

ENTREVISTA / PAULA FONTENELLE

QUANDO O FUTURO É INTERROMPIDO

Um dia, durante uma viagem a Miami, a jornalista Paula Fontenelle acordou com um telefonema da irmã mais velha dizendo que o pai acabara de se matar. Chocada com a morte voluntária do pai, mergulhou no enigmático mundo do suicídio. O empenho na busca por respostas resultou num livro, lançado no final do ano passado, cheio de surpreendentes casos reais, a começar pela história da própria autora. Há também depoimentos de psicólogos, psiquiatras e especialistas em suicídio, além de uma extensa pesquisa bibliográfica.

“Suicídio – O Futuro Interrompido” (Geração Editorial, 260 páginas, R\$ 34,90) é o primeiro livro do Brasil que soma pesquisa a relatos verídicos. Sem emitir julgamentos, a jornalista fala do próprio sofrimento e procura identificar o que levou o pai a se suicidar. Ressalta a necessidade da sociedade debater o assunto sem preconceitos e, por meio de relatos comoventes, mostra exemplos de pessoas que queriam morrer, mas encontraram razões para viver. Sem medo de tratar de um assunto tão polêmico, a autora revela que não existe uma única resposta. Por telefone, ela contou como foi a empreitada e deu conselhos de como identificar suicidas em potencial.

Por que você resolveu escrever sobre um assunto tão difícil?

O meu pai cometeu suicídio em janeiro de 2005 e eu senti muita vontade de entender o motivo das pessoas fazerem isso. Comecei a procurar livros sobre o assunto, no Brasil, e encontrei pouquíssimos. Busquei nos Estados Unidos e na Inglaterra. Comprei 20 livros. Cada um tinha uma abordagem específica, desde histórias reais até estudos de especialistas. Aí descobri associações sobre suicidologia. Comecei a entrar em contato com pessoas que fazem parte delas e fiquei muito frustrada em constatar que aqui no Brasil não existe nada parecido. As pessoas não têm um lugar para procurar informações. Eu me senti na obrigação de escrever sobre isso. Foram três anos de pesquisa. Foi muito doloroso, pois mexeu diretamente comigo.

Como foi a reação dos leitores?

A grande maioria foi de agradecimento. Quem procura o meu livro são especialistas ou pessoas que perderam amigos ou familiares. Gente que tem as mesmas dúvidas, as mesmas angústias e sentiu a mesma raiva que eu. Tem um capítulo no livro que trata sobre isso: “Aqueles que Ficaram Para Trás”. Tem a fase de sentir raiva, de sentir culpa. Quem entrou em contato comigo são

pessoas que passaram por essa situação e precisavam de informações. Nos lançamentos do livro apareceram pessoas que eu não conhecia e resolvi perguntar o motivo de estarem comprando a obra. Algumas começavam a chorar. Teve um caso em que uma senhora me disse: “Não consigo tirar a ideia de suicídio da cabeça”. Esta senhora estava com um rapaz. Ele disse que a havia trazido e comprado o livro com a intenção de convencê-la a não fazer isto. Outra mulher se aproximou de mim chorando. Ela só queria conversar. Achava que só eu poderia entendê-la. Havia perdido o filho. Não tem como não se emocionar. Outro dia, entrei no meu orkut e havia um recado agradecendo pelo livro. Essa pessoa havia desistido de se matar por causa da leitura. Estava procurando ajuda. Para mim, essa é a verdadeira recompensa.

Por que o tema ainda é tabu?

Realmente, a mídia opera nesse silêncio por causa de uma coisa que os especialistas chamam de “contágio”. Tem até um exemplo no meu livro, que é o de Marilyn Monroe. Ela cometeu suicídio em agosto de 1952. Um mês depois, nos Estados Unidos, houve 197 suicídios a mais que a média. O “contágio” existe. Por outro lado, o silêncio não ajuda. O que a mídia tem de fazer é

“

É importante saber que o suicida em potencial apresenta alguns sinais de alerta. Só fala do passado, não faz planejamentos. A pessoa que quer se matar começa a distribuir tudo. Perde o apego às coisas materiais.

PAULA FONTENELLE, JORNALISTA

resolve se matar, ela demonstra uma melhora muito grande. Quem está perto acha que ela melhorou, mas está apenas tranquila porque tomou uma decisão.

E como deve agir quem perdeu alguém querido para o suicídio?

Deve procurar ajuda psiquiátrica. Além de ter o conforto das pessoas próximas, é importante que um profissional ajude a lidar com a dor e a entender o que aconteceu. Pode também procurar livros que falem sobre o assunto. Por mais racional que sejam, ajudam a pessoa a compreender a morte voluntária. A gente passa a entender que o suicídio não é uma atitude que a pessoa toma de um dia para o outro. Tem uma série de sinais que ela dá e precisamos aprender a identificar. É sempre bom ter o auxílio de um especialista. Pelo menos 90% das pessoas que se matam têm transtorno mental. Aí, deve haver medicação. Só a conversa não vai adiantar. Eu fiz um ano de tratamento com remédio.

Você, que já morou nos EUA e na Inglaterra, acredita que o suicídio é um tabu fora do Brasil também?

O tabu existe em todos os lugares. A diferença está na forma como a mídia é capacitada para isso. Na Austrália, o governo dá treinamento à mídia sobre como tratar o assunto. Nos Estados Unidos, também tem um esforço grande nesse sentido. Na Inglaterra, igual. Esses são os três países mais preparados para lidar com o tema. Eles têm centros de prevenção e serviços públicos que atendem às pessoas que já tentaram. Um exemplo legal é o da Flórida. Lá, o índice de suicídios é muito alto. Fizeram o seguinte: todos os professores da rede estadual de ensino têm que passar por um treinamento de como identificar sinais em jovens, senão não obtêm a licença. No Brasil, por parte do setor público, isso inexistente.

Qual relato do livro te chocou mais?

Posso citar o primeiro depoimento do livro. É de Mahnaz, uma iraniana. Ela tentou se matar duas vezes quando era uma criança. Tinha 12 anos. A gente associa esse tipo de coisa apenas a adultos, e não é bem assim. Crianças também passam por isso. Outro caso que me comoveu muito foi o do rapaz que foi estupro. É homossexual e passou por muita dificuldade com a família. A gota da água para ele foi quando entrou no exército. Na primeira semana, foi estupro no banheiro. No mesmo dia, saiu de lá e tentou se matar. Não morreu por sorte. Ele nunca tinha contado isso para ninguém e foi muito difícil conseguir entrevistá-lo. A gente marcava de se encontrar e ele não ia. O rapaz disse que isso acontecia com muita gente e algo precisava ser feito. Me tocou demais.

O que está faltando ser debatido com a sociedade?

Eu acho que é importantíssimo esclarecer a associação entre suicídio e transtorno mental. A mídia, por exemplo, jamais deveria sensacionalizar casos de suicídio e deveria sempre ouvir especialistas para analisar o fenômeno. A depressão é o transtorno mental mais diretamente associado ao suicídio, então é muito importante saber os sintomas e que existe tratamento. A identificação desses sinais pode salvar vidas.

O que falta é valorizar o ser humano

O sociólogo Bellini Meurer, professor do curso de História da Universidade da Região de Joinville (Univille), lembra que o suicídio é um fenômeno que sempre fez parte da sociedade. Mas que hoje parece fora de controle. “A família da pessoa que comete o suicídio prefere o silêncio. A imprensa não noticia. Existe um medo de se falar sobre o assunto e ele é tratado aos cochichos”, reflete.

O sociólogo acredita que, quando o indivíduo resolve tirar a própria vida, ele está em estado de anomia, que significa “falta de valores”. “Uma situação anômica é a ausência ou desintegração de normas. Quando ocorrem perturbações da ordem coletiva, o número de suicídios tende a se elevar”, afirma.

O professor explica também que existem dois tipos de suicídio tratados pela sociologia: o egoísta e o altruísta. No primeiro, a pessoa interrompe a vida por motivos internos, pessoais. No altruísta, diz ter uma causa maior que a própria vida para provocar o suicídio. Os kamikazes – pilotos japoneses que se jogavam de um avião em cima de navios inimigos na 2ª Guerra Mundial – são um exemplo.

Bellini também comenta o fato de cidades com colonização alemã terem um número alto de suicídios. “Os alemães se cobram demais. E, quando passam por situações consideradas vergonhosas, enxergam um real motivo para tirar a própria vida”, analisa. “No fim das contas, todos somos candidatos ao suicídio. E a melhor prevenção é a valorização do ser humano.”

A DOR PELOS OLHOS DA OBSERVADORA

Em julho de 2006, o suicídio do gaúcho Vinícius Gageiro Marques chocou o Brasil. Apelidado de Yoñlu, o garoto tinha 16 anos quando resolveu pedir ajuda de anônimos na internet sobre métodos para tirar a própria vida. Foi o primeiro caso registrado no País de alguém que cometeu suicídio incentivado por internautas.

Um bom tempo depois da tragédia, uma reportagem especial foi publicada na revista “Época”. A jornalista Eliane Brum contou o caso sem glamourizar a dor, nem o fato em si. Mas isso não impediu que os leitores sofressem com o drama da família de Vinícius. A própria repórter, ao apurar os fatos, não conseguiu evitar o sofrimento.

ONDE MORA O PERIGO

TRANSTORNOS MENTAIS

Depressão, transtornos de comportamento decorrentes do uso de álcool ou drogas, transtornos de personalidade, transtorno bipolar, esquizofrenia, transtorno de ansiedade, associação de depressão com o uso de álcool ou de drogas.

SOCIODEMOGRÁFICOS

Sexo masculino, faixas etárias entre 15 e 35 anos, estratos econômicos extremos, residentes em áreas urbanas, desempregados recentes, aposentados, solteiros ou separados.

PSICOLÓGICOS

Perdas recentes, perda de parentes na infância, suicídio na família, dinâmica familiar conturbada, datas importantes, impulsividade.

CONDIÇÕES CLÍNICAS

Doenças orgânicas incapacitantes, dor crônica, lesões desfigurantes perenes, tumores malignos, aids.

FONTE: MINISTÉRIO DA SAÚDE.

“

A sociedade está muito ligada em trabalho e estudo. As pessoas não têm tempo para si mesmas. Devemos tomar consciência de que a vida acaba, sim, mas enquanto ela não acaba, podemos desfrutá-la dia após dia.

CLARISSE, 18 ANOS

Nenhuma cicatriz, só lembranças

Clarisse*, 18 anos, foi assombrada por um fantasma chamado ansiedade. Estava vivendo o conturbado início da adolescência e os típicos sentimentos de rebeldia foram potencializados por uma sensação de que os problemas não tinham solução. “Não aceitava nada que meus pais falassem, namorava com um menino que eles não gostavam e os amigos pareciam se afastar de mim. Tinha vontade de sumir, nunca mais ver ninguém, acabar com a minha vida”, relembra com tristeza.

A tentativa de suicídio não foi planejada. Foi uma espécie de impulso. O sofrimento misturava-se com a ansiedade de imaginar o fim da vida. Foi um amigo quem a salvou. Depois de conversar com ele e perceber que existiam

pessoas que se importavam com ela, Clarisse retomou um pouco da lucidez e percebeu o que estava fazendo. “Percebi que não queria mais morrer. E fui salva.”

Hoje, segundo ela, restam apenas lembranças deste momento ruim, nenhuma cicatriz. “A sociedade está muito ligada em trabalho e estudo. As pessoas não têm tempo para si mesmas. Devemos tomar consciência de que a vida acaba, sim, mas enquanto ela não acaba, podemos desfrutá-la dia após dia”, reflete. “A pessoa que tenta se matar pode estar apenas precisando de ajuda”, diz. Cheia de sonhos para o futuro, agora Clarisse consegue enxergar a beleza em estar viva.

* Nome fictício.

“HÁ UM CENTRO DE VALORIZAÇÃO DA MORTE NA INTERNET”

“Ele (Yoñlu) é de uma geração que se criou dentro da internet. Essa é a questão que subestimei – e não posso falar por eles, mas talvez os pais a tenham subestimado também. Esse menino era superdotado, extraordinariamente inteligente. Cresceu numa família estimuladora, intelectualmente rica, com um pai e uma mãe cultos. O Vinícius herdou do pai a profundidade política, social, e da mãe a perspicácia emocional. Tinha o que poderíamos chamar de excesso de lucidez. Mas não tinha condições de suportar essa carga por causa da pouca idade. Tinha uma capacidade de compreender profundamente o mundo, mas não tinha a consistência emocional para dar conta do que via. Reduzido a si mesmo, via-se deformado, feio, pequeno. Tinha uma hipersensibilidade ao mundo que lhe fazia bastante mal. Ele sofria vendo as pessoas ser humilhadas. Ficava tentando imaginar como sofririam.”

■ Trecho da entrevista do psicanalista gaúcho Mário Corso para a revista “Época”, em 11 de fevereiro de 2008