam em direção a seu astro-guia para se preparar para voltar a viver. Desse modo, não permaneciam os mortos lá. O Hades recebia sempre novos mortos para habitar o mundo subterrâneo. Como a morte estava aprisionada, os homens deixaram de morrer, o que acabou por esvaziar esse mundo subterrâneo dos mortos.

Hades, que governava esse mundo, queixou-se para Zeus de que seu reino estava praticamente vazio. Zeus imediatamente descobriu a invenção de Sísifo em aprisionar a morte. Decidiu então dar a Sísifo o mais terrível dos castigos, sendo que após liberar a morte, aprisionou-o no Hades, condenando o Sísifo a rolar eternamente uma pedra, levando acima da colina, e quando ela estivesse quase no topo, rolasse de volta para baixo, para tudo começar de novo.

E daqui encontramos o significado central desse mito. A pedra rolando eternamente e sendo levada outra vez na colina acima simboliza a mais ingrata das tarefas: é inútil rolá-la para cima, pois ela retornará a seu ponto de partida. Mas, embora sem sentido, é preciso levá-la novamente. Isso representa o pior dos castigos que um homem pode ter: realizar um trabalho de modo insano, e sem sentido. Pois significa perder o mais sagrado dos direitos de uma alma: o de prosseguir em seu destino, envolvido cada vez mais, numa nova existência, para finalmente reconquistar a imortalidade perdida.

Assim, Sísifo sofre o pior dos castigos, pois perde o direito de ter um destino a cumprir. Representa a perda da busca e da evolução: tudo que ele realiza é inútil e de nada serve para sua elevação, ao contrário, ele ironicamente atingiu a imortalidade só que da pior forma, e não vai a lugar algum.

Podemos compreender que, mais uma vez, esse é o sentido e o destino daqueles que estão presos ao material e a busca incessante do prazer como um fim em si mesmo: estão condenados a não ir a lugar algum, ou seja, estão rolando uma pedra sem sentido, e só eles não foram avisados.

Quando, às vezes, deparamos e defrontamos a enorme miséria na saúde mental nos nossos dias, chegamos quase a desesperar por que compreendemos, que só podemos atender 10 a 12 pessoas por ano, consola-nos a ideia de que esse limitado serviço de atendimento

terapêutico, vem a ser também o método de pesquisa de uma ciência, que seria necessário um alcance maior no número de pacientes, aplicando a psicanálise em outras modalidades terapêuticas: psicanálise de grupo, de família-casal e aplicada nas instituições.

A esta altura, se faz compreensível que a higiene mental é limitada pelas condições sociais, que lhe restringem a eficácia. Claro que o psicoterapeuta analista, pode fazer certo número de sugestões, apontamentos e considerações a respeito da higiene mental do adulto, do idoso e da educação infantil para o fim de evitar transtornos psíquicos futuros. Ora, sempre que possível, evitam-se estados emocionais intensos; e sempre que possível, evitam-se as impulsividades emocionais e o mal-estar da sociedade, de maneira a superar e ser superior o desenvolvimento espontâneo psíquico da criança. Por exemplo, pode-se dizer:

- 1) É bom evitar que as crianças presenciem cenas sexuais entre adultos;
- 2) É bom reduzir, tanto quanto possível, as oportunidades de seduções por adultos ou crianças de mais idade;
- 3) É bom evitar ameaças diretas de castração: submeter a criança a privações, impedir suas eficiências, anular ou restringir fortemente a sua personalidade;
- 4) É bom formar nas crianças virtudes individuais (a verdade, a dignidade e a honra: consideração, coragem às boas ações); e virtudes coletivas (amar seu semelhante, cuidar da cidade e proteger a nossa mãe natureza);
- 5) É bom ensinar as crianças hábitos de asseio da maneira correta, nem cedo demais, nem demasiado tarde, nem com severidade excessiva, nem com excessiva emocionalidade;
- 6) É bom preparar as crianças com vistas ao futuro, na previsão de acontecimentos iminentemente extraordinários. Por exemplo, o nascimento de irmãos, operações etc.;
- 7) É melhor escutar e compreender as necessidades da criança, de que usar padrões disciplinares rígidos.

Tudo isto é importante e a lista poderia, claro, continuar a onde a psicanálise poderia expandir suas práticas clínicas de profilaxia.

A profilaxia psicanalítica, que chamamos “higiene psíquica”⁵, trabalha no sentido do indivíduo ou no sentido dos grupos, tentando transferir conhecimentos de “higiene psíquica” e estimulando a pessoa a aprender da experiência, de que modo proteger sua saúde, para se evitar adoecimentos e visando a reduzir a grande frequência das psicoses e das neuroses.

Em contraste claro com todos os outros tipos de psicoterapia, a psicanálise tenta avaliar de forma verdadeira as defesas patológicas do paciente.

⁵ Em grego.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

FREUD, Sigmund. **Novas conferências introdutórias sobre psicanálise**. Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud, v. 22, [1933] 1976.