



**PSICANALISTA
PATRÍCIA LINS**

Siga-me nas redes sociais



<http://patricialins.org> | patricialins@patricialins.org

Ilhas humanas, sofrimento psíquico e psicanálise

Patrícia Lins de Paula

Psicanalista

Isolamento e distanciamento social

Segundo especialistas, o isolamento social é a medida mais eficaz para retardar a proliferação do COVID-19, e, na sua impossibilidade, o distanciamento social, adicionado a outras medidas de segurança, configura-se como ação determinante, principalmente no início da proliferação do vírus, visando atuar em prol do retardamento dos efeitos da pandemia. Aqui buscamos refletir sobre as consequências dessa ação, embora necessária, à perspectiva subjetiva, sempre individual, analisando o impacto do isolamento e do distanciamento social para a saúde psíquica.

Ilhas humanas e sofrimento psíquico

A necessidade abrupta da mudança de comportamento, dos modos de interação e da alteração de hábitos promove, inevitavelmente, um impacto que ficará mais evidente ao longo do tempo. Se cada sujeito, com sua estrutura psíquica, experimenta a solidão de uma forma, o mesmo ocorre com o luto, como símbolo da reação subjetiva ao cerceamento da liberdade (perda). Ainda que por motivos justificados e compreendidos, são os sentimentos oriundos da perda que influenciam no modo como o luto é vivenciado (FREUD, 1917).

Proteção com suporte

Elisabeth Kubler-Ross (1969), nas suas experiências com pacientes terminais, discorre sobre como eles, vivenciando a solidão e o isolamento, buscam um bem-estar possível não obstante suas limitações físicas, principalmente o suporte aos anseios e angústias que delas advém. Dar atenção e acolher os sentimentos,



PSICANALISTA
PATRÍCIA LINS

Siga-me nas redes sociais



<http://patricialins.org> | patricialins@patricialins.org

desejos, opiniões e, acima de tudo, preservar o direito de ser ouvido é decisivo para o conforto admissível nessa experiência. É importante também prover suporte a quem oferece suporte, nos trabalhos de saúde e assistência.

Vida que segue, com restrições

O trabalho psíquico de elaboração das perdas, ainda que temporárias ou parciais, pode vir acompanhado de abatimento psíquico, com diminuição de autoestima. É bem verdade que possivelmente será superado após um tempo, desde que acompanhado e elaborado pelo sujeito como parte da dinâmica emocional, mas naturalizar esse processo não implica se tornar indiferente a ele. É preciso dialogar e estabelecer novas formas de conexão numa rede colaborativa para que a vida siga, ainda que com restrições.

“Antivírus”

A sociedade de consumo também saberá se adaptar ao novo paradigma: a maior utilização de compras online, a popularidade de videoconferências e o uso da internet para diminuir as distâncias provavelmente convencerá a todos, pela saudade dos beijos e abraços, o quanto o toque humano é insubstituível. Enquanto isso, importante notar o estado de ânimos belicosos apaziguados e o movimento natural de todos e cada um se voltar para o seio familiar, protegendo os mais frágeis, o que pode tornar a solidariedade o maior “antivírus” em tempos difíceis.

Referências

KUBLER-ROSS, E. Sobre a morte e o morrer. Rio de Janeiro: Editora Martins Fontes; 1985.

FREUD, S. [1914-1916] Luto e Melancolia. Ed. Standard brasileira das Obras Psicológicas Completas de S. Freud. Vol. XIV. Rio de Janeiro: Imago, 1996.