

NEURY

“O homem não é só biologia, mas também, biografia.”

prof. dr. Neury José Botega

Curiosidade especial sobre o comportamento humano

Desde cedo, Neury José Botega desejou ser médico. Ainda criança, foi um hábil cirurgião, sempre cuidadoso na hora de cortar e costurar pacientes das mais variadas cores, sabores e texturas, como abacaxis, mangas, laranjas e diversas outras frutas da estação. Com o passar do tempo, o desejo de ser médico continuou, mas a vocação pela cirurgia deu lugar a especial curiosidade sobre o comportamento humano. Tornou-se psiquiatra. Tendo realizado a carreira na Unicamp, é hoje Professor Titular da Faculdade de Ciências Médicas (FCM) da Unicamp e referência no país nos campos da psiquiatria de hospital geral e da prevenção do comportamento suicida, sendo autor de diversos livros nessas áreas.

Em entrevista ao Boletim da FCM, ele abordou aspectos relacionados ao desenvolvimento do campo da psiquiatria e da atuação profissional, bem como da depressão, diferenciando-a da tristeza.

FCM Unicamp - Como era a área da psiquiatria na época da sua graduação em Medicina, em termos de perfil de médicos e pesquisadores?

Neury - Na década de 1970, notadamente se fazia pouca pesquisa na psiquiatria. Tudo era psicanálise. A maioria dos meus professores era psicanalista. A psicanálise, certamente, ampliou a compreensão do humano, mas em demasia. Em um simulacro de ciência, a psicanálise chegou a dar explicações etiológicas para várias doenças.

FCM Unicamp - O que mudou de lá para cá?

Neury - Os anos 1980 foram considerados a década do cérebro, com grande desenvolvimento da neurociência. Os profissionais que, como eu, se especializaram nesse período, construíram a carreira tendo um pé na clínica psicodinâmica e outro nos resultados das pesquisas. Na atualidade, existe uma nova geração de psiquiatras que, desde a graduação, já visa publicar em revistas

internacionais. Eles buscam informações para consumo rápido. Provavelmente, muitos desses profissionais têm menor capacidade, como clínicos, de acolher, ouvir e compreender, junto com seus pacientes, diferentes matizes da vida mental.

FCM Unicamp - Até que ponto a biologia pode mudar a psiquiatria?

Neury - No passado, havia uma psiquiatria que prescindia do cérebro. Hoje, há algumas descobertas científicas promissoras, ainda não bem integradas, oriundas da biologia cerebral. Ainda assim, o homem não é só biologia, mas também, biografia. Essa dimensão biográfica do ser, com os diferentes significados que cada um dá à interação humana e aos acontecimentos marcantes da vida, a psiquiatria nunca poderá perder. Ela tem essa dimensão da subjetividade, da psique. Se a psiquiatria perder essa dimensão ela já poderá mudar de nome: será “encefaliatria”.

FCM Unicamp - Na atualidade, é possível observar algum tipo de perfil das doenças psiquiátricas que mais acometem a população?

Neury - As incidências de depressão e de dependência de substâncias psicoativas vêm aumentando. No Brasil, ao contrário do que se observa em 80% dos países, também vêm crescendo as taxas de suicídio. De modo geral, eu diria que hoje as pessoas estão com dificuldade para lidar com a dose de angústia que acompanha a existência humana. Há vazio e solidão. Mas, não a solidão de simplesmente estar só. É uma solidão do desamparo, de um vazio desesperado e difícil de ser transformado em pensamentos apaziguadores, um vazio relacionado à ausência de vínculos e de pertencimento. Não se consegue dar um significado para a existência.

FCM Unicamp - Como esses pacientes chegam ao consultório?

Neury - Frequentemente, jovens adultos chegam com problemas comportamentais e emocionais, nem sempre com uma “doença” no sentido clássico do termo. Hoje, o psiquiatra tem lidado com pessoas que, diante de adversidades, sofrem um colapso existencial, muitas vezes desencadeado pela falência de um ideal narcísico de ser um vencedor, de estar bem na cena, de estar

muito bem integrado e de ser prestigiado pela sociedade.

FCM Unicamp - Como podemos diferenciar a tristeza da depressão?

Neury - Entre o que chamamos de tristeza e o que a psiquiatria define como depressão há diferenças não só na gravidade, mas também na natureza dos sintomas. A tristeza é, geralmente, limitada no tempo, passageira. Uma pessoa triste tem momentos em que pode se animar. É muito raro uma pessoa triste pensar seriamente em se matar, ou ocorrer alterações biológicas e corporais muito fortes. Na depressão há mudança drástica do modo de ser e de sentir, não se consegue ter prazer em coisas que antes eram vistas como agradáveis ou plenas de sentido, há falta de motivação e energia, e impossibilidade de cumprir bem as coisas de sempre. Há, também, ideias muito intensas de inadequação, de culpa, com forte impacto nos relacionamentos pessoais e nos campos escolar e profissional.

FCM Unicamp - Quais pessoas estão mais propensas à depressão?

Neury - A depressão pode acometer qualquer pessoa, independentemente de sexo, idade, classe social ou personalidade. Mesmo quem sempre foi muito ativo e otimista pode ter depressão. Ela aparece mesmo em condições de vida vistas pelo paciente como absolutamente normais.

FCM Unicamp - Como podemos prevenir e tratar a depressão?

Neury - Nos casos de forte determinação biológica, recomenda-se o uso contínuo de medicação antidepressiva após dois ou três episódios de doença. A psicoterapia é útil para quem se abate muito com as adversidades, ou para quem enfrenta conflitos crônicos. É importante nunca cobrar de uma pessoa deprimida “que se esforce para melhorar”. Isso seria cruel. Já para pessoas que tendem à melancolia, ou para as que terminaram de sair de uma depressão, a atividade física aeróbica é útil, pois ajuda a diminuir o nível de ansiedade e dá sensação de bem-estar. Outro ponto importante: curtir o trabalho é muito bom, mas não se deve depositar todas as boas expectativas apenas nele. Muitas pessoas, exauridas, não conseguem reservar tempo e sentir prazer na vida familiar e social. Também faz bem passar menos tempo nas redes sociais virtuais e mais tempo nas redes sociais reais. 🏠

Entrevista concedida à jornalista **Camila Delmondes**
Assessoria de Relações Públicas e Imprensa da FCM, Unicamp

