

Jorge Cândido de Assis
Cecília Cruz Villares
Rodrigo Affonseca Bressan

CONVERSANDO SOBRE *a esquizofrenia*



Entenda como ela acontece

1

Sumário



<i>Prefácio.....</i>	<i>5</i>
<i>Introdução.....</i>	<i>6</i>
<i>O que é esquizofrenia?.....</i>	<i>8</i>
<i>Diferentes visões.....</i>	<i>10</i>
<i>Tudo tem um começo.....</i>	<i>12</i>
<i>Um caminho que começa a mudar.....</i>	<i>14</i>
<i>O outro caminho.....</i>	<i>16</i>
<i>Percebendo o mundo de outra maneira.....</i>	<i>18</i>
<i>Um outro entendimento das coisas.....</i>	<i>20</i>
<i>A realidade pode ser bem confusa.....</i>	<i>22</i>
<i>Cores desbotadas.....</i>	<i>24</i>
<i>A energia perdida.....</i>	<i>26</i>
<i>Sempre há caminhos e possibilidades.....</i>	<i>28</i>
<i>Esperança realista.....</i>	<i>30</i>



Sobre os autores

Jorge Cândido de Assis é portador de esquizofrenia há 22 anos, atualmente é aluno do curso de Filosofia da Universidade de São Paulo (USP) e diretor adjunto da Associação Brasileira de Familiares, Amigos e Portadores de Esquizofrenia (ABRE). Tem participado e ministrado aulas para o curso de medicina da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), palestrante nos dois últimos Congressos Brasileiros de Psiquiatria.

Cecília Cruz Villares é vice-presidente da ABRE; terapeuta ocupacional e terapeuta de família; mestre em saúde mental e doutoranda pela UNIFESP, onde trabalha no Programa de Esquizofrenia (PROESQ) e supervisiona alunas do curso de Especialização em Terapia Ocupacional em Saúde Mental. Participa ativamente em âmbito nacional e internacional do estudo e combate ao estigma relacionado aos transtornos mentais.

Rodrigo Affonseca Bressan é familiar de uma pessoa que teve esquizofrenia e membro da ABRE; professor adjunto do Departamento de Psiquiatria da UNIFESP; PhD pelo Institute of Psychiatry, University of London, onde é professor honorário; coordenador do PROESQ e coordenador do Laboratório de Neurociências Clínicas (LiNC), ambos da UNIFESP.

Prefácio

A publicação dos seis volumes de “Conversando sobre a esquizofrenia” provoca uma tripla satisfação.

Primeiro, afirma a missão da ABRE no sentido de poder colaborar com a geração e transmissão do conhecimento sobre a esquizofrenia para os mais diversos segmentos da sociedade e também ajudar na eliminação do estigma que pesa sobre as pessoas afetadas por essa doença.

Segundo, representa uma quebra de paradigma na forma como normalmente o conhecimento nessa área é estruturado, pois permite não só dar voz para que as pessoas com esquizofrenia expressem sua visão da doença, como também permite uma interação, integração e reelaboração das várias visões e abordagens da doença. Isso só foi possível pelos valores de respeito ao ser humano de todos envolvidos e pelo entendimento de que o ser humano é muito maior do que qualquer doença.

Terceiro, apresenta uma abordagem viva, humana e coloca uma luz de esperança no quadro tão negro que normalmente se expõe sobre a doença.

Por tudo isso, estamos orgulhosos de poder participar da construção de uma nova jornada.

Nilton Vargas

Presidente da ABRE

Introdução

Este livreto é o primeiro de uma série de seis volumes chamada “Conversando sobre a esquizofrenia”. Essa série propõe discutir a esquizofrenia através do diálogo entre as principais pessoas envolvidas, os portadores, seus familiares, os profissionais de saúde e a sociedade. Nós, autores dessa série, representamos as diferentes visões e há muito conversamos sobre esse assunto. Cientes das dificuldades para abordar a esquizofrenia em sua totalidade, procuramos um caminho explicativo baseado nas vivências das pessoas envolvidas direta ou indiretamente no processo. Acreditamos que nenhuma dessas perspectivas contenha toda a verdade, e que a conversa entre elas permita um salto qualitativo no entendimento de um fenômeno tão complexo como a esquizofrenia. O diálogo entre as diferentes perspectivas nem sempre é fácil, mas acreditamos que esse diálogo ajude o entendimento e o melhor resultado nos tratamentos disponíveis.

A esquizofrenia existe, independentemente de como ela é explicada, mas a forma como é abordada pode fazer grande diferença para quem depara com ela na própria vida, seja experimentando seus sintomas, seja como familiar ou como profissional de saúde. A esquizofrenia se apresenta para quem sofre como uma experiência diferente de realidade, e, dessa vivência diferente, nascem muitas incompreensões e dificuldades. Entretanto, o entendimento de sua natureza e das possibilidades de tratamento pode trazer, ao longo do tempo, um crescimento real das qualidades humanas da pessoa que tem esquizofrenia e de seus familiares, resultando em melhor qualidade de vida.

Ante a esquizofrenia é preciso ter uma esperança realista. A esperança é fundamental para suportar e ultrapassar os momentos difíceis e construir um futuro melhor. Ela deve ser realista para lidar com os fatos cotidianos sem se deixar desanimar. Quando olhamos

só o momento presente é como se olhássemos uma fotografia, não percebemos mudanças; entretanto, quando olhamos o que já vivemos e fazemos escolhas para melhorar o presente é como se olhássemos um filme, onde sempre percebemos mudanças. Nem sempre a recuperação na esquizofrenia se dá com a rapidez que desejamos, mas é necessário unir paciência à esperança, e a cada passo ir redesenhando o próprio caminho de vida.



Família



Comunidade



Portador



**Profissionais
da área de saúde**

O que é esquizofrenia?

Do ponto de vista de quem vivencia o processo, a esquizofrenia é o nome que se dá para um tipo de experiência diferente em relação à realidade. Em virtude das dificuldades que esse tipo de experiência acarreta, a esquizofrenia é considerada uma doença e, por afetar o funcionamento mental da pessoa, está classificada entre os *transtornos mentais*. Dentro das especialidades médicas, a área que se volta para o estudo da esquizofrenia é a psiquiatria.

Esta série de seis volumes é um convite para você construir um entendimento próprio sobre o que é a esquizofrenia. A nossa proposta é apresentar várias questões a partir de vivências que ilustram como a esquizofrenia se apresenta para cada uma das pessoas envolvidas.

Como aparece a esquizofrenia? Quais são as dificuldades para a pessoa perceber que o que ela está vivendo é uma doença? Será que perceber leva a uma aceitação ou, pelo contrário, reforça a negação?

Como a família lida com a situação de um de seus membros ter esquizofrenia? Essa forma de lidar pode mudar ao longo do tempo? A família pode ajudar a pessoa que tem esquizofrenia? O que fazer? Como agir? O que pode e o que deve ser evitado no relacionamento com uma pessoa com esquizofrenia? O que esperar dos tratamentos? Por que não existe um exame laboratorial que determine a presença da esquizofrenia? Se não existe tal exame, como o médico sabe que a pessoa tem esquizofrenia? Como ele prescreve os remédios? Por que os remédios são importantes?

Quais outros tratamentos existem para a esquizofrenia além do tratamento médico? Como esses tratamentos “funcionam”? Eles substituem a necessidade de remédios? As famílias podem se beneficiar de alguma forma com o tratamento?

Quando a internação é necessária? Como é a internação? Quais os profissionais envolvidos no cuidado da pessoa com esquizofrenia? Como a família deve lidar com a possibilidade de internação?



A esquizofrenia é uma doença do cérebro ou da mente? Pode ser as duas coisas? O cérebro pode adoecer? O que acontece no cérebro da pessoa com esquizofrenia? E a mente pode adoecer? O que acontece na mente da pessoa com esquizofrenia?

A esquizofrenia muda com o tempo? Como acontece a recuperação na esquizofrenia? Por quanto tempo os tratamentos são necessários? Por que é possível ter esperança?

Essas são algumas das questões que são abordadas nesta série. A nossa proposta é apresentar as questões no contexto das vivências com a esquizofrenia. As respostas estão associadas à escolha do caminho que se resolve trilhar. Esperamos que você possa elaborar suas próprias respostas e ter seu entendimento sobre o que é a esquizofrenia.

Diferentes visões

No contexto em que as pessoas com esquizofrenia estão inseridas, entendemos que há quatro visões distintas: a da pessoa que tem esquizofrenia, a de seus familiares, a dos profissionais e a da comunidade onde se vive. É importante frisar que cada uma delas é correta a partir do próprio ponto de vista. Muitas das incompreensões e dificuldades a respeito da esquizofrenia ocorrem devidas à dificuldade em aproximar as vivências e as explicações dessas quatro visões. Apresentaremos nesta série como cada uma dessas visões pode se constituir, com a finalidade de promover a aproximação e o diálogo entre elas.

Propomos que nossos leitores acompanhem a trajetória de um personagem, que chamaremos Gabriel. Essa trajetória ilustrará a experiência da esquizofrenia nas várias visões. Esse personagem se baseia em experiências de várias pessoas com esquizofrenia que conhecemos há anos e o que elas têm em comum. Procuraremos mostrar que:

- A pessoa que adoece, ao passar por uma crise aguda, acredita nos pensamentos e nas percepções que tem e, mais do que acreditar, sente que eles estão acontecendo. Não é uma experiência comum, mas uma experiência diferente, onde a pessoa vive momentos muito difíceis de confusão, perplexidade e desorientação.
- Quando uma pessoa tem esquizofrenia, isso afeta toda a família. Os familiares invariavelmente querem o melhor para a pessoa, mas se vêem envolvidos em situações muito difíceis e perguntam-se: O que fazer? Qual o melhor caminho? Como conviver com a pessoa com esquizofrenia? Não existem respostas prontas para essas perguntas, mas esperamos apontar caminhos possíveis diante das questões vividas pelos familiares.
- Os profissionais, psiquiatras, psicólogos, terapeutas ocupacionais, assistentes sociais e enfermeiros procuram ajudar a pessoa com esquizofrenia e seus familiares a aprender a lidar com

a doença e a restabelecer a saúde. Cada profissional em sua área de atuação tem um ponto de vista diferente, mas procuram apoiar os outros profissionais, de forma que os resultados sejam os melhores possíveis.

A comunidade é composta pelas pessoas com quem a família e a pessoa com esquizofrenia têm uma relação próxima e cotidiana. Nas grandes cidades ela se define bem pelo bairro e nas cidades menores por seus habitantes. Cada comunidade tem sua maneira própria de funcionar e influencia diretamente a forma como a pessoa e seus familiares se relacionam e como eles são acolhidos. A comunidade tem os seus pontos de vista que também tem um papel importante influenciando a visão que a família tem da esquizofrenia.



Tudo tem um começo

A pessoa com esquizofrenia experimenta a realidade de forma diferente e tal vivência invariavelmente causa muitos conflitos nos relacionamentos. Procuraremos descrever como esse processo se inicia, acompanhando como ele se deu na vida de Gabriel. Esse início se dá bem antes do aparecimento dos sintomas.

Gabriel terminou os estudos e começou a trabalhar. Até então sua vida seguia um curso natural. Ele passava pela transição entre o ambiente escolar e o ambiente de trabalho, agora com mais responsabilidades e uma rotina mais rígida. Para Gabriel, foi a partir dessas mudanças que começou a sentir certas dificuldades que antes não percebia.

Ele começa a ter dificuldade de se relacionar com as pessoas no trabalho. Em casa seu comportamento começa a mudar, conversa menos com os irmãos e os pais. Gabriel passa a se isolar e sentir-se solitário. Aumenta a distância em relação às pessoas, evita sair com os amigos, não conversa muito quando os parentes vão à sua casa.

Essa situação começa a se tornar cada vez mais problemática e estressante. Então, Gabriel decide parar de trabalhar e ficar em casa estudando para o vestibular. A família percebe suas dificuldades, mas sempre encontra uma explicação para o que ele está vivendo. Acredita que se trata de um período de mudanças, uma fase difícil que ele superará.

Gabriel passa a maior parte do tempo no quarto estudando. Perde o interesse até em ver os jogos de futebol de seu time do coração. Tal comportamento preocupa os pais de Gabriel, e eles esperam que, depois do vestibular, seu filho faça novas amizades e volte a ser a pessoa alegre e cheia de vida que sempre foi.

Infelizmente Gabriel não passa no vestibular. Esse fato é vivido por ele como uma grande derrota e contribui para aumentar seu isola-



mento e sofrimento interior, longe dos amigos e distante nas relações familiares. Gabriel não encontra com quem dividir a situação difícil que está vivenciando.

Cabe notar que muitos jovens passam por fases difíceis como a descrita no caso de Gabriel e acabam por superar as dificuldades. As pessoas que têm predisposição para a doença (esquizofrenia) têm maior vulnerabilidade ao estresse e às decepções ante a vida, e quando elas acontecem são os elementos que disparam o processo que desencadeia os sintomas da esquizofrenia.

Um caminho que começa a mudar

Antes do surgimento dos sintomas da esquizofrenia acontece um período que chamamos de *pródromos*. Nele, gradativamente a pessoa vai mudando sua maneira de perceber o mundo a sua volta e o relacionamento com os outros. Pudemos ver que as mudanças na vida de Gabriel acabaram por resultar em um isolamento e na dificuldade de dividir com as pessoas próximas as vivências difíceis que a vida colocou em sua história. Vejamos como essa situação evolui.

Aos poucos Gabriel começa a ter percepções diferenciadas das coisas e dos acontecimentos que o cercam. Começa a encontrar evidências de que as atitudes das pessoas se relacionam com ele. Nós naturalmente não damos importância para o que as pessoas falam entre si ou suas atitudes, isto só acontece quando as pessoas se dirigem a nós. No caso de Gabriel, ele passa a ficar desconfiado e começa a acreditar que cada acontecimento ao seu redor se relaciona com ele.

Junto com essa desconfiança, Gabriel também começa a perceber o ambiente de uma forma diferente. As pessoas, as cores das coisas e os lugares, assim como os sons que escuta são sentidos com uma intensidade maior. Gabriel passa a entrar em uma maneira de estar no mundo marcada por uma grande perplexidade, que ele não consegue explicar para as outras pessoas. Essas novas percepções o levam a isolar-se ainda mais e tornam sua experiência diante da vida ainda mais difícil.

Sua família percebe suas dificuldades, todos se preocupam com ele, com as mudanças em seu comportamento. Seus pais tentam conversar com ele, saber o que está acontecendo, aconselham Gabriel a sair daquele isolamento, procurar sair com os irmãos e amigos. Entretanto, o que Gabriel está vivenciando é um conflito interior; ele

mesmo não tem clareza do que está se passando e os conselhos dos pais não ajudam muito.

As pessoas da comunidade também percebem que Gabriel está diferente, mais desconfiado, não conversa como tempos atrás. Entretanto, as pessoas costumam não dar muita importância aos conhecidos, elas estão mais preocupadas com a própria vida. Esse retraimento nas relações sociais é um dos fatores que alimentam o estigma em relação à doença, porque a distância favorece a manutenção de preconceitos, que são uma visão negativa e pré-concebida das pessoas.

Gabriel continua se isolando e vai se distanciando até dos familiares. Suas percepções estão muito diferentes e seus pensamentos são marcados por uma visão distorcida do que acontece ao seu redor. É importante ressaltar que Gabriel não tem a noção do que está lhe acontecendo.



O outro caminho

A esquizofrenia se apresenta na vida da pessoa como um outro caminho com o qual precisará aprender a conviver. Para muitos, no começo, ela é uma experiência sedutora, mas que logo se torna assustadora. A vivência dos sintomas vai formando uma rede de experiências onde cada sintoma contribui para dar sentido aos outros. Somente com o tempo e o tratamento a pessoa aprende a conviver com esse caminho. Apresentaremos através da experiência de Gabriel alguns dos principais sintomas da esquizofrenia e, sempre que for oportuno, como eles se relacionam entre si.

Gabriel começa a atribuir significado para as percepções diferenciadas que está vivendo e sentir que as coisas que acontecem e as atitudes das pessoas realmente se relacionam com ele. Essa é uma experiência muito difícil, e a forma de dar sentido para ela é através de pensamentos que a justifiquem. Seus pensamentos às vezes se confundem, e ele não consegue interpretar de forma correta o que as pessoas lhe falam. Ao mesmo tempo, as percepções dos sentidos apresentam uma realidade completamente diferente, marcada por sensações também diferentes. Gabriel percebe os sons de maneira mais intensa, até que começa a ouvir vozes. Os odores e gostos dos alimentos não são mais os mesmos. Seu comportamento muda: Gabriel passa a ter atitudes que fazem sentido para ele, mas que para os familiares são muito estranhas.

Gabriel está vivendo um período de crise no processo da esquizofrenia, tecnicamente conhecido como episódio psicótico agudo.

As mudanças que Gabriel vive causam estranheza nos familiares e isso leva a conflitos nos relacionamentos. Para os familiares é como se Gabriel estivesse fora da realidade, suas atitudes não fazem sentido ante situações cotidianas. Esse período é marcado por um estremecimento nas relações, pois as pessoas reagem ao comportamento de Gabriel de acordo com as atitudes estranhas.



Somente quando a família não consegue mais lidar com Gabriel é que procura ajuda de um médico que recomenda o acompanhamento de um psiquiatra. Esse é o começo de uma longa jornada até chegar à recuperação.

O outro caminho que a esquizofrenia impõe à pessoa tem seu início marcado por grandes dificuldades, tanto em seu mundo interior como no relacionamento com as pessoas. Como pudemos ver, ele tem suas raízes em mudanças que envolvem a vida da pessoa como um todo.

As pessoas da comunidade que apenas olham para as ações da pessoa com esquizofrenia quando em crise, rotulam a pessoa de louca. Ao mesmo tempo em que essa pessoa causa estranheza, também gera medo. Assim na comunidade as pessoas se afastam da pessoa com esquizofrenia, o que contribui para seu isolamento.

A seguir, entenderemos melhor o que se passa com Gabriel e também os principais sintomas da esquizofrenia.

Percebendo o mundo de outra maneira

Existe uma relação de influência mútua entre o que a pessoa percebe, pensa e sente. Entretanto, para facilitar o entendimento abordaremos separadamente cada uma dessas faces da vivência interior. Aqui abordaremos as percepções dos sentidos e a forma que elas podem se apresentar na esquizofrenia através das experiências de Gabriel.

Gradativamente a maneira como Gabriel percebe o mundo à sua volta vai mudando sem que ele perceba.

Gabriel começa a perceber os sons com mais intensidade, de maneira que os sons que antes ele naturalmente não dava atenção passam a ser notados e a chamar a sua atenção. Ele passa a perceber barulhos estranhos, como batidas na parede de seu quarto, o que o leva a pensar que são os vizinhos que querem incomodá-lo.

Esse processo vai se intensificando e promovendo mudanças em sua forma de pensar. Então ele começa a ouvir vozes. As vozes conversam entre si sobre o comportamento de Gabriel, algumas o elogiam e dizem o quanto ele é especial, outras o criticam e apontam seus defeitos mais íntimos. As vozes são muito reais para Gabriel, apesar de não ver quem está falando, ele se vê envolvido por essa vivência, que vai se tornando cada vez mais assustadora. Os médicos descrevem esse tipo de experiência como alucinações auditivas. O que os médicos nem sempre percebem é que essas vozes não são somente uma experiência auditiva, mas se dão num contexto complexo que mistura emoções e pensamentos juntamente com as percepções sensoriais.

Ao mesmo tempo em que as alucinações auditivas vão tomando forma, Gabriel começa a perceber as coisas que vê com uma vivacidade maior. As cores, a percepção de contorno das coisas e os movimentos das pessoas aparecem para Gabriel como uma vivência de que o mundo mudou, se apresenta de outra forma muito mais intensa. Essa percepção também leva Gabriel a mudar sua maneira de pensar.



Elementos visuais aos quais as pessoas normalmente não dão importância, para Gabriel ganham um sentido especial. Certas sombras em sua casa lhe aparecem como a presença de pessoas. Ao olhar para o céu azul vê pequenas formas transparentes que configuram imagens de rostos e lugares. Em seu quarto, quando olha para a lâmpada, vê pequenos bichinhos que ele interpreta como “formas inteligentes de vida”. Os médicos descrevem esse tipo de experiência como alucinações visuais.

Gabriel também passa a sentir de forma diferente os cheiros e o gosto dos alimentos, o que como veremos ganhará um significado muito difícil para ele. Os médicos descrevem esse tipo de experiência como alucinações olfativas e gustativas.

Essas percepções são vividas por Gabriel de uma forma solitária, pois não consegue compartilhar com os familiares o que está acontecendo com ele. Os familiares percebem seu comportamento diferente e sentem que ele não está bem, mas não sabem como chegar perto e transpor a barreira que o próprio Gabriel levantou.

Um outro entendimento das coisas

Ao mesmo tempo que Gabriel começa a perceber o mundo de outra maneira através das alucinações, ele também vai construindo explicações para essas vivências. Ele passa a ter pensamentos e certezas muito incomuns.

No começo as percepções diferentes dos sentidos são entendidas por Gabriel como uma habilidade especial, como capacidades “para-normais”, e tal entendimento é inicialmente sedutor. Entretanto, essas vivências passam de sedutoras a assustadoras, marcadas por idéias de perseguição.

A sensação que Gabriel tinha de que o que as pessoas falavam e faziam tinha relação com ele torna-se uma certeza, de forma que tudo que acontece ao seu redor é entendido como parte de sua experiência. Assim, desde as conversas das pessoas na rua, a sua mãe limpando a casa, os programas de televisão, as músicas do rádio, tudo forma parte de um enredo no qual Gabriel se sente o centro dos eventos. Os médicos descrevem esse tipo de experiência como delírio de referência.

As vozes que falam coisas agradáveis dizem para Gabriel que ele tem poderes especiais e tem a missão de mudar o mundo. Tudo o que ele sente e a certeza de que tudo ao seu redor acontece em função dele confirmam o que as vozes dizem. Esses são delírios de grandeza.

Entretanto as vozes que dizem coisas desagradáveis para Gabriel dizem que mesmo com esses poderes ele não está fazendo nada e por sua culpa as coisas ruins acontecem no mundo, como os crimes e as guerras. Esse é o delírio de culpa.

Gabriel passa a acreditar que está sendo filmado, que existe um complô entre o crime organizado e a polícia para persegui-lo, pois se ele usar seus poderes e resolver os problemas da humanidade eles perderão e serão atingidos. Apesar de Gabriel não ver nenhuma

câmera ou evidência física de que está sendo filmado, ele sente que isso está acontecendo, é uma certeza inquestionável. Nesse contexto, não há a quem pedir ajuda, pois até a polícia é suspeita. Quando ele começa a sentir cheiros e gostos diferentes nos alimentos, passa a acreditar que sua família quer envenená-lo para não ser atingida pela perseguição. Gabriel se sente acuado e ameaçado por todos os lados. Esses são os delírios persecutórios.

Nessas condições, a família de Gabriel não sabe mais o que fazer e não consegue conversar com ele. Ele está completamente estranho, falando coisas que para eles não fazem sentido, passa a maior parte do tempo trancado no quarto, não fala mais com os amigos, mesmo quando eles telefonam. Os pais de Gabriel e seus irmãos sofrem por não conseguir ajudá-lo, mas no fundo mantêm a esperança de que essa crise de Gabriel irá passar.



A realidade pode ser bem confusa

As vivências de Gabriel resultam em uma relação muito diferente com o mundo, em que sua realidade interior se desorganiza e não corresponde à realidade externa, compartilhada pelas pessoas. As experiências das alucinações e dos delírios causam grande confusão nos pensamentos e percepções de Gabriel. Esse processo pode ser percebido na forma como Gabriel se comunica, como entende o que as pessoas falam e como conversa com elas. Os médicos descrevem esse tipo de experiência como desorganização ou desagregação do pensamento.

As vivências dos delírios e das alucinações normalmente são solitárias, difíceis de ser compartilhadas, além de serem assustadoras. As pessoas só conseguem perceber que a pessoa com esquizofrenia não está bem pela forma como ela se comunica e reage ao que lhe é dito.

Gabriel está envolto em uma realidade muito diferente, portanto sua maneira de entender o que as pessoas dizem está afetada, há uma distorção na interpretação das informações. Assim, quando seus pais procuram conversar com ele, não entendem o motivo de seu silêncio e, quando ele responde, o que diz não faz sentido com o que está sendo conversado.

Seus irmãos não conseguem entender porque Gabriel está tão diferente, e quando conversam com o irmão, ele fala de coisas incompreensíveis. Isso se dá por ele saltar de um assunto para outro sem uma linha clara de raciocínio e também por falar de assuntos completamente desconhecidos ou muito estranhos.

Quando Gabriel sai na rua e conversa com os conhecidos, eles logo percebem que ele não está bem e que está falando coisas absurdas. Rapidamente as pessoas passam a comentar que Gabriel está ficando louco, que é uma pena um rapaz tão jovem perder a razão dessa maneira. Essa é a imagem e a idéia que as pessoas têm da pessoa com es-



quizofrenia: alguém com um comportamento muito estranho, que fala coisas incompreensíveis e que não compreende as coisas mais simples que lhe são ditas.

Entretanto, Gabriel está vivendo percepções, pensamentos e sentimentos que só fazem sentido para ele e, da mesma forma que as pessoas não o entendem, ele também não entende o que as pessoas falam e fazem. As vivências de Gabriel são muito intensas e causam desconforto, medo e desorientação, e as pessoas não percebem o quanto isso é difícil para ele.

A desorganização do pensamento gera muitas incompreensões e conflitos nos relacionamentos, pois o comportamento da pessoa com esquizofrenia não corresponde ao que as pessoas estão habituadas. Os familiares não conseguem entender que a pessoa está vivendo uma experiência muito intensa e sofrida, esperam que ela aja de uma maneira que corresponda aos hábitos cotidianos, entretanto a pessoa não consegue, o que gera grande angústia.

Cores desbotadas

Ao mesmo tempo em que Gabriel percebe o mundo a sua volta de forma diferente e seus pensamentos mudam, também a maneira como ele expressa suas emoções se modificam. Gabriel tem dificuldade em expressar o que sente e também em perceber como as pessoas expressam seus sentimentos. Os médicos descrevem esse tipo de experiência como embotamento afetivo.

Quando as pessoas conversam com Gabriel percebem que, além de estar com uma maneira desorganizada de expressar suas idéias e seus pensamentos, também parece insensível ao mundo ao seu redor. Isso causa muitas dificuldades nos relacionamentos de Gabriel, principalmente com os irmãos e os pais. Eles sentem que Gabriel não reage, tanto às situações alegres como às situações tristes. É como se ele não tivesse sentimentos.

A realidade interior de Gabriel é marcada por grande sofrimento, experiências emocionais muito intensas e impossíveis de serem expressas em palavras. Ele se sente perseguido, vigiado o tempo todo, tudo que acontece ao seu redor para ele está relacionado com o que pensa e percebe. As vozes constantemente comentam seu comportamento e suas atitudes. Gabriel vive uma realidade que é ameaçadora e na qual se vê mergulhado em situações que o desorientam constantemente.

É a partir dessas vivências que Gabriel reage emocionalmente. Apesar de parecer para as pessoas que ele não está sentindo nada, na realidade, sua percepção está muito aguçada e pode perceber os detalhes das atitudes dos outros. Ele percebe quando as pessoas são irônicas, o evitam, ou esperam dele atitudes que ele não consegue corresponder. O embotamento afetivo faz parte das vivências muito sofridas para as pessoas que têm esquizofrenia, e não conseguir expressar esse sofrimento leva a um isolamento ainda maior. Onde as

peessoas pensam que não está acontecendo nada, há toda uma vida que não consegue se expressar.

A família de Gabriel percebe que ele vem definhando nos últimos meses, ele se isola no quarto a maior parte do tempo, não consegue mais conversar, muitas vezes fica falando sozinho, não tem disposição para as tarefas mais simples, descuida-se de sua aparência e da higiene pessoal. É como se as cores de Gabriel estivessem desbotadas.

É difícil para quem convive com a pessoa que tem esquizofrenia entender o que se passa no mundo interior de seu familiar e, também, é difícil se dar conta de que as mudanças que acontecem são resultados de uma doença. Daí a dificuldade em procurar um médico.

As pessoas da comunidade percebem que a pessoa com esquizofrenia muda e passa a se comportar de maneira estranha. A maneira de entender o que está acontecendo é rotular a pessoa de louca, e não se dão conta do sofrimento que a pessoa está vivenciando.

Entretanto, a família e a comunidade são muito importantes para ajudar a pessoa com esquizofrenia a superar as dificuldades impostas pela doença.



A energia perdida

Um sintoma da esquizofrenia que causa incompreensões é a falta de vontade. Diante da situação em que se encontra, Gabriel não consegue realizar as tarefas mais simples como arrumar a própria cama ou ajudar sua mãe com as tarefas cotidianas da casa. Essa postura de Gabriel é entendida pelos pais e irmãos como preguiça.

Gabriel sente-se sem energia, não tem motivação para realizar as coisas que naturalmente fazia antes. É preciso entender qual é o contexto que ele está vivendo e que sua falta de vontade não é simplesmente preguiça como as pessoas interpretam. A “falta de vontade” é um sintoma que os médicos chamam de abulia.

Ele está vivendo uma situação onde seu mundo interior é marcado por vivências em que a realidade se apresenta ameaçadora: suas percepções, seus pensamentos e sentimentos lhe mostram situações onde ele se acha perseguido, culpado e invadido pelas vozes que escuta. Junta-se a isso a dificuldade de se comunicar, entender e ser entendido pelas pessoas. Gabriel se isolou e se afastou do relacionamento com as pessoas, sente-se incompreendido.

A vontade é resultado dos estímulos que encontramos no relacionamento com as pessoas e nos resultados que conseguimos nas tarefas que realizamos. Gabriel, na situação em que se encontra, não consegue realizar as coisas que para outras pessoas parecem simples, porque perdeu as condições fundamentais para ter motivação.

Gabriel passa a maior parte do tempo em seu quarto sem fazer nada, raramente sai de casa. Essa é a maneira que ele encontra de se defender de uma realidade que o oprime onde não consegue se encaixar. Infelizmente a falta de vontade reforça os outros sintomas que causam a falta de vontade, em um círculo vicioso, onde Gabriel se sente aprisionado.

Sua família não compreende o que se passa no mundo interior de Gabriel, seus pais acham que cobrando-o para que ele faça as coisas que os outros irmãos fazem irá ajudá-lo a sair daquela inércia em que se encontra. Entretanto, essas exigências dos pais aumentam a angústia de Gabriel, pois ele não consegue corresponder ao que os pais esperam. Essa situação gera em Gabriel um sentimento de inferioridade em relação aos irmãos e que os pais não gostam dele da mesma forma que gostam de seus irmãos.

Na comunidade, os amigos de Gabriel estão iniciando a vida profissional, trabalhando, estudando, namorando. E os pais de Gabriel não entendem o que acontece com seu filho, ficam se questionando “onde erraram” na sua criação. Os pais não sabem como ajudar o filho.

A falta de vontade é vista como um problema de preguiça e gera angústia para ele e para os pais. Entretanto, ela é um sintoma da esquizofrenia. Não é culpa de Gabriel, assim como não houve erros dos pais em sua criação.



Sempre há caminhos e possibilidades

Apresentamos através da experiência de Gabriel algumas das questões envolvidas na vivência da esquizofrenia. Ante ela sabemos que sempre há o que fazer, sempre há caminhos e possibilidades. É importante procurar ajuda e não ter vergonha por ter esquizofrenia ou ser familiar de uma pessoa que a tem. Ela é uma experiência humana.

Um irmão de Gabriel estava na casa de um amigo e comentou as dificuldades que o irmão estava vivendo e como isso estava afetando toda a família. A mãe do amigo, que trabalha em um hospital como enfermeira, ouviu tudo o que ele relatou. Ela explicou que no hospital não se tratam somente doenças do corpo, que há uma especialidade chamada psiquiatria que trata de problemas como o que Gabriel estava vivendo e recomendou que o levassem para uma consulta.

A partir dessa conversa, o irmão de Gabriel contou para os pais o que havia ouvido. Os pais de Gabriel, no início, tiveram uma resistência em aceitar a proposta de levar o filho a um psiquiatra, pois a idéia que eles tinham da psiquiatria era muito negativa, em função das histórias que já ouviram sobre os hospitais psiquiátricos.

Entretanto, vendo o sofrimento do filho e reconhecendo que já tinham tentado tudo o que podiam, e o problema só continuava agravando-se, decidiram levá-lo a um psiquiatra. Normalmente o psiquiatra deveria ser o primeiro profissional a quem recorrer em casos como o de Gabriel.

A consulta com o psiquiatra foi longa. Inicialmente, ele ouviu Gabriel sozinho e depois junto com seus pais. O psiquiatra explicou para Gabriel e para os pais que o problema era grave, mas existe um tratamento bastante eficaz. Procurou explicar que Gabriel tinha uma psicose, um transtorno que afeta o cérebro e dificulta as vivências

da pessoa e que seria necessário tanto o tratamento com remédios como um acompanhamento com outros profissionais, como terapeuta ocupacional e psicólogo.

Gabriel e seus pais saíram da consulta com uma série de dúvidas a respeito da doença. Baseado no que o médico estava fazendo o diagnóstico de psicose? O que significa psicose? Psicose é a mesma coisa que loucura? A doença ocorreu porque os pais do Gabriel fizeram alguma coisa errada na educação do menino? Qual é a evolução dessa doença? Tem cura? Será que esse problema é espiritual? Precisa mesmo tomar remédio? Esses remédios são fortes? Podem fazer mal? Tanto Gabriel como sua família precisarão vencer essas dúvidas e resistências até aceitarem que esses são os melhores tratamentos para ajudar Gabriel a se recuperar.

No próximo livreto desta série abordaremos essas questões com mais profundidade. Discutiremos as dificuldades envolvidas tanto no diagnóstico como no tratamento da doença.



Esperança realista

A história de Gabriel até aqui mostra como a esquizofrenia pode se apresentar como uma doença grave e que desorienta a pessoa e a família. Mas isso é apenas o início de uma mudança de caminho na vida de Gabriel. Ao longo desta série psicoeducacional procuraremos mostrar que é possível ter esperança e que as situações cotidianas vivenciadas pela pessoa com esquizofrenia e por seus familiares podem melhorar ao longo do tempo.

A esquizofrenia não é uma doença que se resolve naturalmente apenas tomando os remédios, como acontece, por exemplo, com uma infecção. Na esquizofrenia a recuperação se dá em um caminho de construção interior tanto da pessoa como dos familiares. Essa construção é um aprendizado que se adquire no convívio e nos relacionamentos.

Os remédios são fundamentais para que a pessoa tenha possibilidades de recuperação, para isso o médico psiquiatra conhece profundamente como funciona o cérebro e como agem os remédios, e sempre procura o que é melhor para cada caso.

Também são fundamentais abordagens psicossociais. Esses tratamentos ajudam a pessoa e seus familiares a redesenharem seus caminhos no sentido de adquirirem uma vida com qualidade.

É essa jornada que apresentaremos nos próximos volumes desta série.





www.abrebrasil.org.br

