

“O amor cura”

Cristina Cruz,
psicóloga



ERICA FRANCO
efranco@dnoticias.pt

Psiquiatra, pedopsiquiatra e psicanalista, António Coimbra de Matos foi uma figura incontornável na história da saúde mental em Portugal, com incidência no estudo da depressão.

Esteve ligado à fundação e direcção de serviços em contexto clínico e académico, tais como: o Colégio de Psiquiatria da Ordem dos Médicos, o Centro de Saúde Mental Infantil e Juvenil de Lisboa – onde trabalhou com João dos Santos – e às Sociedades de Psicossomática e da Psicanálise, tendo-se desvinculado da segunda por divergências quanto ao método de ensino e prática analítica. Foi ainda professor no ISPA – Instituto Universitário e na Faculdade de Psicologia de Lisboa e, em conjunto com Carlos Amaral Dias, fundou a Associação

Portuguesa de Psicanálise e Psicoterapia Psicanalítica – AP, onde era presidente honorário.

Em 2012, foi premiado como Distinto Professor de Psicanálise, nos EUA, e, no ano seguinte, foi condecorado pelo Presidente da República como Grande Oficial da Ordem da Instrução Pública.

Coimbra de Matos viria a falecer a 1 de Julho de 2021, aos 91 anos, deixando como legado a apologia do amor, pois era aí que encontrava o “grande antídoto” contra o flagelo da depressão.

Este e outros temas serão abordados no congresso ‘Mais Amor Menos Doença’, que irá decorrer no próximo fim-de-semana (dias 19 e 20 de Maio), entre a cidade do Porto e a Galafura (terra de infância do homenageado), no Peso da Régua. O evento está a cargo de um grupo de profissionais de saúde mental da Madeira, destino pelo qual o professor nutria um carinho

Grupo de profissionais de saúde mental da Madeira organiza congresso ‘Mais Amor Menos Doença’. O objectivo? Homenagear António Coimbra de Matos e divulgar o legado do “pai da psicanálise” em Portugal

especial, conforme explica ao DIÁRIO a presidente da comissão organizadora, Cristina Cruz.

Como é que surge esta iniciativa? Surgiu no seguimento de conversas entre um grupo de colegas da área de psicologia, ex-alunos do professor António Coimbra de Matos, em que uma colega nos desafiou a fazer um congresso em sua homenagem. Já que éramos todos da Região Autónoma da Madeira e uma vez que a sua última reunião científica foi cá, em Julho de 2019, os colegas acharam que seria pertinente que fôssemos nós a organizar “alguma coisa”. E pensei: “Porque não?” Inicialmente, até consideramos fazer o congresso cá, porque de facto o doutor Coimbra era muito ligado à nossa Região. Gostava muito da Madeira e de divulgar o próprio turismo. Falava muito bem do vinho, da gastronomia madeirense, das paisagens (...) e,

sempre que aqui vinha em reuniões científicas, acabava por ficar uns dias de férias. Entretanto, os colegas decidiram que seria eu a presidente da organização e aceitei.

Além de aluna, mantinha uma ligação pessoal e afectiva com António Coimbra de Matos. Algo que parece, de resto, ser uma constante neste evento? Sim. Eu fiz análise pessoal com o doutor Coimbra e a presidente da comissão científica do congresso, que é a doutora Isabel Mesquita, além de ter sido aluna também fez análise pessoal com ele (...). Ou seja, há aqui uma parte afectiva que me liga em termos pessoais ao doutor Coimbra, porque além de o conhecer como professor, como formador e como palestrante das várias conferências que ele fazia, acabei por ser sua supervisanda durante muitos anos. Depois, a dada altura da nossa convivência pessoal, disse-lhe

que, com o trabalho, os filhos e a família, achava que estava a entrar em ‘burnout’. Então, voltei a fazer análise pessoal com ele, em 2017, e acabei por estreitar a essa ligação. As pessoas que nós convidámos [para o congresso] foram também pessoas que estavam ligadas ao doutor Coimbra, tinham sido ex-alunos ou estiveram ligadas aos congressos, mas a mim não me fazia sentido fazer apenas um congresso. Então, em Abril de 2022, decidimos organizar um evento para dois dias, de modo a que tenha lugar um congresso onde se possa falar do pensamento do doutor Coimbra de Matos, ao qual demos o nome de ‘Mais Amor Menos Doença’, tendo em conta o título de um livro dele (...). Nós baseamos todo o congresso tendo em conta a sua obra.

O que podemos esperar em termos de programa? O primeiro dia do congresso decorrerá na Cidade do Porto – onde ele estudou – mais concretamente na Biblioteca Municipal Almeida Garrett, nos Jardins do Palácio de Cristal (que tem capacidade para 250 pessoas), onde serão apresentados e discutidos vários trabalhos científicos, palestras e debates na área da saúde mental (...).

Como o doutor Coimbra acabava por estar ligado a outras sociedades (porque apesar de ser psicanalista, ele ouvia os outros saberes), a nossa ideia para o primeiro dia foi convidar precisamente pessoas de outras áreas (do psicodrama, da pediatria, da pedopsiquiatria, da arteterapia, entre outras), que estiveram directa ou indirectamente ligadas ao doutor Coimbra, de modo a que estas pessoas criassem connosco uma homenagem muito holística.

A primeira mesa é dedicada à adolescência, a segunda à depressão (mais ligada à psicoterapia, à psicanálise e à relação psicoterapêutica) e a última mesa é muito virada para a nova relação, que é uma teoria do professor Coimbra.

Em que é que consiste essa “nova relação”? O professor António Coimbra de Matos tinha uma expressão muito engraçada que era: “O mais importante não é estarmos agarrados ao passado”, ao contrário do que defendem os psicanalistas mais ortodoxos. Ele estava mais focado naquilo que a pessoa sente no momento e no que ela quer projectar para o futuro. Ou como ele dizia: “Estar a olhar para o retrovisor é estar a olhar para trás e, ao fazê-lo, corremos o risco de espetarmo-nos no primeiro eucalipto que nos aparece pela frente”. Ele tinha estas expressões e é nisto que consiste a nova relação: estar com paciente, estar numa nova relação e criar uma nova relação.

O professor trouxe-nos aqui uma perspectiva muito diferente em termos psicanalíticos, para

mostrar aos psicoterapeutas e psicólogos que nós temos de mudar a nossa visão. Não podemos ficar agarrados às coisas do passado. E, quando fiz o plano do evento, quis fazer algo diferente, porque o professor Coimbra não era só teoria. Ele gostava de confraternizar, estar em relação com as pessoas e escutá-las. Daí o segundo dia do congresso ser uma tertúlia a bordo de uma viagem de barco pelo Douro até a Galafura, onde ele cresceu. O tema deste segundo dia é ‘Laços de Seda’, que é outro livro dele, que fala muito da relação terapêutica e vai às origens.

Raquel Varela é a jornalista e historiadora que vai dinamizar a tertúlia, onde vamos ter: o filho mais novo do doutor Coimbra, um ex-paciente, um ex-aluno, um ex-supervisando e um amigo. Estas cinco pessoas vão dar um bocadinho o testemunho das várias facetas do professor António Coimbra de Matos. Vamos exibir também o último filme que ele fez sobre a sua vida (...).

Ainda no segundo dia, após a viagem de barco, será promovida uma exposição com obras realizadas por artistas nacionais e regionais – como é o caso da Nini Andrade Silva – e por algumas crianças da Régua e da Madeira, em homenagem ao professor. O Grupo Sousa ofereceu-se para transportar os trabalhos dos alunos madeirenses. Vai ser um momento bonito e acho que, de alguma forma era isto que ele queria.

[Por outro lado], o objectivo é dar

EE

‘[BURNOUT] É O QUE A SOCIEDADE HOJE EM DIA FAZ AOS NOSSOS TRABALHADORES, QUE É NÃO TEREM TEMPO

TEMOS DE TER UMA ENORME CAPACIDADE DE AMAR O OUTRO, SENÃO ELE NÃO SE CONSEGUIE CURAR

a conhecer aos alunos quem foi António Coimbra de Matos e, nesta perspectiva, estamos a dar formação sobre o que é a saúde psicológica e o que é a saúde mental e como é que nós podemos preservá-las.

No final de tudo, vamos ainda à terra do professor, onde visitaremos a adega da sua família [que está na contracapa do livro que dá o nome ao segundo dia do congresso] e é lá que faremos o encerramento do evento.

Este congresso está também na origem de um outro evento relacionado com a saúde mental, que vai acontecer na Madeira, no mês de Junho. O que nos pode adiantar a esse respeito? Os colegas que pertencem à Associação Portuguesa de Psicanálise e Psicoterapia Psicanalítica (da qual eu também faço parte) quiseram organizar também aqui na Madeira as I Jornadas Clínicas Winnicottianas. Este evento acontece no dia 29 de Junho, com a sessão de abertura no Cais do Carvão, no Funchal. No dia 30 e dia 1 de Julho, decorre na Escola Horácio Bento de Gouveia.

Donald Woods Winnicott foi um pediatra, que começou a trabalhar com as crianças órfãs no pós-Guerra e, através dessa experiência, começou a criar uma teoria sobre o cuidado das crianças. Ele dizia que nós temos de ser suficientemente bons para estarmos com os miúdos. Ou seja, para que estas crianças não continuassem a sofrer, nós tínhamos de ter a grande capacidade de amá-las. O mesmo que o professor António Coimbra de Matos nos dizia.

Temos de ter uma enorme capacidade de amar o outro, senão ele não se consegue curar.

O amor cura? É esta a ideia por trás destas iniciativas? Sim, o amor cura. O professor [Coimbra de Matos] passava-nos muito esta mensagem e o Winnicott, na mesma linha, vem dizer-nos isto. [No caso dele], que precisávamos de “dar o mundo em pequena doses às crianças”. Não podíamos mostrar o mundo às crianças de forma repentina, porque elas não iriam entendê-lo (...).

Para eles a “não saúde”, não existe. É normal ficarmos doentes, faz parte da saúde, temos é que restabelecê-la. Para isso, tem de haver os cuidadores e estes têm de ter uma capacidade muito grande de saber amar o outro. Ou seja, esta capacidade de amar o outro consegue curar.

Uma outra ideia defendida por António Coimbra de Matos é que a “a depressão é uma consequência da desvalorização do outro”? O professor Coimbra dizia que a depressão era um mal da nossa cultura, mas que nem toda a gente estava em depressão. O estar triste não significa que se esteja em depressão. Ele dizia, nos últimos anos, que a maioria das pessoas que aparecia no consultório privado não estava depressiva. Eles estavam era em ‘burnout’, que é completamente diferente.

É um problema que afecta cada vez mais portugueses? É o que a sociedade hoje em dia faz aos nossos trabalhadores, que é não terem tempo.



Cristina Cruz é a presidente da comissão organizadora do evento, que decorre de 19 a 20 de Maio, entre o Porto e o Peso da Régua. FOTOS MIGUEL ESPADA/ ASPRESS