

Escutadores do sofrimento psíquico durante o confinamento e a construção de saídas coletivas após a pandemia

A pandemia mundial de COVID-19 é uma fatalidade de ordem natural, mas que, ao mesmo tempo, revela as consequências dramáticas de uma organização mundial que, nas últimas décadas, se caracterizou pelo desmonte do estado do bem-estar social.

Não temos como viver em sociedade sem construirmos um projeto coletivo que zele pela saúde, educação, pesquisa, informação, amparando a população vulnerável em uma Rede de Atendimento Psicossocial. Revela-se aí a importância do SUS, da RAPS, das bolsas de pesquisa (duramente sucateadas a partir da Emenda Constitucional 95 que congelou as verbas para saúde e educação por 20 anos). Se em momentos de surtos de doenças infecto contagiosas, como a COVID-19, precisamos contar com médicos, enfermeiros e auxiliares de enfermagem na linha de frente, temos também um intenso trabalho ocorrendo na sustentação da vida pela via da manutenção da saúde mental, duramente atingida durante a pandemia.

Nas últimas semanas, psicólogos, psicanalistas e terapeutas implicados no tratamento regular de pacientes - como fonoaudiólogos, psicomotricistas, terapeutas ocupacionais, fisioterapeutas, musicoterapeutas, psicopedagogos e assistentes sociais, entre outros – têm trabalhado intensamente.

À medida em que a pandemia avança, avança também uma fragilização psíquica. Temos escutado as pessoas falarem do medo. Medo direto da perda da própria vida ou da de seres queridos, em particular dos mais velhos, mas também medo pela geração seguinte, nos casos em que se trata de crianças com dificuldades, pelas quais é preciso zelar ainda mais. Medo da perda do trabalho e dos lugares que tão duramente se conquistaram ao longo dos anos por um imenso investimento de esforço vital. Medo da perda do sustento para o mais mínimo da dignidade humana: alimento, medicações, moradia.

Somos escutadores da angústia - sentimento mais difuso que o medo, já que este, pelo menos, é um temor de algo específico. A angústia é mais avassaladora, invade, tira o sono, causa palpitações, toma o corpo de aflição, uma aflição da qual não se vê a saída... traduzida na frase, muito repetida nesses dias, “senti um aperto quando percebi que não se sabe quando isso vai acabar”.

Quando as coordenadas simbólicas que sustentam a vida de alguém se fragilizam, torna-se difícil imaginar o futuro. Ainda que nunca saibamos do futuro, imaginar um, é imprescindível para sustentar o presente, senão o presente é vivido em um continuum sem relevo, sem perspectiva. Por isso é tão importante considerar que, ainda que não saibamos quando, isso vai acabar.

A angústia se apresenta pela descontinuidade que se vive, já que sabemos que não sairemos dessa para o mesmo mundo que deixamos, e essa incerteza comparece nos pesadelos, tão narrados nesses dias, em que as pessoas se

vêm atingidas por acontecimentos imprevisíveis que as tomam de surpresa, que as pegam despreparadas, ficando paralisadas ao se tentarem invadidas pelo terror.

Somos escutadores da tristeza e quadros depressivos daqueles para os quais estar no mundo já não era fácil, e agora, ao ter que ficar reclusos, esquecem até de abrir a janela, entrando em estados crepusculares em que tudo parece se apagar, ficar distante e difuso.

Somos escutadores daqueles que se sentem absolutamente indefesos, expostos e invadidos pelo risco da doença que passa a assumir um caráter persecutório, na medida em que percebem que não há garantias absolutas de risco zero, por mais que haja isolamento ou por mais que se lave as mãos.

Somos escutadores da raiva e das explosões emocionais que, se não escutadas, viram atos contra si e contra os outros -como todos têm testemunhado pelas estatísticas que evidenciam um acréscimo exponencial de violência doméstica durante essa pandemia.

Somos escutadores dos efeitos psíquicos produzidos pela privação do ir e vir, pela privação do gesto do beijo e do abraço. É uma dor para as crianças não poderem ver os avós, é uma dor para os jovens não poderem encontrar seus namorados e para os adolescentes não poderem conviver com seus amigos. São dores que precisam ser escutadas para que seja possível às pessoas atravessar esse momento sem se porem em risco.

Nesse momento, para cuidar dos demais, é preciso se afastar fisicamente. Para exercer a cidadania é preciso ficar em casa. Mas, para não adoecer, é preciso sentir que estamos com os outros simbolicamente, se sentir amparado, considerado, escutado. Refazer o sentido de viver diante do imprevisível, como uma pandemia, é imprescindível para não adoecer psicologicamente, e esse sentido precisa ser sustentado com os outros: amigos, familiares, colegas e também terapeutas.

Por isso é um trabalho de escutadores esse que fazemos. Um trabalho que não aparece nas estatísticas nem é visível. Como as tarefas domésticas, o sofrimento mental só aparece quando o trabalho de elaboração que era para acontecer não aconteceu. Assim como os cidadãos só costumam lembrar dos lixeiros quando eles não passam, e aí se percebe quão fundamental esse trabalho é, os trabalhadores da saúde mental somos recicladores do lixo psíquico, dos resíduos que produzem adoecimento.

Tratamos escutando a dor que dilacera e, a partir dela, procuramos, na fineza e delicadeza íntima de cada subjetividade, sustentar os fios que tornam possível seguir adiante com a vida, encontrar esperança, cuidar de si e cuidar dos outros, sustentando os fios soltos e tecendo com eles uma borda para a dor.

Somos escutadores e depois bordadores do rombo da dor. Isso não é fácil em um momento em que o tecido social que dá lugar para cada um se esgarça, e menos ainda para aqueles que já estavam frágeis: crianças que lutam por se

desenvolver diante de um organismo que lhe impõe limites ou que lutam por estar em inclusão escolar diante de dificuldades de aprendizagem, pais que zelam por seus filhos acompanhados por terapeutas e que, no momento atual, não têm como compartilhar com outros seus cuidados, casais que estão em crise e que agora precisam conviver confinados.

Somos escutadores e, junto com nossos pacientes, bordadores, ao fazer a borda ao que dilacera. O mais surpreendente e animador nisso é que, ao fazermos as bordas para uma dor, também construímos o que se deixa de dentro e o que se deixa de fora, construímos limites ao que não deve nem pode ser tolerado, e desse modo, somos transformadores para que, diante da dor, seja possível construir e reconstruir novos caminhos possíveis para viver. Por isso é preciso considerar que a humanidade já atravessou outras longas e dolorosas dificuldades e algo podemos aprender com elas: jamais se volta ao mundo que deixamos. Por isso, em lugar de idealizar o que perdemos, podemos interrogar se aquele mundo de antes estava mesmo tão bom assim e interrogar em que direção desejamos prosseguir. Nisso contam os projetos pessoais, mas também o pacto social que nos une como sociedade.

Isso vai acabar. Uma hora vai acabar. Mas o mundo para o qual voltaremos dependerá dos atos que realizemos desde agora. Se para o cuidado de todos agora é preciso que cada um fique em casa, a questão que se coloca é que projeto coletivo de humanidade nos unirá a partir dessa pandemia. A que projeto social daremos lugar?

O que isso tem a ver com escutar a dor de cada um durante o confinamento? Bem, não dá na mesma sofrer só ou saber que há um coletivo social que traz amparo. A desesperança, a vulnerabilidade social e a extrema falta de possibilidades aos quais muitos estão expostos, não foram causadas pelo vírus.

Nesses momentos o coro diz: esperemos que haja respiradores para todos! Mas a questão maior que está em jogo é que haja serviços de saúde e de saúde mental para todos. Educação para todos, alimentação, moradia e informação para todos. Para isso é preciso que a lógica social do “salve-se quem puder”, que empurra cada um individualmente ao risco de morte em prol das margens de lucro, essa sim, seja sufocada por um projeto coletivo maior.

Julieta Jerusalinsky -é mestre e doutora em psicologia clínica, professora dos cursos de especialização em Teoria Psicanalítica (COGEAE PUC SP) e Estimulação Precoce (Clínica Transdisciplinar de bebês (Instituto Travessias da Infância – Centro de Estudos Lydia Coriat -SP)