

AS MAIS DAS VEZES, NA SOCIEDADE ACTUAL, O SOFRIMENTO E A DOENÇA SERIAM EVITÁVEIS, PELO QUE NÃO FAZEM SENTIDO

Em Portugal, como provavelmente em toda a Europa, as pessoas pensam fundamentalmente nos profissionais e instituições de saúde quando se preocupam com a sua própria saúde. No entanto, o crescimento exponencial da informação nas ciências médicas básicas, com a sua riqueza de possibilidades técnicas e respectivas oportunidades de aplicação, levaram a importantes limitações na compreensão do homem (quer por falta de tempo quer de atenção), ao mesmo tempo que se desenvolveu uma sensação de poder e domínio sobre a natureza inadequados.

Há actualmente evidência sólida e ampla de que o contexto social, a história de vida, e a organização psicológica, têm um enorme impacto sobre a saúde e a doença, através de mecanismos bioquímicos, vias e circuitos já parcialmente conhecidos. Ameaças e desvios da homeostase vão forçando uma adaptação alostática (isto é, novos equilíbrios com parâmetros modificados em relação ao seu nível inicial/normal), que mais cedo ou mais tarde levam a doença. As pessoas sentem-se mal, não compreendem o que se passa consigo, e recorrem às instituições de saúde e às terapêuticas como medidas de conforto.

Os progressos da bioquímica e da medicina são extraordinários, e adquiriu-se a capacidade de resolver e curar muitas perturbações da saúde. Mas quando analisamos as estatísticas da doença e verificamos que o maior peso tem a ver com a depressão, síndrome metabólica (inclui a obesidade, hipertensão arterial e perturbações metabólicas, nomeadamente a resistência à insulina ou diabetes), doenças cardiovasculares e certos tipos de cancro, situações que se associam fortemente ao stresse crónico, situação sócio-económica, e nível educacional, concluímos que nos movemos num erro dramático, além do mais muito caro.

Dada a importância da organização social, exclusão social, abuso de poder, stresse da competição, incapacidade de encontrar um sentido na vida, no desencadear da infelicidade e adoecimento, estes temas deviam ser estudados pelos profissionais de saúde duma forma muito mais profunda e envolvente do

que actualmente acontece, e deviam ser conhecidos e interiorizados pela sociedade em geral. É urgente e da maior importância que se compreenda que muitas vezes a saúde dum indivíduo não pode ser resolvida fora do contexto social. Trabalhar segundo este paradigma ajudar-nos-á a estabelecer uma vida com mais saúde.

Isabel Azevedo

Texto enviado em 06 de Março de 2012