

A PALAVRA E AS EMOÇÕES. A CONSTRUÇÃO DE INTERAÇÃO DISCURSIVA COMO ESTRATÉGIA HIDROTERAPÊUTICA DE RECUPERAÇÃO FÍSICA, EMOCIONAL E SOCIAL EM PACIENTES PORTADORES DE MAL DE PARKINSON E AVC

ROSANIA DE ALMEIDA DE LIMA

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO RIO DE JANEIRO - PUC-RIO- RJ/BRASIL

rosa_ni_a@hotmail.com

Introdução

Muitos métodos terapêuticos naturais têm sido estudados com a finalidade de desenvolver boa saúde e até mesmo alcançar curas. Meditações, exercícios físicos, alimentos naturais incorporam perspectivas de vida mais saudável no século em que o tempo passou a ser curto mediante os milhares de afazeres da população. E no meio de tanta pressa, parece que não percebemos o valor que possui uma simples palavra. A palavra faz parte de nossas vidas desde o momento em que acordamos até a hora de dormir, e muitas vezes continua em nossos sonhos. Com ela interagimos, materializamos nossos pensamentos e emoções, agradecemos, magoamos, pedimos, cantamos, chamamos a atenção ou a desperdiçamos. “Muitas vezes uma palavra pode ser melhor que um remédio” foi o discurso que me estimulou a realizar esse trabalho. Palavras ressaltadas por uma senhora portadora de mal de Parkinson enquanto aguardava sua sessão de tratamento hidroterapêutico e conversava comigo. Assim, me senti desafiada a investigar como as palavras, além do poder de curar, são degraus que impulsionam o indivíduo a alcançar seu espaço social, em um mundo onde os padrões de perfeição e beleza separam os “capacitados” e os “incapacitados”.

As emoções situam-se na interseção entre as pessoas e a sociedade, e são produzidas através de interações socioculturais com os outros indivíduos (Lupton, 1998). Como produto de definições culturais e relações sociais, construímos nossas expectativas pautadas na gramática da felicidade, por isso, qualquer falha nesse processo tende a desestruturar emoções e qualidade de vida. Assim, essa análise busca entender o processo discursivo interativo na construção de identidades significativas socioculturalmente, que colabora na recuperação física e sociocultural de pacientes em tratamento hidroterápico, cujas expectativas encontram-se desconstruídas pelo desenvolvimento de mal de Parkinson e AVC. Para tal, buscar-se-á entender as maneiras pelas quais as emoções e sentimentos incorporados durante as sessões são postos em palavras que despertam respostas satisfatórias no quadro clínico geral desses clientes.

Para nossos propósitos metodológicos, estaremos realizando duas entrevistas, uma delas com a portadora de mal de Parkinson citada anteriormente e com uma cliente em recuperação de AVC. Nossa análise será realizada a partir da concepção interativa da pesquisa qualitativa. Dessa maneira, variadas práticas interpretativas interligadas estarão refletindo diferentes visões de mundo, experiências, crenças e abordagens. Os dados foram transcritos segundo os estudos de Análise da Conversação (Sacks, Schegloff e Jefferson, 1974; Atkinson e Heritage, 1984).

A palavra e as emoções

Nossas percepções emocionais não são uniformes, por isso, conduzem a experiências corporais e psicológicas variadas, experiências essas mediadas principalmente pela linguagem (Rezende e Coelho, 2010). As emoções encontram-se na interseção entre as pessoas e a sociedade, sendo assim, incorporam papel central na ativação do nosso senso de self. Elas modelam os significados que damos às nossas experiências enquanto possibilitam as diversas maneiras de construirmos nossas identidades. As emoções são manifestadas em situações e culturas particulares (Lupton, 1998), por isso, representam valores e atitudes definidos socioculturalmente.

Assim sendo, podemos analisar a posição que Sebastiana assume em relação à sociedade e à família ao responder à minha primeira pergunta: “é eu queria... conversar com você sobre a sua terapia aqui na piscina. diz pra mim o que que você ganhou o que que você tem ganhado pra você no seu tratamento e pra você aqui na hidroterapia.”

Sebastiana: eu tenho ganhado alegria em primeiro lugar, amor, muito amor, e:: amizades, boas, sadias e: um pouco de segurança, pra mim foi um ponto de segurança, de apoio, que me trouxe a viver, a viver. eu vivia quase que:: que vegetando né, a partir do momento que eu cheguei aqui eu senti essa coisa boa, senti que deus tava me dando uma família neste lugar pra me apoiar, entendeu?

Sebastiana alinha-se como uma pessoa cuja identidade é elaborada a partir de seu pertencimento a um grupo familiar e do espaço deste no todo social, resgatado em suas sessões de hidroterapia. Nossos valores culturais nos ensinam que no seio da família somos alimentados pelo amor, amizade, segurança e apoio.

Ela nos faz entender que havia perdido a vontade de viver e que precisava de uma família como base de apoio: “eu vivia quase que:: que vegetando né, a partir do momento que eu cheguei aqui eu senti essa coisa boa, senti que deus tava me dando uma família neste lugar pra me apoiar, entendeu?”

Ao estudarmos as ideologias distintas formuladas por Dumont (1992 *apud* Rezende e Coelho, 2010), em relação à posição do indivíduo na sociedade, encontramos nas palavras de Sebastiana uma construção de identidade em que ela se posiciona como parte de um todo, definido a partir de seu nascimento, do seu lugar no grupo familiar e no todo social, já que ela declara não ter vida própria: “eu vivia quase que:: que vegetando né”, por sentir-se abandonada, sem receber apoio no seio de sua família: “senti que deus tava me dando uma família neste lugar pra me apoiar, entendeu?”. No entanto, encontramos Albanize co-construindo a identidade individualista de Sebastiana quando ela conta que a hidroterapeuta a incentivava a amar-se em primeiro lugar.

Rosania: e me diz, o que é que:: eh: a albanize fala pra você durante as aulas, ou falou, ou ainda fala que te incentivou e que te estimulou?

Sebastiana: bom, no início, que eu chegue aqui, ela foi que ela foi a pessoa principal, né, que ela falou que eu devia... me amar! essa palavra eu nunca esqueci porque, me amar primeiro porque... eh: pensar coisa negativa que não tinha utilidade pensar que é uma palavra que ela disse pra mim que eu ia superar tudo isso, que eu ia conseguir, e eu até aqui eu estou vencendo, eu não sou mais a pessoa que eu era.”

Segundo Sebastiana, as palavras empregadas por Albanize a haviam estimulado a lutar incessantemente, fazendo com que ela se transformasse na pessoa que ela é hoje: vencedora. Podemos observar no discurso de Sebastiana dois aspectos emotivos que se opõem a partir de sua contextualização social: tristeza/derrota X alegria/vitória. Ao declarar que estava sentindo-se como “vegetando”, encontramos Sebastiana isolada em seu meio social, sem apoio emocional, no entanto, ao declarar que havia encontrado um meio social que a fazia sentir-se viva, evidenciamos outra Sebastiana estimulada pelo novo contexto social em que se encontrava, reforçado pelas palavras de estímulo e afeto de Albanize: “é uma palavra que ela disse pra mim que eu ia superar tudo isso, que eu ia conseguir, e eu até aqui eu estou vencendo, eu não sou mais a pessoa que eu era.”

Vamos observar na sequência da nossa conversa que Sebastiana atribui às palavras com as quais Albanize interagiu com ela não somente sua inclusão social, mas também sua melhora física. Quando pergunto sobre a diferença física que vinha acontecendo em seu quadro clínico, ela declara que a sua aparência era de uma velhinha, curvada. Até mesmo intensifica sua imagem com a expressão “deformada” enquanto negocia credibilidade à suas palavras ao nos fazer entender que podia provar o que estava declarando com fotos que havia guardado.

O processo de sua recuperação estava sendo tão satisfatório que Sebastiana declara muitas vezes já estar caminhando sem pegar na mão de alguém: “mas hoje não hoje eu já tenho passos curtos ainda, mas às vezes eu alargo o passo que eu vou até algumas vezes to andando indo pra casa sem pegar na mão de alguém.”

Sebastiana declara que, diferentemente do passado, não mais se via no espelho como uma velhinha de sessenta anos.

Sebastiana: bom, porque eu me olhava no espelho e eu me via que nem uma velhinha de sessenta anos... e eu olhava pro meu corpo ainda hoje eu tenho fotos eu toda deformada assim curvada, e e os passos pra sair era mais rígido ainda, eu não tinha prazer, alegria de andar na rua, que eu tinha vergonha, mas hoje não, hoje eu já tenho passos curtos ainda, mas às vezes eu alargo o passo que eu vou até algumas vezes to andando indo pra casa sem pegar na mão de alguém.

Outro sentimento que constrói a identidade de Sebastiana é o medo. Ela declara que se sentia envergonhada pelas pessoas observarem o modo como ela andava, o que a tornava insegura e muitas vezes ocasionava seu desequilíbrio: “é é isso que eu penso, a insegurança que eu tinha, desequilíbrio”. Entretanto, constrói-se mais segura ao declarar que vinha sendo estimulada pelas palavras de Albanize, e já não se desequilibrava mais com a mesma frequência, por não se importar com os olhares das pessoas.

Rosania: então o que foi que ela falou pra você que você tinha que superar?

Sebastiana: tinha que tenho que vencer o medo.

Rosania: e é isso que você pensa quando você...

Sebastiana: é é isso que eu penso, a insegurança que eu tinha, desequilíbrio

Rosania: e agora você tem menos desequilíbrio?

Sebastiana: tenho menos, tenho menos porque eu eu: pra andar sozinha no início eu caí muitas vezes por conta do equilíbrio, a coluna, e hoje eu me firmo mais já ando melhor.

Na segunda entrevista veremos como as palavras foram o impulso inicial para que Selene escrevesse seu livro. Algumas palavras que fluíram credibilidade abriram caminho para que Selene acreditasse em seu potencial e realizasse um sonho: escrever sobre a origem de sua família. Mas para tal, Selene teve que desafiar seus medos e insegurança para construir a mulher alagoana, zelosa por sua família até se constituir a escritora.

Ao perguntar sobre o processo de lançamento de seu livro, Selene revela como a hidroterapia havia transformado sua vida. Um diagnóstico de AVC a havia deixado deprimida com algumas manifestações parksonianas, no entanto, as sessões na água lhe proporcionaram melhoras físicas, pessoais e sociais. Selene faz questão de destacar a atuação de Albanize em sua recuperação geral.

Rosania: eh eu queria saber de você, você agora vai lançar um livro, dia vinte e três de setembro.

Selene: exatamente, um brasileiro em maceió.

Rosania: ótimo, eu queria saber de você eh como é que você chegou até qual foi o processo pra você escrever esse livro até agora esse lançamento o que foi que aconteceu com você...

Selene: eu sempre tive vontade de descobrir a vida original da minha família, os ancestrais né, aí eu cheguei aqui nessa piscina muito deprimida com diagnóstico ruim do médico e trêmula, não conseguia escrever e a albanize disse você escreve você vai começar seu livro, é hoje que você vai começar seu livro, eu disse não adianta porque eu não digito tem que escrever à mão e ninguém vai ler, e ela falou traga que eu leio, e ela leu uma página sabe, que hoje nem existe mais essa página, se desenvolveu diferente, mas ela me deu um estímulo tão grande aqui dentro dessa piscina que hoje to boa, não to tremendo, escrevi o livro, pesquisei dois anos e o livro ta saindo dia 24 de setembro.

Encontramos nessa entrevista o papel fundamental que as palavras exercem na percepção de Selene quando ela emprega as próprias palavras de Albanize: “e ela falou traga que eu leio,” que a estimulam a escrever.

Mais adiante, nessa mesma conversa, peço a Selene que falasse sobre as estratégias de hidroterapia usadas por Albanize atribuídas à sua recuperação. Selene, mais uma vez, descreve seu sentimento de segurança quando está com Albanize durante as sessões na piscina. Ela até mesmo metáfora a água da piscina e todo o contexto da hidroterapia ao declarar que ali ela sente-se como em um porto seguro: “oh, eu busco aqui vida, então quando eu sinto assim um porto seguro,”

Selene valoriza as palavras de Albanize ao empregar o discurso direto em seu discurso: “você vê eu não tinha coragem de iniciar o livro ela disse você tá pronta eu disse eu não consigo escrever ela disse escreva que eu leio, e leu e mostrou que ela podia ler.” E contrasta a força das palavras empregadas por Albanize com as suas próprias palavras de descrédito em si mesmo: “eu disse eu não consigo escrever”. Encontramos Selene construindo-se passiva e atribuindo à Albanize a principal agência para tornar seu sonho realidade.

Considerando o aspecto psicolinguístico, veremos Selene interpretando a hidroterapia como terapia, ou seja, muito mais que os movimentos da água, as conversas que Albanize mantinha com ela estimulavam sua mente, transpunham barreiras, renovavam o prazer, a alegria e a confiança em si mesmo.

Selene: oh, eu busco aqui vida, então quando eu sinto assim um porto seguro, onde não só acho que se eu fizesse terapia não seria tão bom quanto essa terapia essa hidromassagem, né, essa hidroginástica essa terapia da água, sabe, com a Albanize. Você vê eu não tinha coragem de iniciar o livro ela disse você tá pronta eu disse eu não consigo escrever ela disse escreva que eu leio, e leu e mostrou que ela podia ler, aí eu fiz uma outra página e eu vi que outras pessoas leram também, e aí passou a tremeadeira, passou a depressão e eu to aqui toda inteira.

Muito mais ainda, essas conversas que a estimularam a enfrentar dificuldades e construir um objetivo para sua vida reverteram seu quadro clínico: “e aí passou a tremeadeira, passou a depressão e eu to aqui toda inteira.”

O funcionamento do cérebro, em particular as reações químicas que lá acontecem, é apontado como outra fonte responsável por algumas manifestações emotivas. A ansiedade e os estados emotivos que conformam a depressão resultariam principalmente de reações químicas desequilibradas, sendo muitas vezes tratadas por meio da química de ansiolíticos e antidepressivos (Rezende e Coelho, 2010), no entanto, Selene reforça que seu remédio havia sido a hidroterapia: “e não tomei remédio não foi aqui na hidroterapia que passou tudo.”

Selene: eu tive um AVC e é lógico que apesar d’eu ter sido muito feliz sempre fica uma sequelazinha tão foi e nesse período eu tava tendo uma depressão medonha, e não tomei remédio não foi aqui na hidroterapia que passou tudo.

Podemos evidenciar claramente a relação mente/corpo, razão/emoção na história de Selene. Realizando seu objetivo, pesquisando, empregando sua mente em uma atividade que, além de ser um desafio, lhe trazia prazer, Selene sentiu-se pouco a pouco recuperada. Hoje, ela constrói-se uma mulher alegre, com plena saúde: “e eu to aqui toda inteira.”

As palavras usadas por Selene e Sebastiana em relação às emoções não são simplesmente rótulos de emoção, que descrevem entidades pré-existentes ou eventos naturais. Elas são ideias etnoteóricas sobre a natureza do self e da interação social, e como práticas ideológicas atuam com finalidades específicas como parte da construção e negociação da realidade (Lutz, 1998). Albanize vai além da simples massagem hidroterápica para interagir e co-construir com Sebastiana e Selene a identidade da autonomia, persistência e superação.

Rosania: e o que foi que ela falou pra você?

Selene: ela deu força, ela vai no ser da gente, ela pega pinça o que a gente tá sentindo e aí ela mostra que a gente é capaz ela dá um estímulo pra gente tremendo, eu não sei como é

é um dom dela, sabe, que ela vai lá no fundo, busca aquela coisinha que ta incomodando e transforma numa coisa boa.

A etnopsicologia ocidental moderna, na visão de Lutz (1998), entende que a pessoa é constituída por um dualismo fundamental, que é a oposição entre corpo e mente. Os fenômenos associados a esta última instância são também divididos em emoção e razão. Essas duas dicotomias estão relacionadas, à medida que as emoções estão geralmente associadas ao corpo, enquanto a razão à mente. Na associação entre emoção e corpo, encontramos as causas assim como as manifestações dos sentimentos, que também estariam influenciando as reações corporais.

Por outro lado, embora as emoções tenham uma dimensão psicobiológica, admite-se que a sociedade influencia o modo de expressar os sentimentos. Assim, reconhecem-se regras de expressão que afetam a manifestação dos sentimentos, não apenas de acordo com os contextos sociais, como também entre sociedades diferentes.

Na sequência de nossa conversa, convido, Albanize, que estava presente, para que ela mandasse uma mensagem para Sebastiana. No entanto, Albanize não mandou uma simples mensagem, ela explicou como as palavras que ela emprega em seu discurso com seus clientes são instrumento poderoso na recuperação deles. Albanize refere-se à dor da alma, a solidão, como a pior dor que se pode sentir, assim, ela declara que identificar essa dor e conscientizar seus clientes a combatê-la é o primeiro passo para o tratamento.

Albanize: “eu cedo lendo e vivendo com outras pessoas eu até compreendi que a maior dor do ser humano chama-se solidão que é a dor da alma. A dor da alma ela reflete no sistema musculoesquelético, no fisiologismo da pessoa, então, o tratamento na verdade começa na entrevista, quando eu digo à pessoa abandone isso, não tenha medo, assuma que você está doente, mas que isso não é seu, não lhe pertence e você vai lutar e isso será superado. Então quando a pessoa sai daqui, eu já agradeço a deus a vinda dela e: o fato é que o tratamento já iniciou.”

É de se notar que as palavras empregadas por Albanize articulam a maneira carinhosa e zelosa com as quais ela se relaciona com eles, ao compartilhar sentimentos e emoções maternas, como ela mesma declara: “olha, eu:: como ela se referiu à questão da maternidade, (suspiro) maternidade é o que eu sinto, né? eu tenho muitos filhos, não posso precisar mais nesses vinte e sete anos quantos filhos o senhor me deu já são muitos,”

De acordo com o discurso de Albanize, ao sentir que seu cliente está sofrendo a dor da solidão, ela usa as palavras adequadas para ativarem a percepção de seus clientes em contexto social satisfatório, estimulando, assim, os hormônios necessários para a construção de emoções de alegria e superação. Essas emoções funcionam, então, como inibidores da dor da alma, e conseqüentemente, da dor fisiológica, enquanto estimulam o funcionamento do corpo em respostas de recuperação satisfatórias.

Considerações finais

Podemos verificar na análise das duas entrevistas que Sebastiana e Selene, após vivenciarem momentos de dificuldades físicas e sociais, reconquistaram sua autoestima e encontram-se novamente em harmonia pessoal. Sebastiana constrói a identidade de uma mulher que vinha transformando o medo e a solidão em alegria e determinação. Selene posiciona-se como a escritora que vencera a insegurança e os reveses do problema de saúde que a havia abalado. Porém, ambas atribuem essa transformação saudável às palavras com as quais Albanize interagiu com elas durante as sessões de hidroterapia.

A hidroterapeuta afirma que as palavras interagidas com seus clientes são o primeiro passo para o tratamento. Verificamos, porém, que para construir interação com suas clientes aqui entrevistadas, Albanize faz enquadres que se adéquam à história de vida de cada uma delas. Dessa maneira, ela ativa percepções emocionais pertinentes com discursos que

estimulam as emoções a produzir os hormônios necessários para a reconstrução da autoestima. Albanize alcança Sebastiana através da fé religiosa que ambas compartilham. Albanize declara para mim e para Sebastiana: “e como no caso da Sebastiana ela é evangélica que eu também sou, então pelo conhecimento da palavra, eu chamo a atenção pra palavra, né e olha na palavra, eu acho que não ta escrito assim, eu acho que você não deve e às vezes o feeling é tão grande que é como eu recebesse um insight, uma intuição que não é minha, porque às vezes eu me vejo dizendo coisas que não me pertencem.”

No caso de Selene, Albanize explora a característica intelectual da cliente, motivando-a a escrever e realizar um sonho, como Selene mesma conta, usando as palavras de Albanize: “você vê eu não tinha coragem de iniciar o livro ela disse você ta pronta eu disse eu não consigo escrever ela disse escreva que eu leio, e leu e mostrou que ela podia ler, aí eu fiz uma outra página e eu vi que outras pessoas leram também”. E Selene usa suas palavras nas páginas de seu próprio livro para expressar a importância da realização de seu sonho: “Nesses momentos sinto-me como um general que ganhou uma guerra. O sabor da vitória após vários combates é o maior presente que um simples mortal pode ganhar da vida.” (Almeida, 2013, p. 75).

Segundo os cientistas Melzack e Wall (1965), a teoria da comporta esclarece que existem certos mecanismos que estimulam interneurônios (endorfina, dinorfina, encefalinas, noradrenalina e serotonina, dentre outras) a inibirem ou mesmo suprimirem a percepção da dor. Isso acontece quando emoções de alegria e ânimo desfocam a dor para substituí-la por percepções que elevam a autoestima e constroem pessoas atuantes significativamente no mundo social (Silva Junior, 2007).

Muitas estratégias produzem bons resultados no estímulo desses hormônios: exercícios físicos, meditação, música, e outros. No entanto, evidenciamos nesta análise como a palavra adequada, empregada interativamente, pode fazer grande diferença na recuperação física, emocional e social nas histórias de vida de Sebastiana e Selene. Assim, podemos entender que a palavra torna-se a maior fonte de produção de sentimentos, afeto, carinho na co-construção de identidades fragilizadas pela solidão, pelo sentimento de abandono e a sensação de não mais ser produtivo.

Afinal, viver é estar exposto a dores emocionais, no entanto “Muitas vezes uma palavra pode ser melhor que um remédio”.

Referências:

- ALMEIDA, Selene Andrade. **Um brasileiro em Maceió**. Maceió: Ramos, 2013.
- ATKINSON, J. Mawell & HERITAGE, John. **Structures of social action**. Studies in conversation analysis. Cambridge, Cambridge University Press, 1984.
- LUPTON, Deborah. Thinking through emotion: theoretical perspectives. In: _____. **The emotional self: a sociocultural exploration**. London: Sage Publications, 1998. p.10-38.
- LUTZ, Catherine A. **Unnatural emotions – everyday sentiments on a Micronesian atoll & their challenge to Western theory**. Chicago: University of Chicago Press, 1998.
- MELZAC, R. e WALL, P.D. Pain mechanisms: a new theory. **Science**, 1965
- REZENDE e COELHO. **Antropologia das emoções**. Rio de Janeiro: FGV, 2010.
- SACKS, Harvey, SCHEGLOFF, Emmanuel A. e JEFFERSON, Gail. A simplest systematic for the organization of turn-taking for conversation. **Language** 50 (4): 696-735, 1974.
- SILVA, Sebastião Carlos Jr. A dor é inevitável o sofrimento é opcional. **Com ciência. Revista eletrônica de jornalismo científico**. 10 de maio 2007. Disponível em WWW.comciencia.br. Acesso em 25 set. 2012.