

## Os bastidores dos adoecimentos mentais: sob o viés filosófico-existencial

*Behind the scenes of mental illnesses: under the existential-philosophical bias*

Apolinário Cunha

*Secretaria Municipal de Saúde, Pedro II, Piauí*

**Resumo:** A pandemia da Covid-19 vem assolando a humanidade e provocando diversos temores. Nessa perspectiva, torna-se essencial refletir sobre as questões que envolvem os bastidores dos adoecimentos mentais diversos, uma vez que esta temática é cada vez mais pertinente nos dias atuais. Assim, o presente trabalho traz essa reflexão sob o viés filosófico-existencial. Considerando que se torna mais abrangente tocá-lo para além do tecnicismo ou apenas pela perspectiva do dualismo doença versus saúde, adentrando de maneira mais profunda e existencial, pois acredita-se que, diante dos seus conflitos, o ser humano cria seus esconderijos interiores, como forma de fugir/enfrentar a realidade que o permeia. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica qualitativa e tem como apostes teóricos-metodológico Cajueiro (2013), Kierkegaard (2015).

**Palavras-chave:** Saúde Mental; Adoecimento Mental; Covid-19; Existência.

**Abstract:** The Covid-19 pandemic has devastated humanity and caused many fears. In this perspective, it is essential to reflect on the issues that involve the backstage of various mental illnesses, since this theme is increasingly relevant today. Thus, the present work brings this reflection under the existential-philosophical bias. Considering that it becomes more comprehensive to touch it beyond technicality or just from the perspective of the dualism disease versus health, entering in a deeper and existential way, as it is believed that, in the face of their conflicts, human beings create their inner hiding places, as a way to escape / face the reality that permeates it. This is a qualitative bibliographic research and has as theoretical-methodological bets Cajueiro (2013), Kierkegaard (2015).

**Keywords:** Mental Health; Mental Illness; Covid-19; Existence.

## INTRODUÇÃO



Atualmente a humanidade padece tão visivelmente sob a força invisível do Coronavírus. Contudo, diante desse cenário, é possível afirmar que, outros sofrimentos igualmente graves assolam as pessoas nas mais diversas realidades do mundo. Sofrimentos no aspecto mental, emocional e principalmente existencial.

Nessa perspectiva, a Covid-19 vem afetando, nos mais diversos aspectos, uma quantidade exorbitante de pessoas pelo mundo a fora. Causando assim, um abalo emocional nas pessoas que por ela são atingidas, seja pelo contágio, seja por ter presenciado o sofrimento de um ente querido ou apenas por está presenciando tamanho sofrimento, medo, e porque não dizer angústia por está vivendo em tempos tão difíceis.

Acredita-se que ninguém está livre desse vírus! Assim, notadamente, a pandemia que pegou a todos de surpresa, continua fazendo vítimas também no aspecto mental. Entretanto, o Coronavírus não é o único vilão. Há outros “vírus” nos bastidores tão invisíveis quanto letais que devem ser igualmente revelados: a angústia, o medo, o desespero, o pavor.

Nessa conjuntura, o presente trabalho visa apresentar uma reflexão a cerca dos bastidores dos adoecimentos mentais: sob o viés filosófico-existencial, considerando que nesses tempos pandêmicos essa temática é bastante pertinente na sociedade atual. Esta é uma pesquisa qualitativa bibliográfica e tem como subsídios teóricos-metodológicos Cajueiro (2013), Kierkegaard (2015).

## METODOLOGIA

O presente trabalho tem como proposta metodológica uma reflexão filosófica-existencial, buscando abordar termos mais subjetivos e individuais como é próprio da filosofia existencial. Esta pesquisa visa apresentar uma reflexão a cerca dos bastidores dos adoecimentos mentais: sob o viés filosófico-existencial, considerando que nesses tempos pandêmicos essa temática é bastante pertinente na sociedade atual.

Essa é uma pesquisa qualitativa bibliográfica e tem como subsídios teóricos-metodológicos Cajueiro (2013), Kierkegaard (2015). A coleta de dados se deu mediante uma pesquisa bibliográfica e através dos relatos dos usuários do assistidas pelo presente educador físico que desenvolve suas atividades na cidade de Pedro II/PI.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

Diante da grave crise pandêmica e humanitária, onde o homem contemporâneo demonstra-se visivelmente desintegrado de si mesmo, do transcendente e de todos os demais contextos ao seu redor; onde fragrantemente atordoado até mesmo com sua própria existência e, em muitas situações apenas sobrevivendo aos "pesos" da vida, sem nenhum sentido ou significado vital, cabe urgentemente uma pergunta: Será que o vírus também não está causando na humanidade, apesar das tragédias inegáveis, um novo jeito de ser gente? De existir de maneira nova e mais significativa?

Compreender o existencialismo como corrente filosófica e movimento intelectual que surgiu em meados do século XIX na França, a partir das ideias do filósofo dinamarquês Soren Kierkegaard, é chave para quem sabe responder tais indagações acima, pois na percepção do referido existencialista, o indivíduo constrói seu próprio caminho ao tempo em que percebe a vida durante o trajeto da existência humana.

Essa compreensão faz muito sentido visto que o conceito de desespero e angústia no modo de pensar do pai do existencialismo pode ser perfeitamente aplicado nos tempos atuais. A angústia e o desespero, pode-se dizer que advém do fato de compreendermos que somos limitados pelo nosso ser-no-mundo, por condições universais impostas por nossa humanidade, o que nos faz perfeitamente concordar com o referido filósofo. Pois, se naquele tempo o homem vivia desesperado e angustiado, não é em nada diferente hoje. Apesar do contexto ser outro, o homem continua o mesmo.

Para Kierkegaard (1844/2010, p. 47), a angústia, de um modo ou de outro, é onde o homem sempre esteve, está e estará sempre. Ela "é aquilo ao redor do que tudo gira". E é justamente por isso que se pode concordar com o supramencionado filósofo quando nos afirma que este "estado é um nada, um nada que faz nascer angústia". Nessa perspectiva, acredita-se que a angústia nasce do caminhar sem rumo e do viver sem sentido ou significado existencial.

Nesse tempo de pandemia, refletir sobre a própria existência além de necessário, é vital. São diversas as terapias atuais que buscam tocar ou pelo menos entrever a psiquê humana; algumas delas altamente sofisticadas e cada vez surgindo mais. Não obstante, a alma humana continua mistério quase inacessível, considerando-se sua subjetiva sempre expansiva.

Convém enfatizar que, ao longo da História da Filosofia e do formato das diversas Escolas Filosóficas ou até mesmo filósofos em si, pode-se mencionar desde os pré-socráticos, com ênfase a Heráclito Éfeso com seu famoso pensamento: “Ninguém toma banho duas vezes no mesmo rio...” pois nem o rio nem o homem serão os mesmos.

Expressando assim a constante mudança em que a humanidade está mergulhada. Talvez gerando certa esperança e expectativa de que essa pandemia em breve, como as águas do rio, passará. A reflexão do referido filósofo nos aponta para uma certeza: estamos e sempre estaremos em constantes mudanças. A pandemia é apenas uma delas e depois dela podemos ser melhores ou piores, iguais jamais!

Podemos lembrar ainda Sócrates com seu igualmente famoso pensamento: “Conhece-te a ti mesmo”. Nunca essa frase fez tanto sentido como agora em que o homem parece tão desorientado individual, social e politicamente, potencializado pela força da pandemia. Acredita-se que muitos adoecimentos poderiam está sendo evitados se o ser humano tivesse mais conhecimento e, porque não dizer, domínio de si mesmo.

Nota-se que muitos dos adoecimentos atuais partem do princípio de que as pessoas estão vivendo em meio a muito barulho interno e externo. Nessa perspectiva, acredita-se que é urgente, e se faz necessário, que o ser humano aprenda a conviver consigo mesmo e só então saberá conviver com o outro.

Diante dessa afirmativa Socrática é possível afirmar que as reflexões desse filósofo são sempre pertinentes e atuais, uma vez que, para que uma pessoa possa conviver de maneira harmoniosa com outra, esta precisa primeiramente apreender a conviver consigo mesma.

Outro filósofo que muito contribui para nossas reflexões é Aristóteles, ao afirmar que: “O homem é um animal social”. Partindo dessa afirmativa questiona-se: como sendo o homem um animal social porque muitas vezes esse é tão individualista? A afirmativa desse filósofo explica, assim, as razões dos múltiplos adoecimentos atuais gerados pela pandemia, que vão além daqueles causados pela Covid-19.

Infelizmente é possível afirmar que as sequelas desse tempo serão para sempre e o homem nunca mais será o mesmo, pois os tempos presentes são realmente perturbadores, e já atinge em todos os aspectos a humanidade atual, o que irá refletir de maneira direta nas futuras gerações.

Nessa conjuntura se faz necessário aqui destacar que, a noção de felicidade, estado de tranquilidade da alma e ausência de perturbação pretendida pelo estoicismo – escola filosófica helenista, nunca foi tão oportuna como nesse tempo, que além de instruir

o homem a não se perturbar, também o ensina a lidar com as circunstâncias da própria existência com tranquilidade, reconhecendo-se limitado, como de fato o é.

A situação em que nos encontramos atualmente causada pela Covid-19 nos propõe sérias reflexões diante de tais questões existenciais, ao mesmo tempo em que nos aponta diversas oportunidades para fazermos mergulhos filosóficas-existenciais sobre nossas vidas. Certamente esta é uma oportunidade global e humana de significarmos ou resignificarmos as maneiras de julgarmos o tempo, nossas relações interpessoais e a própria vida de forma geral.

Na dimensão da saúde em todos os seus aspectos, mas especialmente a mental, vale ressaltar que o mundo inteiro está atingido não só pelo Coronavírus, mas também pelos adoecimentos psicológicos, emocionais e existenciais. A Covid-19 esconde em si muitas outras pandemias. Algumas delas incapazes de serem percebidas. Angústias, estresses, pânicos, depressões, são apenas pequenos destaques.

Toda essa situação de isolamento e distanciamento social têm apenas corroborado com aquilo que a Filosofia e a Psicologia já sabiam: nós precisamos do contato e do toque uns dos outros para sermos quem somos. Somos interdependentes uns dos outros em nossa existência.

Muitos adoecimentos guardam nas respostas das perguntas: Quem sou? De onde vi? Para onde vou? O remédio ou a cura. Muitas síndromes têm origens existenciais. Diante da atual circunstância é oportuno se questionar sobre o ser humano em todo seu contexto existencial, pois cada vez menos sabemos quem somos, de onde viemos e para onde vamos.

Há de se considerar os bastidores da existência humana onde a angústia e o desespero são uma constância. Quais são os medos e os pavores impregnados na alma do homem contemporâneo? Certamente, como tudo na vida é dinâmico e mutável, não são os mesmos de tempos atrás, nem mesmo os mais recentes, considerando-se os diversos avanços em tantas áreas da humanidade e paradoxalmente retrocessos em tantos outros, onde em muitas situações as questões existenciais e da alma humana são simplesmente ignoradas.

O hoje, mas principalmente o futuro, é pavor para muitos, pois as incertezas diversas aliadas à falta de projeto de vida, somada à deficiência de autoconhecimento gera ansiedade que nada mais é senão excesso de futuro incerto e doentio. Para muitos, o futuro já está adoecido e o presente é quase, ou muitas vezes inexistente, sem sentido, sem graça, sem brilho e sem beleza.

Nessa circunstância, saber quem somos, parece ser cada vez mais impenetrável, desconexo, problemático e incompreensível. No entanto, enxergar além dos adoecimentos e desconfortos mentais e/ou emocionais, faz-se necessário. Não seria interessante se observar com mais ousadia e esmero tais esconderijos existenciais humanos? Fato é que os bastidores da tão famosa e presente ansiedade e outros adoecimentos mentais, precisam ser debelados, superados e saradas as feridas que nenhum outro curativo alcança, os da alma.

Para onde caminha a humanidade, cada vez menos capaz do auto-olhar, de auto-percepção? Desde Sócrates, que clamava nas ágoras de Atenas, capital da Filosofia o seu tão célebre discurso "Conhece-te a ti mesmo", passando por Freud, Jung, Viktor Frankl, pai da logoterapia, até Lúcio Packter, fundador da filosofia clínica nos tempos de hoje, é plenamente possível pensar em abordagens terapêuticas para além das patologias e com mais foco na existência humana.

Segundo a Organização Mundial da Saúde – OMS (World Health Organization, 2020) a preocupação com a saúde mental da população se intensifica durante uma grave crise social. A presente pandemia é assertivamente uma dessas crises e tem gerado perturbações emocionais, existenciais, psicológicas e sociais que, conseqüentemente, atingem a capacidade de enfrentamento de toda a sociedade.

Notadamente, boa parte dos esforços das autoridades de saúde pública durante as epidemias tem envolvido a compreensão dos efeitos físicos e biológicos da doença, revelando pouca, ou quase nenhuma, atenção às questões da saúde mental (Ho et al., 2020). Em alguns casos os veículos de comunicação tumultuam muito mais que informam ou orientam, gerando e/ou contribuindo para mais adoecimentos mentais e emocionais.

Tudo de fato é novo para todos, porém faz-se necessário e igualmente oportuno garantir à população uma assistência adequada em saúde mental, englobando ações multiprofissionais voltadas à minoração do sofrimento mental ao longo da crise em curso, especialmente aos mais vulneráveis.

No Brasil, psicólogos, psiquiatras e outros tantos profissionais têm se disponibilizado para prestar auxílio e acolhimento àqueles que têm sido afetados pela pandemia da Covid-19. Cullen(2020) afirma que atualmente, psicólogos e psiquiatras, para darem continuidade aos cuidados em saúde mental durante a pandemia, estão se mobilizando para realizar intervenções e atendimentos, inclusive online. Ações como essas podem ajudar a dirimir ou prevenir futuros problemas psiquiátricos e psicológicos ou de outras naturezas. Nesse âmbito podemos incluir as ações realizadas nos Centros de

Atenção Psicossocial – CAPS em todo o Brasil. Tais ações indubitavelmente necessárias nesse tempo de crescente demanda.

A atenção e o cuidado com a saúde mental em um tempo e contexto tão adverso como o atual tem recebido a aprovação da população como um todo. Uma pesquisa feita com 130 países e divulgada no início do último mês de outubro pela OMS revelam dados muito importantes sobre o tema referido.

Os dados demonstram que 93% dos países pesquisados interromperam serviços essenciais de saúde mental durante os avanços e atuações da Covid-19. E de todas as informações a que mais chama atenção é a de que entre os mais atingidos estão exatamente as pessoas em situação de vulnerabilidade social maior, o que levou a Sociedade Brasileira de Psiquiatria e outros órgãos de saúde fazerem diversos alertas sobre o cuidado com a saúde mental e a relação com a Covid-19.

Ressalta-se que complicações neurológicas, mentais e emocionais, tais como delírio, agitação e outros, são alguns dos sintomas que começam a aparecer nesse conturbado tempo presente, mormente em pessoas com transtornos psicológicos e psiquiátricos.

### **3.1 Saúde mental no município de Pedro II durante a pandemia-Covid-19**

Durante a presente pandemia, ocorrem sistematicamente dentro do CAPS, que com suas equipes multiprofissionais têm apresentado aos usuários, extensivos às suas famílias, um serviço de alta qualidade e dedicação humanizada.

De acordo com dados de relatórios periódicos, do município de Pedro II-PI, verificou-se a crescente busca dos serviços disponibilizados nesse tempo de pandemia, dados esses confirmados pelos profissionais do referido recinto de saúde mental e corroborados institucionalmente pelas autoridades municipais. Verificou-se ainda que nunca, em tão pouco tempo, foi tão requisitado os serviços de apoio psicossociais neste município como agora. Registre-se que os atendimentos profissionais têm sido ferramentas importantíssimas de acolhimento e resolutividade no quesito ora mencionado.

As visitas domiciliares, ocorridas sistemática e periodicamente, com mais atenção aos casos mais graves, por parte dos diversos profissionais do referido serviço (Psiquiatra, Psicólogo, Enfermeiro, Técnicos de Enfermagem, Farmacêutico, Educador Físico, Assistente Social, Pedagoga, dentre outros), gerando bem-estar e saúde aos usuários, tem sido grande diferencial.

Tem-se cada vez mais compreendido a importância do investimento qualificado em saúde mental notadamente durante esse tempo de isolamento por força da pandemia. A OMS – Organização Mundial de Saúde, por exemplo, tem alertado amplamente sobre os níveis de propagação e gravidade do vírus, mas também alerta para os níveis de falta de ação, que no município já citado, todos os profissionais são notadamente comprometidos no que fazem.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Certamente a problemática da saúde mental, acentuada no cenário da pandemia da Covid-19, esconde em si uma parte considerável, a que torna possível refletir sobre a existência de tantos outros fenômenos mentais e psicológicos antes dos mencionados padecimentos surgirem na mente e no corpo propriamente.

Não seria temerário se afirmar que antes das manifestações de adoecimentos mentais diversos, há de forma impregnada no interior do homem, tendências e vulnerabilidades que podem favorecer estes acontecimentos, que tais como o vírus aqui destacado, tomam-se perigosos danosos e letais tanto quanto.

A psicoterapia e outras abordagens existenciais, cujas origens dão-se nas teorias filosóficas de Friedrich Nietzsche e Soren Kierkegaard é algo a ser considerado, uma vez que a existência humana carece, sobretudo nesse tempo e logo após a pandemia, cuidados minuciosos, pois as sequelas nesta dimensão certamente acompanharão, por muito tempo, a raça humana. As marcas deixadas pela Covid-19 não serão fáceis de apagar.

Destaque para Kierkegaard que instituiu a brilhante teoria de que o descontentamento humano, nominado por ele mesmo como angústia e desespero, só poderia ser minorado através de sabedoria interna. Portanto, existencialmente individual, com foco no significado da vida, norteado pelas seguintes questões existenciais: Quem sou eu? Qual minha contribuição e importância no mundo? Por que existo? Qual o sentido da vida? E outras tantas perguntas que vão tecendo a grande colcha da existência humana, necessárias ao tempo presente e ao porvir.

Nessa grande trajetória humana chamada existência, quanto mais se souber sobre nós mesmos e o outro, tanto quanto poderemos responder satisfatoriamente as grandes questões existenciais da vida, descritas acima, pois o sentido existencial é dado pelo próprio homem durante seu autoconhecimento, considerando-se suas diversas experiências de vida.



Portanto, baseado nesse viés existencial-filosófico, apresentado neste trabalho, o autoconhecimento como uma proposta eficaz diante dos diversos adoecimentos mentais, torna-se uma ferramenta poderosa para o homem deste século, sobretudo depois da influência da pandemia da Covid-19. Nunca foi tão necessário refletir e adentrar nos escondidos espaços existenciais da humanidade como nos tempos atuais.

Responder as célebres questões da vida tais como: Quem sou eu? Por que existo? O que é a existência? Qual o sentido da vida? Dentre outras tantas perguntas neste cenário produzido pela força do corona vírus, fará muita diferença naquilo que será o novo homem ora em diante , forjado pelo desespero, pela angústia de tantas perdas significativas e inesperadas, mas que precisa continuar seguindo adiante neste caminho de total resiliência sustentada por uma mentalidade capaz de superar as diversas formas de adoecimentos do presente contexto social e existencial.

Talvez seja este o grande legado deixado pela pandemia da Covid-19: levar o homem a olhar um pouco mais para a dimensão existencial da humanidade como um todo, tornando-se gradativamente seres melhores, mais empáticos e mais capazes de lidar com o inesperado e com o sofrimento em si.

É urgente e necessário observar com mais critério os bastidores da alma humana em busca dos fatores que antecedem a ansiedade e outros tantos desconfortos existenciais, pois talvez estejam aí as revelações intrínsecas e as respostas externas do tão desconhecido ser humano. Nessa perspectiva pode ser afirmar que a ansiedade, a depressão, o estresse podem ser tipos de gritos existenciais rumo ao infinito, ao misterioso ou mesmo em busca de significado para a vida, que necessitam com certa urgência serem qualificadamente ouvidos.

## Referências

BRASIL, Ministério da Saúde. *Coronavírus fontes primárias*.

Disponível em:

> [https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/570174/Coronavirus\\_COVID-19\\_Fontes\\_primarias.pdf](https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/570174/Coronavirus_COVID-19_Fontes_primarias.pdf)<

Acesso em 05 de junho de 2021.

CAJUEIRO, Roberta Lima Pimentel. *Manual para a elaboração de trabalhos acadêmicos*. 1ª ed.

Rio de Janeiro: Pegue e leve Saraiva, 2013.

Cullen, W., Gulati, G., & Kelly, B. D. (2020). Mental health in the Covid-19 pandemic.

*QJM: An International Journal of Medicine*, 113(5), 311-312.

<https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa110>

FARO, André et al. *COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado*.

Disponível em >

<https://www.scielo.br/j/estpsi/a/dkxZ6QwHRPhZLsR3z8m7hvF/?lang=pt><

Acesso em: 15 de junho de 2021.

HO CS, Chee CY, Ho RC. *Mental health strategies to combat the psychological impact of COVID-*

*19: Beyond paranoia and panic*. *Annals, Academy of Medicine, Singapore*. 2020;49 (3): 155-161.

KIERKEGAARD: *A Escola da Angústia e a Psicoterapia*. Disponível em

><https://www.scielo.br/j/pcp/a/xYBLQtG6kBBCfNFRS7bnwqQ/abstract/?lang=pt> <

Acesso em 20 de junho de 2021

World Health Organization. (2020a). *Coronavirus disease 2019 (COVID-19): situation report –*

78. Geneva: Author. Retrieved from [http://www.who.int/docs/default-](http://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200407-sitrep-78-covid-19.pdf?sfvrsn=bc43e1b_2)

[source/coronaviruse/situation-reports/20200407-sitrep-78-covid-19.pdf?sfvrsn=bc43e1b\\_2](http://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200407-sitrep-78-covid-19.pdf?sfvrsn=bc43e1b_2)

*Recebido em: 6/8/2021*

*Aceito em: 30/8/2021*

*Publicado online em: 2/9/2021*

