



GT-11 – Informação e Saúde

ISSN 2177-3688

A LEITURA COMO TERAPÊUTICA NO ENFRENTAMENTO DOS QUADROS DEPRESSIVOS

READING AS THERAPEUTIC TO CURE DEPRESSIVE CONDITIONS

Débora Adriano Sampaio - Universidade Federal do Cariri (UFCA)
Esdras Renan Farias Dantas - Universidade Federal da Paraíba (UFPB)
Katty Anne de Souza Nunes - Universidade Federal do Cariri (UFCA)

Modalidade: Trabalho Completo

Resumo: Desenvolve reflexões e argumenta sobre a prática da leitura como processo terapêutico integrativo no enfrentamento dos quadros depressivos. Discute sobre a função do livro e da leitura nos processos de formação humana. Outrossim, a relevância do ato de ler e o seu incentivo por meio de políticas públicas que visão a sua difusão como exercício na prática terapêutica integrativa, direcionada ao acompanhamento e cuidado de pacientes acometidos de transtornos depressivos. Evidencia a importância dos serviços de informação das bibliotecas ligadas à esfera pública, especialmente sobre o papel do bibliotecário no que consiste a sua atuação no desenvolvimento de atividades que envolvam práticas leitoras terapêuticas. O estudo é caracterizado como exploratório de revisão bibliográfica. A depressão, e os sujeitos que por ela são acometidos, trazem consigo estigmas como consequência dos preconceitos no âmbito social, bem como sintomas relacionados ao humor, tornando ainda mais dificultoso o processo de tratamento clínico e terapêutico, neste contexto, a leitura e/ou às práticas literárias promovidas e desenvolvidas por um profissional habilitado como o bibliotecário, poderá influenciar os resultados da terapêutica em torno dos pacientes afetados pelo adoecimento mental.

Palavras-chave: saúde mental; depressão; práticas leitoras; terapias integrativas; leitura na depressão.

Abstract: It develops reflections and argues about the practice of reading as an integrative therapeutic process in coping with depression. Discusses the role of books and reading in the processes of human and cognitive formation. Furthermore, the relevance of the act of reading is encouraged through public policies that view its dissemination as an exercise in integrative therapeutic practice, aimed at monitoring and caring for patients suffering from depressive disorders. It highlights the importance of information services in libraries linked to the public sphere, especially on the role of the librarian in what constitutes his performance in the development of activities that involve therapeutic reading practices. The study is characterized as an exploratory literature review. Depression, and the subjects who are affected by it, bring with them stigmas as a result of prejudice in the social sphere, as well as symptoms related to mood, making the process of clinical and therapeutic treatment even more difficult, in this context, reading and/or to literary practices promoted and developed by a qualified professional such as the librarian, may influence the results of therapy around patients affected by mental illness.

Keywords: mental health; depression; reading practices; integrative therapies; reading and depression.

1 INTRODUÇÃO

As problemáticas envolvendo as doenças mentais acometem frequentemente uma parcela significativa da população mundial¹. Nos dias atuais, especialmente ao que se refere ao período pandêmico o qual vivenciamos, os transtornos depressivos apresentam-se em dimensões jamais vistas em todo mundo. É considerada como o adoecimento mais presente deste século, podendo perdurar, inclusive, no panorama do período pós-pandemia, havendo uma indicação de que se estabelece como uma das principais doenças que decorre das complicações em pessoas após o acometimento por COVID-19 (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2022).

Os fatores para o desencadeamento da depressão são diversos. Em tempos pandêmicos, entretanto, pudemos observar e destacar o estresse sem precedentes, como uma causa para o adoecimento. Motivado pelo distanciamento social e as restrições por ele impostas, as limitações incorreram em contenções à capacidade laborativa, que pela condição de pandemia e isolamento, demandou o apoio de entes queridos, também impedidos de envolver-se socialmente. Acredita-se que essas dificuldades se caracterizaram como uma das razões adicionais para o aumento do acometimento e diagnósticos de transtornos depressivos.

Atualmente, apesar do amplo acesso à vasta produção e disponibilidade de informações, porporcionado por meio da internet e das redes, convivemos periodicamente com o preconceito, declarado em desfavor das diversas temáticas discutidas no âmbito social. Substancialmente, vimos se destacando a discriminação proferida em relação as doenças mentais, tornando ainda mais difícil a recuperação dos pacientes em tratamento clínico e psicoterapêutico e, sobretudo, limitando aqueles que, em decorrência de inúmeros fatores, ainda não envidaram ação em busca de apoio profissional.

De forma ampla, é sabido que esses estereótipos que envolvem o contexto da saúde mental são evidentes, especialmente, os relacionados aos transtornos depressivos, que apesar de afetarem um contingente significativo da sociedade, a produção e publicidade de campanhas de desmitificação da doença são pontuais, e os incipientes alertas para a conscientização da população demonstram que o cenário discriminatório permanece.

¹ De acordo com a estimativa do ano de 2018 da Organização Mundial de Saúde (OMS), (Organização Pan-Americana de Saúde, 2018).

A partir da aproximação com a realidade que envolve os que padecem de quadros depressivos, bem como das dificuldades com as quais enfrentam, quer seja pela incompreensão dos estados que se encontram, quer seja pela pouca oferta de serviços clínicos e terapêuticos dignos e gratuitos, ocorre, cada vez mais, o isolamento e o distanciamento de uma recuperação possível. Isso acarreta o surgimento de pensamentos e comportamentos disfuncionais, desestabilizando-os sob uma visão pessimista que se relaciona à falta de perspectivas sobre o seu próprio futuro. Muitas vezes, essa realidade é advinda de uma visão preconceituosa para com os que estão acometidos de enfermidades mentais, impregnada por uma cultura excludente, característica de um pensamento coletivo discriminatório que impera em nossa sociedade.

No âmbito desse trabalho, abordaremos a relevante função exercida a partir da utilização do livro nas práticas de leitura que circundam os processos de formação humana, e a importância em associá-las às políticas públicas referentes às práticas terapêuticas integrativas direcionadas ao acompanhamento e cuidados dos pacientes acometidos de transtornos depressivos. Evidencia a pertinência dos serviços de informação das bibliotecas, especialmente sobre o papel do bibliotecário no que tange a sua atuação no desenvolvimento de atividades que envolvam práticas terapêuticas leitoras.

Diante disso, temos como objetivos: discorrer acerca do processo discriminatório em torno da saúde mental no Brasil; debater sobre a importância do livro e da leitura nos processos relacionados ao desenvolvimento humano e cognitivo; promover discussão em torno do livro e da leitura como instrumental integrativo que possibilitam o fortalecimento de terapêuticas direcionadas à recuperação de pessoas adoecidas pelos transtornos depressivos; vislumbrá-los como mecanismos potenciais e efetivos no âmbito das políticas públicas, promovidos e viabilizados pela participação ativa do bibliotecário, subsidiando as ações e dinâmicas voltadas ao acompanhamento e cuidados terapêuticos. Desse modo, a reflexão ofertada, propõe um debate, no sentido de desenvolver um estudo exploratório, fundamentado no olhar convergente sobre a literatura que circunda a temática em discussão.

2 PROCESSO HISTÓRICO-SOCIAL SOBRE A SAÚDE MENTAL NO BRASIL

Os transtornos relativos à saúde mental configuram-se no mundo atual como alguns dos mais graves e urgentes problemas de saúde coletiva, refletido ainda mais no cenário pandêmico e, conseqüentemente, pós-pandêmico. A Organização Mundial de Saúde (OMS)

demonstra, em índices de estudos publicados, que pessoas de qualquer idade, cultura e condição socioeconômica estão suscetíveis ao adoecimento mental, atribuindo aos quadros de adoecimento mental e, especificamente, aos transtornos depressivos, a configuração de fenômeno global (BARROS; COUTINHO; ARAÚJO; CASTANHA, 2006).

Um dos grandes desafios que se apresenta para o avanço de ações efetivas no contexto da saúde mental é a superação dos obstáculos estabelecidos pelo preconceito e estigmas percebidos e sentidos no âmbito das relações sociais. A abordagem terapêutica direcionada a tratar os transtornos mentais, entre outros parâmetros, inclui inicialmente reconhecer na expectativa de superar a discriminação e a banalização que envolve essa problemática.

O preconceito, no contexto das doenças mentais, fundamenta-se historicamente. Ao longo do processo histórico e do desenvolvimento sociocultural, observamos que o “diferente” ou o que desestrutura a visão da “razão” comum, ou da opinião que “prevalece”, é visto como anormal, definido por estranho ou “louco” e, na maioria das vezes, excluído dos grupos comunitários e de muitos projetos sociais.

A doença mental não é sinal de malogro pessoal. Não acontece só aos outros. Todos nos lembramos de uma época, ainda não há muito tempo, em que não se podia falar abertamente sobre cancro. Era segredo de família. Ainda hoje muitos de nós preferiríamos não falar sobre AIDS. Estas barreiras estão a ser, pouco a pouco, derrubadas (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2017, p. 11).

Não obstante, seja possível observar coletivos diferentes desenvolvendo e promovendo campanhas publicitárias com o objetivo de desmistificar muitos desses conceitos e atuações práticas exclusivistas, é possível, ainda, perceber que esses posicionamentos permanecem fortemente operantes no núcleo social, especialmente quando se refere às doenças psiquiátricas, sendo a depressão, uma dessas patologias, caracterizada como um distúrbio ou transtorno mental. Discorrendo sobre esse cenário, partindo de uma análise sobre como este pensamento perpassou do renascimento às décadas posteriores, ao abordar sobre o fenômeno da “loucura”, Foucault (1972) analisa que, neste âmbito, aqueles sujeitos que não se enquadravam nas normas e regras sociais eram excluídos, ausentando-se, assim, das relações sociais, mantendo significativo distanciamento, sendo, desta forma, indesejados, pois representavam, afronta, desonra e vergonha, sendo esquecidos e constantemente discriminados.

É possível verificar na conjuntura social da Idade Média, a constituição de organismos e instituições voltadas à segregação dos sujeitos que eram caracterizados ou identificados com alguma deficiência mental ou cognitiva. Neste período, muitos definiam esses transtornos como fenômenos de ordem espiritual. Essas instituições, por volta do século XVII em diante, eram reconhecidas como asilos e atuavam como internatos que acolhiam os excluídos sociais. Esses internados, conhecidos como asilos, tiveram que adaptar-se a esta demanda, naturalizando seu funcionamento e mantendo aprisionados aqueles que causavam incômodos ou não se enquadravam, pelo que se compreendia, como um sujeito normal, apto para o convívio comunitário e social. A área da medicina, entretanto, decide por tratar estas pessoas, excluídas do seio da sociedade por apresentarem algum transtorno de ordem psiquiátrica, a partir do século XIX e, reunindo-se, posteriormente, a outras áreas, como a psicologia (CARVALHO, 2016).

Neste sentido, convém destacar transformações importantes que decorrem desse cenário. Desde meados do século XX, a Reforma Psiquiátrica e o desenvolvimento de uma política pública da saúde mental no Brasil, advinda de um processo da “eclosão do “movimento sanitário” nos anos de 1970, favoreceu mudanças nos modelos de atenção e gestão nas práticas de saúde [...]” (DELGADO *et al.*, 2007, p. 39).

Percebemos, a partir de então que

Não só o modo de lidar com a loucura sofreu mudanças como também a maneira como ela foi afrontada pela razão. Na atualidade, apesar das várias tentativas de mudar o olhar para quem não está dentro de uma suposta “norma” que é imposta, o conceito que ocasionou uma relação de superioridade à loucura permanece até os dias atuais (CARVALHO, 2016, p. 1).

Deste modo, podemos aferir que o preconceito e a ausência de políticas multidisciplinares relacionadas ao tratamento dos quadros de adoecimento mental é histórico e desfavoreceu e ceifou muitos dos que sofriam diante desta realidade. O juízo de valor, bem como a falta de conhecimento sobre os transtornos mentais, no geral, construídos de forma intolerante é desumano, injusto e destituído de qualquer compreensão factual, manifestada nitidamente pelo viés da ignorância.

Nos âmbitos da interação social constatamos o humano no centro de um processo de construção de costumes e crenças, deliberando e estabelecendo modos de fazer, de pensar, ser e conviver em diferentes períodos e lugares. Desta maneira, o que pode ser conceituado

como “normal” em um período, poderá não ser em outro, visto que o “normal” é constituído a partir do viés da cultura, que direciona costumes e valores. Assim, a sociedade desenvolveu olhares e definições estigmatizados sobre inúmeras problemáticas, configurando-as enquanto pautas de debates inconclusivos e tornando-as, objetos de desconstrução.

Ao apontar questões envolvendo a saúde mental, frequentemente desconsidera-se e banaliza-se propriedades e elementos relevantes que devem ser investigados com o máximo de cuidado e atenção. Contudo, é importante apreendermos que toda ação social é cultural e todas as práticas sociais que expressam ou comunicam algum significado são, portanto, práticas de significação (HALL, 1997). Por conseguinte, compreendemos que todo costume, hábito ou tradição é desenvolvido na conjuntura social permeada por uma dimensão cultural.

Isto posto, podemos identificar os transtornos depressivos enquanto uma problemática de saúde mental intensamente preocupante e disseminada. Considerado como tal, é um transtorno mental recorrente relacionado à mortalidade que é, por sua vez, consequência da precariedade da qualidade de vida, de acordo com pesquisas divulgadas pela OMS (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2017).

Desta forma, se temos, de um lado, os quadros de precarização de saúde mental e o agravamento do adoecimento mental, encontram-se à margem dessa realidade, os serviços e instrumentos que englobam o tratamento e a terapêutica, obscurecidos por um cenário de falta de informação e conhecimento por parte dos responsáveis por elaborar políticas públicas e, conseqüentemente, as práticas que objetivam a recuperação dos desses pacientes acometidos por esse tipo de adoecimento. Permanece, assim, no contexto social, o espectro do estereótipo das doenças mentais e as dificuldades existentes em torno da penosa e complexa realidade vivenciada por todos que buscam, ou aqueles que estão impossibilitados de alcançar o tratamento, especialmente, os que sofrem com transtornos depressivos.

A qualidade de vida possibilitada por padrões socioeconômico, segundo pesquisas desenvolvidas na esfera da OMS nos últimos anos, intervém na predominância do adoecimento depressivo. Se é ratificada a incidência do preconceito e dos seus impactos sociais acerca dos transtornos mentais, pelos agentes mencionados, é verificada, também, e de forma mais predominante, a prevalência do preconceito social, representando, um difundido e duplo fator de risco, seja no que concerne ao desenvolvimento de transtornos mentais, tanto quanto para a ampliação da sintomática e complicações relativas à doença, tendo predomínio entre sujeitos que vivem em contextos de vulnerabilidade socioeconômica.

As pesquisas apontadas pela OMS demonstram que há tratamentos efetivos no âmbito dos transtornos depressivos. A realidade é que menos da metade das pessoas no mundo que sofrem com os processos depressivos, em alguns países, menos de 10% delas, recebem auxílio médico e terapêutico especializado e, muito menos, que incluam terapias integrativas sob orientação multidisciplinar. Por conseguinte, entre outros impedimentos, estão a falta de recursos financeiros e humanos para a efetivação de profissionais qualificados e, ainda, a discriminação social relacionada aos transtornos mentais, além de equívocos no que tange o diagnóstico médico (LABOISSEÈRE, 2017). Por isso, é essencial e urgente a elaboração e desenvolvimento efetivo de dinâmicas que promovam o rompimento com os paradigmas existentes.

Mesmo diante das políticas vigentes em âmbito nacional, ainda é uma realidade encontrarmos pessoas acometidas de transtornos mentais depressivos, entre outros, bem como seus familiares, enfrentando inúmeras atitudes preconceituosas, muitas vezes, veladas (Carvalho, 2016). Isso geralmente é observado como consequência da falta de uma política que incorpore, além de campanhas publicitárias para combater o contexto precário da falta de informação por parte dos grupos sociais, terapêuticas integrativas envolvendo, não somente os profissionais ligados à área da saúde, mas da educação e cultura, como é o caso do profissional bibliotecário, que pode desenvolver dinâmicas inclusivas a partir da utilização do livro nas práticas de leitura, envolvendo e promovendo, além de acesso ao conhecimento, a imersão em um mundo carregado de múltiplas ideias capaz de desenvolver horizontes, transformar pensamentos distorcidos e, conseqüentemente, a realidade de quem vive à margem da compreensão social sobre as problemáticas relativas à saúde mental.

Diante disso, é fundamental refletirmos sobre a importância da mediação, da mediação, do acesso e disseminação da informação para além da área da saúde, com o objetivo de promover desconstruções conceituais estereotipadas, com vistas à reconstrução de uma sociedade menos preconceituosa, onde seja possível o respeito às diferenças e a criação de redes de apoio que acolham e valorizem o ser humano, independentemente das diferenças percebidas e sentidas, em todos os âmbitos. Igualmente que possibilite a ressignificação das circunstâncias sob as quais se apresentam, proporcionando o resgate participativo para o seio da sociedade, sobretudo dos que são acometidos pelos diversos transtornos mentais.

3 O LIVRO E A LEITURA NOS PROCESSOS DE DESENVOLVIMENTO HUMANO E COGNITIVO: COMPONENTES DE POLÍTICAS PÚBLICAS E PRÁTICAS TERAPÊUTICAS NOS QUADROS DE ADOECIMENTO MENTAL?

A conjectura comum, especialmente nos âmbitos da educação e da cultura, acerca do entendimento sobre a relevância do livro e da leitura é a de que, desde que inseridos em propostas de desenvolvimento cognitivo, socioemocional e cultural, em múltiplos contextos, poderão representar um mecanismo potencial, responsáveis por protagonizar não só o aperfeiçoamento da aprendizagem, mas incrementar e fortalecer políticas específicas de abordagem terapêuticas, em diferentes cenários.

No Mundo Antigo, o ser humano instituiu os processos comunicacionais através de imagens desenhadas no interior das cavernas, que expressavam animais, suas experiências e cenas cotidianas. Esses registros constituem o que conhecemos por arte rupestre e, a partir da ampliação de estudos e pesquisas no âmbito da Antropologia e Arqueologia, tendo em vista a forma rústica de comunicação, passou a ser conceituada como pictografia.

As práticas da leitura estão muitas vezes associadas aos suportes de registros da escrita. São desenvolvidas desde a elaboração da escrita cuneiforme na antiga Mesopotâmia, até a escrita digital promovida pelas novas tecnologias de informação e comunicação, por meio de variados e modernos monitores de transmissão eletrônica. Nas sociedades pretéritas, o acesso ao livro e a leitura era um privilégio dos monges, escribas e demais pessoas associadas às cúpulas religiosas em funções específicas. A leitura era disseminada conceitualmente, como prática oral, individual ou coletiva, quando o acesso ao livro era possível entre os grupos da aristocracia (ECO, 1983).

Desde os tempos remotos até os dias atuais, o livro mostra-se uma ferramenta fundamental nos processos de ensino-aprendizagem. Mesmo diante do contexto contemporâneo, onde há a disseminação de outras mídias e da tecnologia digital, que possibilitou o acesso ao livro no meio eletrônico, esse suporte de informação continua contribuindo significativamente para a construção do conhecimento e, consequentemente na evolução humana.

A leitura, percebida como o recurso essencial e misterioso do processo comunicacional, segundo Darnton (2010), poderá ser apreendida como estratégia nas práticas de formação humana, em processos e desenvolvimento cognitivo e social, por meio das diferentes práticas curriculares e terapêuticas.

No âmbito das práticas de ensino, o livro e a leitura se inserem enquanto precursoras da escrita a partir da contação de histórias, conduzindo à ampliação das habilidades essenciais para o desenvolvimento humano. De modo geral, estão intimamente relacionadas à elaboração de competências que balizam a formação socioemocional e cultural, sobretudo na infância, considerando os estímulos externos, geralmente desafiadores, proporcionado por pais, professores e demais envolvidos. Essas habilidades são consideradas básicas para a compreensão do mundo e, conseqüentemente para o melhor desempenho criativo, cognitivo, interação social salutar e constituição de saberes.

É através da leitura que as crianças descobrem o mundo, em grupos ou sozinhas, fazem descobertas, trocam experiências, expõem suas emoções, pois ela é fundamental para novas informações. De acordo com as reflexões, é necessário que as atividades sejam coerentes e que despertem o prazer de ler, sendo algo presente e diário na vida das crianças, desde pequeninos (KLEIN, 2018, p. 81).

No âmbito das práticas terapêuticas, o olhar sobre o livro e a leitura deu-se desde à Antiguidade, uma vez utilizado como instrumento individualizado de desenvolvimento psicossocial, ou seja, como uma prática de experiência empírica, potencial desenvolvedor da capacidade cognitiva, estabilizando, conseqüentemente o campo das emoções, da memória e da concentração.

No contexto promovido e proporcionado por um profissional com habilidades que contribuem na elaboração de práticas de leituras por meio dos livros, destacamos o bibliotecário, assim como outros profissionais ligados à área da educação, das ciências humanas e da saúde, sendo institucionalizada e reconhecida como prática de biblioterapia.

As concepções modernas acerca da leitura, enfatizam que essa prática não pode ser entendida apenas como a decodificação de signos linguísticos, mas também como uma prática social que contemple a produção de sentidos. Nessas concepções, as práticas leitoras se constroem multidisciplinarmente, e, neste contexto, destaca-se a biblioterapia (PINTO, 2005, p. 39).

Dessa forma, compreendemos a leitura, inserida em programas multidisciplinares, enquanto práticas que podem auxiliar no escopo das terapêuticas que tentam promover saúde e bem-estar aos sujeitos afetados pelos adoecimentos de ordem mental. Possibilitam ser utilizadas tanto em ações difundidas e mediadas pela biblioterapia, quanto de forma individualizada, cujo desenvolvimento demanda de vontade própria e do reconhecimento transformador da leitura. Entretanto, é relevante destacar que as práticas de leitura, incluídas

em programas especializados, enquanto terapêutica, têm, potencialmente, uma garantia maior de retorno e replicação.

Portanto, ao tempo que o livro e a leitura são considerados protagonistas nas dinâmicas de ensino-aprendizagem, visando o desenvolvimento cognitivo, socioemocional e cultural, verificamos, outrossim, coadjuvante potencial no tratamento que envolve os quadros de adoecimento mental relacionados aos transtornos depressivos.

4 A ATUAÇÃO DO BIBLIOTECÁRIO NAS DINÂMICAS INTEGRATIVAS DA TERAPÊUTICA QUE ENVOLVEM OS QUADROS DEPRESSIVOS: DESAFIOS E PERSPECTIVAS

Segundo dados da Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS), órgão vinculado à OMS, os transtornos depressivos encontram-se ascendendo em todo o mundo. Aponta-se que mais de trezentos milhões de pessoas sejam acometidas por este tipo de transtorno.

A condição que caracteriza os transtornos depressivos difere-se das oscilações conhecidas habitualmente relacionadas ao humor e de outros quadros emocionais de duração breve, que se manifestam frente aos desafios e dificuldades observadas na vida cotidiana. À medida que se desenvolve um período mais longo e de maior intensidade, envolvido de sintomas moderados ou graves, a depressão poderá representar uma grave condição de saúde mental, levando o sujeito afetado a um processo de sofrimento e a diversas disfunções laborais, limitando a sua capacidade cognitiva ao atingir os âmbitos da memória e concentração, prejudicando as relações sociais no ambiente familiar, bem como da sociedade no geral.

Ao fim, sem uma rede efetiva de apoio e na ausência de um tratamento terapêutico integrativo, a depressão poderá encaminhar o sujeito acometido por ela à prática do suicídio. Sua característica devastadora destitui a autoestima e a esperança de vida de seus portadores, assolando a todos que se encontram ao redor. Estima-se que cerca de oitocentas mil pessoas não sobrevivem após tentativas de suicídio a cada ano, sendo assim, considerado a segunda principal causa geradora de morte entre pessoas com idades entre 15 e 29 anos (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE, 2018).

A OMS orienta que, aproximadamente, um terço (1/3) dos que padecem de adoecimento mental e/ou neurológico não tem apoio especializado, acompanhamento médico e psicológico e, de acordo com as estimativas, até o momento, milhões de pessoas poderão desenvolver doenças mentais relacionadas à depressão, devendo, por conseguinte, ser considerado o transtorno mental mais incapacitante para as atividades laborais em todo

mundo (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2017). O Programa integrado à OMS, *Mental Health Gap Action Programme (MHGAP)*, todavia, privilegia os distúrbios depressivos, na direção de contribuir com os países na ampliação dos serviços prestados aos sujeitos acometidos com transtornos mentais, entre outros, a partir de programas de saúde que potencializem os cuidados e acompanhamentos desses pacientes. A OMS reconhece que, com os devidos cuidados, apoio e assistência psicossocial adequados, milhões de pessoas com transtornos mentais, inclusive em decorrência da depressão, lograriam êxito ao retomar uma rotina de vida normal, mesmo diante da precariedade dos recursos (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE, 2018).

Embora o empenho em desenvolver e fortalecer políticas públicas no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), intentando a garantia de acesso aos serviços necessários de atenção à saúde mental, “o processo de expansão é descontínuo”, à medida que os serviços de atenção diária não são instituídos e distribuídos em linhas específicas de financiamento, especialmente nos últimos três anos (DELGADO *et al.*, 2007).

Diante desse cenário desafiador de falta de investimentos e, conseqüentemente, ausência de recursos no âmbito da saúde pública com vistas ao tratamento do adoecimento mental, esses pacientes, constantemente, suportam e tentam resistir a serviços precários e desumanizados, seja pela desqualificação, desinformação ou ausência de políticas e estratégias de gestão social. Contudo, os profissionais do campo das ciências humanas, sociais e da saúde, vem tentando desenvolver dinâmicas paralelas de biblioterapia com o público que enfrenta os mais diversos tipos de comorbidades, nas mais diferentes subáreas da saúde. Porém, cabe destacar o papel do bibliotecário neste domínio, com sua funcionalidade diante das habilidades inerentes a este profissional, o que corroboram os estudos de SAMPAIO; DANTAS; ALENCAR (2020).

Para o melhor desempenho e resultado das dinâmicas que incluem práticas de leitura entre os pacientes acometidos de transtornos depressivos, o bibliotecário irá experimentar uma realidade generalizada, na qual os portadores desses transtornos, especialmente, os pacientes depressivos, não tem acesso às informações pertinentes sobre a gravidade e dimensão do seu adoecimento e, geralmente são assolados e paralisados pelo preconceito espúrio que predomina na sociedade. Dessa forma, como consequência, distanciam-se, cada vez mais, da possibilidade de acompanhamento médico e terapêuticos apropriados,

colocando-os em situação de desesperança e solidão, podendo levá-los a optarem pela descontinuidade da própria vida.

Todavia, não somente a informação poderá ser analisada como uma possibilidade de transformação da realidade dessas pessoas, por parte do bibliotecário, como poderá ser, também, assimilada como um componente determinante na conjuntura social, caracterizada histórica e culturalmente por preconceitos em diferentes contextos, materializados em atuações agressivas e condutas geradoras de incontáveis desordens e problemáticas catastróficas na sociedade.

Ao analisarmos as temáticas norteadoras dessa realidade, convém destacá-las enquanto elementos representativos de alguns dos grandes desafios para a atuação do bibliotecário, que visa desenvolver atividades relativas às práticas de leitura. Nesse sentido, o desenvolvimento de dinâmicas que envolvem a leitura enquanto terapêutica voltada ao tratamento dos transtornos depressivos, implica, antes de tudo, a consciência de uma conduta de acolhimento humanizado na direção desses pacientes para que a abordagem pretendida obtenha o retorno esperado.

A consciência científica, ética e humana fica aguçada na constatação de que estamos lidando com algo que é da ordem da complexidade e que não se encaixa em um único modelo. Essa é uma das essências que nos instiga a estudar outras disciplinas, que nos estimula à criação, a composição e a investigação. Ações múltiplas, atores múltiplos, modalidades plurais de busca, sem barreiras ou fronteiras. Construção legítima de um cuidado cidadão, proposições de ações para a saúde e para a doença na confluência de ações para a cidadania, ou seja, a aposta sensata na abordagem biopsicossocial (MACHADO; COLVERO, 2013, p. 34).

É importante salientar que essa demanda poderá ser possibilitada por meio de programas ofertados por Organizações Não-Governamentais (ONGs), em Universidades, através de programas extensionistas e, principalmente, em Políticas Públicas adotadas no campo da saúde mental no Brasil, o que, infelizmente, ainda não podemos constatar até o momento.

No sentido das Políticas Públicas, a abordagem adotada poderia propor uma intersetorialidade sob uma visão múltipla e multifacetada dos serviços necessários e disponibilizados na instância da saúde mental, ampliando a participação múltipla de entes e setores sociais na busca por garantir resultados satisfatórios nesse cenário. A intersetorialidade, portanto, tem como base um conjunto de

estratégias que perpassem vários setores sociais, tanto do campo da saúde mental e saúde em geral, quanto das políticas públicas e da sociedade como um todo. Em outras palavras, os serviços de atenção psicossocial devem sair da sede dos serviços e buscar na sociedade vínculos que complementem e ampliem os recursos existentes. (AMARANTE, 2007, p. 86)

Deste modo, atuar nesta perspectiva constitui um desafio patente. Não obstante, conduzir o olhar e as estratégias práticas para a inclusão dos que tanto sofrem em decorrência dos transtornos depressivos, por meio de dinâmicas que envolvam a leitura, deve ser percebida enquanto uma oportunidade e igualmente apontada como uma possibilidade de transformação dessa realidade. Isso produzindo a ressignificação do ser e estar desses sujeitos na sociedade, demonstrando, assim, respeito e acolhimento das subjetividades.

Com esse intuito, necessitamos, não simplesmente da conscientização desta demanda no atual contexto, mas, um extenso planejamento de estudos e debates, sobretudo, o desenvolvimento de habilidades por meio de qualificação profissional do bibliotecário para a apreensão da pertinência deste serviço a essa coletividade. Para além, o incentivo à promoção de palestras e discussões, objetivando a sensibilização e envolvimento dos demais integrantes da sociedade, poderão significar a introdução de uma novos fazeres e possibilidades que corroboram para os recomeços das histórias de vida daqueles que enfrentam os quadros de transtornos depressivos, uma vez que a leitura poderá ser vista como um mecanismo transformador da realidade vigente.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Atualmente, redes e serviços de informação estão se expandindo rapidamente devido aos avanços das tecnologias da informação e da comunicação. No entanto, é importante observar que esse progresso não necessariamente reflete um aumento ou uma evolução do pensamento e dos posicionamentos sociais, tanto coletivamente quanto individualmente.

Neste século, há uma grande busca por informações e produção de conhecimento. Porém, ao mesmo tempo, uma parcela significativa da sociedade mostra inércia em relação aos modos de pensar e interagir diante dos diversos problemas que surgem nos contextos sociais. Nessa realidade, os transtornos depressivos são vistos como doenças mentais e as pessoas afetadas por eles enfrentam o estigma devido a visões e comportamentos distorcidos, que associam seus sintomas e o processo de tratamento a inadequações sociais, religiosidade ou falta de força de vontade para lidar com a doença.

É importante considerar que o tratamento para quadros depressivos envolve superar o preconceito social ligado à saúde mental, além de desenvolver políticas públicas que abordem o adoecimento, combatendo a banalização e desconstruindo estereótipos. Essa batalha requer não apenas atividades de sensibilização da sociedade, mas também a implementação de planos, programas e serviços que proporcionem acesso ao tratamento convencional e participação em terapias multidisciplinares, apoiando o processo de cura.

Contudo, fundamentados na problemática sanitária e social que enfatizamos por meio desta abordagem, somos desafiados, enquanto profissionais bibliotecários, a publicizar a relevância e o estabelecimento de estratégias em torno de dinâmicas que envolvam o incentivo e a mediação da leitura, como instrumento viável no âmbito das terapêuticas integrativas do processo de tratamento das pessoas acometidas pelo adoecimento mental depressivo. Isso pode ser possível a partir dos diferentes canais e serviços de informação promovidos nas diferentes instituições e unidades públicas de informação.

Os transtornos mentais depressivos são considerados como adoecimentos incontestáveis, acometendo cada vez mais pessoas do que podemos mensurar. As sintomáticas isoladas não são menos adoecedoras ou letais do que a desinformação, ou melhor, é um elemento integrante e determinante no processo de cura ou uma consequência irremediável.

O trajeto a ser trilhado, mesmo que pareça longo, permeado de complexidades, ausência de apoios e incentivos, os mais variados, poderá representar um itinerário possível, se considerarmos as habilidades comunicativas, discursivas, expressivas e profissionais inerentes ao bibliotecário, o qual propõe a leitura enquanto uma ferramenta terapêutica para tratar os pacientes que lutam contra os distúrbios mentais depressivos e a utilização por aqueles que, conhecendo o poder transformador da leitura, decidem persistir em suas práticas leitoras e, quem sabe, dessa forma, contribuindo para as aproximações da esperada linha de chegada, a tão ansiada cura.

REFERÊNCIAS

AMARANTE, Paulo Duarte de Carvalho. **Saúde mental e atenção psicossocial**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2007.

BARROS, Airton Pereira do Rêgo; COUTINHO, Maria da Penha de Lima; ARAÚJO, Ludgleydson Fernandes; CASTANHA, Alessandra Ramos. As representações sociais da depressão em

adolescentes no contexto do ensino médio. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 23, n. 1, p. 19-28, 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2006000100003>. Acesso em: 29 jul. 2022.

CARVALHO, Jenifer Longo de. **Um pouco sobre a história do preconceito**. 2016. Disponível em: <https://www.psicologiasdobrasil.com.br/um-pouco-sobre-historia-do-preconceito/>. Acesso em: 18 jul. 2022.

DARNTON, Robert. **A questão dos livros: passado, presente, futuro**. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.

DELGADO, Pedro Gabriel Godinho; SCHECHTMAN, Alfredo; WEBER, Renata; AMSTALDEN, Ana Ferraz; BONAVIGO, Elizabete; CORDEIRO, Francisco; PORTO, Karine; HOFFMANN, Maria Cristina; MARTINS, Rita; GRIGOLO, Tânia. Reforma psiquiátrica e política de saúde mental no Brasil. In: MELLO, Marcelo Feijó de; MELLO, Andrea de Abreu Feijó de; KOHN, Robert (org.). **Epidemiologia da saúde mental no Brasil**. Porto Alegre: Artmed, 2007. Cap. 2. p. 39-84.

ECO, Humberto. **O nome da rosa**. Rio de Janeiro, Nova Fronteira, 1983.

FOUCAULT, Michel. **História da loucura na Idade Clássica**. São Paulo: Perspectiva, 1972.

HALL, Stuart. A centralidade da cultura: notas sobre as revoluções culturais do nosso tempo. **Educação e Realidade**, Porto Alegre, v. 22, n. 2, p. 15-46, 1997. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/educacaoerealidade/article/view/71361>. Acesso em: 2 ago. 2022.

KLEIN, Ana Maria Aparecida de Carvalho. **A importância da leitura para o desenvolvimento infantil**. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, v. 11, n. 8, ano 3, p. 81-96, ago. 2018. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/importancia-da-leitura>. Acesso em: 2 ago. 2022.

LABOISSÈRE, Paula. No Dia Mundial da Saúde, OMS alerta sobre depressão. **Revista História, Ciências, Saúde; Manguinhos**. 2017. Disponível em: <http://www.revistahcsm.coc.fiocruz.br/no-dia-mundial-da-saude-oms-alerta-sobre-depressao/>. Acesso em: 23 jul. 2022.

MACHADO, Ana Lúcia; COLVERO, Luciana de Almeida. Histórias do Grupo de Pesquisa da Subjetividade em Saúde. In: MACHADO, Ana Lúcia; COLVERO, Luciana de Almeida; RODOLPHO, Juliana Reale Caçapava. **Saúde mental: cuidado e subjetividade**. São Caetano do Sul: Editora SENAC, 2013. Cap. 1. p. 26.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE (Brasil). **Folha informativa: depressão**. 2018. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5635:folha-informativa-depressao&Itemid=1095. Acesso em: 17 jul. 2022.

PINTO, Virginia Bentes. A biblioterapia como campo de atuação para bibliotecários. **Transinformação**, Campinas, v. 17, n. 1, p. 31-43, jan./abr. 2005. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/tinf/a/TGh75RBZcCN8nTwF8FBjkkL/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 23 jul. 2022.

SAMPAIO, Débora Adriano; DANTAS, Esdras Renan Farias; ALENCAR, Vitória Régia Araújo de. A informação na desconstrução de preconceitos dos quadros depressivos. **Fontes Documentais**, v. 3, p. 281-288, 2020. Disponível em: <http://hdl.handle.net/20.500.11959/brapci/151135>. Acesso em: 23. Jul. 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Mental Health and COVID-19**: Early evidence of the pandemic's impact Resumo científico, 2 de março de 2022. Disponível em: https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci_Brief-Mental_health-2022.1. Acesso em: 01 de ago. 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Depression and other common mental disorders**: global health estimates. 2017. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/254610/1/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf?ua=1>. Acesso em: 12 jul. 2022.