

# Quando voltaremos a abraçar-nos?

Com menos pessoas à mesa, menos abraços, menos colo, menos apertos de mão e menos beijos — este será um Natal diferente, num 2020 em quase tudo extraordinário. Passou um ano desde a descoberta do SARS-CoV-2 e vivemos há nove meses ao ritmo dos surtos, em contenção nos gestos de afeto. A covid-19 veio mudar a forma como nos relacionamos fisicamente e torna-se difícil acreditar que vai voltar a ser tudo igual quando a pandemia acabar. Dois antropólogos, um filósofo e uma psicóloga deixam-nos pistas para reflexão.

HELENA VIEGAS

# C

hegaram as máscaras e, aos poucos, foram-se os gestos. Desapareceram os apertos de mão, os abraços tornaram-se intrusivos e os beijos e carinhos estão agora reservados aos mais próximos. A covid-19 veio obrigar-nos “literalmente a desaprender como usar o nosso corpo” em termos sociais, explica Eugenia Roussou, investigadora da Rede de Investigação em Antropologia (CRIA), no ISCTE — Instituto Universitário de Lisboa. Passámos a ter de “expressar os nossos afetos sem o envolvimento do sentido do toque e dos nossos corpos, ou pelo menos com um envolvimento mínimo”, um “processo de reeducação” que veio perturbar o nosso bem-estar, alerta a antropóloga.

Na cultura dos países do Sul da Europa, “mostrar emoções com o corpo é uma importante ferramenta ritual e social do quotidiano, tanto no contexto familiar quanto na convivência com amigos, conhecidos e colegas de trabalho”, lembra a investigadora grega, a viver em Portugal há quase uma década. A necessidade de “evitar o contacto físico, de se abster de tocar, de beijar e abraçar”, resulta assim no “sentir um tipo específico de dor emocional”, simultanea-

mente “simbólica e real”. Aprendemos os toques com o cotovelo ou com pé e até as vénias como sucedâneos. “É como se um dos nossos sentidos mais importantes de mostrar afeto, essencial para funcionar emocionalmente e socialmente, tivesse sido amputado”.

Eugenia Roussou não tem dúvidas de que a covid-19 irá deixar marcas profundas. “Um evento desta dimensão deixa efeitos extensos na maneira como interagimos, como nos relacionamos, como nos expressamos e comportamos na sociedade”, afirma. É cedo para dizer quais são esses efeitos. Fazendo uma analogia com o conceito clássico de “rito de passagem”, o ritual que marca a passagem de um infante à idade adulta — que pode dividir-se em três momentos: separação, liminaridade e reincorporação —, encontramos no segundo momento, no limiar de transição para a nova fase da nossa vida.

“O estágio três será a era pós-covid, quando sairmos desta crise para reintegrar a sociedade, mas completamente transformados e com comportamentos diferentes em termos de envolvimento corporal, sensorial, emocional e social”, explica. A noção de saúde, doent-



"Poderá não ser nos próximos tempos, mas os abraços e apertos de mão não desaparecem; somos seres sociais, temos forçosamente que viver em família, em comunidade", diz o antropólogo Jorge Varanda.

Bruno Teófilo Pires



O filósofo e escritor Onésimo Teotónio Almeida, professor na Universidade de Brown, nos Estados Unidos, realça o papel que o esquecimento pode desempenhar num futuro próximo.

Miguel Baltazar



“É como se um dos nossos sentidos mais importantes para mostrar afeto — essencial para funcionar emocionalmente e socialmente — tivesse sido amputado”, sublinha a antropóloga Eugenia Roussou.

página 09

ça, corpo, sentidos, afeto, bem-estar, irá de uma forma ou de outra alterar-se transversalmente e, “numa previsão arriscada mas positiva”, Eugenia Roussou diz ainda ser expectável que a pandemia possa “tornar a geração agora mais jovem ainda mais consciente e sensível às causas ambientais globais, em especial porque (a pandemia) está também relacionada com questões de riscos ambientais e de consciência ecológica”.

#### REINVENTAR EXPRESSÕES DE AFETO

Em causa estão diferentes fatores sociais, culturais, políticos e económicos, o que, apesar do efeito global, faz com que a pandemia tenha vindo a ser vivida de forma diferente nos vários quadrantes do globo. “Os chineses, que têm uma postura social muito diferente dos europeus na comunicação quotidiana e na incorporação de afetos, conseguiram controlar a pandemia de forma rápida e eficiente”, diz. Além de questões políticas, que têm sido amplamente discutidas, “o distanciamento social e a falta de toque, para eles, não são tão difíceis de aceitar como para os portugueses ou para os gregos”, afirma Eugenia Roussou.

Para a antropóloga, intrigante tem sido observar como Portugal e a Grécia, países com características semelhantes, têm lidado com a pandemia. “Normalmente, os portugueses, ao contrário dos gregos, seguem bem as regras. Para minha grande surpresa pessoal e antropológica, a julgar pelas estatísticas diárias de covid-19, os gregos lidaram de forma mais eficiente com o uso de máscaras, com a restrição de mobilidade e com a negociação dos afetos. Teria esperado o oposto”, confessa.

Do ponto de vista individual, o distanciamento físico também provoca reações dispares. “A falta de abraços, toque, beijos, mesmo quando as pessoas se conseguem ver, gera uma carência de contacto físico, com implicações no bem-estar e na saúde física e mental, dependendo a intensidade do impacto das características e das vivências pessoais”, ressalva Rosa Marina Afonso, psicóloga e investigadora na Universidade da Beira Interior. Já são conhecidos alguns estudos, mas “é preciso tempo para se construir conhecimento”, ressalva. Salta à vista, no entanto, “a extraordinária capacidade de adaptação” da maioria, nomeadamente no que toca à expressão de afetos.

“Seria impensável, há uns meses, não cumprimentar ou não abraçar espontaneamente alguém significativo... Isto ilustra a maleabilidade do comportamento humano e permitir-nos antever minimamente que, se conseguirmos esta mudança, também poderemos voltar a alterar estas expressões de afetos”, diz. Sempre “dependendo das circunstâncias e contextos, e ainda que possam ficar resquícios dos medos que entretanto ativámos”.

“O grande desafio é explicar e interiorizar que a distância e falta de toque não significam abandono, reinventando formas de transmitir proximidade”, explica Rosa Marina Afonso. Seja através das novas tecnologias, seja por meios antigos, como cartas e envelopes. “Reinventar expressões dos afetos pode ser uma das aprendizagens da pandemia”, diz.



Para Rosa Marina Afonso, é inegável que a covid-19 “vai marcar os nossos percursos e trajetórias de vida”, e cada um de nós “irá integrar a pandemia na sua narrativa” segundo o seu passado, personalidade e circunstâncias biológicas, médicas, sociais e económicas. Enfrentar as contingências dos tempos covid-19, a par com problemas de saúde, desemprego ou pobreza, “poderá criar configurações biopsicossociais de maior vulnerabilidade”, alerta. “Haverá processos mais e menos bem-sucedidos que influenciarão o impacto psicológico individual, comunitário e global desta pandemia”.

#### O TEMPO E O ESQUECIMENTO

Sem desprezar a individualidade do impacto da covid-19, mas a permitir um olhar mais otimista, o filósofo e escritor Onésimo Teotónio Almeida, professor na Universidade de Brown, nos Estados Unidos, realça o papel que o esquecimento pode desempenhar num futuro próximo. “Quando a pandemia passar, e caso desapareçam os perigos de contágio, os abraços vão ressurgir entre as pessoas que gostam de abraços”, afirma. “Se o vírus passar e não aparecer outro, aos poucos, as pessoas não se lembrarão se as restrições duraram duas semanas ou oito meses. E, quanto mais anos passarem, mais tudo se reduzirá a uma nébula. A nossa perceção do tempo é profundamente subjetiva”.

O impacto não será o mesmo para todos, as pessoas mais afetadas “naturalmente lembrar-se-ão” bem da pandemia, mas o pós-11 de setembro é um exemplo de como a maioria es-

**“Reinventar expressões dos afetos pode ser uma das aprendizagens da pandemia”, salienta a psicóloga e investigadora Rosa Marina Afonso.**



Paulo Calado

quece facilmente, segundo o académico. “Cruzei o Atlântico mal reiniciaram os voos e lembro-me do silêncio sepulcral a bordo durante a viagem. Mas, pouco tempo depois, e apesar do incómodo das medidas de controlo nos aeroportos, entrámos no mais intenso período de sempre em termos de viagens aéreas”, recorda.

Com base na observação de comportamentos coletivos passados, Onésimo Teotónio Almeida arrisca mesmo dizer que as pessoas voltarão à sua vida normal. “É algo que faz parte da natureza humana (e note-se que nunca nada, mesmo nada, se aplica a 100% das pessoas; falo em termos de maioria): olhar para o futuro e não para o passado. A maioria das pessoas é naturalmente inclinada a pensar positivamente: que isto não irá repetir-se, que a vida vai ser melhor, que os erros do passado não voltam”, explica. E isso acontece independentemente da adesão do seu pensamento à realidade. “O que realmente conta são as crenças das pessoas e o comportamento que daí resulta. As ilusões são parte da vida e até têm um papel positivo, se não forem exageradamente desligadas da realidade”.

#### LIÇÕES DO PASSADO E DO PRESENTE

Professor do Departamento de Ciências da Vida da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade de Coimbra, Jorge Varanda utiliza muitas vezes o plural: epidemias. Ainda que o tema seja o SARS-CoV-2, tem sobre a pandemia o olhar crítico de quem se dedica à antropologia da saúde e ao estudo

**“Um evento desta dimensão deixa efeitos extensos na maneira como interagimos uns com os outros”, aponta a antropóloga Eugenia Roussou.**

Passou um ano desde a descoberta do SARS-CoV-2 e vivemos há nove meses ao ritmo dos surtos, em contenção nos gestos de afeto.

de flagelos como o HIV, o ébola ou o Zika. “Vivemos num tempo de surtos epidémicos e de doenças emergentes crescentes, só que até agora isso não afetava o Ocidente, era algo que se passava lá longe”, comenta.

A covid-19 veio quebrar essa letargia, “pelas características que distinguem a pandemia e refletem o tempo contemporâneo, isto é, a escala e a rapidez” com que se espalhou no globo, como também com que gerou uma resposta biomédica na produção de vacinas. Em causa está o SARS-CoV-2, “um vírus mais problemático, por se transmitir pelo ar, e uma doença afeta que sobretudo certos grupos (obesos, com patologias pré-existentes ou idade avançada) dos países afluentes, algo que não se fazia sentir nestas latitudes há muito tempo (em Portugal, faz quatro ou cinco gerações)”, observa o investigador. Razões que nos levam a “questionar a ideia da invencibilidade humana, do domínio tecnológico da natureza ou as narrativas de preparação e controlo epidémico”, acrescenta.

Apesar disso, são mais as semelhanças do que as diferenças. “Todas as epidemias têm um início estrondoso, um meio e um fim silencioso. Todas trazem imprevisibilidade, medo constante, desconhecimento face ao futuro e deixarão um fardo quando desaparecerem. Todas as epidemias provocam alterações no ‘modus-vivendi’, na convivialidade, demonstração de afetos ou intimidades. Todas nos forçam a olhar introspectivamente, a considerar as nossas vulnerabilidades, suscetibilidades e a arrastar culpados, humanos ou não-humanos. E todas exigem respostas dos responsáveis”, elenca. Respostas que, desde a Grécia antiga, e em qualquer ponto do globo, da Europa a África ou América do Sul, são muito semelhantes: restrição de movimentos, quarentena e isolamento.

Para Jorge Varanda, a contenção nos afetos é relativa, já que a perceção que tem é a de que, em muitas famílias, os beijos e os abraços continuam a ser dados, a par de novas estratégias para demonstrar carinho entre avós e netos, entre adultos saudáveis e pessoas biologicamente mais vulneráveis. “É nas relações fora do núcleo familiar mais restrito – tios, primos, grandes amigos – que se “negoceiam” (explícita ou implicitamente) novas estratégias de sociabilidade”, explica. O distanciamento com conhecidos ou estranhos ao meio familiar, “é natural, considerando as características de transmissibilidade do vírus” e tenderá a dissipar-se.

O antropólogo acredita que, mesmo que a epidemia continue, haverá um voltar ao normal. “Uma comunidade não pode estar em isolamento, para sobreviver tem de se relacionar, viver e transformar-se”, reforça, recordando que a epidemia de HIV afetou até hoje mais de 70 milhões de pessoas, matou 33 milhões, sem que o mundo tivesse parado. “Poderá não ser nos próximos tempos, mas os abraços e apertos de mão não desaparecem; somos seres sociais, temos forçosamente de viver em família, em comunidade”, diz.

A antropologia mostra que, para muitos indivíduos, o final da epidemia pode não ser o final do tormento. “Os sobreviventes da doença, familiares, os órfãos e até trabalhadores de saúde são muitas vezes estigmatizados e discriminados (caso do ébola e do HIV-SIDA ou outras epidemias)”, lembra Jorge Varanda.

No entanto, tal como Onésimo Teotónio Almeida, também Jorge Varanda crê no efeito da passagem do tempo. “Lentamente, esqueceremos as vivências e experiências. Como aconteceu com a pneumónica de 1918-19, com o impacto inicial do HIV-SIDA (que ainda continua), o SARS de 2003, o Ébola em 2014-16, o Zika em 2015, a febre amarela em 2016. Não há epidemias eternas.” w