

2022-10-28 12:00:16

<http://justnews.pt/noticias/-preciso-olhar-o-adoecer-de-forma-verdadeiramente-psicossomatica>



## «É preciso olhar o adoecer de forma verdadeiramente psicossomática»

“Enfermidade, solidão e isolamento” é o tema central da 2.ª Reunião Ibérica de Medicina Psicossomática, cuja origem partiu da “necessidade de pensar de que forma é que os diferentes e múltiplos isolamentos são realmente indutores de um nível de solidão que conduz ao adoecer”, avança Patrícia Câmara, vice-presidente da Sociedade Portuguesa de Psicossomática (SPPS).

Em declarações à Just News, sublinha que “é importante perceber quais são os isolamentos necessários e que estratégias podem ser criadas para que exista sempre companhia interna nessas situações”.

A psicóloga clínica adianta que uma das sessões terá como palestrante Maria José Ribeiro, oncologista pediatra, para “abordar questões de isolamento na Pediatria e distinguir formas de o mitigar, para que não se torne numa solidão insuportável”.

No fundo, “vamos discutir como podemos contribuir para uma visão verdadeiramente psicossomática, que integre a consciência da simultaneidade corpo/mente em qualquer relação, seja médico/doente, seja indivíduo/sociedade. E perceber de que forma é que a relação pode ser sempre mitigadora do adoecer, sabendo à partida que os isolamentos sem companhia interna e externa são realmente traumáticos”.



Patrícia Câmara

Sendo certo que “a saúde e a doença coexistem e não existe saúde em estado puro”, Patrícia Câmara alerta para a necessidade de se “perceber a singularidade de cada pessoa” e chama a atenção para as consequências das limitações das visitas hospitalares. “A situação de isolamento e de solidão a que os doentes e os seus familiares estão sujeitos têm consequências do ponto de vista psicossomático a curto – senão diretamente no prognóstico

do doente, seguramente no bem-estar – e longo prazo”.

Na sua opinião, este é um dos exemplos em que se “cai na divisão cartesiana do corpo/mente, porque apesar de muito se falar da simultaneidade da saúde física e da saúde mental, é raro pensar-se na coexistência das duas e na necessidade de se pensar sempre do ponto de vista do procedimento relacional, que devia estar presente a cada momento da intervenção”.

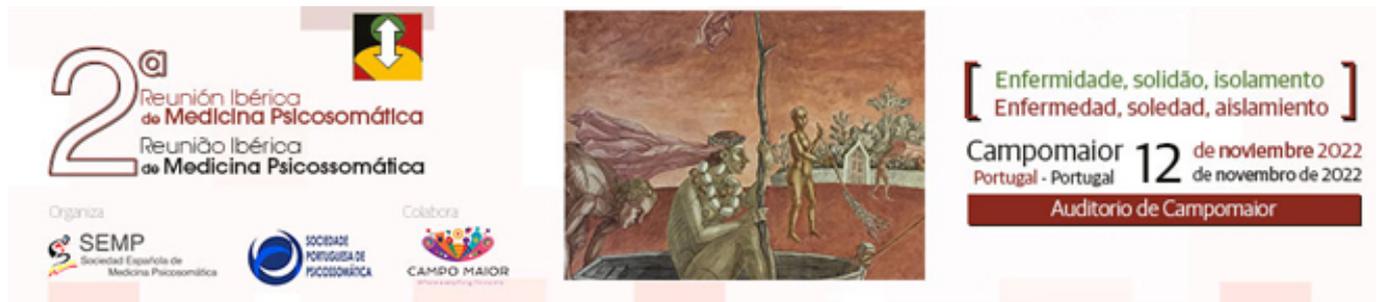
### **Olhar o adoecer de forma verdadeiramente psicossomática**

Com um programa amplo, que contempla diferentes áreas, como o assédio laboral ou a violência de género, Patrícia Câmara evidencia que pretenderam “mostrar de que maneira é que a violência socialmente consentida nos adocece, dado que, muitas vezes, tendemos a associar o adoecer a um estado depressivo do psicossoma, mas poucas vezes nos lembramos que pode ser uma forma de resistência, associada a um adoecer mais grave, em que nos desumanizamos, trazendo consequências muito sérias do ponto de vista ecobiopsicossocial”.

É preciso, assim, “olhar o adoecer de forma verdadeiramente psicossomática, colocando a tónica na importância de reduzir a violência para diminuir o adoecer e não apenas na criação de estruturas internas para lidar com esta situação, que é o expoente da desumanização relacional”.

A perspetiva que a SPPS e a Sociedade Espanhola de Medicina Psicossomática (SEMP) – as duas promotoras da reunião – têm é de “regressar à possibilidade de se pensar de uma forma mais psicossomática, mais integradora para verdadeiramente haver diálogo e cooperação e não cair na desumanização da saúde, que fica clivada e condiciona a comunicação”.

Na Conferência de Encerramento, poderá esperar-se uma “abordagem da Antropologia Médica, onde se discutirá a importância da relação estabelecida como forma de prevenção e de suporte do adoecer”.



O programa pode ser consultado [aqui](#).

### **Colaboração ibérica: formas de prevenção e intervenção**

A 1.ª edição da Reunião Ibérica de Medicina Psicossomática decorreu em 2021, com o intuito de “promover a partilha de práticas e de avanços científicos – uma das melhores formas de intervenção e de prevenção – entre a SPPS e a SEMP. O protocolo de colaboração entre as duas sociedades prevê a realização de uma reunião ibérica anual, no triângulo de fronteira Campo Maior, Elvas e Badajoz.

Este ano, a Reunião está agendada para 12 de novembro, em Campo Maior, havendo também a possibilidade de participação de forma digital. Patrícia Câmara espera que o número de participantes ultrapasse ou, pelo menos iguale, o da última edição, que contou com cerca de uma centena de inscrições.