

10-10-2022

SAÚDE MENTAL E DEMOCRACIA

Bruno Chapadeiro

[Professor Adjunto/UFF]

Nesse 10 de outubro, Dia Mundial da Saúde Mental, nada talvez tenha tido maior determinação social à nossa saúde mental, do que a história recente de, pelo menos uma década, da nossa aturdida Democracia.

A pesquisa de [Yan et. al.](#) (2021) com cerca de 500 mil adultos inquiridos no *Behavioral Risk Factor Surveillance System* (maio de 2016 a maio de 2017) relatou aumento do estresse em razão das questões políticas após as eleições de 2016 que elegeram o republicano Donald Trump nos EUA. Nos estados que votaram em Clinton, houve 54,6 milhões de dias a mais de problemas de saúde mental entre adultos em dezembro de 2016, mês seguinte à eleição, em comparação com outubro de 2016. As conclusões do referido estudo, publicado no *Journal General Internal of Medicine*, dispõe que médicos devem considerar as eleições como causa possível de, no mínimo, aumentos transitórios de problemas de saúde mental, adaptando o atendimento ao paciente. Também a Associação Americana de Psicologia (APA) acusou aumento das tensões físicas e emocionais em 81% de adultos por conta das eleições estadunidenses de 2020, quando o democrata Joe Biden bateu Trump. Em janeiro de 2017, o índice era de 66%. Matérias da [Folha de S. Paulo](#) (Folha), veiculadas em dias precedentes e imediatamente após nosso pleito eleitoral do último dois de outubro, expõem que, às vésperas da eleição, muitos(as) eleitores(as) evitaram redes sociais e discussões políticas para preservar a saúde mental no dia da eleição. O Dr. Jairo Werner, psiquiatra e nosso colega na UFF, diz que um clima de eleição permanente perdura no país desde o último pleito presidencial, o que gera desgaste emocional e pode ocasionar permanente estado de alerta e de confronto em algumas pessoas. A psicóloga do Projeto Escuta Sedes do Instituto Sedes Sapientiae de SP, Maria Silvia Borghese, diz que muitas pessoas têm relatado sentimentos de ansiedade e angústia ao pensarem no futuro do país. Ela expôs que as eleições foram um tema presente no encontro de seu projeto poucos dias antes do 1º turno em que vieram à tona muitos dos casos de violência que caracterizaram o período eleitoral. Percebe haver a sensação nas pessoas de que estão machucadas e afirma, que dependendo da notícia (que leem), dói no corpo, gera ansiedade e taquicardia.

Depoimentos publicados na Folha corroboram essas observações, mostrando a complexidade do fenômeno, atrelado à crise sanitária.

A dinâmica algorítmica das redes sociais, de forte viés comercial, e sua produção de sentidos sobre as pessoas num contexto em que a violência política aumenta, tem a classe detentora do poder como agente ativa da piora das condições concretas da vida. O estudo de [Gonçalves-Júnior et. al.](#) (2019) já apontava que esse tipo de violência política pode ser um gatilho para transtornos como depressão, ansiedade e uso de drogas mesmo naqueles que não foram alvos dos ataques pelo aumento da sensação de insegurança e angústia da população, favorecendo o surgimento de transtornos mentais. A Associação Mineira de Psiquiatria (AMP) tem observado mais reações emocionais extremas de ansiedade, angústia e raiva durante o processo eleitoral de 2022. Tais emoções, quando persistem, geram sofrimento significativo, interferem na qualidade de vida e até na funcionalidade da pessoa. Nomeou-se como [Transtorno do Estresse Pós-Eleitoral](#) a manifestação de tensão física dos ombros por estresse, dores de

cabeça, problemas gastrointestinais, medo, hipervigilância, ansiedade, preocupação extrema, insônia, isolamento social, raiva e depressão, além da obsessão com atualizações e notícias sobre o momento eleitoral. Longe de buscarmos patologizar todas as instâncias da vida (como efetuado pelo Manual de Diagnóstico e Estatística de Transtornos Mentais à época de sua edição preliminar), a elucubração aqui é de endossar a tese de Eliane Brum de estarmos todos “doentes de Brasil”. Desse modo, para além da precarização do trabalho, presente e constante em nossas vidas, ainda temos que todos os dias lidar com notícias de perdas de direitos sociais básicos e de tenebrosas transações que subtraem nossa pátria mãe tão distraída e adormecida, que nos ocasionam até certa letargia ante tanto estupro. Não bastasse o descrito, ainda se tem sobre a mesa um aumento significativo de denúncias, junto ao Ministério Público do Trabalho (MPT), de [coação eleitoral de empresas](#) sobre empregados. Por um lado, se subnotificadas, em especial nos casos de trabalhadoras domésticas, ocorrências como nas empresas Stara e Manguoplast (RS), Concrevali (PR), Cerâmica Modelo (PA), Ferreira Costa (PE), Fazenda Água Fria (TO), Multiteiner (SP) e Imbuia Agropecuária LTDA (BA) se tornam emblemáticas. Os responsáveis por essas empresas ameaçam com demissão os funcionários que não votarem no atual governo e mesmo num cenário de vitória do candidato da oposição. Como bem apontam Pedro Abramovay e Gabriela Lotta no livro “Democracia Equilibrada”, observar a influência do poder privado será mais importante do que nunca. Afinal, o Estado está cheio de técnicos que agem a serviço do corporativismo ou de setores empresariais específicos, vide os resultados conservadores das urnas no primeiro turno.

Inclusive, desde então, o sentimento do campo progressista (que curiosamente não viu seus próprios progressos num país sabidamente fundado em bases tão patriarcalistas, machistas, misóginas, racistas, cuja elite dominante é atrasada e parasitária) tem sido de desalento e desesperança. Porém, como versou o poeta russo Vladimir Maiakovski, em seu escrito “*E então, o que quereis?*”, “*(...) o mar da história é agitado. As ameaças e as guerras, havemos de atravessá-las*”. O fato é que a receita, que parece batida, mas não é, é que a saída precisa ser coletiva. Para além dos retrocessos previsíveis, fizemos outros tantos progressos. A utopia, que nos ensina a caminhar, como bem faladas por Eduardo Galeano as palavras de Fernando Birri, segue no horizonte possível. Façamos o luto. Porém, temos ainda importantes 20 dias pela frente.

Nos dizeres, repetidas vezes, de Padre Júlio Lancellotti aos términos de seus sermões: “Força e Coragem! Que ninguém desanime!”. Desde o dia 02/10, desaposentei minha banquinha de vira-voto do sufrágio de 2018 e vou às praças/parques da periferia conversar com as pessoas ainda indecisas, temerárias ou mesmo desinformadas pelas torrenciais *fake news*.

Saibamos com inteligência nos apropriarmos mais do que nunca da tecnologia algorítmica a nosso favor, hoje tão importante para qualquer assunto.

E, mais ainda, estejamos próximos às pessoas, conversemos com elas, expliquemos, troquemos, nos interessemos em ouvi-las de peito aberto.

O que nos move? O hino de Chico Buarque ainda tão atual:

**“Você vai pagar e é dobrado,
cada lágrima rolada nesse meu penar!
Apesar de você, amanhã há de ser outro dia...”**

Dia 30 é 13+13: Lula Presidente e Haddad para o Governo de SP!

■ ■ ■

OBS. Os textos expressam a opinião de seus autores, não necessariamente coincidente com a dos coordenadores do Blog e dos participantes do Fórum Intersindical. A cada reunião ordinária, os textos da Coluna Opinião do mês são debatidos, suscitando divergências e provocando reflexões, na perspectiva de uma arena democrática, criativa e coletiva de encontros de ideias em prol da saúde dos trabalhadores.