



DEPENDÊNCIAS

PARTE II



Por Dr. Rui Moreira
Clínica for Happiness
da Casa de Saúde da Boavista

Vir a ser dependente

Muitas vezes perguntamo-nos por que motivo algumas pessoas bebem e não têm problemas e outras se tornam dependentes. De facto, há pessoas que sabem quando começam e quando devem parar de beber e outras não que conseguem saber parar. Aquelas que sabem parar de beber são aquelas que percebem que a bebida já não lhe está a “cair bem”, têm até alguns sinais de mal-estar. Pelo contrário, as pessoas que têm problemas de uso, com ora se diz, não têm essa percepção. Sentem-se até muito bem e continuam a consumir. Estas últimas comportam-se como se não tivessem consciência de que beberam de mais e que, por isso, não têm, condições para conduzir, por exemplo, colocando, assim, em risco a sua vida e a dos outros. Essas pessoas têm uma sensibilidade diferente às substâncias que resultam da degradação do álcool no fígado, nomeadamente a uma que se denomina de acetaldéido.

A complexidade dos comportamentos

Esta questão remete-nos, assim, para a problemática da responsabilidade de comportamentos, tomando como “certo” que, face a um defeito enzimático, a culpa não é do sujeito. Apesar da aparente simplicidade desta afirmação, as cascatas que determinam um determinado comportamento não são assim tão fáceis de entender. Tomemos em atenção que a construção de rotinas e sub-rotinas neurobiológicas, que vão dar origem ao modo como reagimos a acontecimentos, levam anos a constituir-se (mais de dois anos) e não dependem apenas da estrutura genética (genótipo). O ambiente, assim como as aprendizagens repetidas e sistemáticas vão arquitetar os modos fundamentais e habituais de agir, reagir, interagir com pessoas ou coisas. A organização desses encadeamentos, automáticos, as tais rotinas e sub-rotinas expressam-se (fenótipo) no nosso dia a dia, no nosso modo de ser e de estar no mundo, de uma forma continuada e persistente, de tal modo que ouvimos dizer frequentemente que “fulano é assim”, desta ou daquela maneira, sempre que algo acontece, ele reage de uma forma bastante previsível e esperada.

As aprendizagens que vamos fazendo no meio onde somos criados têm um peso determinante no nosso modo de ser e estar no mundo. Se as variáveis mais instrumentais (saber fazer e saber coisas) são indiscutivelmente importantes ferramentas para saber estar no mundo, o mais relevante é o “cimento” que liga todos esses elementos: o afeto. A quantidade e qualidade desse amor vai determinar a solidez da estrutura psicológica de cada um. É nesta área que vamos encontrar falhas na construção identitária dos sujeitos que vão adoecer em problemáticas de dependência de substâncias (álcool ou drogas) ou sem substâncias (compras ou jogos).

A construção da identidade

Através dos órgãos dos sentidos, percebemos tudo o que nos rodeia, cores, sons, cheiros, sabores, sensações tácteis, afeição, doçuras, amarguras, etc. Apreendemos, incorporamos e tornamo-los nossos. Os referentes, pais ou cuidadores, são figuras de topo para esse trabalho, diário, repetido, continuado, que nos ajudam a determinar quem somos, o que querem de nós e para onde vamos. Será então na primeira infância que, com a nossa genética, herdada dos nossos progenitores e aprendida particularmente com eles, se constrói a obra em que cada um se torna. Temos presente que uma coisa são as atitudes e comportamentos dos referentes que podem, no entender do adulto, ser o melhor e outra coisa bem diversa é a forma como isso é percebido, entendido e interiorizado.

Seria redutor pensar que a nossa identidade se confina às referências parentais. Há uma multiplicidade de pessoas e de acontecimentos que contribuem para dar forma à identidade de cada ser, partindo do próprio, que sente e vê as coisas ao seu modo, assumindo uma visão pessoal e individual. O agir de cada um reflete, não apenas, as suas problemáticas, mas também aquelas que são de ordem cultural, social, familiar, política, religiosa, etc., como se em cada coisa que realizamos mostrássemos a nossa marca pessoal

As pessoas com perturbações de uso são quase sempre sujeitos com uma dependência exagerada do outro, sem capacidade para reivindicar, que se reprimem e isolam.



Cada pessoa reflete não apenas as suas problemáticas, mas também aquelas que são de ordem cultural, social, familiar, política, religiosa, etc.



A construção identitária tem como referentes figuras individuais e grupais. Desde muito cedo, até aos três anos, construímos o essencial da nossa identidade, incorporada na nossa primeira infância.



Neste processo, a homogeneização, indiferenciação e a uniformização podem construir elementos mortíferos para a construção identitária.

A consulta

As características abaixo enunciadas constituem uma trilogia a ter muito presente na entrevista/consulta de uma pessoa com este tipo de problemáticas. Referimo-nos à solidão, aliada à baixa interação social, com poucos ou nenhuns amigos, exceto os de uso, fracas ligações a grupos culturais, recreativos ou solidários no tecido social; às ligações afetivas frágeis ou pouco consistentes, decorrentes dos baixos tempos de interação; à desesperança, que leva a não tentar projetos porque as memórias anteriores são de fracassos e, portanto, será melhor não iniciar uma coisa que está destinada a correr mal. Coloca-se sempre como imperativo fazer coisas sem qualquer planificação ou mesmo incapacidade de futuro.



SOLIDÃO

Desde a infância que se encontra pouco aberto ao diálogo, ao encontro, à participação em grupos organizados, tendo comportamentos de aparência autónoma.



DESPERANÇA

Falta de confiança em alcançar o fim que se persegue, inviabilizando todos os objectivos pessoais. Convicção de que todos os projectos estão antecipadamente votados ao fracasso.



TEMPORALIDADE IMPERATIVA DO PRESENTE

O devir não cursa na direcção presente - futuro, mas, sim, na direcção inversa. Défices de planificação (escassa integração e intolerância à frustração).

A temática nas consultas não pode ser centrada no uso, mas na pessoa que está dependente. Vir a ser dependente assume uma elevada complexidade no desenvolvimento do edifício psicológico individual, e a sua compreensão é ferramenta crucial para planear a recuperação, a qual se adivinha longa e morosa.