

“Remédio virou moda na cabeça”

Enquanto psicóloga é difícil compreender que uma grande porcentagem das pessoas que esteja passando por situações difíceis busquem a resposta para suas dificuldades com ‘medicação para a cabeça’. Porventura somos máquinas computadorizadas? Não! Somos constituídos de uma história, experiências, emoções, sentimentos, pensamentos, acontecimentos, lembranças; tudo isso registrado na mente, e a mente carecem de entendimento verbal e escuta.

Remédios devem ser ingeridos em caso de desordem neural no cérebro, nos transtornos mentais, não por dificuldades emocionais que esteja passando, por isso o título “Remédio virou moda na cabeça”. Observe: Se você está chateado, em crise, num momento difícil em casa, conflitos familiares, problemas no emprego, nos estudos, na prática de bullings nas escolas, na violência contra a mulher, nas violências contra a criança, em novas fases vitalícias, nas relações conjugais, separações, revelação de segredos, sente-se sozinho, tristonho, vivenciando doença na família, luto, não dorme por preocupações que mechem nas suas emoções etc, etc, etc... Consegue-se resolver tais conflitivas com doses de remédios?

Trabalho diariamente com pacientes, no consultório de psicologia, e mesmo estes não possuindo diagnóstico de transtorno mental ou desordem neural recebem recomendação médica para ingerirem remédios. Ora, resolver conflitivas vai muito além de cápsulas/comprimidos químicos. É utópico tentar trabalhar conflitos emocionais com psicofarmacos. Seria fácil demais! Aprender a lidar com dificuldades recomenda-se tratamento das emoções, pensamentos, comportamentos, trabalhar a higienização psíquica, livrando-se daquilo que aprisiona, que faz mal, que produz úlcera.

Quando as pessoas buscam ajuda médica elas reclamam de mal-estares físicos sintomáticos como as dores, onde o médico lhe solicita exames, e nestes exames realizados a leitura que se vê é que esteja tudo bem no funcionamento corpóreo. E



mesmo apresentado às informações obtidas, muitas vezes esses pacientes não se dão por satisfeitos, pois os sintomas que sentem são reais, eles sentem mesmo, de verdade, mas por meio de exames médicos nada se é detectado. Por quê? São conflitos emocional-psíquicos, são falsos-sintomas do corpo que refletem como verdadeiros, mas que nenhuma amostra material de laboratório/médica é capaz de apontar anormalidades. Uma observação cabe pontuar: se acumulamos, engolimos o que nos faz mal, o corpo pode vir a adoecer (nesse caso os exames vão apresentar alterações) e a mente poderá desencadear algum tipo de transtorno mental.

Sabe-se que a tarefa dos medicamentos é essencial na saúde, porém misturar conflitos emocionais pela busca de melhorias com “remédio para cabeça” não combina. Somos seres humanos compostos de afeto, sentimentos, emoções e precisamos direcionar nossas dificuldades colocando para fora, parando de sufocar as angústias, aprendendo a se fortalecer psicologicamente. E isso fica claro que remédio nenhum é capaz de alcançar! Ou seja, “se doeu tem que falar. Se incomodou tem que explicar. Se tá ruim tem que ajeitar. Se estragou tem que consertar. Ou então jogar fora. Entende? Não dá pra passar a vida inteira com as coisas entaladas na garganta, feito espinha de peixe que não desce e arranha toda vez que a gente engole” (Corrêa, C).

Cíntia Quissini; Psicóloga Clínica e Organizacional. Realiza avaliações e orientações psicológicas, atendimento individual - psicoterapia - de crianças, adolescentes e adultos, também trabalha nas demandas de terapia de casal e terapia familiar.

Enquanto psicóloga Organizacional: Recrutamento e seleção de pessoal, suporte psicológico para os colaboradores, estruturação dos subsistemas de RH (descrição e análise de cargos, entrevistas de desligamento, avaliação de desempenho, requisitos essenciais, clima organizacional).