

A Morte do Grilo

The Death of the Cricket

João Pina^{1,2*} 

Afiliação

¹ Unidade de Cuidados Intensivos e Intermédios Polivalente, Hospital do Santo Espírito da Ilha Terceira, Angra do Heroísmo, Portugal.

² Doutorando do Programa de Doutoramento em Bioética, Instituto de Bioética, Universidade Católica Portuguesa, Porto, Portugal.

Palavras-chave

Bioética; Confiança; Ecossistema; Ética; Solidão

Keywords

Bioethics; Ecosystem; Ethics; Loneliness; Trust

INTRODUÇÃO

"The experience of persecution was, at the very bottom, that of an extreme loneliness. At stake, for me, is the release from the abandonment that has persisted from that time until today."
Jean Améry, "Resentments"

Quando o verão chega a vida explode e a presença e diversidade de animais e plantas atinge o seu apogeu aparecendo as espécies mais inesperadas nos mais inesperados locais. Naquele dia, há cerca de um mês, quando cheguei ao piso 3 do hospital, onde se localiza a unidade de cuidados intensivos onde trabalho, deparo-me com um grilo, no chão, a cerca de meio metro da parede, imóvel, mas atento e agitando as antenas. Não foi fácil, mas acabei por perceber que era um grilo fêmea pois apresentava os 3 apêndices na parte posterior do abdómen ao contrário do macho que só tem dois apêndices. Mais importante ainda, não cantava. Apenas o grilo macho consegue emitir o típico som de acasalamento com a fricção nas suas asas rudimentares e curtas. Apesar de insólito, não me causou nenhuma repulsa ver aquele insecto, ligado ao imaginário da minha infância, dentro do hospital. Nem a ciência, nem o folclore, o apontam como um animal sujo, associado a doenças ou destruição. O som pode incomodar. Mas é ser totalmente inofensivo para o homem e, sendo omnívoro, tem um papel importante, como necrófago, na limpeza de cadáveres de insectos em decomposição. Na China e na Europa Ocidental é tido como um animal de estimação quer pela sua capacidade de cantar, quer sobretudo pela sua voluntariedade para a luta sendo organizados campeonatos. É uma tradição que vem do século XIII com regras muito rígidas e que ainda são escrupulosamente seguidas na China.

Faz parte das minhas memórias de criança colocar os grilos em gaiolas de cana, feitas por mim e pelos meus amigos e, devo confessar, também fazíamos lutas de grilos, irritando-os com uma palhinha. Não é de estranhar, que os meus sentimentos por este ortóptero, do qual se conhecem cerca de 900 espécies em todo o mundo, me suscitasse a ideia de o reconduzir ao seu habitat. Mas era tarde e eu estava longe dos cerrados onde os seus pretendentes estridulavam, desesperados por companhia. Talvez no fim do trabalho, se ainda lá estivesse.... Ou talvez ela descobrisse o caminho... Qual não foi a minha surpresa quando ao sair, passo no mesmo local, e me deparo com a pobre grilo esmagada e espalmada no chão. Já nada mexia. Nem sequer tinham tido a decência de remover os restos da infortunada. Fiquei dias intrigado a pensar porque alguém teria esmagado o pobre bicho... Não havia nenhuma razão científica, cultural, sanitária ou outra que fosse, para além de malvadez e exercício puro do poder discricionário de matar e não ter de responder por isso. Afinal, era um insecto! Talvez por isso mesmo, pelo contraste entre a sua vulnerabilidade e a irrelevância da sua morte, senti a solidão daquele grilo que tinha terminado a sua existência naquele corredor, afastado do seu ecossistema, da sua cadeia de sobrevivência, da cooperação dos seus semelhantes, corredor onde não tinha ouvido, e nunca mais ouviria, o cantar cricrilante, apelo da espécie à vida, prova da conexão social e garantia da sua identidade. Morreu num hospital cheio de seres estranhos como se de outro planeta se tratasse, outra raça lá habitasse, outra linguagem se falasse, outros valores se cultivassem e mais ninguém existisse. A pandemia a SARS-CoV-2 foi uma doença vivida socialmente e chamou a atenção para diversas questões éticas a menor das quais não foi a solidão. Por razões sobejamente conhecidas o isolamento, voluntário ou imposto, foi uma das linhas mestras da estratégia de combate à propagação da doença na maior parte das culturas. O relacionamento social tem sido

Autor Correspondente/Corresponding Author*:

João Pina

Morada: Rua Diogo Botelho, 1327, 4169-005 Porto, Portugal.

E-mail: pina.jpa@gmail.com

associado à identidade e validação pessoal, regulação dos afectos e mecanismos de cooperação através da assistência mútua.

Conhecida há muito tempo, a solidão é um problema crescente para todas as idades e atinge sobretudo os mais vulneráveis como sejam, os mais pobres, os desempregados, imigrantes recentes, pais solteiros, incapacitados físicos e tem merecido uma atenção destacada desde o princípio deste século.

Solidão e solitude embora semelhantes na natureza são ontologicamente opostos. Apenas agora, quase um século depois do seu aparecimento, começamos a nos aperceber da magnitude do impacto de Heidegger no desenvolvimento da filosofia no continente europeu e conseguimos identificar um projecto para uma hermenêutica da facticidade, ciência da interpretação dos factos, na linha de muitos filósofos conhecidos que o precederam ou foram seus contemporâneos como Sartre, Arendt, Gadamer ou Habermas. A solitude (*Einsamkeit*) e a solidão (*Vereinsamung*), que deriva da primeira, nem sequer estão entre as preocupações fundamentais de Heidegger, mas surgem como ideias secundárias, muitas vezes em notas de rodapé. São, no entanto, bons exemplos daquilo que Heidegger e Gadamer queriam: ir para além das discussões inúteis e ociosas e da metafísica especulativa vazia.¹ Heidegger afirma que é difícil falar de uma pessoa “ser”, quando estamos geralmente a “ser no mundo”. Metade de mim são as outras pessoas. Viver na alteridade é um imperativo da minha natureza. O ser não existe no vácuo. E, portanto, é inevitável que alguma vez na vida, todo o ser humano, e todo o ser vivo, arriscaria dizer, terá a experiência de estar sozinho. Esse será um momento de descoberta que no ser humano contribuirá para a definição do conhecimento próprio, livre dos apelos da sobrevivência, momento de introspecção, algo que nos transforma em seres únicos e irrepetíveis, conscientes da nossa finitude. É a solitude que contribui para a individuação, aquele processo em que o pensamento se desdobra e se revela tal como o “diálogo da alma consigo mesma”, de Platão a Gadamer, e isso só pode acontecer na interrogação solitária, conclui Heidegger.² De facto, a solitude é uma das determinantes do nosso Ser. Para Heidegger, Solitude e Solidão são sinónimos sendo que solidão é uma forma deficiente de “estar com”, uma disfunção na conexão social e, portanto, não é mais um ser humano ou mais dez que resolvem a solidão. A solitude traz conhecimento e a solidão traz sofrimento. Imaginemos um ecossistema em que a energia é o elemento comum a todos os seres vivos que o compõem. Essa energia vem do Sol. A vida, a saúde e o bem-estar do ecossistema dependem primariamente dessa luz e desse calor. É a solitude que nos faz crescer, que nos diferencia, que faz com que cada um seja o que é e se revele individualmente preparando para a relação com outro organismo, sem perda de identidade. No entanto, se a radiação solar for demasiado intensa e duradoura, para

lá daquela luz e daquele calor com que cada organismo está preparado para lidar, então surge a doença, a queimadura, a lesão irreparável que o tempo não cura, em que o organismo sente a falta de vicariância nos seus sistemas, sem reserva própria e sem conexão aos outros organismos, putativos salvadores. É, pois, a solidão.

A solidão e a conexão social não são conceitos vagos e difusos. São tão vagos como o ar que se faz sentir pelo frio e pelo vento, por árvores que se dobram e telhados que voam. Até a tempestade começar ninguém pensa no ar que respira e que, serenamente e em silêncio, suporta a vida de biliões e biliões de seres vivos, constituindo a almofada dos aviões que voam e o deslizar dos barcos à vela que navegam no mar, ou a energia que acciona os moinhos que moem o trigo, bombeiam a água ou geram a electricidade que nos aquece e nos ilumina. A conexão social mantém a vida no ecossistema, não só dentro da mesma espécie, mas também entre espécies. Pensemos na relação que o ser humano tem mantido com diversas espécies animais, muitas vezes com o argumento da utilização para o trabalho e para a economia, mas na realidade, mantém sempre uma ligação de dependência social, de companhia, com essas criaturas. Mesmo os animais de trabalho têm nome, dado pelos donos e os animais respondem a esse nome. É normal assumir essa relação social com os chamados animais de estimação e de companhia. Temos assistido inclusivé a algum paroxismo desse comportamento com os donos a mostrarem comportamentos extremos de antropomorfização social e comportamental com as suas mascotas.

Estas aptidões sociais estão profundamente arraigadas nos nossos circuitos cerebrais e o conhecimento desses circuitos constitui a base duma nova área de estudo denominada Neurociência Social.³ Basta olhar para uma criança a brincar e percebe-se de imediato que esses circuitos funcionam desde muito cedo. Ela despeja uma caixa de brinquedos no chão, brinquedos que não se relacionam entre si, e no minuto seguinte ela construiu uma história em que cada um assumiu uma função, e mais, uma personalidade. É famosa uma curta-metragem de 1944 dos psicólogos Fritz Heider e Marianne Simmel. Um triângulo e um círculo juntam-se e começam a rodopiar um com o outro. Passado algum tempo surge um triângulo maior que empurra o triângulo menor até este sair de cena. Depois, o triângulo grande vira-se para o círculo, que se refugia dentro dum rectângulo com uma portinhola, por onde o triângulo grande também entra e começa a perseguir-lo lá dentro. O círculo, frenético, tenta escapar, sem sucesso. Tudo está perdido. De súbito, o triângulo pequeno volta à cena, abre a portinhola, puxa o círculo para fora e fecha de novo a portinhola aprisionando o triângulo grande. Cá fora, o triângulo pequeno e o círculo rodam alegremente em torno um do outro. Não há nada a explicar. Todos nós sentimos as mesmas emoções, mais ou menos intensamente, só de ler a história. E parece ridícula. As figuras só mudaram de

coordenadas num plano. Mas o nosso cérebro impôs-nos uma história. Porque ele precisa. Não é uma mera idiossincrasia, mas revela a vocação inata do nosso cérebro para julgar e construir relações sociais. E porquê? Porque ele precisa de saber em quem pode confiar e essa é a base da bioética: a confiança que perpassa a sociedade, a energia que atravessa o ecossistema desde sempre. A força comum. É a sobrevivência do indivíduo e sobretudo da espécie. É o cimento que une a sociedade num mutualismo criador e resiliente. É a energia do sol que vai atravessando e dando vida a todos os indivíduos dum ecossistema desde a sua captação pelas plantas verdes até à limpeza dos cadáveres pelos necrófagos. A confiança é o elemento comum que tem de estar presente. E é inata. Vejamos uma experiência semelhante à publicada por Hamlin, Wynn e Bloom da Universidade de Yale.⁴ Bebés com menos de 1 ano de idade assistem a um espectáculo de marionetas sentados no colo das mães. Quando a cortina se abre há um pato que, desesperado e sem sucesso, tenta abrir uma caixa de brinquedos. Dois ursos com camisas de cores diferentes, observam e a certa altura um deles avança e ajuda o pato a abrir a caixa levantando a tampa do lado contrário ao do pato. Sucesso. Festa e alegria. Pato e urso abraçam-se durante um momento mas a tampa volta a cair e a fechar a caixa. O segundo urso avança e senta-se sobre a tampa impedindo o pato de levantar a tampa e ser bem-sucedido. O pano cai. O enredo é este: um urso ajuda e isso gera alegria e festa; o outro urso atrapalha e gera desespero. Quando o pano se levanta alguém leva os ursos aos bebés e deixa-os escolher um para brincar. Quase todos os bebés escolhem o urso amigo. A quebra de confiança afasta as pessoas e traz a solidão. Pelo contrário, rejeitar o urso que atrapalha, dá confiança, cria expectativa e esperança para o sucesso, reforça laços e afasta a solidão.

Cacciopo⁵ numa revisão sobre os efeitos fisiológicos da solidão identifica um aumento consistente na morbidade e na mortalidade. Os efeitos da solidão parecem acumular-se ao longo do tempo acelerando o envelhecimento fisiológico. Por exemplo, a solidão demonstrou ter uma relação dose-resposta com risco para a saúde cardiovascular quando experimentada na idade adulta jovem. Quanto mais cedo a experiência da solidão maior o seu risco de produzir doença cardiovascular com aumento do índice da massa corporal, hipertensão arterial, hipercolesterolemia, aumento da hemoglobina glicada e consumo de oxigénio. Penninx *et al*⁶ mostrou que a solidão previa a mortalidade por todas as causas durante um estudo de 29 meses controlado para a idade, sexo, doenças crónicas, uso de álcool, tabagismo, auto-percepção da saúde e limitações funcionais. Sugisawa *et al*⁷ também encontrou um efeito significativo da solidão na mortalidade ao longo de um período de 3 anos, e este efeito foi explicado por doenças crónicas, estado funcional e saúde autoavaliada. Entre as mulheres, no Brasil, a Pesquisa Nacional de Saúde e Nutrição

(PNSN), estudou a solidão crónica de alta frequência, isto é, mais de 3 dias/semana em cada uma das duas ocasiões de medição com cerca de 8 anos de intervalo. O estudo mostrou, prospectivamente, uma associação da solidão com a doença coronária ao longo dos 19 anos de seguimento.

A amplitude e precocidade do atingimento emocional e cognitivo é o mais evidente e mais devastador.⁵ A solidão tem sido associada a transtornos de personalidade e psicoses, suicídio, compromisso do desempenho cognitivo e declínio cognitivo ao longo do tempo, aumento do risco de Doença de Alzheimer e aumento na intensidade e frequência dos sintomas de depressão. A natureza causal da associação entre solidão e depressão parecem ser recíprocos, mas análises mais recentes de cinco anos consecutivos mostraram que a solidão prediz o aumento na intensidade dos sintomas depressivos em intervalos de 1 ano, mas os sintomas depressivos não permitem prever aumentos na solidão durante esses mesmos intervalos. Além disso, há evidência experimental de que os sentimentos de solidão e a falha na conexão social foram associados, não só ao agravamento da depressão, mas também ao aumento do *stress* percebido, medo de avaliação negativa, ansiedade e raiva, e diminuição do optimismo e da autoestima.

Em suma, o sentimento de solidão marca o aumento do risco de morbidade e de mortalidade, e é um fenómeno que revela a ruptura com algo que existe na nossa essência como espécie fundamentalmente social.

O relacionamento entre indivíduos é uma marca fundamental do ecossistema saudável. A perda do relacionamento pela solidão e a sua propagação entre os indivíduos põe em causa o funcionamento e a existência do ecossistema, tal como ele se originou, pelo que seria de esperar que a solidão persistente, não interessa a causa, conduziu a uma apoptose e colapso dos indivíduos afectados. É a resposta de defesa da natureza para preservar o equilíbrio no ecossistema. Muito embora esta visão determinística traduza uma espécie de entropia utilitarista entre os frágeis e os fortes, justificando-se mutuamente, fico apreensivo e hesito em aceitar que pode haver um momento em que o excesso de indivíduos vulneráveis conduz à sua exclusão da cadeia do sistema, à desestruturação, decomposição e à sua recirculação energética e elementar, qual percolação vital em que os elementos essenciais da vida vão ser assimilados por outros seres cuja "*alma ainda dialoga*". Uma hermenêutica ecológica pode ser uma ideia estranha, mas criaria potencial não só para explicar a Natureza, em geral, mas também permitiria uma abordagem sistemática, consistente e fiável à sociedade humana podendo servir de base a uma bioética universal. Onde há linguagem, aplica-se a interpretação. E tudo o que é objeto da compreensão é linguagem. Para Schleiermacher, "A linguagem é o modo do pensamento se tornar efectivo, pois não há pensamento sem discurso."⁸ Ao postular a "*unidade*

de pensamento e linguagem” a tarefa da hermenêutica torna-se universal e abarca a totalidade do que importa ao ser humano. Ou seja, interpretar os ecossistemas e as suas conexões vitais pode ajudar a compreender e a validar uma bioética mais eclética e mais próxima de cada ser, cada sociedade e dos problemas quotidianos e específicos que vão surgindo. É facto reconhecido que a ciência e as alterações sociais avançam mais rapidamente do que a ética. A solidão é um exemplo antigo que tem merecido atenção recente.

A solidão pode ser prevenida e tem causas tratáveis. No entanto, menosprezar a solidão e os comportamentos ou circunstâncias que a ela conduzem é um erro grave, pelo que as estratégias conducentes à sua identificação, prevenção e tratamento são de primordial importância para o bem-estar do indivíduo, da espécie e do ecossistema em que a humanidade se inclui.

Tomova⁹ com dados recolhidos em 2018 e 2019, antes da pandemia COVID-19, demonstra que a solidão tem uma assinatura identificável em exames de ressonância magnética funcional e esta assinatura é semelhante à da fome. Este estudo consolida a opinião de Cacciopo: o sentimento de solidão é apenas a ponta do *iceberg* e é tão real como os sinais da fome, da sede e da dor e tentar tratar a solidão negando-a é tão eficaz como convencer alguém com fome que não precisa de comer.

A solidão não aparece toda vestida com a mesma roupa. A solidão pode resultar do isolamento físico, tal como ocorre numa prisão solitária. Não é apenas a privação da liberdade. Questiona a nossa existência. Sarah Shourd, uma activista pela paz, foi presa em 2009 por guardas iranianos fronteiriços, com a acusação de trabalhar para a espionagem dos EUA. Esteve presa, em solitária, durante 410 dias. Tinha dois períodos diários de trinta minutos para passear no pátio. Vale a pena ler algumas das suas palavras¹⁰:

“Nas primeiras semanas e meses de prisão solitária ficamos reduzidos a um estado animal. Quer dizer, somos como um animal numa jaula, e passamos a maior parte do tempo a andar às voltas. O estado animal acaba por se transformar num estado mais vegetativo: a mente torna-se mais lenta e os pensamentos repetitivos. O cérebro vira-se contra si próprio e torna-se a maior fonte de sofrimento e a maior tortura. Revemos todos os momentos da nossa vida e acabamos por ficar sem memórias. Contamos tantas vezes as mesmas histórias... e não leva assim tanto tempo. (...)Eu via-me isolada num canto, emparedada. Fora da corrente da vida.”

A indiferença ou, particularmente, a desvalorização do sofrimento e da dor na doença, é outra forma pela qual surge a solidão nos doentes. Talvez esta seja “a roupagem” que o médico atento melhor identifica como estando associada à solidão.

Joseph Guilherme Raposo, conhecido por Joe Raposo, nasceu em Fall River, Massachusetts, filho único de emigrantes portugueses, ficou conhecido pelas suas canções para crianças e é o autor de “*It’s not easy bein’ green*” interpretada por Jim Henson na Rua Sésamo e nos Marretas, na personagem do sapo Cocas.¹¹ Na versão dos Marretas, Cocas começa por lamentar a sua coloração verde, dizendo que o verde “*blends in with so many ordinary things*” e desejando ter outra cor qualquer. Para o fim da canção, Cocas, consegue associações positivas com a cor verde e acaba por aceitar, com gosto, a sua cor esverdeada. Este sentimento de confusão e indiferenciação com o meio que nos rodeia pode ser causa de solidão.

Mais complicada é a solidão que resulta duma livre opção, que poucos perfilham ou é socialmente indesejada ou politicamente incorrecta como seja, para o médico, a objecção de consciência na recusa à eutanásia ou ao aborto voluntário, descriminalizados. Neste caso, o isolamento e a solidão podem ser o resultado do exercício voluntário da liberdade se a decisão que se toma não for profundamente pensada e decidida. Na realidade, a decisão livre de cada um reflecte a sua identidade e os seus valores. Falhar essa decisão por uma razão externa, social, leva a uma ruptura com o *self*, transformando os momentos de solitude em momentos de solidão. Paradoxalmente, tomar uma decisão social e politicamente correcta na vã expectativa de que isso traga companhia, empurra para o isolamento verdadeiro e para a solidão, contribuindo para uma desestruturação da sua própria identidade. Não posso, pois, concordar com o escritor americano C.S. Lewis quando diz, e é amplamente citado, “*The price of freedom is loneliness. To be happy is to be tied.*” A exclusão activa e injustificada do indivíduo, fruto de um acto arbitrário ou por incompatibilidade, animosidade, manipulação ou vingança pode conduzir à solidão e à depressão. Sobretudo se for reiterada, a exclusão dói. Naomi Eisenberger, neurocientista, fez uma experiência muito simples. Pediu a voluntários para jogarem à bola num jogo de computador. O voluntário controlava uma personagem animada e jogava com duas outras personagens que, pensava o voluntário, era controlada por outros tantos jogadores. Na verdade, estas duas personagens eram controladas pelo programa que, a determinada altura punha essas duas personagens a jogar entre si excluindo o voluntário. Na ressonância magnética funcional viam-se, nesse preciso momento, várias regiões no cérebro do voluntário a serem fortemente activadas.¹² Estas regiões são reconhecidas, normalmente, como estando associadas à dor física.

A solidão ética, a voz silenciosa das vítimas de perseguição, é muito bem reconhecida por Jill Stauffer no seu livro: “*Ethical loneliness: the injustice of not being heard.*” Nele se fala de Jean Améry e do abandono a que foi sujeito após a libertação do campo de concentração de Bergen-Belsen. Este filósofo descreve o abandono que sentiu a seguir e que o tempo

nunca curou. A sua colecção de ensaios sobre a *conditio inhumana* dos sobreviventes, vítimas do nazismo, “*Beyond guilt and atonement*”, é escrita 20 anos após a sua libertação. Apesar de querer penetrar filosoficamente neste drama, e porque tinha sofrido na sua pele esse mesmo destino, não conseguiu o distanciamento necessário, e Améry, anagrama de Mayer, o seu nome austríaco original, que recusou usar depois de se juntar à resistência francesa, acabou por ser um testemunho e sobretudo uma declaração moral e política, um grito desesperado para ser ouvido e provocar uma reacção na cultura germânica da época, longe ainda do modelo e da consciência actual. Améry sofreu a solidão ética. A solidão ética é o sentimento de isolamento que alguém experimenta quando, depois de ser perseguido ou maltratado, é abandonado pela humanidade, ou por aqueles que detêm o poder sobre a vida dessa pessoa, e cuja voz nunca chega a ser ouvida. É uma forma frequente de abandono social que é imposta pelos conterrâneos e conviventes das vítimas devida a múltiplos lapsos éticos. Não é apenas desumanização, opressão ou abandono, mas também o não ouvir e não abrir o seu espírito ao que é necessário para o perdão e para a reconciliação que são exigidas pelas vítimas.

Finalmente, a solidão na doença e no internamento hospitalar ou mesmo, apenas, a doença incapacitante em tratamento domiciliário, contém em si as diversas causas de solidão: isolamento físico e redução de contactos sociais, perda ou deterioração da imagem de si próprio, indiferença de supostos amigos e familiares ou mesmo profissionais de saúde, decepção pela Medicina e pelos médicos que, sem culpa, não conseguem muitas vezes ter o sucesso que se presume pela imagem de poder sobre o sofrimento que os precede e que está implícita nas suas funções, a promessa de curar. O desfecho, potencialmente grave, não é imediato. Em primeiro lugar, adoecer gera e alimenta um sentimento de fragilidade; “*Afinal não tenho tanta saúde como pensava!*” Depois surge o sentimento de dependência de terceiros para ultrapassar o mau momento da doença; “*Desde o início as expressões de quem cuida de mim tornam-se muito importantes; eu procuro sinais nessas expressões e, o mais grave, é que vou assimilando essa mímica progressiva de desânimo que passa a determinar o meu próprio pensamento e, mais tarde, o meu destino!*” É o pecado capital da indiferença! O processo que se tinha estabelecido a partir do doente, criando empatia no prestador de cuidados pelo sofrimento e pela dor no doente, acabou por se inverter e o desânimo, tristeza, frustração, indiferença do prestador de cuidados passam para o doente. “*A determinada altura sinto-me despersonalizado, num campo de camas, cinzento, um entre tantos iguais, em que as conversas e os gestos anónimos se repetem. Alguns, não sabem o meu nome e muitos, falam alto comigo como se eu fosse surdo! Parece que o que respondo não tem peso. Não muda nada. O importante foi a imposição da pergunta!*” Finalmente, sobretudo se já

tiver alguma idade e a doença se arrastar, começa a surgir a ideia de que a sua pessoa já se tornou dispensável; a vida parece continuar muito bem sem a minha participação. Sabemos que cada um existe e cada um faz a diferença, mas é difícil medir o contributo de cada um para o bem-estar da espécie. Pela mesma razão é difícil identificar a falta do indivíduo sem ser no seu círculo próximo, pois existem muitos mecanismos de vicariância na sociedade, e por isso, os ecossistemas saudáveis são resilientes, ou seja, têm capacidade de recuperação. O afogamento na solidão é, na verdade, o resultado duma doença social, da espécie, e não do indivíduo. Ele é apenas o palco onde a doença é representada, o solo onde cai e cresce a semente do isolamento, a tela onde se projecta a falência social.

A luta do indivíduo na solidão será sempre contra a própria espécie, a sua outra metade, que ele, indivíduo, precisa e a quem pede ajuda, tentando galgar velhas conexões, mas que ela, espécie, muitas vezes dispensa e se permite esquecer, logo que a solidão, a doença e a incapacidade se tenham tornado um fardo insuportável por razões sociais, de vergonha, de trabalho, económica, de desconforto e inconveniência. Suportá-la tem um custo energético para o ecossistema. É a tirania da espécie e o vórtice tem início. O resultado final é sempre o que for melhor para a espécie. Esta por sua vez responde ao ecossistema no âmbito dum mutualismo simbiótico. Por isso, a espécie, no seu todo, não é dispensável sem o ecossistema se ressentir.

A despeito da sua frequência, a dor da solidão não é facilmente visível para profissionais de saúde atarefados, sobretudo em hospitais e na doença grave e prolongada. Podemos não a ver porque não a percebemos e porque nunca a vivemos na 1ª pessoa. Outra forma de minorizar a solidão do doente é refugiar-se no relativismo moral: “*Removemos o cancro e agora queixa-se de não ver a família há 4 meses!!!*”

Ignora-se, até que alguém nos diz o que está a acontecer. Importa aceitar essa voz da consciência, pois esse pode ser o maior sofrimento do doente. Pinóquio incomodado com os conselhos do *Grillo Parlante* de Carlo Collodi, *The adventures of Pinocchio*, matou o mensageiro, mas mais tarde, este regressa como um fantasma, com sabedoria e vocação para cantar, servindo de consciência ao boneco de madeira, enquanto este não se tornava numa criança de carne e osso, num verdadeiro ser humano.

Acreditar na solidão é difícil... Até ser experimentada! É preciso estar na pele de quem sofre para se perceber a dimensão desse sofrimento. A discriminação social é uma das principais, se não a maior, causa de solidão nos dias de hoje. Não apenas com base na raça, mas também com base na idade, nas capacidades físicas, no género, na riqueza e noutros factores. No dia seguinte ao assassinato de Martin Luther King, em 1968, Jane Elliot, uma professora duma pequena cidade do Iowa, nos EUA, resolveu explicar aos seus

alunos o que era a discriminação social com base na cor da pele.¹³ A maior parte dos alunos achava que sabia e percebia o que era isso. No entanto, Jane não tinha a certeza disso e começou uma das mais controversas experiências de sempre. Anunciou que os alunos de olhos azuis “*são as melhores pessoas da sala*” e como consequência disso os alunos com olhos castanhos passam a beber a água por copos de papel que serão descartados, não podem brincar com os alunos de olhos azuis pois estes são melhores pessoas, e passarão a usar colarinho branco para se distinguirem ao longe e, assim, haver melhor controlo. “*Estão prontos para começar? Laurie?*”; “*Ela tem olhos castanhos*”, diz logo uma criança de olhos azuis. Diz Jane: “*A partir de hoje vão reparar que perdemos muito tempo à espera das pessoas de olhos castanhos*”. Jane procura a régua com que se castigam os maus alunos e dois deles logo intervêm. Rex aponta a régua e Raymond acrescenta solícito: “*Sr.^a Elliot, é melhor ficar com a régua em cima da mesa para o caso das pessoas castanhas (sic), as pessoas de olhos castanhos, ficarem fora de controlo*”. Mais tarde Jane Elliot refere que estes dois alunos tinham os olhos azuis. No dia seguinte, Jane inverteu os papéis e anunciou à turma:

“As pessoas de olhos castanhos podem tirar os colarinhos. E cada um de vocês pode por o seu colarinho numa pessoa de olhos azuis. As pessoas de olhos castanhos têm mais cinco minutos de intervalo. As pessoas de olhos azuis não podem brincar com as pessoas de olhos castanhos. As pessoas de olhos castanhos são melhores do que as pessoas de olhos azuis.”
Rex descreve o que sentiu quando a situação se inverteu: “*Aquilo deita o teu mundo por terra como nunca tinha acontecido*”.

Quando Ray ficou no grupo inferior, experimentou uma sensação de perda de personalidade e de identidade tão profunda que se tornou praticamente impossível continuar a fazer a sua vida normal. Quando se é obrigado a compreender como é estar na pele de outra pessoa, isso abre novas vias cognitivas explica David Eagleman.⁵

E se eu tiver de despir a bata branca, entregá-la a outra pessoa, que não conheço, e a seguir tiver que me deitar na cama do hospital sem que me expliquem porquê? E se o mundo começar a girar vertiginosamente quando um dia acordo e me sento na beira da cama? E se o canto do grilo não se ouvir nesse dia?

Enquanto olhava para o que restava do pobre insecto, o piso 3 estava a ser limpo e o funcionário surge ao fundo do corredor, indiferente, sentado sobre um enorme aspirador com duas escovas à frente girando a grande velocidade, precedidas de pequenos aspersores de água e cera, sugando tudo o que sujava e incomodava aquele corredor, deixando o chão, e a história, completamente limpos e a reluzir e fazendo esquecer um grilo solitário que morreu esmagado, nunca se saberá porque razão. Para mim morreu porque estava sozinho.

Responsabilidades Éticas

Conflitos de Interesse: Os autores declaram não possuir conflitos de interesse.

Suporte Financeiro: O presente trabalho não foi suportado por nenhum subsídio ou bolsa.

Proveniência e Revisão por Pares: Não comissionado; revisão externa por pares.

Ethical Disclosures

Conflicts of Interest: The authors have no conflicts of interest to declare.

Financing Support: This work has not received any contribution, grant or scholarship.

Provenance and Peer Review: Not commissioned; externally peer reviewed.

ORCID

João Pina  <https://orcid.org/0000-0001-9737-9026>

Submissão: 26 de junho, 2021 | Received: 26th of June, 2021

Aceitação: 26 de junho, 2021 | Accepted: 26th of June, 2021

Publicado: 30 de setembro, 2021 | Published: 30th of September, 2021

© Autor (es) (ou seu (s) empregador (es)) Revista SPA 2021. Reutilização permitida de acordo com CC BY-NC. Nenhuma reutilização comercial.

© Author(s) (or their employer(s)) and SPA Journal 2021. Re-use permitted under CC BY-NC. No commercial re-use.

REFERÊNCIAS

- Hannah A, Heidegger M. Letters, 2004;8: 1925-75.
- Costache A. On solitude and loneliness in hermeneutical philosophy. META Res Hermeneutics Phenomenol Pract Philos. 2013;5:130-49.
- Cacioppo J, Berntson G. Social psychological contributions to the decade of the brain: Doctrine of multilevel analysis. Am Psychol. 1992;47: 1019–28. doi:10.1037/0003-066x.47.8.1019.
- Hamlin J, Wynn K, Bloom P. Social evaluation by preverbal infants. Nature. 2007; 450: 557–9. doi:10.1038/nature06288
- Cacioppo JT, Hawkley LC. Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. Ann Behav Med. 2010;40:218-27. doi: 10.1007/s12160-010-9210-8.
- Penninx BW, van Tilburg T, Kriegsman DM, Deeg DJ, Boeke AJ, van Eijk JT. Effects of social support and personal coping resources on mortality in older age: The Longitudinal Aging Study Amsterdam. Am J Epidemiol. 1997; 146:510–9. doi: 10.1093/oxfordjournals.aje.a009305
- Sugisawa H, Liang J, Liu X. Social networks, social support, and mortality among older people in Japan. J Gerontol. 1994; 49:53–13. doi: 10.1093/geronj/49.1.s3
- Schleiermacher F. Hermeneutik und Kritik. Frankfurt: Suhrkamp Verlag; 1977.
- Tomova L, Wang KL, Thompson T, Matthews GA, Takahashi A, Tye KM, et al. Acute social isolation evokes midbrain craving responses similar to hunger. Nat Neurosci. 2020;23:1597-605. doi: 10.1038/s41593-020-00742-z.
- Eagleman D. O cérebro: à descoberta de quem somos. Lisboa: Ed. Lua de Papel; 2017.
- Raposo JG (1970). It's not easy bein' green. [Jun 2021] Available from: <https://www.youtube.com/watch?v=rRZ-lxZ46ng>
- findingaids.library.georgetown.edu/repositories/15/resources/10665
- Eisenberger NI, Lieberman MD, Williams KD. Does rejection hurt? An fMRI study of social exclusion. Science. 2003;302:290-2. doi: 10.1126/science.
- Bloom SG. Lesson of a Lifetime. Smithsonian magazine. September 2005 [accessed Jun 2021] Available from: <https://janeelliott.com/>