

VIDA, MODO DE USAR E O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO SOB A ÓTICA DE OLIVER SACKS: UMA REVISÃO NARRATIVA

Lílian Valéria de Araújo¹
Mariana Pires Bezerra²
Mário Sérgio Borges Medeiros³
Mayra Joyce da Costa Pinheiro⁴
Edmundo de Oliveira Gaudêncio⁵

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde OMS (OMS) considera o idoso, sob o ponto de vista cronológico, como aquele indivíduo que possui 65 anos ou mais de idade em países desenvolvidos e 60 anos ou mais de idade nos países em desenvolvimento (OMS, 1984).

O aumento da expectativa de vida está acompanhado de substancial melhora dos parâmetros de saúde e cuidado das populações, ainda que não distribuídas de forma equitativa nos diferentes países e cenários socioeconômicos. O avançar da idade, antes restrito a uma parcela mínima da população, vem se tornando realidade mesmo nos países mais desfavorecidos economicamente (VERAS; OLIVEIRA, 2018). Este fato - observado como conquista - se transformou, no entanto, em um dos grandes desafios para este século.

O envelhecimento da população, de maneira isolada, não é suficiente para suprir a grandeza da definição de viver. Viver mais torna-se importante desde que se consiga assimilar boas maneiras para que se utilize a vida de modo a agregar qualidade aos anos adicionados nessa jornada.

O conceito de envelhecer pode ser entendido como algo subjetivo e que reúne transformações biopsicossociais que modificam aspectos comuns em indivíduos saudáveis, levando-os a novas visões sobre o enfrentamento da vida (CANCELA, 2017). Numerosos casos clínicos comprovam essa sentença, tais como aqueles analisados por Oliver Sacks em muitos de seus livros. Seus pacientes, transformados em personagens em uma vasta produção literária, trouxeram à tona uma gama de amostras analisadas dentro do universo do envelhecer, produzindo reflexões sobre os mais diferentes, variantes e divergentes aspectos sobre o viver (SACKS, 2015).

Diante disso, este trabalho tem por objetivo discutir o processo de envelhecimento sob a ótica de Oliver Sacks, a partir da releitura de suas lições sobre o bem viver e o modo de usar a vida, interpretadas à luz da subjetividade.

¹Graduando do Curso de Medicina da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, lil.araujo97@gmail.com;

²Graduando do Curso de Medicina da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, marianapbez@gmail.com;

³Graduando do Curso de Medicina da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, marios.28borges@gmail.com;

⁴Graduando do Curso de Medicina da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, mayra.joyce@gmail.com;

⁵Professor orientador: Professor associado I da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, edmundogaudencio@hotmail.com.

METODOLOGIA

O presente estudo é uma revisão narrativa, a qual consta de uma síntese dos trabalhos analisados, sendo que, para a seleção dos artigos, não foram utilizados descritores e as fontes não foram pré-determinadas. Foram utilizados artigos publicados nos idiomas inglês e português que abordam a temática sobre o envelhecimento, junto a revisões e crônicas que analisam a obra do neurologista Oliver Sacks sobre diferentes aspectos relacionados à vida e ao processo de envelhecer. A maioria dos artigos selecionados é constituída por textos indexados nas bases de dados PubMed e SciELO, e parte das referências é formada por livros e editoriais publicados pelo próprio autor analisado. Os critérios de buscas supracitados foram considerados satisfatórios para atender aos objetivos desta narrativa. Além disso, a síntese dos trabalhos analisados foi suficiente para demonstrar - sob nova visão - as lições sobre o viver expressas por Sacks nas publicações selecionadas, com a finalidade de reinterpretar esta característica social com êxito e a fim de despertar reflexões sobre o processo de envelhecimento digno para o idoso.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O livro *Gratidão*, publicado em setembro de 2015 pela Companhia das Letras, foi escrito pelo neurologista e escritor inglês Oliver Sacks durante seus últimos meses de vida, quando descobriu a recidiva metastática de um melanoma ocular tratado 9 anos antes. A publicação reúne quatro textos publicados no *New York Times*, entre julho de 2013 e agosto de 2015, pouco antes de seu falecimento. Diante da notícia que colocava-o face a face com o destino inexorável da morte, o escritor decidiu criar mais uma obra voltada para o ser humano e o viver. Em sua obra *Gratidão*, Sacks reflete sobre como o aspecto iminente de sua morte o aproximou da vida, ou simplesmente em suas próprias palavras: “Agora devo escolher como viver durante os meses que me restam. Tenho de viver do modo mais rico, profundo e produtivo que puder”. Em tal contexto, o quarteto de histórias intituladas *Mercúrio*, *My own life*, *Minha tabela periódica* e *Shabat*, formam uma ode à singularidade de cada ser humano e gratidão pelo dom da vida.

Um capítulo em particular, intitulado “*Mercúrio*”, de seu livro “*Gratidão*”, Oliver Sacks o inicia relatando que teve um sonho. Sonhou com o *Mercúrio*, elemento da tabela periódica, o qual simboliza o número 80. O episódio desperta-o para a realidade de sua finitude, da finitude humana, apesar disso, nas palavras do autor: “É difícil de acreditar, muitas vezes sinto que a vida está prestes a começar, e percebo que está quase no fim”.

Há algo de paradoxal, apesar de intrinsecamente humano, em compreender o caráter passageiro da vida e, todavia, viver como se a eternidade fosse parte de sua realidade. Essa dualidade talvez surja de uma necessidade em ser humano. Ao definir o conceito de homem, Santo Agostinho afirma que o aspecto que o distingue dos demais animais é seu intelecto. De fato, a racionalidade nos torna capaz de compreender a finitude humana, entretanto, é a mesma que nos impede de dimensioná-la. Afinal, ao fazê-lo em demasia o momento atual é perdido, e é nesta dimensão que vive o ser humano. Sintomas afetivo-depressivos podem se instalar em tal circunstância, na medida em que o paciente dimensiona a vida, verificando que a morte é certa e o propósito do viver tropeça na finitude.

Freud garantiu que as duas coisas que mais importam na vida são amar e trabalhar. Nesta dimensão, Oliver Sacks investiga, em sua análise acerca da finitude da vida, o prazer envolvido no que se pode chamar de uma vida plena e a mera felicidade por estar vivo, a decadência que surge com a idade e com o desenvolver das doenças, chegando à conclusão que espera concluir seus dias assim como Francis Crick (neurocientista britânico vencedor do

prêmio Nobel da medicina) comprometido com a vida e vigoroso otimismo. De suas reflexões, surge uma perspectiva nova sobre o panorama de sua vida: a consciência de sua transitoriedade permite ao autor melhor compreender o sentido da vida, entendendo a velhice como uma fase, em suas próprias palavras, “de liberdade e tempo descomprometido”, vivendo cada etapa da vida como sendo melhor (porque mais profunda e amadurecida) que a anterior.

Oliver Sacks era homoafetivo, filho de médicos e judeus e, daí, a não aceitação, por parte de seus familiares, de sua orientação sexual. Tal rejeição, porém, funcionou, para o autor, como o início de uma longa jornada de autoconhecimento. O modo bem humorado com que a vida é representada em suas obras pode estar relacionado possivelmente a um processo de ressignificação existencial, lembrando que a alegria pode funcionar como um afeto que nos facilite lidar com situações difíceis.

Um outro ponto destacado por Oliver Sacks envolve viver com compaixão e não apenas com paixão. O escritor se dedicava a estudar não só o que as pessoas faziam, mas, também, tudo que envolvia seus medos, afetos, corpos, cérebros, tudo que impulsiona o ser humano a fazer e ser o que cada um é. Para isso, não se aproximava apenas da bondade dos indivíduos, mas também dos seus males, compreendendo o que os compunham.

Dessa forma, torna-se capaz de encarar o viver de maneira holística, lançando-se no mundo em busca da compreensão do encantamento que é o ser e seus desejos, isso permitindo criar e envelhecer, sem as fronteiras determinadas por juízos de valor.

Além das mudanças físicas, o processo de envelhecimento está ligado a um ganho de experiência de vida. O ancião, palavra que designa uma pessoa de avançada idade, uma pessoa respeitável, é visto com uma pessoa sábia, sabedoria adquirida pelas diversas situações vividas pelo idoso, o qual passa a ser visto como alguém de ideias e conceitos rígidos, muitas vezes imutáveis. Oliver Sacks, entretanto, apresenta uma nova visão sobre essa rigidez de pensamentos e ideias que permeiam a mente do idoso, trazendo a reflexão de que viver é saber mudar.

No capítulo de título “Shabat”, da mesma obra “Gratidão”, Sacks narra um pouco da sua infância, como foi crescer em um lar ortodoxo, em que as regras do judaísmo eram seguidas com o máximo de respeito possível. Descreve, em especial, o Dia do Shabat, dia retirado para descanso, em que as mais simples atividades cotidianas, como dirigir, cozinhar e atender ao telefone eram e são restritas. O autor conta o significado especial que esse dia tinha para sua família: era o momento em que se reuniam, celebravam o fato de estarem justos à mesa de refeição, de poderem ir à sinagoga.

O autor nos conta como, ao crescer, os ritos judaicos foram deixando de ser prioridade em sua vida, narrando-nos o desafio que foi enfrentar uma estrutura familiar rígida no momento em que confessou sua homoafetividade, tendo ouvido de sua própria mãe que ele era uma abominação. Relata como foi sair de sua casa, ir viver em Los Angeles, onde quase morreu devido à dependência a anfetaminas, disso se recuperando ao encontrar o verdadeiro significado de sua vida como médico: escrever sobre seus pacientes, perpetuando a história deles, mostrando-nos, portanto, que durante a vida estamos em constante aprendizado.

Oliver Sacks fala da mutabilidade de ideias ao narrar como um simples convite de aniversário vindo de sua prima o fez voltar às suas origens judaicas, fato que ele mesmo acreditava nunca mais ocorreria, acrescentando que, mesmo já sendo mais velho, mais experimentado na vida, ainda assim foi capaz de se surpreender com o fato de sua família tão bem receber seu companheiro no Dia do Shabat, o que fez com que ele percebesse que mesmo as ideias mais rígidas são passíveis de mudança.

O autor nos faz refletir que envelhecer ainda é um processo de aprendizado, no qual podem ocorrer mudanças de paradigmas, mostrando-nos que essa mutabilidade de ideias e de conceitos é o que nos faz enfrentar os desafios que a vida nos reserva, dando-nos a certeza de

dever cumprido e de paz quando da chegada do momento do nosso fim, dada a certeza de haveremos vivido plenamente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A reflexão de Oliver Sacks vem a ser de notável importância para todos os que habitam este planeta e são regidos cronologicamente pelo tempo, tal qual é descrito pelas leis da Física moderna. Sobretudo porque o envelhecimento não é um estado, mas, sim, um processo de degradação orgânica progressiva e singular que atinge a todos aqueles impregnados por um sopro de vida.

Dessa forma, é impossível que tracemos uma data para simbolizar o marco de entrada na velhice. Sacks desenvolve, a partir de seus escritos, a pretensão de compreender a lógica intrínseca dos mais diferentes tipos de mundos interiores que as pessoas podem vir a criar sob a força do tempo. Ademais, utiliza tal perspectiva a partir da qual se possa observar a si mesmo e aos outros, biológica, psicológica e/ou social, tomando como index a si próprio, consciente de que todas essas nuances não podem ser totalmente compreendidas pela observação do comportamento exterior, mas apenas a partir de si mesmo, compreendendo a vida e aprendendo como viver bem, com amor, e sem temer o seu fim natural, apesar de tudo.

Portanto, é de notável importância que esta experiência promovida pelo autor possa vir a ser integrada às novas formas de atenção à população da terceira idade, principalmente junto aos seus cuidadores e guardiões. Assim, para que geriatras, médicos de família, enfermeiros e demais profissionais que constroem o cuidado, passem a exercitar sua reflexão e sabedoria no laboratório da própria vida, onde somos surpreendidos diariamente pela existência, reconhecendo nossas falhas, acertos e novos caminhos direcionados a um modelo de cuidado que promova longevidade com qualidade.

Palavras-chave: Envelhecimento, vida, morte, Oliver Sacks.

REFERÊNCIAS

CANCELA, D. M. G. **O Processo de envelhecimento**. 2007. Monografia (Licenciatura em Psicologia) - Instituto de Psicologia, Universidade Lusíada do Porto, Porto.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **The uses of epidemiology in the study of the elderly**. Geneva: WHO; 1984.

SACKS, O. **Sempre em movimento: Uma vida**. Editora Companhia das Letras, 2015.

SACKS, O. **Gratidão**. Editora Companhia das Letras, 2015.

VERAS, R. P.; OLIVEIRA, M. Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado **Ciênc. saúde colet.** v. 23, n. 6, p. 1929-1936, 2018. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018236.04722018>