

2023-10-04 15:52:20

<http://justnews.pt/noticias/o-conhecimento-cientifico-psicossomatico-e-ecobiopsicossocial-todas-as-coisas-estao-interligadas>



A psicossomática e o «bem mais ostracizado do momento: o pensamento em profundidade»

“A ideia é chamar o pensamento ao palco, respeitando a habitual perspetiva da nossa Sociedade de que o conhecimento científico psicossomático é ecobiopsicossocial. Para tal, contaremos com pensadores de várias áreas do saber, da Medicina, Psicologia, Psicanálise, Genética, História à Música”, comenta Patrícia Câmara, presidente adjunta da Sociedade Portuguesa de Psicossomática (SPPS), sobre o Colóquio “Va pensiero: O Pensamento ao Ataque”.

“Pretendemos contribuir para reverter aquele que nos parece tem vindo a ser um ataque ao pensamento, repondo uma perspetiva da saúde onde a capacidade de pensar ocupa um lugar central. Temos mesmo vindo a sentir que o pensamento em profundidade é o bem mais ostracizado do momento e que é preciso repor a sua complexidade para resgatar lugares de saúde”, afirma Patrícia Câmara.

Estas questões serão discutidas no Colóquio organizado pela Sociedade Portuguesa de Psicossomática “Va pensiero: O Pensamento ao Ataque”, agendado para os dias 3 e 4 de novembro, na Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, que pretende “reunir o maior número de pessoas possível, para, através do pensamento conjunto, se conseguir aumentar a capacidade de diálogo e diminuir as clivagens”.



Patrícia Câmara

Acreditando que, “do ponto de vista da psicossomática, todas as coisas estão interligadas”, a psicanalista adianta que, “além da perspetiva mais lata eco-bio-psico-social do pensamento, também numa ótica mais estrita da

psicossomática do adoecer fisiológico, é impossível não haver uma relação permanente entre a dificuldade de olhar para as coisas em profundidade, a relação de cooperação e partilha entre as pessoas e os múltiplos adoeceres”.

“Uma saúde pura seria morte”

Patrícia Câmara evidencia que “a clivagem dos temas, a dificuldade de diálogo e os espartilhamentos cada vez maiores da saúde vão originando um pensamento cada vez menos saudável, mais linear e imediato, de causa-efeito”. Do seu ponto de vista, esta realidade pode conduzir a “movimentos higienistas da saúde, que podem entendê-la como um estado puro, quando na realidade isso seria uma espécie de morte”.

A nossa interlocutora sublinha: “O intuito é não cairmos nunca em lugares que podem adoecer a própria ciência, como ‘se te portares bem, nada de mal de acontece’ ou ‘se não comeres açúcar, não vais ter diabetes’, porque, linearmente, não é verdade. É preciso perceber que comer um chocolate pode ser bom para a regulação emocional de determinada pessoa, e não cair em extremismos.”

De facto, “o objetivo é pensar a saúde na perspetiva de algo que é singular, mutável e depende dos equilíbrios da pessoa a cada momento, e como um compromisso resultante de múltiplos fatores, como a personalidade, as condições sociais e os próprios espaços, bem como formas de tornar este compromisso mais harmonioso”. Por isso mesmo é que uma das sessões abordará a arquitetura, a ecologia e o urbanismo.



A inscrição pode ser efetuada [aqui](#).

“Debater formas de sonhar o mundo mais criativas”

Com o programa da reunião, a organização pretende ainda “debater formas de sonhar o mundo mais criativas, resgatando o tempo de contemplação necessário a uma ação eficaz”. Neste âmbito, inclui-se “validar a importância das relações de cooperação no desenvolvimento de uma forma de estar mais saudável, não só individual, como coletiva, que leva consequentemente a um maior respeito pela saúde e pela doença e a uma maior possibilidade de recuperação”.

“Sabendo-se que as regulações emocionais que vêm de relações mais cooperantes são melhores”, Patrícia Câmara refere que, “que o diálogo é escasso e as pessoas têm de se ver a sós consigo próprias, lidando com o stress e a sensação de catástrofe eminente, o que tem impacto nas regulações psicofisiológicas”.

“Integrar a relação entre a pessoa e o mundo, numa perspetiva fenomenológica, antropológica e sociocultural”

“Na continuidade de um espaço de reflexão descomprometido e livre, procuramos pensar os determinantes da saúde num modelo abrangente, numa expansão dos modelos clássicos da saúde e do adoecer, procurando integrar a relação entre a pessoa e o mundo que a rodeia, numa perspetiva fenomenológica, antropológica e sociocultural”, perspetiva Sílvia Ouakinin, presidente da SPPS.

A médica psiquiatra avança que pretendem ainda “pensar o espaço próprio do pensamento e os constrangimentos a que está sujeito, num mundo submetido a alguns movimentos singulares, que banalizam a violência e escondem o sofrimento, que geram demasiadas certezas e recusam interrogações”.



Sílvia Ouakinin

Nesse sentido, o Colóquio afirma-se como uma oportunidade para “viajar pelos territórios da psicossomática, na procura de novos significados, abordando da saúde à doença, da identidade à vida quotidiana, da cidade aos mundos da imaginação”.