

Dor e sofrimento na tessitura da vida

Pain and suffering in life's own substance

Dolor y sufrimiento en la propia sustancia de la vida

Lucilda Selli*

RESUMO: O texto apresenta uma compreensão de dor e sofrimento proveniente de uma vivência pessoal confrontada com idéias de autores que fazem alusão ao tema. Aborda a importância da apropriação pessoal da situação para o enfrentamento da vulnerabilidade e construção da identidade pessoal. Aponta que a capacidade de atribuir um sentido para a vivência, ancorada pela relação interpessoal, fortalece e ajuda a fazer frente ao problema. Mostra que a tecnociência dispõe praticamente de todas as condições necessárias para combater a dor orgânico-fisiológica. No entanto, em relação ao sofrimento, é uma realidade mais complexa, e subjetiva que foge do alcance da ciência, mas que pode estar ao alcance do acolhimento e cuidado humano.

PALAVRAS-CHAVE: Dor. Sofrimento. Cuidado humano.

ABSTRACT: The text presents an understanding of pain and suffering stemming from a personal experience compared to ideas of authors who mention these subjects. It discusses the importance of the personal appropriation of the situation for confronting vulnerability and construct personal identity. It points out that the capacity to give sense to an experience, anchored by interpersonal relation, fortifies and helps deal with the problem. It shows that technoscience have almost all conditions necessary to fight organic-physiological pain. But suffering is really more complex and subjective reality that is outside science reach but is nevertheless at the reach of human support and care.

KEYWORDS: Pain. Suffering. Human care.

RESUMEN: El texto presenta una comprensión del dolor y del sufrimiento que provienen de una experiencia personal comparada a las ideas de autores que mencionan estos temas. Discute la importancia de la apropiación personal de la situación para enfrentar la vulnerabilidad y la construcción de la identidad personal. Precisa que la capacidad de dar sentido a una experiencia, anclada por la relación interpersonal, fortifica y ayuda el afrontamiento del problema. Demuestra que la tecnociencia tiene casi todas las condiciones necesarias para combatir el dolor orgánico-fisiológico. Pero el sufrimiento es en verdad una realidad más compleja y subjetiva fuera del alcance de la ciencia, pero está sin embargo al alcance de la ayuda humana y del cuidado humano.

PALABRAS LLAVE: Dolor. Sufrimiento. Cuidado humano.

Introdução

Este escrito se deu a partir de uma vivência de dor e sofrimento, provocados por um acidente sofrido, quando apanhada repentinamente por uma moto em um percurso reservado ao pedestre. Os quatro meses de dependência, cuidados, expressões de afeto e carinho que vinham de pessoas que fazem parte da minha vida, constituíram alicerce para fazer frente à situação. Todas essas presenças, cuidados e manifestações foram fundamentais. Mesmo assim digo que foi a situação da minha vida

que caracterizo como vivida na profunda solidão com o meu Deus e minha fé. Cresceu meu apreço à espiritualidade; amadureceu a certeza de que com Deus é que faremos verdadeiras proezas no sentido espiritual. Nele é que não estamos sós e com ele vivemos a plenitude da solidão sem sentir o abandono. Entendi que dor e sofrimento são realidades diferentes, mas constituem conceitos que, de certa forma, se implicam e se interceptam. Conforme o uso corrente do termo, originam-se do latim *dolere* e *sufferere*. No entanto, entendi também que enquanto a tecnoci-

ência dispõe praticamente de todas as condições necessárias para combater a dor orgânico-fisiológica, o sofrimento é uma realidade mais complexa, que pode, mas não necessariamente, envolver a presença da dor física. Quando a dor me assolava, os analgésicos me aliviavam e até embalavam meu sono. No entanto, o olhar profundo de minha mãe, acompanhado de expressões que afloram do coração de mãe, gerava sofrimento mútuo, que nenhum analgésico conseguia conter. É um movimento recíproco, no qual uma e outra são afetadas e buscam fôlego no recôndito

* Enfermeira obstetra. Doutora em Ciências da Saúde/Bioética pela Universidade de Brasília. Professora Titular da Universidade do Vale do Rio dos Sinos, UNISINOS, RS. E-mail: lucilda@unisinors.br

da alma para algo que não se explica, se vive. E os estudiosos, o que dizem sobre isto, que, para mim, se tornou carne da minha carne e vida na minha vida? A associação Internacional de estudo da dor entende dor como “uma experiência emocional e sensorial desagradável associada com dano potencial ou total de tecidos, descrita em termos de tais mudanças”. A fundadora do moderno *hospice*, Cicely Saunder criou a expressão “*dor total*” que inclui além da dor física, a dor mental, social e espiritual. Posso dizer que é bem assim. Estes aspectos estão inter-relacionados e abrangem a totalidade do ser humano. No entanto na situação de sofrimento a vulnerabilidade humana torna-se mais aguda do que a dor. Esta constatação possibilita estabelecer diferenças entre dor e sofrimento. Nem sempre quem está com dor, sofre. O sofrimento é uma questão pessoal. Está ligado aos valores da pessoa e a situações circunstanciais que a afetam no seu ser total. Daniel Callahan entende a categoria sofrimento como possibilidade de traduzir a experiência de impotência vivenciada pela pessoa em situação de dor não aliviada, de doença que leva a sentir a vida abalada em seu sentido. Portanto o sofrimento é mais global do que a dor, diria pela minha vivência, que atinge o âmago, a vida na sua plenitude.

Sufrimento e apropriação de si

Entendo que a apropriação da realidade pessoal e a reação da pessoa são fundamentais para captar a mensagem contida nas situações de dor e sofrimento, interpretá-la e assimilá-la como oportunidade ou desventura. Esta capacidade de percepção de si é fundamental para a pessoa fazer frente a realidade vivenciada, seja ela qual for. Tomar

nas mãos a situação implica um processo de subjetivação no qual a pessoa passa a apropriar-se do seu problema, a reconhecer e a incorporar a necessidade de um reordenamento na vida. A introdução da nova concepção no modo de viver, como resposta reativa à situação, supõe que a pessoa se situe no novo contexto de existência. O universo existencial do indivíduo constitui o espaço em que é visitado e revisitado pelo sofrimento. Portanto, o auto-enfrentamento implica a necessidade de fazer frente à situação e avançar do problema orgânico fisiológico para o plano humano existencial.

A pessoa conseguirá defrontar-se com o sofrimento e se engajar em um enfrentamento, se conseguir entender a si mesmo como alguém maior que o problema que ele possui, ou seja, se puder visualizar, em sua vida, outras possibilidades e potencialidades que tem a desenvolver, apesar da situação de sofrimento. A pessoa é mais do que o sofrimento que habita nela e, portanto, precisa buscar e encontrar um sentido no seu sofrimento, para poder incorporá-lo em sua vida e mesmo ultrapassá-lo.

Sufrimento e construção da identidade

O tempo de estar recolhida para cuidar da minha saúde me levou a fazer outras leituras sobre o tema. Queria, na verdade, saber o que pensavam aqueles que escrevem sobre dor e sofrimento, que traduzia o meu momento de vida. Então me foi alcançado um material que versava sobre sofrimento e representação cultural da doença na construção da pessoa. É um “estudo curioso” realizado por Rodrigues e Cardoso (2001) com sujeitos frequentadores de terreiros afro-brasileiros. Os interlocutores pesquisados indicaram um

tipo de discurso de realização de identidade, respaldados nas idéias de doença, sofrimento e cura. Em suas narrativas, utilizam estas categorias para descrever sua existência como marcada pelo sofrimento. A noção de sofrimento faz alusão a uma trajetória. Por um lado à representação de doença remete às razões para o sofrimento, por outro, a representação ou o discurso sobre a cura remete a uma experiência sincrônica, uma vez que se apresenta como antítese ao sofrimento e a doença. A categoria sofrimento é usada pelos interlocutores, em diferentes sentidos caracterizando-se como “significante flutuante” no sentido de comportar contradições de significados que se movimentam entre os planos concretos e abstratos, conforme aponta Lévi-Strauss. No plano concreto sofrimento significa doença física. No plano abstrato, o sofrimento passa a ser entendido pelos significados que ultrapassam os limites da experiência da doença física e oferece elementos determinantes para que a pessoa sofredora construa sua identidade. O sofrimento, portanto evoca significados desde força e fraqueza, medo e coragem, despertando emoções positivas ou negativas na pessoa em sofrimento. Estes atributos apontam o sofrimento como epifania da extrema vulnerabilidade e heteronomia humana, pois que todo tipo de sofrimento que ataca o ser humano constitui uma manifestação concreta de sua inteira dependência e vulnerabilidade.

Sufrimento e vulnerabilidade

No sofrimento conforme Levinas e também, para mim, no meu sofrimento e seus sentidos se produz à ausência de todo o refúgio. Nele o ser humano se encontra totalmente despedido de si, de suas

seguranças exposto a uma radical indigência e total dependência. O sofrimento constitui uma realidade que acompanha a vida do ser humano em todo seu itinerário e se apresenta de diferentes formas e modalidades. Ele irrompe na existência humana e altera totalmente a vida da pessoa. A experiência da própria existência humana se dá via sofrimento. Diante do sofrimento o ser humano escala a busca do sentido de existir e de sua vida. Por isso, diante de uma pessoa que sofre a atitude mais adequada é a de silêncio e solidariedade. O silêncio evoca comunhão e engajamento de um humano com um outro humano que sofre. A solidariedade constitui uma atitude de estar com quem sofre e agir a favor de alguém que está necessitado. Este engajamento humano caracteriza reciprocidade e remete a igualdade de todos os humanos enquanto sofredores vulneráveis e necessitados.

Sofrimento e busca de sentido

O sofrimento constitui um espaço singular de busca de sentido. É diante do sofrimento que o ser humano prova para si mesmo sua capacidade de resistir, de fazer frente às situações mais duras e adversas da vida, de atribuir um sentido a realidade que vive e que o cerca, de avaliar o valor do próprio sofrimento no concreto da vida. O sentido torna-se possibilidade de significar a situação de sofrimento e transformá-lo em espaço privilegiado de aprendizado na construção de si mesmo e dos próprios ideais de vida. Para ter sentido, conforme Victor Frankl, o sofrimento não pode ser um fim em si mesmo. O sofrimento tem sentido quando se tem um motivo para tal, ou quando se atribui um motivo. Quando incorporado

de sentido remete a uma “causa” que faz transcender o sofrimento como algo que se impregnou, sem licença à vida de alguém. Frankl critica a visão de ser humano que descarta sua capacidade de tomar uma posição ante condicionantes, quaisquer que sejam. Ele diz que uma das principais características humanas está na capacidade de se elevar acima das condições biológicas, psicológicas ou sociológicas e crescer para além delas. Entende que a busca de sentido na vida é a principal força motivadora do ser humano. Em suas observações no campo de concentração percebeu que somente conseguiam manter-se vivas, as pessoas que tinham um sentido na vida. Portanto, o sofrimento é uma escola imprescindível de descoberta de significados e sentido. O sofrimento que me visitou por ocasião de um acidente grave me fez entender que o sujeito que sofre é ao mesmo tempo **Aprendiz** e **Mestre** de si mesmo.

Sofrimento e ética

Outro aspecto evocado pelo sofrimento pertence ao campo da ética. No sentido ético Roselló entende que o sofrimento ensina as pessoas. Quando o ser humano está acometido pelo sofrimento, a tendência normal é a de refletir sobre o sofrimento que o assola e também sobre a própria vida e a forma de conduzi-la. A pessoa repensa valores, atitudes e admite a própria finitude e fragilidade humana. Cria espaço para o redimensionamento da própria vida e abraça com grandeza de alma a humildade que consiste na aceitação da própria fragilidade. Sofrer para Frankl (1991) significa crescer e para Roselló (1998) significa amadurecer, para mim, sofrer significa **possibilidade de vir a ser**. Esse processo possibilita conquista de liberdade interior apesar da dependência exterior.

Sofrimento e relação interpessoal

O sofrimento também comporta a relação com o outro. Neste plano o sofrimento constrói espaços de revelação, confidencialidade e possibilidade de abertura de si para o outro e de construção de verdadeiras amizades. Desperta, por um lado confiança e capacidade de entrega absoluta, e por outro, sensibilidade e capacidade de compaixão e doação incondicional. Na relação interpessoal, o sofrimento pode ser a pedra angular no evoluir para uma relação selada pelo verdadeiro amor e bem-querer. O outro se torna um “outro eu” que comunga o mais profundo do “meu eu” apanhado pelo sofrimento.

Sofrimento e novas tecnologias

As tecnologias predominam no itinerário que perfaz o caminho da cura e/ou estabilização do quadro de sofrimento da pessoa. Elas, por um lado, trazem benefícios e expectativas cada vez mais promissoras, por outro, constituem uma irrealdade tanto no sentido de perspectivas e eficácia quanto de possibilidades de acesso. Embora apontem perspectivas positivas para as pessoas, elas não penetram o âmago das questões humanas existenciais mobilizadas, sobretudo, em situações de vulnerabilidade. A integração da cultura científica, com seu conhecimento objetivo, e da cultura humanista, voltada para o sentido da existência, como complementares e inseparáveis, constitui ferramenta no enfrentamento da visão mecanicista e biologicista da vida e favorece a introdução de uma visão holística de ser humano, necessária para orientar a vida marcada pela fragilidade e pela possibilidade de irromper plenamente.

Sufrimento e profissionais da saúde

O profissional da saúde tem um papel fundamental junto a pessoa na construção do processo de apropriação de sua realidade de sofrimento. Deve considerar a dimensão subjetiva e existencial indissociavelmente presente e operante na

vida da pessoa em situação de sofrimento e sua influência no construção de sentido. Assim, a atuação do profissional não se esgota com a realização de técnicas e procedimentos profissionais terapêuticos objetivos. Ao contrário, possui um elemento subjetivo que remete para a dimensão humana e de sentido da existência. O exercício profissional

implica a incorporação e a inclusão de uma visão complexa de ser humano. Esse modo de agir propicia o enfrentamento da disjunção operada entre natureza e homem que se tornam estranhos um ao outro, isto é, a redução do humano ao biológico e do biológico ao físico, o que configura a superação da degradação da existência total.

REFERÊNCIAS

- Dicionário interdisciplinar da Pastoral da Saúde. São Paulo: Paulus; 1999.
- Frankl V. Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração. Petrópolis: Vozes; 1991.
- Morin E. O Método. Porto Alegre: Sulina, 2002. v.5.
- _____. O Método. Porto Alegre: Sulina, 2005. v.6.
- Rodrigues N, Cardoso AC. Idéia de sofrimento e representação cultural da doença na construção da pessoa. In: Duarte DFL, Leal FO, organizadores. Doença, sofrimento, perturbação: perspectivas etnográficas. Rio de Janeiro: Fio Cruz; 2001.
- Rosseló TF. Antropologia Del Cuidar. España: Instituto Borja de Bioética. Fundación MAPFRE Medicina; 1998.
-

Recebido em 8 de fevereiro de 2007
Versão atualizada em 2 de março de 2007
Aprovado em 20 de março de 2007