

INSTITUTO SUPERIOR DE PSICANÁLISE A VIA
INSTITUTO A VIA

FORMAÇÃO EM PSICANÁLISE CLÍNICA

MAGDA MARIA BATISTA DA COSTA SILVA

**PSICANÁLISE COMO MÉTODO PREVENTIVO DE SAÚDE MENTAL: UM
BALANÇO DE REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Artigo apresentado ao Curso de Psicanálise Clínica do Instituto de Psicanálise AVIA Minas Gerais em conclusão da formação teórica.

ARACRUZ
2024

PSICANÁLISE COMO MÉTODO PREVENTIVO DE SAÚDE MENTAL: UM BALANÇO DE REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Magda Maria Batista da Costa Silva¹

RESUMO- O presente artigo tem como objetivo produzir uma análise de revisão bibliográfica sobre os assuntos relacionados à psicanálise como método de prevenção dentro da área da saúde mental. Entendemos aqui, que para além de uma forma de tratamento e cuidados para com a saúde mental, a psicanálise é uma prática terapêutica de importância constante e frequente, de modo que acreditamos que seu uso deve ser explorado também enquanto uma prática preventiva, onde o indivíduo possui ferramentas para se perceber e se entender melhor enquanto pessoa em seu contexto, se compreendendo e assim, desenvolvendo uma consciência autônoma de si, e assim, prevenindo-se de maiores problemas em sua saúde mental. Introduziremos o artigo, com reflexões acerca da psicanálise em si enquanto forma terapêutica, seguindo pela defesa aqui proposta de seu uso como prevenção na saúde mental, e enfim, um balanço de análise das produções acadêmicas mais recentes, relevantes e de fácil acesso, sobre o tema.

PALAVRAS-CHAVE: Psicanálise. Prevenção. Saúde Mental.

ABSTRACT: This article aims to produce a bibliographical review analysis on issues related to psychoanalysis as a prevention method within the area of mental health. We understand here that, in addition to being a form of treatment and care for mental health, psychoanalysis is a therapeutic practice of constant and frequent importance, so we believe that its use should also be explored as a preventive practice, where the individual has tools to better perceive and understand themselves as a person in their context, understanding themselves and thus developing an autonomous awareness of themselves, and thus preventing greater problems in their mental health. We will introduce the article, with reflections on psychoanalysis itself as a therapeutic form, followed by the defense proposed here of its use as prevention in mental health, and finally, an analysis of the most recent, relevant and easily accessible academic productions on the theme.

KEY WORDS: Psychoanalysis. Prevention. Mental Health.

¹ Email: maguinha.pp@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Ao longo do tempo, a psicanálise mostrou e continua mostrando sua importância e relevância enquanto prática terapêutica. Ainda que enfrente muitas críticas, que em sua maioria partem de preconceitos em relação à prática, a capacidade da psicanálise de proporcionar a investigação de traumas e demais acontecimentos construídos ao longo da vida do indivíduo, permite a compreensão de processos mais inconscientes que influenciam nas emoções e comportamentos das pessoas (ALBERTI, ELIA, 2008, p.783-784).

A psicanálise também aborda conceitos como o inconsciente, o processo de sonhar, a importância do simbolismo e a teoria do desenvolvimento psicosssexual. Além disso, ela utiliza técnicas como a livre associação, interpretação dos sonhos e análise dos lapsos de linguagem para acessar o inconsciente e promover a cura emocional. Nesse sentido, a psicanálise se populariza cada vez mais enquanto uma prática que acompanha o desenvolvimento dos seres humanos, proporcionando a capacidade de autocompreensão.

Por muitos anos, a perspectiva de uma produção científica positivista gerou críticas à psicanálise, isso porque de acordo com os ideais positivistas, a prática científica deve ser produzida e reproduzida em laboratório, de forma palpável, sendo assim, uma prática terapêutica que lida com algo imaterial, como é o inconsciente, não poderia ser validada (ALBERTI, ELIA, 2008, p. 785). Ao longo dos anos, esse tipo de crítica foi - e ainda é - desconstruída, afinal, essa ideia sobre as ciências não abrange uma série de aspectos da vida humana, que não podem ser produzidos e reproduzidos em laboratório, mas mesmo assim impactam a vida humana, como a cultura e a arte, objetos de estudo das ciências humanas e sociais (ALBERTI, ELIA, 2008, p. 789-790).

Deste modo, ainda que a psicanálise tenha sido criticada, a percepção geral sobre ela tem evoluído ao longo do tempo, e ela é então, cada vez mais utilizada como uma abordagem terapêutica eficaz para o tratamento de uma variedade de transtornos mentais, oferecendo insights e uma compreensão mais profunda da mente humana. Nesse sentido, observa-se cada vez mais um reconhecimento dos benefícios da psicanálise no tratamento da saúde mental dos indivíduos, bem como por proporcionar uma forma prática de auto compreensão (AYOUCHE, 2005, p.3)

Sendo uma prática terapêutica, é necessário compreender que a psicanálise não funciona como um fármaco ou espécie de cura imediata, mas sim como um tratamento constante, onde o indivíduo apresenta um desenvolvimento na compreensão de si mesmo ao longo do processo terapêutico, de modo que a psicanálise não deve ser utilizada apenas como um socorro em casos onde o paciente está em picos de sofrimento mental, mas sim como uma constante ferramenta de autoconhecimento e tratamento (AYOUCHE, 2005, p.3).

Através da psicanálise, os pacientes podem trabalhar em direção à resolução de conflitos, processamento de traumas, superação de bloqueios emocionais e desenvolvimento de habilidades para lidar com desafios da vida. Ao trazer à tona conteúdos inconscientes e processá-los em um ambiente terapêutico seguro, a psicanálise oferece a oportunidade de transformação e crescimento pessoal, apontando ao paciente o reconhecimento de questões dentro de sua formação identitária ao longo da vida, que afetam sua rotina e atuais questões, e que muitas vezes, o próprio paciente não possui consciência (FALCÃO, MACEDO, 2005, p.68).

Entretanto, ainda que sua relevância terapêutica como tratamento de questões ligadas ao emocional e inconsciente do paciente, neste presente artigo nos propomos a tratar da importância do uso da psicanálise também como uma ferramenta de prevenção, ou seja, defendemos que o indivíduo não precisa utilizar da psicanálise apenas como um tratamento de alguma questão emocional e psicológica que esteja causando incômodo, mas como uma prática constante, que auxilia no auto desenvolvimento e compreensão, em uma forma de terapia constante.

Entendemos e apresentamos ainda a importância de que a psicanálise em si seja cada vez mais apresentada para a população de um modo geral, a fim de que este método terapêutico alcance mais pessoas. Defendendo eu uso enquanto ferramenta de promoção e prevenção de saúde mental, confiamos que muitos indivíduos podem utilizar dos benefícios da psicanálise para os cuidados consigo e melhor compreensão pessoal, melhorando sua qualidade de vida (FALCÃO, MACEDO, 2005, p.68).

Acreditamos que a importância deste artigo se encontra em divulgar as produções científicas sobre psicanálise e saúde mental, reconhecendo esta prática terapêutica como uma prática científica e que proporciona diversos benefícios. A prática psicanalítica também consiste na divulgação do acesso à informação e ao

conhecimento, sendo uma característica desta prática terapêutica desde sua formação inicial.

É necessário que a psicanálise não fique entrincheirada como uma prática terapêutica de acesso apenas para pessoas com boas condições financeiras de pagar o tratamento, mas que o conhecimento construído por essa prática seja divulgado e alcance os mais diversos meios sociais, como por exemplo, as escolas, sendo uma excelente forma de tratar de autoconhecimento e saúde mental para os alunos de todas as idades.

É importante destacar que a psicanálise é um processo de longo prazo, que demanda tempo, dedicação e comprometimento tanto do paciente como do terapeuta. Além disso, é uma abordagem que se baseia na relação terapêutica, onde a confiança e a empatia são fundamentais para o progresso do tratamento (FALCÃO, MACEDO, 2005, p.72). Deste modo, o tempo é um grande fator nessa equação, bem como a necessidade de que exista uma ligação de confiança entre o paciente e o terapeuta, assim, se essa relação não for estabelecida, todo o processo da terapia pode ser comprometido.

A psicanálise se caracteriza pela investigação, a análise, de modo que essa análise pode ser constante, proporcionando efeitos mais profundos na saúde mental dos indivíduos. A constância do processo está diretamente relacionada com o sucesso dos resultados, por isso, neste presente artigo, buscamos primariamente clarear a necessidade de que a terapia seja constante, e não apenas como um socorro em sinais bruscos de alerta à saúde mental.

Ao longo de um processo terapêutico psicanalítico, o paciente é encorajado a explorar e expressar livremente seus pensamentos, sentimentos e emoções, com o objetivo de desenvolver uma maior compreensão de si mesmo e de suas motivações inconscientes. Isso permite que o indivíduo se torne mais consciente de padrões de pensamento e comportamento que podem estar limitando sua saúde mental e sua qualidade de vida (AYOUCH, 2005, p. 8-9).

Nesse sentido, para alcançar tais objetivos, este artigo propõe-se a ser uma revisão bibliográfica, contendo alguns dos principais e mais relevantes trabalhos publicados sobre o tema da psicanálise como prevenção na saúde mental. Para além de uma produção desconecta, nosso principal objetivo aqui é também rastrear essas produções para em primeiro lugar perceber se o meio acadêmico tem se atentado para a psicanálise como forma de prevenção, e também, a defesa de que esse tipo

de produção deve ser bem divulgado e difundido para que o público geral possa ter acesso à esse conteúdo, de forma que o debate não fique preso apenas dentro do meio acadêmico e científico.

Além disso, a psicanálise se apresenta de forma fundamental para a compreensão de fenômenos sociais relevantes por investigar padrões de comportamentos e ações enraizadas no inconsciente coletivo, nos processos de identificação, na formação de normas sociais e sistemas de crenças. Ela pode ajudar a desvendar as motivações por trás de comportamentos sociais, revelando padrões inconscientes e conflitantes que podem estar subjacentes às relações interpessoais e às estruturas sociais, o que mais uma vez reforça nosso objetivo em apontar a necessidade de que a psicanálise seja cada vez mais difundida e acessada pelos indivíduos pela sociedade (ROUANET, 2017).

2. DESENVOLVIMENTO

Elaborada por Sigmund Freud no final do século XIX, a Psicanálise surge a partir da investigação clínica da histeria, tendo como objetivo central a exploração e compreensão da singularidade inerente a todas as manifestações humanas. De acordo com Victor e Aguiar (2011), a introdução da Psicanálise no Brasil ocorreu por meio da Psiquiatria, durante a primeira metade do século XX e seu conjunto teórico foi empregado na tentativa de intervir diante das manifestações da loucura. Porém, essa grande descoberta Freudiana, com o tempo, passou a ser reconhecida e compreendida como uma abordagem inovadora para a psicopatologia.

Segundo Reis, Marazina e Gallo (2004), enquanto a psiquiatria procurava estabelecer uma estruturação do mal-estar dentro dos amplos cenários psicopatológicos, a psicanálise propunha uma atuação distinta e única do paciente, pois considerava a forma singular em que os indivíduos conseguiam ordenar seus sofrimentos de acordo com um sentido possível para eles.

Figueiredo L-C (2009), constata que a psicanálise inicialmente ao se consolidar no Brasil, estabeleceu-se principalmente no contexto da clínica privada, nesse aspecto visando ampliar a herança freudiana, a psicanálise buscou criar oportunidades de inclusão, intervenção e cooperação em diversos contextos. Dessa forma, torna-se essencial refletir sobre os métodos técnicos e teóricos fornecidos pela psicanálise que é capaz de abranger uma variedade de situações e nos dias atuais, exige-se o enfrentamento e a problematização de novos desafios. Isso possibilita sua

presença crescente em contextos que demandam e beneficiam-se de sua abordagem singular de intervenção.

Nesse contexto, Kuperman (2008) resgata a ideia de que a Psicanálise, desde o seu início, é um produto da teorização fundamentada na prática. Isso ocorre à medida que os desafios encontrados na clínica reformulam a teoria.

Nesse sentido, Figueiredo-LC (2009) enfatiza que as teorias freudianas, especialmente aquelas que abordam a noção de Inconsciente, abriram um horizonte de experiências a ser investigada e assimilada em diversas direções, surgindo assim, a necessidade de atualização dos recursos teóricos técnicos na atual prática da clínica atual psicanalítica.

Dessa maneira, ao considerarmos o exercício da Psicanálise na contemporaneidade, especialmente no que se refere à sua integração em novos contextos, vários autores ressaltam a promissora interação entre a psicanálise e a saúde pública, sobretudo no domínio da saúde mental (Palma, 2011; Alberti, Bukovitz & Santos, 2010; Guerra & Souza, 2006; Figueiredo-AC, 2000).

Introduzido o tema, partimos a seguir então, para a análise dos artigos escolhidos para compor o desenvolvimento deste presente trabalho, que se propõe a ser uma revisão bibliográfica. Deste modo, o foco no desenvolvimento desta análise é nos artigos selecionados como fonte primária e em suas características, e principalmente sua relevância para o contexto atual, não nos propomos então a uma análise dos escritos clássicos da psicanálise.

Os artigos foram selecionados mediante a relevância dos locais onde foram publicados (revistas especializadas e bem conceituadas), pela facilidade de serem encontrados na internet (afinal, um dos pontos aqui defendidos é o de que esse tipo de conhecimento seja de grande divulgação e acesso para conhecimento da população geral), e enfim, para melhor delimitar esta análise e respeitar os limites de nossa produção, selecionamos 6 produções acadêmicas, entre artigos e dissertações, que se encaixam nessas características, e os artigos que possuíssem a palavra “prevenção” associada às palavras “psicanálise” e “saúde mental” em seus títulos e resumos, foram escolhidos.

O primeiro artigo encontrado e analisado, é intitulado *INVESTIGAÇÕES SOBRE O LUGAR DA PSICANÁLISE NA SAÚDE MENTAL*, de autoria de Sonia Alberti, Ana Luiza Ferraz Taves Bukowitz e Thiago Ferreira dos Santos, onde os autores se propõem a analisar o que “se faz em nome da psicanálise e o que a

psicanálise pode oferecer” (ALBERTI, BUKOWITZ, SANTOS, 2010, p. 17), baseado em um estudo de caso clínico investigando os efeitos do uso da psicanálise em uma instituição de saúde mental, os autores concluem que, o atendimento e o acolhimento que a psicanálise pode dispensar a saúde mental não se restringe apenas a dar um lugar de fala aos usuários, mas reconhecem a necessidade de ampliar a comunicação com toda a equipe profissional que lida com esse paciente, permitindo-os enxergá-lo e a todas as circunstâncias que o levou a sofrer certas consequências biológicas:

Há todo um trabalho que a psicanálise pode fazer na saúde mental, não só com os usuários, também com os membros da equipe. Nesse momento do estágio, tudo isso era bastante difícil para nós, e não pudemos nos fazer ouvir com relação aos comentários que fazíamos do caso. Mas aprendemos que não basta escutar o sujeito, lhe dar lugar de fala, mas é também precisa uma maior interlocução com a equipe para que ela possa escutar, através do que podemos relatar de nosso trabalho de assistência, que ali onde se vê somente um corpo biológico sofrendo as consequências de um parto, há um sujeito, uma história, uma questão. Eis como aprendemos um pouco mais sobre o que um psicanalista pode trabalhar no campo da saúde mental, assim como sobre suas dificuldades em seu trabalho. (ALBERTI, BUKOWITZ, SANTOS, 2010, p. 17)

O trabalho dos autores mostrou que a utilização da psicanálise em uma instituição de saúde mental proporcionou um impacto positivo não apenas ao colaborar para o tratamento dos pacientes, mas também, servindo para a própria equipe de trabalho. A psicanálise assegurou mais do que uma “solução” para as questões que precisavam ser tratadas nos pacientes, mas conferiu uma maior autonomia destes em relação a compreenderem o porquê de estarem protagonizando suas vivências, elevando a forma de convívio entre todos os envolvidos na instituição, de modo que o convívio e o compartilhamento promoveram uma melhor autocompreensão.

Figueiredo (2010) privilegia o fato de que “para que o trabalho na orientação da psicanálise opere seus efeitos de sujeito [...] deve haver ao menos um psicanalista, sustentando no meio de tantos outros essa qualidade a partir da experiência do sujeito, a cada caso” (FIGUEIREDO, 2010, p.14).

Outro ponto que vale a pena ser destacado no artigo é como os profissionais puderam obter uma visão mais humanizada dos pacientes da clínica, por meio da psicanálise. A compreensão de que aquelas pessoas eram mais do que os motivos que os levaram para à clínica, mas eram indivíduos repletos de formações identitárias e de histórias para contar podendo ouvir e serem ouvidos. Essa relação se mostrou

fundamental no processo, tornando as pessoas envolvidas, em sujeitos de suas narrativas.

O segundo trabalho que foi encontrado, é de autoria de Léia Prizskulnik, e se chama *Prevenção: saúde mental e psicanálise*, onde a autora aponta que a definição de saúde traçada pela OMS, não é do campo da psicanálise, de forma que é necessário compreender a diferença entre a medicina e psicanálise (PRISZKULNIK, 2009). Essa é uma observação fundamental para a compreensão da psicanálise enquanto método terapêutico livre, além de mostrar os sinais das críticas em relação à psicanálise, como citamos na introdução deste artigo.

No paper, que foi publicado no formato online, a autora faz reflexões sobre o tema evidenciando principalmente como a psicanálise pode se apresentar como uma ferramenta de prevenção interessante para crianças e adolescentes, especialmente pela dificuldade de criar uma rede de atendimento para essa faixa etária de acordo com as especificidades do SUS.

A introdução da psicanálise nas instituições ocorreu, algumas vezes, num clima de muito entusiasmo, como se o discurso e o trabalho psicanalíticos fossem só fascinantes. Esse clima traz suas vantagens, mas também seus prejuízos. Além disso, nos primórdios da história da psicanálise, quando ela não tinha a difusão que tem nos dias atuais, cabia ao próprio Freud apresentá-la a seus pacientes, antes de iniciar o tratamento, porém, atualmente, a difusão da psicanálise passa também pela mídia, o que, também, traz vantagens e prejuízos. Essa "atmosfera" pode seduzir o psicanalista, já que não existe "o psicanalista", e isso porque se trata de um lugar ocupado numa escuta, com uma ética que está desarticulada dos ideais e do bem-estar. Mas, deste lugar é possível resvalar. A necessidade de reafirmar que a formação do psicanalista não acaba nunca aparece, assim, com força total. (PRISZKULNIK, 2009).

O trabalho de Léia Prizskulnik aborda uma importante questão, o acesso aos tratamentos de saúde mental. Elencamos na apresentação dos principais objetivos deste presente artigo, que o fator do acesso à informação era um elemento de total importância neste tema. Os tratamentos terapêuticos e de saúde mental em geral, reconhecidos e que se enquadram nas especificidades do SUS, são muito caros, o que limita a quantidade e as classes socioeconômicas que conseguem possuir esse acesso, ainda que saúde mental seja um direito humano.

É nesse sentido que Léia comenta que a presença da psicanálise em escolas e demais ambientes de formação com a presença de crianças e adolescentes, é tão importante, é uma forma de que o acesso aos cuidados com a saúde mental atinja a todos. A autora resgata os primórdios da psicanálise ao recordar as ideias do

próprio Freud, criador e desenvolvedor da psicanálise, que insistia que a psicanálise deveria ter o acesso de todos, e que o tratamento consistiria em uma constante troca, onde o terapeuta nunca estaria completamente pronto.

O seguinte artigo é de Jorge Luís Ferreira Abrão, e recebeu o título de: *O surgimento das práticas de assistência à saúde mental da criança inspiradas na psicanálise no início do século XX através da obra de Durval Bellegarde Marcondes*. Assim como explicita o título, este artigo busca relacionar a psicanálise com as práticas pensadas para a saúde mental de crianças que foram desenvolvidas a partir de 1930, utilizando como fonte de pesquisa, a obra de Durval Bellegarde Marcondes, que foi pioneiro na difusão da psicanálise no Brasil.

A principal conclusão do autor é de que a psicanálise no meio escolar foi fundamental para atender as crianças, com diagnóstico e orientação adequada para pais e professores, sobre as melhores formas de trato com cada criança.

Desta forma, constatamos que a conotação profilática atribuída a higiene mental escolar, a partir da ótica de Durval Marcondes e sua equipe, não trazia em sua proposta de trabalho o signo da eugenia, que foi uma marca constante dos primeiros textos de divulgação da psicanálise de crianças no Brasil, nos quais o redirecionamento da educação das crianças, com base na psicanálise, era apontado como condição essencial para a saúde mental do indivíduo. A partir desta iniciativa, concretizada nas clínicas de orientação infantil, a prevenção em saúde mental começou a ser praticada dentro da seara da clínica, tendo na psicanálise seu principal pilar de sustentação. (ABRÃO, 2014,p.150).

Este artigo trata também da importância da disseminação do acesso à psicanálise, para além de beneficiar individualmente, mas proporcionando um benefício social. Isso porque o autor aponta como as reflexões e o trato com o subconsciente e as diferenças, levou com que as crianças pudessem ser melhor compreendidas e tratadas por seus adultos tutores e demais profissionais envolvidos, como professores. A compreensão destas crianças como indivíduos em suas complexidades, proporcionou a possibilidade de que crianças com transtornos e síndromes pudessem ser tratadas de acordo com suas questões e limitações, além de proporcionar uma prática pedagógica mais humanizada para as crianças em geral.

O artigo seguinte se intitula *Uma intervenção sutil: acompanhamento psicanalítico de pais e bebês prematuros*, e é de autoria de Mariana Flores Frantz e Tagma Marina Schneider Donelli. Neste trabalho, encontramos uma pesquisa que se encaixa profundamente com o que foi procurado para a produção deste artigo. As autoras apontam um crescimento na quantidade de nascimento de bebês prematuros,

e que a modernização dos aparelhos e estruturas médicas tem feito com que mais desses bebês tenham a possibilidade de sobreviver, mas que as questões envolvidas em um nascimento prematuro, vão além da sobrevivência física.

Deste modo, a psicanálise seria uma ferramenta fundamental para fazer o acompanhamento destes bebês e seus pais neste momento, lidando com diversas questões, bem como a separação entre o corpo da mãe e do bebê, um tópico de interesse da psicanálise.

Não se pretendeu demonstrar a avaliação psíquica das crianças, mas sim, narrar o acompanhamento psicanalítico ao longo do primeiro ano de vida. Pode-se evidenciar a potencialidade de um acompanhamento desse tipo quanto à promoção de saúde mental, na medida em que sustenta pais e bebês favorecendo a relação, bem como, enquanto prevenção em saúde mental, atuando precocemente diante de pequenos sinais de alerta. (DONELLI, FRANTZ, 2022, p.353).

Esse artigo mostra um importante e muito específico papel da psicanálise. O atendimento aos pais de bebês prematuros passa pelas questões biológicas e físicas, mas não param por aí, é necessário que essas pessoas sejam assistidas em relação aos medos e ao desconhecido do pós parto, especialmente nessas condições. Mais uma vez o uso da psicanálise como ferramenta de cuidado da saúde mental se mostra também como uma prática de humanização dos indivíduos, ultrapassando suas funções mais básicas, e proporcionando um genuíno tratamento e cuidado geral.

Selecionamos também o artigo denominado *Psicanálise ampliada: possibilidades na pandemia* de autoria de Magda Maria Colao, Maria Melania Wagner Franckowiak Pokorski, Waleska Pessato Farenzena Fochesatto e Anelise Scheuer Rabuske, onde as autoras se propuseram a analisar o período pandêmico da Covid-19 e seus impactos na saúde mental dos indivíduos em suas participações na sociedade, visto que esse período significou mudanças profundas na maneira como os funcionamentos sociais se desdobravam, de forma que algumas mudanças seguem até agora, como o uso de atendimentos via vídeo chamadas nas terapias.

A análise delas focou principalmente em perceber a psicanálise para além do espaço do consultório, mas de forma ampla, em seu funcionamento como ferramenta social. O artigo se debruçou em dois recortes de casos de atendimento on-line, um modelo de atendimento que se popularizou com a pandemia, e utilizando da psicanálise ampliada. É importante destacar que o artigo foi produzido em 2020, em meio à pandemia, então seus questionamentos também buscavam investigar como

seguiria o atendimento psicanalítico após a pandemia acabar, o que ainda era uma dúvida.

Por meio dos atendimentos on-line, nós, psicanalistas, que até então lidávamos com as fantasias e o mundo interno dos pacientes, repentinamente, entramos na intimidade de sua casa, conhecendo seus animais de estimação e, muitas vezes, também outros membros da família. Na medida em que precisaram ser retomados presencialmente, alguns atendimentos também foram feitos a partir da estranheza das máscaras e dos novos protocolos de higiene. Novos atendimentos iniciaram nesse meio-tempo, atravessados ou pela distância física, ou por parte dos nossos rostos cobertos. (COLAO, FOCHESTATTO, POKORSKI, RABUSKE, 2020, p.44)

O artigo analisa as profundas inovações decorrentes da pandemia, e como essa situação levou os indivíduos a se verem mais debruçados em suas questões pessoais e subconscientes, o que fez muito sentido para a psicanálise. A mudança do ambiente do consultório para o on-line, deu ao terapeuta uma abertura ainda maior para a vida e rotina dos pacientes, deste modo, especialmente naquele contexto de pandemia, onde as pessoas estavam fechadas dentro de casa, a psicanálise claramente funcionou como um método de prevenção para a saúde mental.

O último trabalho selecionado para análise é uma dissertação intitulada: *O modelo psicanalítico kleiniano aplicado à prevenção em saúde mental na infância*, de autoria de Mohamad Ali Abdul Rahim. Sendo uma dissertação, o trabalho é mais profundo, de forma que o principal objetivo do autor, foi utilizar do modelo psicanalítico kleiniano para formular uma concepção de prevenção em saúde mental na infância, tratando da prevenção da saúde mental de uma maneira ainda mais ampla.

Além disso, ao final, o autor elaborou uma proposta de intervenção inspirada na geometria cartesiana para aplicação de forma preventiva. Observemos a conclusão dele:

Conclui-se que o modelo kleiniano comporta a ideia de prevenção primária e reúne elementos para nortear intervenções preventivas universais, seletivas e indicadas. A saúde mental é definida como um estado fluido, influenciado por fatores quantitativos e qualitativos, e que se caracteriza pela resiliência e competência socioemocional. (RAHIM, 2006,p.7).

A conclusão do autor se volta para a importância da psicanálise na saúde mental, ao apontar que esta é composta por diversos fatores que proporcionem o que ele chama de “resiliência e competência socioemocional”, ou seja, uma relação de equilíbrio, em que a psicanálise pode ser uma ferramenta de grande importância.

Em suma, esses foram os artigos selecionados para a presente análise por se enquadrarem nas características estipuladas para essa análise, como apontamos

anteriormente. Cada um destes trabalhos se encaixa e colabora para os objetivos aqui apresentados, mas antes de concluirmos, é necessário realizarmos mais algumas reflexões sobre a prevenção na saúde mental em si.

3. A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO

Se considerarmos a definição de saúde conforme estabelecida pela Organização Mundial de Saúde (OMS), que a descreve como um estado de completo bem-estar físico, mental e social, podemos observar que tal concepção difere da abordagem da psicanálise.

De acordo com o dicionário online Priberam, a palavra *prevenção* se destaca ao redor de quatro principais significados. O primeiro seria o ato de prevenir, o segundo seria uma opinião que se tem antes de se examinar, o terceiro seria um aviso prévio, e o quarto seria a precaução². Em todos esses sentidos, a ideia de prevenção está relacionada com uma precaução, isto é, um tipo de cuidado baseado em uma antecipação, uma preparação para evitar um problema.

Entendemos então que a prevenção é a ação ou conjunto de ações que visam evitar que um problema ocorra, reduzir sua gravidade ou minimizar seus impactos. Ao adotar medidas preventivas, é possível reduzir riscos, minimizar impactos negativos e promover um ambiente mais saudável e seguro para todos os envolvidos. Investir em prevenção pode evitar situações indesejadas e trazer benefícios a longo prazo, afinal, a prevenção é uma abordagem fundamental em diversos campos, pois busca antecipar e evitar problemas, em vez de lidar com suas consequências após sua ocorrência (FRANÇA, MURTA, 2014, p.320).

Esse entendimento nos leva a considerar o quão importante é se falar da prevenção quando o assunto é saúde mental. Desta forma, no âmbito da saúde mental, a prevenção refere-se às estratégias e ações que visam promover o bem-estar psicológico, prevenir transtornos mentais, reduzir fatores de risco e fortalecer fatores de proteção que contribuem para a saúde mental das pessoas (FRANÇA, MURTA, 2014, p.323).

Nesse sentido, podemos dividir algumas considerações sobre a prevenção na saúde mental. Primeiro, considerando que seria começar buscando evitar o surgimento de problemas de saúde mental, promovendo a conscientização, a

² Disponível em: <https://dicionario.priberam.org/preven%C3%A7%C3%A3o>. Acesso em: 19 fev. 2024.

educação, o desenvolvimento de habilidades de enfrentamento, a promoção de ambientes saudáveis e o fortalecimento de redes de apoio social. Exemplos de ações de prevenção nesse sentido, incluem programas de promoção da saúde mental, campanhas de sensibilização, atividades de autocuidado e estratégias de redução de estresse.

Além disso, um próximo ponto seria pensar em práticas voltadas para a identificação precoce de sinais e sintomas de transtornos mentais, a prevenção secundária busca intervir precocemente para evitar a progressão ou agravamento dos problemas de saúde mental. Isso pode incluir a realização de triagens, avaliações psicológicas, intervenções psicossociais e encaminhamentos para tratamento especializado.

Enfim, há ainda o objetivo de prevenir recaídas, complicações ou agravamentos de transtornos mentais já diagnosticados, promovendo o tratamento adequado, o acompanhamento contínuo e a reabilitação psicossocial. A prevenção nesse sentido envolve, então, a manutenção da estabilidade e qualidade de vida das pessoas que já tiveram problemas de saúde mental. Além disso, a prevenção na saúde mental pode envolver a promoção de ambientes de trabalho saudáveis, o combate ao estigma e à discriminação, o acesso a serviços de saúde mental de qualidade, a atenção às populações vulneráveis e o apoio emocional em momentos de crise.

Ana Alexandra Marinho Alves e Nuno Filipe Reis Rodrigues (2010), apontam que a saúde não significa apenas a ausência de doença:

O conceito de “saúde mental” é amplo, e nem sempre é fácil a sua definição, ou a identificação daquilo que a determina. No entanto, da mesma forma que a “saúde” não é apenas a ausência de doença, também a saúde mental é mais do que apenas a ausência de perturbação mental. Neste sentido, tem sido cada vez mais entendida como o produto de múltiplas e complexas interações, que incluem factores biológicos, psicológicos e sociais. (ALVES, RODRIGUES, 2010, p. 127).

Assim, a saúde também é constituída de prevenção. Existem diversos pontos que a compõem, como o acesso à educação, emprego, segurança, habitação, qualidade de vida e questões financeiras, e até mesmo questões como o acesso ao lazer e a cultura (ALVES, RODRIGUES, 2010, p. 128-129). Não adianta se pensar em saúde mental sem pensar em políticas públicas que proporcionem uma boa qualidade de vida para as pessoas, de forma que essas questões estão intimamente correlacionadas. O desenvolvimento de práticas de saúde mental inclui um

mapeamento das questões públicas que precisam de melhorias. (ALVES, RODRIGUES, 2010, p. 130).

Deste modo voltamos a ressaltar a importância da psicanálise nesta lógica. A psicanálise também pode ser benéfica na identificação precoce de possíveis sintomas de transtornos mentais, permitindo intervenções terapêuticas antes que esses problemas se agravem. Ao trabalhar com um psicanalista, os indivíduos têm a oportunidade de explorar suas experiências passadas, seus relacionamentos interpessoais e seus padrões de pensamento, o que pode ajudar a prevenir o desenvolvimento de sintomas psicológicos mais graves. Ao promover a compreensão de si mesmo e o equilíbrio emocional, a psicanálise pode contribuir significativamente para a promoção do bem-estar psicológico e a prevenção de maiores transtornos mentais.

4. CONCLUSÃO

A psicanálise se apresenta como uma prática terapêutica de extrema importância para o tratamento de questões psicológicas dos indivíduos, mas sua complexidade e abrangência fazem com que a sua importância se estenda, atingindo âmbitos mais profundos. Nesse sentido, pensar na psicanálise presente na saúde mental, é um tópico que vai além do tratamento em momentos de picos psicológicos, onde ela pode ser uma ferramenta valiosa na prevenção da saúde mental, auxiliando na identificação e no tratamento de questões emocionais não resolvidas, no fortalecimento da saúde psicológica e no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento eficazes.

Deste modo, podemos concluir com o presente trabalho, que a afirmação originalmente proposta por aqui, de que a psicanálise se manifesta como uma excelente forma de terapia preventiva, faz sentido. Onde para além de um método de intervenção utilizado em momentos de picos de problemas emocionais, a psicanálise deve ser utilizada como uma prática constante e rotineira nas vidas dos pacientes, auxiliando também no autoconhecimento.

Para além disso, através dos artigos aqui selecionados, pudemos perceber que há uma faixa etária específica para o uso da psicanálise como ferramenta de saúde mental: a infância e adolescência. Ainda que essa prática se mostre como fundamental em todas as fases, a proximidade da psicanálise com os temas dessas

duas fases do desenvolvimento humano, contam como forte indicativo e justificativa para essa aproximação.

Notamos também que o uso da psicanálise como ferramenta de prevenção na saúde mental está associado aos temas da infância e adolescência, mas não necessariamente e somente nessas duas etapas, como pudemos ver pelo artigo que analisou esse uso na vida de pais e mães de bebês recém nascidos e prematuros, que precisam lidar com as complicações da situação em si, e ainda o rompimento físico e mental dos bebês com os corpos dos pais e suas formações individuais.

Percebemos também com os artigos aqui selecionados, a importância do uso da psicanálise como forma de prevenção da saúde mental para crianças e adolescentes devido à dificuldade de que a medicina e a psicologia possa abranger práticas de cuidados com a saúde mental nessas faixas etárias, de forma a seguir os regulamentos que o SUS apresenta para o Brasil. Nesse sentido, é importante mencionar que para além da faixa etária, há um valor desse uso da psicanálise em meio a um recorte de classe também, onde o conhecimento psicanalítico bem divulgado e utilizado, é uma ferramenta excelente para indivíduos que não possuem condições de arcar com os custos de um uso constante de métodos de cuidado com a saúde mental mais caros.

Não podemos deixar de mencionar nessa conclusão, um dos principais fatores em nossa busca por trabalhos acadêmicos nesta temática: a facilidade de serem encontrados. Todos os trabalhos que foram utilizados aqui foram encontrados através da ferramenta do google acadêmico, utilizando “psicanálise como prevenção da saúde mental” como frase de pesquisa. Esse é um importante detalhe, afinal, entendemos - e pudemos reafirmar com os resultados desta análise - a necessidade de que o conhecimento psicanalítico seja divulgado e difundido, expandindo o acesso aos cuidados mentais.

Além disso, em nossas investigações, percebemos mais artigos e trabalhos que também abrangem o tema, mas para conseguirmos manter um recorte mais específico e focando no objetivo da facilidade de encontrar artigos sobre o tema, decidimos nos manter na escolha de artigos que mostrassem a palavra “prevenção” - ou palavras relacionadas - em seu títulos e resumos. Em consonância com os objetivos aqui estabelecidos, nos propomos a encontrar materiais recentes e de pesquisas de desenvolvimento sobre o tema, ao invés de investimos em uma análise pautada nas produções clássicas da psicanálise.

Destacamos que ainda que os artigos tenham sido facilmente encontrados, acreditamos que há a necessidade de que sejam mais divulgados, a fim de que o público geral possa ter essa informação e acesso a esse conhecimento, para que tal noção não fique entrincheirada apenas dentro da bolha acadêmica, mas alcance o grande público, bem como fomentar a produção de propostas de intervenção contando com o uso da psicanálise como forma de prevenção na saúde mental em todas as idades.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABRÃO, J. L. F. O surgimento das práticas de assistência à saúde mental da criança inspiradas na psicanálise no início do século XX através da obra de Durval Bellegarde Marcondes. **Memorandum**, 26, 131-152, Belo Horizonte: UFMG; Ribeirão Preto: USP, 2014.
- ABREU, D. N. A prática entre vários: a psicanálise na instituição de saúde mental. **ESTUDOS E PESQUISAS EM PSICOLOGIA**, UERJ, RJ, ANO 8, N.1, P. 74-82, 1º SEMESTRE DE 2008.
- ALBERTI, S; BUKOWITZ, A. L. F. T.; SANTOS, T. F. INVESTIGAÇÕES SOBRE O LUGAR DA PSICANÁLISE NA SAÚDE MENTAL. **Cad. Pesq., São Luís**, v. 17, n. 3, set/dez. 2010.
- ALBERTI, S; ELIA, L. Psicanálise e Ciência: o encontro dos discursos **Revista Mal-estar E Subjetividade**, vol. VIII, núm. 3, setembro, 2008.
- ALVES, A. A. M.; RODRIGUES, N. F. R. Determinantes sociais e económicos da Saúde Mental. **Rev Port Saúde Pública**. 2010;28(2):127-131
- AYOUCH, T. A psicanálise : um projeto de autonomia ?. **Cadernos Ser e Fazer** , pp.55-70, 2005.
- COLAO, M. M. *et al.* Psicanálise ampliada: possibilidades na pandemia. **Estudos de Psicanálise**, Rio de Janeiro-RJ, n. 54, p. 37–46, dezembro de 2020.
- DONELLI, T. M. S.; FRANTZ, M. F. Uma intervenção sutil: acompanhamento psicanalítico de pais e bebês prematuros. **Rev. Latinoam. Psicopat. FundSão Paulo**, 25(2), 333-360, jun. 2022.
- FALCÃO, C. N B.; MACEDO, M. M. K. A escuta na psicanálise e a psicanálise da escuta. **Psychê**, vol. IX, núm. 15, janeiro-junho, 2005.
- FIGUEIREDO, A. C. Vastas confusões e atendimentos imperfeitos: a clínica psicanalítica no ambulatório público (2ª ed). Rio de Janeiro: Relume-Dumará, 2000.
- FIGUEIREDO, L. C. A Psicanálise e a clínica contemporânea. *Contemporânea - Psicanálise e Transdisciplinaridade*, 2009.
- FIGUEIREDO, L. C. Três tempos da clínica orientada pela psicanálise no campo da saúde mental. In: GUERRA, A.M.C.; MOREIRA, J.O. (Org.). *A psicanálise nas instituições públicas: saúde mental, assistência e defesa social*. Curitiba: CRV, 2010. v. 1, p. 11-18.
- GUERRA, A. M. C; Souza, P. V. Reforma Psiquiátrica e Psicanálise: diálogos possíveis no campo da inserção social. In: *Psicologia para América Latina: Revista*

Electrónica Internacional de la Unión Latino-americana de Entidades en Psicología, 2006.

FRANÇA, L.C; MURTA, S. G. Prevenção e Promoção da Saúde Mental no Envelhecimento: Conceitos e Intervenções. **PSICOLOGIA: CIÊNCIA E PROFISSÃO**, 2014, 34 (2), 318-329.

PALMA, C. M. S. A Clínica Psicanalítica em Instituições Públicas de Saúde. *Asephallus*. 6(11), 2011.

KUPERMANN, D. *Presença Sensível*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2008.

PRISZKULNIK, L. Prevenção: saúde mental e psicanálise. In: **FORMAÇÃO DE PROFISSIONAIS E A CRIANÇA-SUJEITO**, 7., 2009, São Paulo.

RAHIM, M. A. A. **O modelo psicanalítico kleiniano aplicado à prevenção em saúde mental na infância**. Dissertação (Doutorado em Psicologia) - Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo. São Paulo, 2006.

REIS, A. O. A.; Marazina, I. V.; Gallo, P. G. **A humanização na saúde como instância libertadora**. **Saúde e Sociedade**, 13(3), p.36-43, 2004.

ROUANET, S. P. O impacto da psicanálise na cultura e da cultura na psicanálise. **Revista Brasileira de Psicanálise**, número especial, p. 35-53, 2017.

VICTOR, R. M. & Aguiar, F. A clínica psicanalítica na saúde pública: desafios e possibilidades. *Psicologia, Ciência e Profissão*. 31(1), 40-49, 2011.