

# Para quem não sabe, a hipocondria tem remédio

O uso compulsivo de remédios afeta mais mulheres do que homens, criando uma confraria de doentes

Nise Quintas

S e você não resiste passar pelas farmácias sem comprar novidades em remédios, fique alerta: você pode estar sofrendo de hipocondria. Esta doença nervosa, em geral, de ordem psicológica, atinge um número cada vez maior de pessoas que, em grande parte, nem têm consciência disso. E o que é pior, ignora as graves consequências que essa "mania" pode causar à saúde.

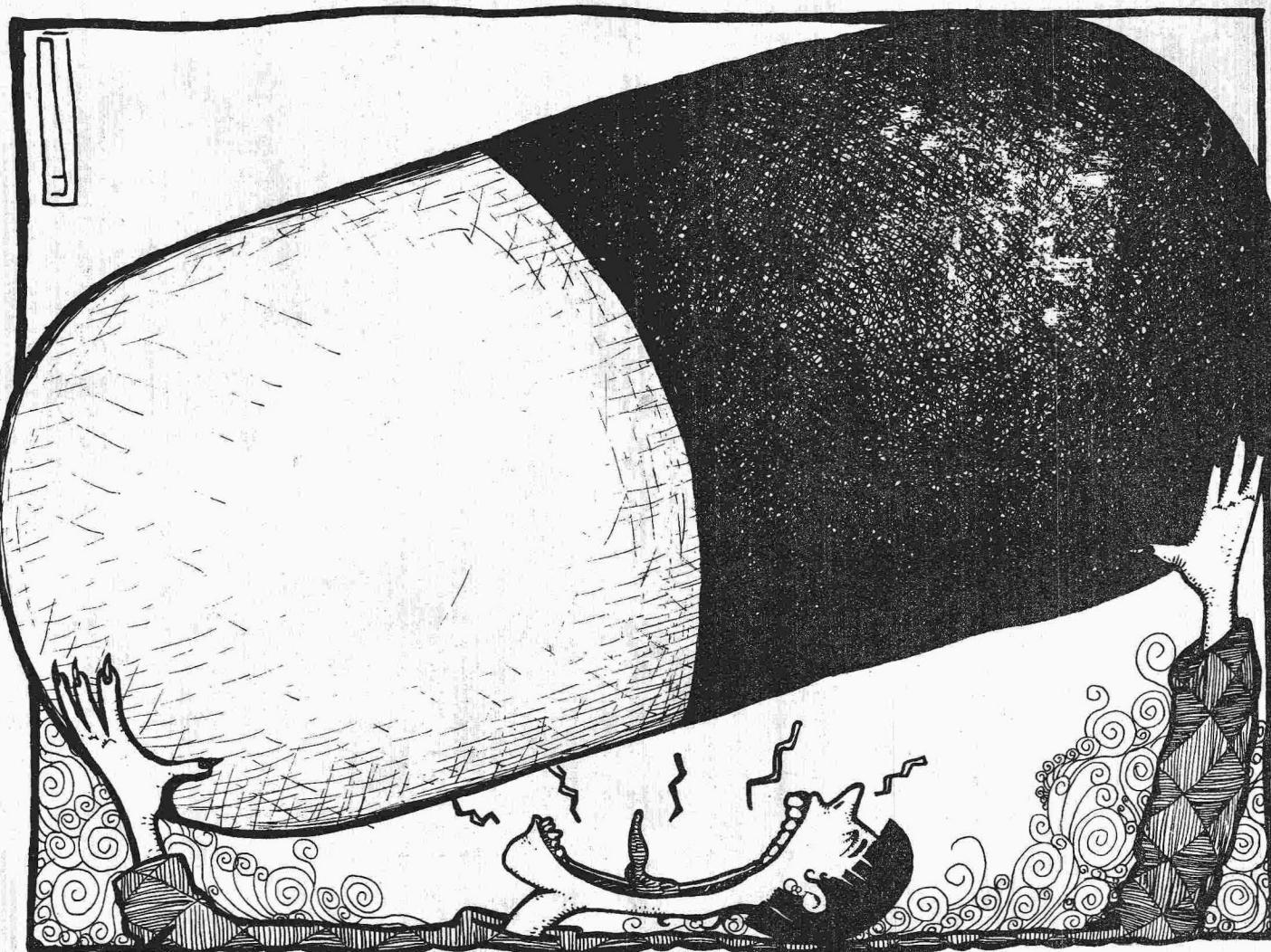
A hipocondria, na verdade, nada mais é do que um estado mental no qual o indivíduo se preocupa persistente e doentiamente com a saúde, embora não esteja doente. Convencido que está enfermo, reclama de dores pelo corpo, insiste na necessidade de ir ao médico e ser medicado. Outra reação característica do hipocondríaco se dá quando o simples fato de ouvir um relato de uma terceira pessoa realmente adoentada, absorve para si aquela doença e não só passa a sentir os sintomas como também compra medicamentos para curar-se de uma doença que ele, por fantasia, supõe ter adquirido.

O psicólogo e psicoterapeuta Moacir Rodrigues dos Santos, há 19 anos atuando na área, traça o perfil de quem sofre do problema e diz que são pessoas normalmente dependentes emocionalmente, mas por uma questão de carência afetiva. Geralmente, são muito ansiosas e bastante nervosas. "Para o hipocondríaco, principalmente aquele que não tem consciência, ou não admite o ser, o drama é terrível e dá uma grande insegurança. Isto porque, no fundo, o maior medo do hipocondríaco é a morte", explica o psicólogo.

Segundo o médico, talvez por razões culturais, há uma maior tendência para mulheres sofrerem da doença, "exatamente porque é permitido ao sexo feminino uma



Moacir Rodrigues



maior fragilidade". O que não descarta o sexo masculino desse processo, quando a incidência é bastante comum em homens que sentem-se, por algum motivo, fracassados. A partir daí, surge uma série de reações depressivas e sintomas hipocondriacos. Em homens ou em mulheres, a hipocondria não escolhe idade. Depois dos 40 anos, porém, a doença é mais acentuada, e especialmente nos idosos, que por necessitarem de chamar atenção para si, tornam-se verdadeiros hipocondriacos.

**Compulsão** — A compra, indiscriminada de medicamentos, assim como quem compra pão e leite para o café da manhã, é a maneira mais fácil para se identificar um hipocondríaco. Isso leva a crer que é uma doença só para ricos, tendo em vista o alto preço dos remédios nos dias atuais. O doutor Moacir Rodrigues, porém, afirma que indivíduos de menor poder aquisitivo também sofrem da doença que tem, como maior indicador, a necessidade de desesperar a atenção dos outros para si. Muitas vezes, uma simples aspirina ameniza o sofrimento desse hipocondríaco, que também guarda com ansiedade os dias que faltam para receber ao atendimento médico público.

Se por um lado o hipocondríaco sofre com o problema, por outro há o patético da doença. Os farmacêuticos ou balonistas

das drogarias são pródigos em histórias. Clientes conhecidos nas farmácias, os hipocondriacos, em geral, escolhem uma droga específica para alvo de seu consumo de remédios. Na Drograria Distrital, por exemplo, situada no Lago Sul, há entre seis a oito clientes fixos daquele estabelecimento que, diariamente, adquirem pelo menos um medicamento.

O vendedor Alvimar Fernandes Neres é quem fala desses clientes que, segundo ele, são 80 por cento do sexo feminino. "Quando não vêm 'por acaso' dar uma olhada nas prateleiras, trazem até lista com os nomes dos que querem comprar. Quando há al-

gum lançamento elas vibram e saem satisfeitas", conta ele. "Até minha mãe, agora, resolveu começar com essa história de dor em tudo que é lugar do corpo e um dia me pediu um remédio para fígado, no outro dia para a coluna e por aí vai", acrescenta divertido o vendedor.

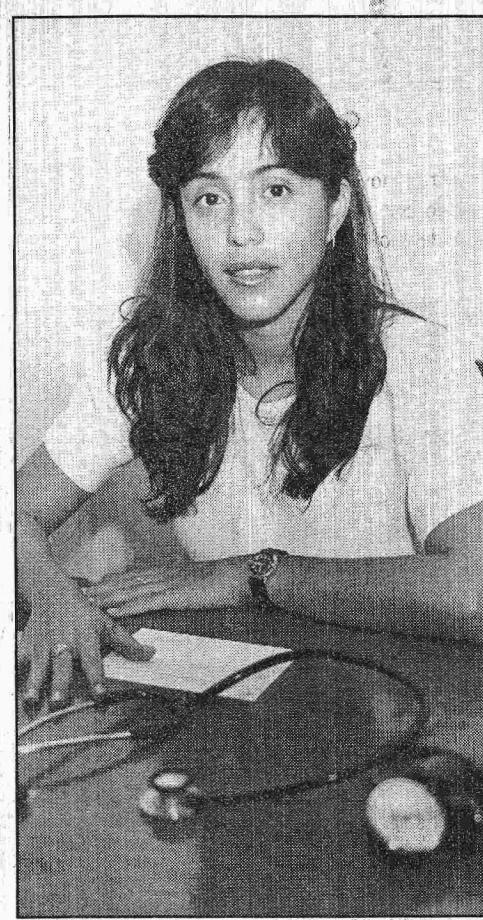
Um outro lado trágico-comico da doença se encaixa bem naquele velho ditado popular que diz "aonde a vaca vai, o boi vai atrás". Onde houver um hipocondríaco, sempre haverá outro seguindo o mesmo caminho para algumas pequenas reuniões, onde trocam idéias e contam as novidades sobre o que compraram ou deixaram de comprar, quais as últimas novidades para dores musculares, de rim, de cabeça e uma infinidade de outros sintomas. Se para os corretores o interessante é falar de imóveis, para as donas-de-casa é conversar sobre empregada-doméstica, para o hipocondríaco não há outra: o bom papo são os remédios.

Mas, nem tudo é tão grave assim. Se a medicina ainda não descobriu uma forma definitiva para a cura da Aids, por exemplo, não se pode dizer o mesmo da hipocondria. Segundo o psicólogo Moacir Rodrigues, para o hipocondríaco, que recebe a doença geneticamente, a cura se dá através de tratamentos e medicamentos específicos. Pôrém, quando a doença ocorre por um processo neurótico, a psicoterapia ou a psicanálise resolvem.

Para isso, no entanto, o hipocondríaco deve ser o primeiro a admitir o problema, e reconhecer que precisa de um apoio médico ao nível psicológico. Do contrário, ele será sim, um hipocondríaco sem muitas chances de reverter seu quadro, se entupindo de remédios e causando, em consequência desse consumo enlouquecido de medicamentos, prejuízos incalculáveis à sua saúde.

plica que o grande problema das vitaminas está nas suas composições: hidrossolúveis e lipossolúveis. "O excesso das hidrossolúveis, como as vitaminas C e o Complexo B, é ilimitado pela urina, sem causar qualquer prejuízo à saúde", afirma ela.

As lipossolúveis, segundo a nutricionista, como as vitaminas A, D, E e K que são motivo de preocupação quando ingeridas em grandes doses. Elas não são eliminadas e acabam se acumulando no organismo sobrecarregando especialmente o fígado e causando sérios distúrbios aos demais órgãos.



**Estas são as fontes da vida**

**Vitaminas**

Vitaminas	Importância	Fontes alimentares ricas
<b>LIPOSOLÚVEIS</b>		
<b>A</b>	Integridade do tecido epitelial, visão noturna e saúde dos olhos. Tóxica em grandes quantidades.	Fígado, rim, gema do ovo, leite integral, vegetais de folhas verdes e frutas amarelas.
<b>D</b>	Crescimento e desenvolvimento. Tóxica em grandes quantidades.	Gema do ovo, fígado, óleo de fígado de peixe.
<b>E</b>	Antioxidante. Protege as células sanguíneas vermelhas da hemólise. Tem papel na reprodução em animais.	Óleo de germe de trigo, vegetais verdes, gordura do leite, fígado, nozes, soja, milho, algodão e gema do ovo.
<b>K</b>	Síntese protomímica necessária para coagulação sanguínea. Tóxica em grandes quantidades.	Vegetais verdes, óleo vegetal, gema do ovo, fígado. Sintetizado no trato intestinal.
<b>HIDROSSOLÚVEIS</b>		
<b>C</b>	Crescimento, formação dos dentes e ossos. Promove cicatrização de ferimentos. Reduz tendência a infecção e previne o escorbuto.	Frutas cítricas, colhas verdes, pimentão verde, repolho e tomate.
<b>Complexo B</b>	Metabolismo dos carboidratos, proteínas e lipídios.	Germe de trigo, levedo de cerveja, fígado, gema de ovo.

**A moda de consumir vitaminas faz das farmácias o grande centro das atenções, onde elas são oferecidas para todos os gostos. Mas Ira Yásca alerta para o problema da composição (N.Q.)**

## CENTRO DE CULTURA ESPIRITUAL PROFº GILVAN

O ESPIRITUALISTA QUE INSPIRA CONFIANÇA DA SOCIEDADE

O Espiritismo com seriedade. Entenda se for capaz. Em Brasília quem entende do espiritismo está no Centro de Cultura Espiritual do Guará II. Eles são os médiuns conceituados em nossa sociedade. Esses bons espiritualistas ajudam a diminuir seu Karma, esclarecem as doenças do perispírito, reconstruem sua vida afetiva e orientam como vencer os obstáculos. Prof. Gilvan, medium Givanildo, os espiritualistas de Brasília.

LIGUE E MARQUE  
567-4451/381-2587

## Um novo modismo invade farmácias: são as vitaminas

Depois da música dita sertaneja, a última moda na parada de sucessos são as vitaminas. Caricatura mal feita dos Estados Unidos, o Brasil, de A a Z, caiu de boca na nova onda. E dentro do alto consumo, o chique é disputar nos balcões das farmácias essa ou aquela vitamina, nacional ou importada. Saúde e energia são os argumentos propagados pelos vorazes fregueses de última hora, o que deixa os donos de farmácias encantados e as caixas registradoras bem mais saudáveis do que estes insaciáveis compradores.

A Drograria Distrital, do Lago Sul, por exemplo, tem uma enorme prateleira que é utilizada exclusivamente para todo tipo de vitaminas, das mais simples e baratas às mais sofisticadas e caras. O vendedor Alvimar Fernandes diz que ali, a procura sempre foi grande mas que a demanda aumentou ultimamente. Os dois extremos disputam para ver quem consome mais, uma vez que os jovens e os idosos são os maiores compradores de vitaminas.

Daquelas de fabricação nacional, segundo Alvimar Fernandes, as mais procuradas são a Vitforte, a Bio Caps E e a Gero-H3, que proporcionam mais energia e vigor físico "em todos os sentidos". Os jovens que costumam "malhar" estão sempre atrás da Aminoplus, da Massa 800 e do Super Proteinato de Cálcio. As importadas, e haja dinheiro para pagar, são mais solicitadas, principalmente a Geriatric Pharmaton, de fabricação sueca e as americanas Super Multiple 50, que contém a nossa frutinha brasileira, a acerola, a Stress Men & Women, além das Vitaminas C e E.

**Faca de dois gumes** — Mas, até que ponto esses complementos alimentares são benéficos ao organismo? O brasileiro, principalmente, quando resolve adotar um modismo, pouco importa se é feio ou bonito, de boa ou má qualidade, se faz bem ou mal à saúde. O negócio, no caso das vitaminas, principalmente, é consumir, consumir...

A nutricionista Ira Yásca Fernandes, que há quatro anos trabalha no setor de dietoterapia na área hospitalar de Brasília, ex-



**Estas são as fontes da vida**

Vitaminas	Importância	Fontes alimentares ricas
<b>LIPOSOLÚVEIS</b>		
<b>A</b>	Integridade do tecido epitelial, visão noturna e saúde dos olhos. Tóxica em grandes quantidades.	Fígado, rim, gema do ovo, leite integral, vegetais de folhas verdes e frutas amarelas.
<b>D</b>	Crescimento e desenvolvimento. Tóxica em grandes quantidades.	Gema do ovo, fígado, óleo de fígado de peixe.
<b>E</b>	Antioxidante. Protege as células sanguíneas vermelhas da hemólise. Tem papel na reprodução em animais.	Óleo de germe de trigo, vegetais verdes, gordura do leite, fígado, nozes, soja, milho, algodão e gema do ovo.
<b>HIDROSSOLÚVEIS</b>		
<b>C</b>	Síntese protomímica necessária para coagulação sanguínea. Tóxica em grandes quantidades.	Vegetais verdes, óleo vegetal, gema do ovo, fígado. Sintetizado no trato intestinal.
<b>Complexo B</b>	Metabolismo dos carboidratos, proteínas e lipídios.	Germe de trigo, levedo de cerveja, fígado, gema de ovo.