

Busca de sentidos para um envelhecimento saudável: A história de Odair

Monica Matsuo



“Odair” chega ao Grupo de álcool (assim nomeado o grupo que aborda as questões relacionadas ao uso inadequado do álcool), no CAPS AD – Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas. Tímido, solicita apenas ouvir os demais até que se sinta confortável para se colocar.

Chegar ao tratamento para o uso de álcool não é tarefa fácil. Foi preciso constatar e aceitar que a vida não está boa, que o álcool tomou nela lugar central, e que as relações que construiu ao longo de sua existência não são tão satisfatórias como deveriam. Foi preciso vencer a vergonha de se expor e assumir as suas fragilidades.

No grupo, ainda observa os demais participantes. Homens, em sua maioria de meia idade, alguns em idade produtiva, outros aposentados, mas todos com uma relação prejudicial com o álcool.

Odair conta que percebeu a necessidade de buscar ajuda quando se deparou com a depressão. Sempre foi uma pessoa “tímida”, com dificuldade em falar, de se colocar diante das outras pessoas. O álcool, grande companheiro, conheceu ainda na juventude, nos bailinhos. Sempre o incentivava a tirar uma moça bonita para dançar, e a não ter vergonha caso recebesse um “Não”.

Os anos foram passando, Odair casou, teve filhos, um trabalho, e o álcool o acompanhava nessa trajetória, nunca como problema, mas como solução e alívio para as dificuldades do dia a dia.

Estava tão voltado para o trabalho, e para seu papel de sustentar a família, que não foi percebendo a necessidade de explorar outros papéis sociais. O de marido, o de pai, o de amigo, o de filho, o de irmão. Homem como sinônimo de TRABALHO, este era o seu papel. Estava bom desta forma.

Seguiram-se anos sem que Odair percebesse as coisas ao seu redor, tão focado estava em cumprir com seu papel de trabalhador e chefe de família, aquele que supre as necessidades financeiras do lar. No trabalho, se sentia produtivo, e era reconhecido por seu fazer.

Aos 70 anos, sofreu um golpe da empresa onde trabalhava. Saiu de férias e no seu retorno já estava fora do trabalho. Perdeu o chão. Era como se tudo lhe tivesse sido tirado junto com o emprego. Odair se viu então sem função. Em casa, agora em tempo integral, se deparou com o vazio que sempre habitou este lar.

A esposa, diante da sua ausência como marido, cansada da atenção que Odair dedicava nos dias livres para seu companheiro, o álcool, tratou de preencher esse “buraco” com os netos, passando a maior parte do seu tempo voltado ao cuidado deles. O álcool tornou-se então mais necessário, pois, afinal, Odair estava tão sozinho, mas “ele” já não o satisfazia como antes. Não era capaz de preencher as lacunas existentes que foram sendo criadas ao longo de toda a sua trajetória.

Ao se olhar no espelho não consegue se reconhecer, pois o tempo foi passando sem que Odair percebesse - o trabalho como único sentido e o álcool como o único prazer fez com que o tempo passasse sem ser de fato vivido e sentido. Agora, já idoso, com as dificuldades trazidas com a idade avançada, e com a ausência de relações de proteção, Odair viu-se deprimido, desanimado, sem vontade para nada, triste, chateado, sozinho. Percebeu que o álcool foi agravando sua saúde física, dificultando ainda mais sua inserção em atividades diversas.

Constatar que já não podia mais recorrer ao álcool num momento de extremo desamparo, contribuiu para seu quadro depressivo. Conseguiu, pelo menos, chegar ao serviço de saúde, não com a intenção de parar de beber, mas para não ser mais acompanhado pela depressão, que torna seus dias mais cinza e sem perspectiva.

A história de Odair se assemelha a de muitos que buscam o tratamento no CAPS. O foco não é a droga em si, mas a relação que as pessoas vão criando com essas substâncias. Não são poucos os que constatam o uso de substância como forma de suportar as exigências sociais, dar conta de um trabalho mal remunerado, de relações familiares e conjugais conturbadas, com a falta de suporte social, a violência e a superficialidade das relações sociais.

Panorama sócio histórico – trabalho e sentido no envelhecimento

A introdução do Taylorismo, no início do século XX, surgiu como um dos instrumentos de dominação por parte da elite financeira, capaz de transformar o corpo do trabalhador em um corpo produtivo, submisso e alienado do trabalho. Foi através da divisão radical do trabalho intelectual e do manual, visando um ritmo acelerado da produtividade a partir da máquina e não do homem, com tarefas cada vez mais simples, repetitivas, despersonalizantes e alienantes, que esse sistema adaptou o corpo do operário ao trabalho industrial (ROCHA et al , 1991).

Segundo o autor, o homem visto e entendido por essa ótica é valorizado no papel social daquele que produz, fazer produtivo que, na maior parte das vezes, está esvaziado de sentido fazendo com que as relações tornem-se distanciadas e sem significados. Afirma Rocha (1991, p. 184):

O princípio de realidade do homem contemporâneo e a representação social dada ao seu corpo está condicionada a uma super repressão de sua expressão própria, aliada ao princípio de rendimento na produção. Culpa-se, humilha-se, diminui-se aquele que não produz o proposto e não consome o estipulado, submetendo cada homem aos critérios do status quo, e não mais aos da relação que estabelecemos, em sua totalidade, entre nosso corpo, a Natureza e a Cultura.

Diversas pessoas passam pelo CAPS buscando se afastar da droga, pois constatarem que ela fez com que se desvinculassem da família, lazer, trabalho quando, na verdade, a sensação de falta de “vínculo” era anterior ao uso prejudicial. Os que chegam para tratamento viveram uma vida inteira distanciados de si mesmos. Foram respondendo às demandas externas da sociedade (corpo-máquina) e não aprenderam a ouvir as demandas internas.

A falta de autoconhecimento é grande, e se faz urgente um trabalho de percepção de si. Só será possível deixar a droga, quando outras relações de significado forem construídas, vazio a ser preenchido, com atividades. Com a aposentadoria, como no caso de Odair, é perdido o lugar social que ocupava, no qual transitava e que o preenchia. Ele e a esposa se deparam com as questões do envelhecimento, agravadas com a dependência do álcool, e um quadro depressivo gerado por causas diversas.

Segundo Neto et al., (1991), a depressão é uma das maiores patologias que acomete os pacientes idosos, oriunda de vários fatores: socioeconômicos, abandono de família, levando ao isolamento social, e também pela existência simultânea de duas a três afecções (comorbidades).

O idoso se confronta com modificações específicas no papel social, tais como o fim da vida reprodutiva, do cuidado dos filhos para as mulheres, e fim da vida profissional, que requerem reajustamento profundo. Quando este falha ocorre diminuição da autoestima, com intensa ansiedade.

A depressão em idosos é, em geral, correlacionada com as mesmas características psicossociais “negativas” encontradas em pacientes mais jovens. Estas, aparentemente, são apenas mais frequentes em idosos. Depressão e envelhecimento estão fortemente relacionados com a diminuição de saúde física e nível de atividade, a sintomas relatados de disfunção cognitiva, queixas somáticas, dificuldades sexuais, diminuição de saúde e da independência, grande número de doenças, e aumento da quantidade de medicamentos necessários. Idade e depressão também estão correlacionadas com diminuição na participação em atividades prazerosas, menor engajamento em atividades de lazer e exercícios, e percepção de menor suporte familiar e social.

Tendo ainda o caso de Odair como exemplo, constatamos a vivência da exclusão social, devido a suas fragilidades: idoso, aposentado, alcoolista, exclusão que potencializa ainda mais sua vulnerabilidade. A pessoa idosa vivencia a exclusão causada pelos seguintes aspectos:

- Espaço: dificuldade de acesso aos recursos (relação público-privado) – distância econômica e geográfica;
- Relacional: distância emocional, falta de conectividade entre as pessoas, ausência de rede subjetiva de suporte, falta de solidariedade;
- Funcional: Capacidades, potencialidades, talentos, capital humano, vantagens/desvantagens;
- Participação: Empoderamento.

Para um envelhecimento saudável é necessário que se previna a exclusão dessas pessoas, promovendo sua reinserção, ou inserção, na sociedade para que possam se sentir pertencentes.

Para isto é essencial buscar “sentidos” - saber em que direção caminhar, ser capaz de ouvir os desejos, de entender os sentimentos, de estar inserido na sociedade através de fazeres de significado, capazes de preenchê-lo. O que faz sentido é aquilo que nos direciona e nos faz ter sentimento. Como diz Freitas, et al. (2012, s/d),

É no mínimo curioso como certas palavras nos soam como feixes de nomes, tal a multiplicidade de sentidos a que nos remetem. É este o caso do próprio vocábulo sentido. Qualquer bom dicionário o confirma. Mas, é no mundo da vida que o sentimos, cotidianamente. Falamos então dos órgãos do sentido, do sentido de um rio, do sentido desperto, do sentido tessitura, do sentido de uma palavra, frase ou texto, do olhar sentido, do amor sentido, da dor sentida, do coração sentido (ou ressentido), do sexto sentido, da fé sentida, do sentido da vida, do verbo sentir... E um novelo de sentidos se desfia.

Referências

FREITAS, M. H. ET AL. Os sentidos dos sentidos: uma leitura fenomenológica. *Revista da abordagem gestáltica*, Goiânia, v.18, n.2, 2012. Disponível em:<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672012000200004>. Acesso em 20 junho 2015.

NETO, L. R. M; JUNIOR, S. A. *Transtornos Depressivos no Idoso*. São Paulo: Elsevier, 2007.

ROCHA, F.E. Corpo Deficiente: Um desvio da Norma? *Revista de Terapia Ocupacional*. São Paulo, 2 (4):182-187, 1991.

Data de recebimento: 04/07/2015; Data de aceite: 20/10/2015.

Monica Matsuo - Terapeuta Ocupacional (Centro Universitário São Camilo), especialista em Saúde Funcional (Faculdade de Ciências da Saúde), terapeuta ocupacional do CAPS AD – Centro de Atenção Psicossocial – Álcool e Drogas. Curso de Extensão “Fragilidades na Velhice: Gerontologia Social e Atendimento” COGEAE-PUC-SP. Email: monica.matsuo@gmail.com