

A depressão — da angústia à neurose

Do *Nouvel Observateur*

Pela primeira vez na história das pesquisas, um instituto especializado francês, o *Sofres*, esboçou um quadro da depressão. Tentou desenhar um retrato em negro da França. Um trabalho audacioso. Primeiro, pelas difi-

culdades do método: a depressão é um sentimento difuso, impreciso, mudo, que vai da simples inquietação à neurose da angústia, do stress cotidiano à depressão nervosa. Segundo, porque é normal, no começo do ano, manter o coração

leve, a mente despreocupada.

Apesar das pessoas amargas que encontramos na rua, preocupadas com as sombrias previsões dos políticos, pelo menos a metade dos franceses insiste em se sentir bem consigo mesma.

Aqui, mostramos quem são os deprimidos, a depressão como forma de criação, uma entrevista com o psicanalista Isi Beller, além de dois companheiros às vezes inseparáveis dos deprimidos, o *Valium* e o *Librium*.

A frustração diária de cada um

Quem poderia imaginar? Andando pela rua, ou nos lugares públicos, só encontramos gente triste. Comprando pão ou cigarros, só tratamos com comerciantes mal-humorados. Em volta, só se escutam queixas sobre esposos irascíveis, pais protetoristas, garotos que não dormem e só resmungam. Lendo jornais, vendo televisão, escutando rádio, descobre-se que os trabalhadores estão descontentes, os camponeses inquietos, os funcionários frustrados, os profissionais liberais desencantados, os desempregados desesperados, os milionários escandalizados. Quanto aos "jovens", todos sabem que se encontram numa grande desorientação. Em suma, o espetáculo proporcionado por nossos semelhantes é o de uma coletividade presa pela angústia e tolhida pela morosidade.

Errado! 35% dos franceses não ficam nunca, ou quase nunca tristes sem um motivo específico. Doze por cento muito raramente; 11% raramente. Apenas 4% ficam muito frequentemente e 10% frequentemente. E 74% entre eles não pensam nunca, quase nunca ou muito raramente que a vida não vale talvez a pena de ser vivida, ao passo que somente 2% o pensam muito frequentemente e 5% frequentemente. Enfim, 66% consideram que não são, ou são muito pouco inclinados à depressão e 82% estão, segundo os pesquisadores, imunes a qualquer fossa.

É certo que, em números absolutos, a minoria (de 10 a 15%) que estaria muito inclinada — não completamente — a duvidar da vida, ter acessos de tristeza ou julgar-se deprimida a maior parte do tempo, representa três ou quatro milhões de pessoas, o que é uma quantidade significativa. Mas, em compensação, o fato de que 20 ou 30 milhões de franceses não sejam jamais atingidos pela menor tristeza, o menor desespero, é impressionante! Estávamos inclina-

dos a pensar que a criança alegre, a mulher feliz e satisfeita, o homem jovial e despreocupado, fossem exceções que merecessem ser assinaladas. Podíamos mesmo acreditar que os espetáculos "divertidos" dessem seu sucesso à necessidade de das massas de escapar, ao menos por instantes, de suas preocupações massacrantes. Na verdade, sabe-se agora, elas se identificam com esses espetáculos.

Uma primeira explicação vem à mente: os felizes fazem-se esquecer, enquanto os tristes ocupam com insistência a frente da cena. As pessoas venturosas não viram notícia, mas as desgraçadas insistem em que conheçamos suas mazelas. Fala-se de trabalhadores desempregados ou em greve, mas não dos que trabalham contentes e encontram no trabalho o desabrochar de sua personalidade. Fala-se sempre de adolescentes drogados, ladrões e alienados, mas nunca daqueles que, sabidamente, sob os cuidados de pais compreensivos, dedicam-se aos estudos e garantem um futuro despreocupado.

Isto é, sem dúvida, parcialmente exato, mas não basta para

explicar a discordância entre o que acreditamos ver todos os dias e o que a pesquisa revela a nossos olhos aturdidos. E logo surge nova explicação, de uma fulgurante evidência: certas categorias, aquelas que frequentamos, aquelas às quais pertencemos, dão-nos a ilusão de representar toda a população e dela fornecem uma imagem distorcida. Apenas os intelectuais, supomos, estão sujeitos a inquietações do espírito, a confusão mental não atinge senão os adolescentes nascidos em famílias burguesas decadentes e uma mulher não pensa em lamentar-se de sua sina a não ser que estranhas desordens do espírito a levem a militar nas fileiras dos movimentos feministas. Os outros, todos os outros, têm outras coisas a fazer. Eles têm problemas verdadeiros a enfrentar e, em lugar de ficar-se lamentando, lutam para modificar o mundo.

Mais uma vez, a resposta é não! Certo, as mulheres são mais atingidas do que os homens (21% das mulheres, para 6% dos homens, são tristes sem motivo; 10% (para 7%) acham que a vida não vale a pena ser vivida; e 12% (para 7%) julgam-se propensas à depres-

são. Mas a idade, por exemplo, tem pouca influência. Os jovens (18 a 24 anos) teriam maior tendência a ser otimistas, ou, simplesmente, são mais exigentes na apreciação de seus sentimentos e mais marcantes em sua expressão do que as pessoas de 65 anos que vêem de bom grado tudo cor-de-rosa ou tudo negro.

A profissão já tem um papel mais determinante e não exatamente aquele que se espera. De acordo com as três perguntas da pesquisa, são os pequenos comerciantes, os artesãos e os altos funcionários, os profissionais liberais, os industriais e os grandes comerciantes que sofrem menos frequentemente uma tristeza absurda, que menos duvidam de interesse que a vida pode despertar e que vêem a si próprios pouco inclinados à depressão, e são os operários, ao contrário, os mais inquietos. Entre os dois grupos, mas mais próximos do segundo, ficam os empregados, os funcionários mais modestos, os agricultores e os aposentados.

Esta divergência é ainda mais clara quando se considera o nível de instrução. Um nível de instrução superior não apenas não dispõe as pessoas à inquietação, mas ainda parece impulsioná-las para o otimismo. Os que o possuem, apenas muito raramente ficam tristes, desencantados ou inclinados à depressão.

Os resultados desta primeira visão geral do temperamento dos franceses são, em suma, perfeitamente lógicos, ainda que de uma lógica inesperada: os mais favorecidos são os mais felizes (os mais jovens, os mais ricos, os mais instruídos) e os menos favorecidos são os mais infelizes. A depressão seria o reflexo fiel da realidade. E os franceses, não sendo em seu conjunto nem miseráveis, nem analfabetos, nem oprimidos pela idade, não são infelizes em grau significativo.



Foto Jim Olive

'Uma maneira de dizer que algo não anda bem'

Pergunta — Suponhamos que um senhor X vá ao consultório de um psiquiatra e lhe diga que se sente deprimido... Isso deve acontecer com frequência... Que responderá o psiquiatra?

Resposta — Mas... nada! Absolutamente nada. Não é uma pergunta! Ele dirá talvez: "E o que mais?" ou então: "Explique o que você quer dizer com isso?" Dizer a um psicanalista: "Eu estou deprimido" só tem sentido se, a partir daí, a pessoa começar a associar, a tentar dizer o que se passa com ela e o que a trouxe ao psicanalista. Você sabe, desde que se fala em depressão, fala-se por antipatia em pressão. Não existe vazão sem que se tenha tirado o enchimento, nem vale sem montanha. Falar de depressão é uma maneira de dizer que algo não anda bem conosco.

P — Pode-se imaginar que, bem antes de visitar o psicanalista, o senhor em questão esteve deprimido sem saber?

R — Pode acontecer que, quando sente o chão desaparecer sob seus pés, a pessoa entre num processo de hiperatividade, para não cair na angústia. E o que acontece com frequência com os que sofrem de insônia. Mas eles correm sempre o risco de cair na depressão ou o alcance. Seria também necessário precisar o que significa o termo depressão. Existe, sem dúvida, a "inquietude", os momentos de aborrecimento que todos conhecemos. A pessoa sente-se triste, mal dentro da pele, sem energia, com vontade de estar longe, sozinho, de dormir... Mas sabemos muito bem que após alguns dias de repouso tudo melhorará.

No outro extremo estão as grandes depressões, conhecidas em psiquiatria sob o nome de melancolia. São os estados depressivos profundos, dos quais é impossível sair e que se caracterizam por uma ausência quase absoluta de comunicação verbal. Existe muito pouca semelhança entre esses dois estados tão diferentes e entre os quais encontramos todas as graduações. Pode ser, entretanto, que exista isso que se poderia chamar esquematicamente uma semelhança estrutural. Tanto num caso como no outro, a pessoa desviou-se em dado momento de seus objetivos. O mundo exterior, tudo que a leva a agir, a trabalhar, a amar, vai perdendo a razão de ser e pode mesmo desaparecer. O exemplo mais evidente é o representado pelo luto. Quando se perde um ser amado, fica um sentimento de vazio, de que alguma coisa insubstituível está faltando no mundo. Esta experiência é, em qualquer circunstância, o protótipo da depressão.

P — Em síntese, não há como evitar a depressão?

R — Não somente não há, mas se não tivéssemos estes momentos de dor moral não teríamos também os momentos mais elevados, onde podemos reavaliar nossas atitudes para seguir em frente. Eu falava ainda há pouco de vales e montanhas... É nes-

sa dialética entre os momentos cheios e os momentos vazios que a vida caminha. É o fato mais banal do mundo. Em contrapartida, quando se trata de uma neurose, a dialética não conta mais e o estado depressivo pode tornar-se semipermanente. Cada vez que a pessoa tem possibilidade de agir e de viver, aparece essa coisa misteriosa que a puxa para trás, impedindo-a de fazer o que tem vontade. A depressão torna-se uma constante em sua vida. Ela sente uma tristeza, um sofrimento cuja origem ignora e que pode vir acompanhado de uma perda da auto-estima.

R — Não exatamente... Trata-se de algo mais subjetivo que o insucesso. A pessoa pode ter um grande êxito, escrever um livro, por exemplo. Mas vai-se prevenir inconscientemente para que não possa tirar qualquer proveito desse êxito. Quanto mais obtém sucesso, mais ela é infeliz. É o êxito que se torna insuportável.

P — Seria então uma espécie de édio que a pessoa sente por ela mesma...

R — Sim, tanto que, quando ela encontra a saída, ela acaba-se recuando aos poucos. O problema torna-se mais grave no dia em que, por uma ou outra razão, ela deixa de ter êxito. É então que entra na depressão. Isso acontece frequentemente entre os casais. O relacionamento progride e regride sem cessar, à custa de rupturas e reencontros. É um modo de viver que permite esperar um certo equilíbrio. Entretanto, imagine que um belo dia um dos dois decide que não quer mais brincar e bate as asas...

P — O outro vai ao psicanalista...

R — Exatamente. Ele havia conseguido encontrar um acordo entre duas tendências contrárias que lhe permitia manter certo relacionamento com a outra parte, e eis que esta, que jogava o mesmo jogo, deixa de se interessar. Do ponto de vista psicanalítico, esse tipo de atitude caracteriza os comportamentos infantis. A pessoa permaneceu amarrada a um nível de seu desenvolvimento em que esse jogo era um modo de compreender o mundo. Dar e tomar de volta... Se damos um objeto a uma criança de um ano, ela o atira longe. Devolvemos, ela atira de novo. Se não devolvemos mais, ela reclama. Se o damos novamente, ela joga mais uma vez. Essa experiência de valvém descrita por Freud em uma observação célebre é a primeira tentativa da criança para compreender como é que coisas são suas — sua mãe, por exemplo — desaparecem e reaparecem sem cessar. Se, por uma ou outra razão, ela não consegue superar esse estágio, porque sua mãe está muito presente ou, ao contrário, muito ausente — é sempre o muito que é traumático —, ela terá aquilo que chamamos de fixação. Continuará durante toda sua vida a brincar com o outro como quem brinca com sua colher. Mas, se um dia o outro não volta mais, ela entra em depressão.

Superada, passa a ser uma fonte de inspiração

Os tratados de psiquiatria e os dicionários tendem a confundir depressão com melancolia e dão a entender que melancolia e tristeza são sinônimos. Aceitar essas aproximações que, de fato, são comuns na linguagem habitual, é aceitar a priori que o estado depressivo seja não apenas um fator determinante da criação artística, mas o mais velho dos gêneros literários: todo homem está lúcido ao menos uma vez por dia e, conseqüentemente, melancólico, triste ou pessimista. Ora, se a lucidez se torna um estado permanente, todos os deuses que correm em nossas veias morrem de asfixia, toda a voz cala-se em nosso interior.

Para tentar estabelecer a relação entre depressão e criação, seria necessário tomar as nuances que diferenciam os termos melancolia e tristeza. Victor Hugo dizia que a melancolia é a felicidade de ser triste. Gérard de Nerval falava em "sol negro". André Gide em "fervor recaído" e "uma forma de fadiga". Para Edgar Allan Poe, a melancolia era "o mais legítimo de todos os tons poéticos"... Poderíamos dizer que a tristeza é física, orgânica, que ela nos reduz aos limites de nossa pele e aí nos encerra, ensurdecendo em nós todos os ecos, parando o tempo, bloqueando o futuro, retardando nossos passos, nossos gestos, todo impulso podendo levar-nos mais longe, como se além de nós mesmos. Ao passo que a melancolia, que nasce do olhar, é a nostalgia de um outro lugar, uma espécie de devaneio, de contemplação; ela cria a noção de perspectiva na paisagem real, ou na paisagem mental onde as cenas, as figuras da memória tomam seu justo lugar: a melancolia não é um sentimento passivo, ela pensa.

Ora, a depressão estaria mais próxima da tristeza que da melancolia, considerando que ela é atrozmente física, levando-nos ao desespero. Assim, no estado depressivo, a alma — isso que sentimos como sendo algo diferente do corpo — desaparece se as pressões psicológicas diminuem. Então, não resta senão o corpo abatido, encarquilhado,

embrulhado na tristeza proliferante que ele próprio segrega. No cérebro, um infimo ponto negro oculta inteiramente a vida. Dobramos-nos sob uma emoção amolecedora, naufragamos num acesso de sensibilidade sem origem discernível, de uma dor infinita cuja causa ignoramos, e debulhamo-nos em lágrimas, choramos sem gestos, sem ruído, a água salgada saindo dos olhos sem que o espírito ajude de qualquer maneira a deter o escoamento. Pois é próprio do espírito desinteressar-se de tudo que, na vida, é inútil a seu exercício de elucidação, ao pensamento, à análise e a esta outra espécie de misteriosa análise que é sonhar acordado.

Para criar o sombrio príncipe da Dinamarca e suas perguntas luminosas, Shakespeare deve ter conhecido o estado depressivo; da mesma forma Michelangelo, para fixar o sono no túmulo do Médico ou para escrever, em suas "Rimas", que, se o sono lhe era querido, ele mesmo assim teria preferido "ser de pedra". Mais próximo de nós, foi, sem dúvida, uma depressão aguda, ainda que intermitente, que deu ao estilo de Virginia Woolf esse "admirável tremor do tempo" do qual falava Chateaubriand, referindo-se às últimas telas de Poussin. Mas nem Shakespeare, nem Michelangelo, nem Virginia Woolf, nem todos os outros conseguiram produzir suas obras-primas senão quando saídos de suas crises — a crise.

A criação, toda criação, pressupõe dor, felicidade, drama, mais uma vez passados, repassados. Assim também a experiência da depressão, uma vez superada, serve ao escritor, ao artista, mas da mesma forma que qualquer outra experiência. Como uma mulher lendo uma carta à vaga luz, uma árvore ou o rosto perdido de Cristo podem inspirar ao pintor quadros igualmente belos, é uma afirmação de si e a alegria orgulhosa de prender um momento do mundo em uma página, num bloco de pedra, numa sucessão precisa de sons, que impulsionam o artista a criar. É a pressão, nunca a depressão, que o afilige.

'Valium' e 'Librium', o sucesso inesperado

"O Librium e o Valium Roche dificilmente teriam aparecido em momento mais propício: estes novos produtos satisfizeram uma imperiosa necessidade. Conheceram um sucesso tão grande que ninguém — nem mesmo o laboratório Roche — poderia imaginar." Lêem-se coisas como esta no Petit La Roche, "o dicionário editado em homenagem aos amigos e visitantes de Hoffmann-La Roche & Compagnie".

De fato, o Librium e, sobretudo, em seu rastro, seu primo o Valium, comercializado em 1963, constituem o mais extraordinário sucesso comercial jamais registrado na indústria farmacêutica. Nos últimos 20 anos, centenas de milhões de doentes e de saos usaram e abusaram desses psicotrópicos. O Valium tornou-se um vício, a ponto de Roche ter de responder perante os tribunais à acusação de "abuso de posição dominante" e pagar o tributo da fama. "Não existem na literatura ou nas formas de expressão audiovisual modernos setores onde o Valium Roche não tenha tido acesso de múltiplas maneiras", diz o Petit La Roche, de forma propositalmente vaga. Será necessário lembrar que o "Herói Valium" é mencionado em muitas obras contemporâneas, ou que numerosos criadores não teriam conse-

guido produzir sua obra sem se empanturrar do produto?

Entretanto, esse tranqüilizante — não é um antidepressor — nasceu por acaso: os pesquisadores do Roche haviam notado, para sua grande surpresa, que os tuberculosos tratados com Rimifen gozavam, paralelamente, de um humor estranhamente angelical. Estava assim provado que era possível imaginar-se um produto antiansiolítico que não fosse um barbitúrico. Depois, testando-se ao acaso as moléculas anteriormente estudadas como colorantes (as benzodiazepinas), constatou-se que acalmavam milagrosamente a agressividade dos tigres do zoológico de San Francisco. O Librium e, depois, o Valium acabavam de nascer.

Este último, molécula registrada em 1960, esgotou os 20 anos de exclusividade lucrativa que sua patente conferia ao grupo Roche. De agora em diante, a fórmula é de domínio público: qualquer pessoa pode, em princípio, comercializar, a baixo preço, uma cópia perfeita sob um nome genérico. Em princípio: as dificuldades de fabricação são tais que, pelo menos na França, não se encontra ainda o "Valium sem marca" no mercado. Parece que isso vai acontecer. Mas, privada do nome mágico desta substância hoje antiquada, a molécula continuará fazendo efeito?

