

# Angústia aumenta em solitários no fim de ano

Festas de Natal e Ano Novo podem causar doenças e depressão às pessoas que vivem sós

LINA DE ALBUQUERQUE

O clima festivo sugerido pelas comemorações de Natal e Ano Novo pode surtir efeito contrário em pessoas solitárias e angustiadas. Pesquisas demonstram que nessa época do ano o índice de suicídios aumenta significativamente. Cardiologistas redobram as atenções e psicanalistas preparam os divãs para receber mais pacientes. Prontos-socorros apresentam grande movimentação e entidades filantrópicas dos moldes do Centro de Valorização da Vida (CVV) também precisam trabalhar dobrado.

"A pessoa que não tem com quem compartilhar a vida acaba sentindo a solidão de maneira intensa", avalia Reinaldo David, um dos 600 voluntários do CVV em São Paulo. De acordo com as últimas estatísticas do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o número de brasileiros que moram sozinhos dobrou em menos de 20 anos: saltou de 1 milhão, em 1970, para 2 milhões, em 1986. Isso significa que para cada 14 brasileiros que vivem em família, existe um que mora só. Segundo os levantamentos do livro São Paulo — Trabalhar e Viver, coordenado por Vinícius Caldeira Brant, o rápido crescimento dos solitários é uma característica das sociedades denominadas mais desenvolvidas. Na Grã-Bretanha, por exemplo, os domicílios com uma só pessoa correspondiam, em 1985, a 25% do total.

Se a solidão não é produto de uma escolha pessoal, o psiquismo pode balançar, principalmente nessa época do ano. "Essas datas representam aquelas transições simbólicas e mágicas em que se costuma fazer um balanço da vida", explica o psiquiatra e psicanalista Carlos Aricó. "Mas como a felicidade não é encomendada por uma data, o resultado pode ser danoso." Segundo Aricó, a solidão funciona como uma espécie de agravante nesse quadro. "O ser humano tem necessidade de se comu-



Jose Cordeiro/AE

Elza e Baider: depois de dez anos, novo casamento e fim da solidão

nicar, e a solidão simboliza a morte na medida em que está ligada à impossibilidade de comunicação." Ele lembra um personagem de Simone de Beauvoir, criado para ser imortal — quando os seus interlocutores mais próximos desaparecem, o personagem também começa a manifestar o desejo de morrer.

"Meus finais de ano eram sempre horríveis", reconhece a advogada Elza Homem, de 50 anos. "Eu ficava com a sensação de que todo mundo estava feliz, menos eu." Depois de passar dez anos separada do marido, Elza se casou, há dois anos, com o administrador de empresas João Baider, de 54, que estava viúvo. Eles se conheceram em uma reunião promovida pelo Clube Internacional da Amizade, em São Paulo. Elza começou a frequentar o clube porque se sentia muito triste nos finais de semanas e em datas comemorativas. "Após uma certa idade, a mulher sozinha tem poucas opções de divertimento", ela constata. O censo de 1980 registrou na Grande São Paulo apenas 36% de mulheres idosas casadas, enquanto a proporção de homens casados era de 79%. Entre as mulheres

não-casadas, 49% estavam viúvas, 8% solteiras e 4% separadas. Entre os homens, a viuvez correspondia a apenas 12%.

A chilena Edite Quintanilla, presidente do Clube, acentua que o local não tem o objetivo de ser uma agência de casamentos. "O Clube da Amizade é um local saudável e de respeito para pessoas se conhecerem e trocarem experiências", ela destaca.

Segundo uma pesquisa realizada sob a direção de Leonard Syme, professor de Epidemiologia da Universidade da Califórnia, a solidão pode ser um fator importante nas doenças do coração. Ele constatou que a mortalidade entre os solitários chega a ser duas vezes maior do que entre pessoas com mais amigos e relações sociais. Na opinião do cardiologista paulista Franklin Galvão, as festas de final de ano apresentam um fator de risco para os que não desenvolveram nenhum suporte psicológico para viver sozinhos. "O stress decorrente da sensação de solidão e da desestruturação familiar pode resultar em uma crise hipertensiva e, por sua vez, levar a um derrame", diz Galvão.