

APERFEIÇOAMENTO

Curso de Extensão de Higiene Mental

DURANTE os meses de Março e Abril, funcionou no Pavilhão do D. A. S. P., na Feira das Amostras, um Curso de Extensão de Higiene Mental a cargo do professor Dr. Plinio Olinto, que ali pronunciou, para um grande número de funcionários e pessoas interessadas, uma série de conferências, tendo servido de motivo à aula inaugural a que publicamos a seguir:

Por muito tempo foram os homens distribuídos, pelos psicólogos e pelos psiquiatras, em normais e anormais.

Um indivíduo, julgado pelos seus pares ou seria um equilibrado ou um alienado. À proporção, porém, que a psicologia normal foi encontrando termos de comparação com a psicologia patológica e ambas se foram ligando mais à sociologia, o conceito de normalidade começou a ser examinado cuidadosamente e o indivíduo a ser considerado em função do meio — disso resultou chegar-se à conclusão de que o tipo normal puro era quase tão raro como o de louco total. À medida que a psiquiatria estendeu o seu campo de estudos e se foi intrometendo no domínio de outras ciências, dela servindo-se para ampliar a sua alçada, à medida que os psicopatas foram sendo mais carinhosamente observados, examinados e tratados, reconheceu-se que, na fronteira dos limites entre normais e anormais agrupava-se um grande número de intermediários.

E quanto mais cresceu esse grupo central de fronteiríços mais reduzidos ficaram os grupos das extremidades. A medicina mental teve menos doentes para curar, mas a sociedade reclamou a assistência para maior número de desadaptados.

Assim surgiu a necessidade de facilitar as adaptações, procurando normalizar as reações de muitas pessoas cujas condutas inadequadas poderiam ser consideradas como insanidade.

A Higiene Mental apareceu então como uma exigência social.

No momento atual em que a atenção dos povos está voltada para o valor comercial do homem, trata-se de obter o máximo de aproveitamento da capacidade de trabalho de cada um. Nesta época, a grande preocupação é de obter do indivíduo o máximo de rendimento com o mínimo de fadiga, poupando assim, da melhor maneira, os gastos de seu organismo. A capacidade produtora é proporcional ao bom funcionamento visceral e ao equilíbrio das funções da vida orgânica com a vida mental. E, se uma grave lesão de um ou de alguns órgãos da vida vegetativa podem ser compatíveis com uma vida profissional, qualquer distúrbio mental, por leve que seja, conduz à diminuição ou à parada-da atividade produtora. A luta pela vida, cada vez mais difícil, traz o homem em contínua irritabilidade, estado esse que traz o desejo da insensibilidade e do sonho. Daí os pendores para as intoxicações voluntárias que caracteriza o século, intoxicações com produtos químicos como álcool, ópio, cocaína, intoxicações com idéias perturbadoras de um equilíbrio mental.

Assim como nos terrenos, sem preparo prévio de adubo conveniente a certas espécies vegetais, brotam, facilmente, pequenos arbustos que afinal neles não se mantêm, também nas mentalidades incultas, vicejam, prontamente, certas idéias que, sem serem bem assimiladas, tomam vulto e dão aparências de convicções dos que as manifestam, quando são apenas delírios que se implantaram por imitação ou por sugestão em espíritos fracos e doentios incapazes de discernir o falso do verdadeiro, traduzindo tudo num estado de confusão mental.

Os nossos hospícios e os nossos sanatórios particulares abrigam muitos indivíduos imbuidos de idéias místicas, supondo-se santos ou heróis, chefes de grupos, quer sejam esses grupos constituídos de democratas, socialistas, fascistas, nazistas ou comunistas. Os que lá existem, pelos exageros de suas ideologias, foram, desde logo, re-

conhecidos como psicopatas e não prejudicam senão a si mesmos.

Outros porém, os casos leves, vivem na sociedade, transmitindo o mal, contaminando o meio, nocivos ao ambiente em que vivem, porque passam despercebidos como doentes.

Há muitos anos que clamamos pela Higiene Mental no Brasil. Mas as nossas campanhas não tem tido a aceitação que merecem. Felizmente nestes últimos tempos, o Departamento Administrativo do Serviço Público houve por bem bafejar a propaganda da Higiene Mental entre os servidores do Estado e, mais do que isso, selecionar entre os candidatos a empregos públicos os mentalmente higidos. Não são apenas os distúrbios orgânicos que impossibilitam os indivíduos de desempenharem certas atividades, que determinam o afastamento temporário ou definitivo dos funcionários, ou lhes reduz a capacidade de trabalho.

Na sociedade moderna a resistência psíquica é posta à prova a cada momento. E as doenças mentais estão se tornando cada vez mais frequentes. Cumpre, então, evitar que alguns psicopatas disfarçados ingressem nos quadros do funcionalismo público, causando toda a espécie de prejuízos a si e ao Estado.

Depois de um exame psiquiátrico inicial que afastaria, desde logo, os incapazes e algumas provas, especializadas para cada carreira ou grupo de carreiras, far-se-ia uma seleção mais apurada dos candidatos, propondo-lhes mesmo outros caminhos a seguir, de acordo com as aptidões reveladas.

Desse modo o julgamento dos concursos se tornaria mais fácil, porque só se submeteriam às provas de cultura aqueles cuja vocação fosse previamente apreciada durante um exame psicológico.

Ingressando nos quadros, todos esses funcionários trabalhariam bem e de boa vontade, o rendimento de trabalho seria muito maior e, fatalmente os Serviços Sociais dos Ministérios teriam menos desadaptados a requerer licenças e aposentadorias antecipadas, como está acontecendo progressivamente nestes últimos tempos.

Demonstrado então o valor de uma organização de Higiene Mental que tantos benefícios trará ao funcionalismo público e ao Estado, com-

preende-se facilmente a economia daí resultante, tanto mais quanto ponderamos que, afora as despesas materiais de instalação e de laboratório, pouco seria necessário dispender com o pessoal que poderia ser requisitado de outras repartições, como sejam, técnicos de educação e psiquiatras com um curso de especialização, dactilógrafos, serventes e assistentes sociais que o Ministério do Trabalho pretende contratar entre diplomados pelas escolas já existentes no Distrito Federal.

Não seria, portanto difícil auferir da Higiene Mental os proventos que certamente tornariam mais eficiente a contribuição que os servidores devem prestar ao Estado, acautelando reciprocamente os interesses de ambos os lados e, sobretudo, a proteção que o atual Governo vem dispensando ao funcionalismo público.

A Higiene Mental, cujo campo de ação é muito vasto, vai agora atuar em número considerável de brasileiros, tal o que representam os servidores do Estado.

Será mais um entre os benefícios que o D. A. S. P. tem proporcionado ao Brasil.

A profilaxia mental está incumbida de evitar a loucura, a Higiene Mental, de mãos dadas com a educação, facilita os ajustamentos entre o indivíduo e o meio, enquanto a psiquiatria trata as psicoses e assiste os psicopatas.

Urge pesquisar e impedir os fatores de degeneração mental e, através da eugênia, da puericultura, da educação, procurar atingir a um estado de relativa saúde do corpo e do espírito, na legítima realização da Higiene Mental.

Verificado que as psicoses dependem mais da intensidade do que da qualidade das perturbações mentais, concluiu-se que até os psicopatas colocados em condições de Higiene Mental, são passíveis de completo restabelecimento.

A carência de conhecimento de psicologia na cultura dos psiquiatras tem sido responsável pela falência de vários serviços de assistência a psicopatas. A insuficiência de preparo médico de muitos alienistas, que só viam em seus clientes a necessidade de tratar as intercorrências, foi a causa da descrença popular nos métodos de tratamento das doenças mentais. A convicção de que o carinho também é um meio de tratamento foi imposta entre nós por Juliano Moreira que fazia a Higiene Mental nos pacientes entregues aos seus cuidados,

muito tempo antes do aparecimento do livro de Beevs e da sociedade por ele fundada em New Haever.

Ligas de Higiene Mental teem sido instaladas nas capitais de muitos países. Também no Rio, em São Paulo, e noutros Estados foram surgindo agremiações com essa finalidade.

O que nos tem faltado, entretanto, é uma organização oficial capaz de executar um plano de ação sobre todo o Brasil, fazendo chegar um pouco de higiene mental em todos os setores da nossa atividade. Temos cuidado minuciosamente das máquinas e dos produtos, precisamos cuidar do fator homem com o propósito de obter dele o maior e o melhor rendimento de trabalho.

Disse um pedagogo que a Higiene Mental na escola começa com a escolha do lapis com que a criança vai escrever. De fato, o grafite por demais duro na mão debil de um infante traça mal, claro, rasga o papel, irrita. Um lapis mole, na mão pesada e musculosa de um garoto traquina, escreve grosso, suja e dispõe mal quem está aflito pela hora do recreio.

Nas repartições públicas, o D. A. S. P., padronizando moveis e utensílios, quiz dar aos seus funcionários todo o conforto material para que o rendimento de trabalho fosse o melhor possível. Isso, porem, não basta. Também o sistema Taylor reorganizou o trabalho nas fábricas dominado pelo princípio do funcionamento econômico do motor humano, baseado sobre o constrangimento e sobre a disciplina rígida, considerando todos os trabalhadores como preguiçosos, sem cogitar de lhes determinar, cientificamente, o grau de fadiga. Precisamos, pois, cogitar também dos problemas psicquicos, tanto o que concerne ao ritmo de trabalho como ao repouso. Provado como está o papel patogênico da fadiga intelectual, cumpre atender a esse fator. E, assim como há tipos de trabalho industrial haverá, forçosamente tipos intelectuais. Essa diferenciação entre o funcionalismo pelas aptidões para tal ou qual trabalho, pela sua resistência à fadiga, pelos seus pendores e suas vocações, vale por uma nova riqueza a buscar, e isso

Para ser uma boa dactilógrafa, por exemplo, devem os candidatos demonstrar ambidextridade, capacidade de atenção dispensada, velocidade de movimentos, boa percepção, aptidão para reagir está no papel da Higiene Mental.

rapidamente, memória de fixação, resistência à fadiga, etc., etc. Há muito tempo que Münsterberg pretendeu estabelecer uma estreita conexão entre as investigações do laboratório de psicologia e o estudo dos fenômenos econômicos. Hoje ninguem mais discute esse ponto. O que precisamos é julgar melhor e dar mais valor às condições dos estados psicquicos de cada um. Dar ao funcionário um ambiente de trabalho superior é concorrer para sua elevação moral, obtendo assim melhores proventos para o Estado.

Vejamos o que se está passando com os nossos operários, tomando como teste o alcoolismo.

Não foi a elevação do preço do álcool proposta pelos legisladores, nem a propaganda anti-alcoolica mantida pelos higienistas, nem os conselhos dos médicos que fizeram com que o uso do álcool diminuisse entre o proletariado.

Não é mostrando que o álcool embrutece e mata que se corrigirá o ébrio habitual. O que é preciso é devolver a esse pobre homem a vontade de viver.

Foram as leis trabalhistas que, elevando o nível social dos trabalhadores, deram-lhes a alegria de viver e realizaram o sonho que o álcool não lhes forneceu. O servidor do Estado escolhido entre os mais aptos aceita com prazer a tarefa que lhe é distribuida, porque escolheu livremente tal atividade e nela está realizando a sua vocação, não se sente humilhado diante de seus superiores hierárquicos, não confunde a submissão com o servilismo, conhece que o seu papel é de um colaborador que tanto dá a sua contribuição como recebe o que lhe fornecem os seus companheiros estimulados todos com objetivos visados pela equipe.

O mau funcionário é o que traz para a repartição os seus complexos familiares e sociais, quando dentro dela não procura criar novos choques e tendências. No tratar com o público ele quer parecer sempre o chefe. Se não pode mandar para cima, trata de mandar para baixo. Daí as dificuldades da colaboração com o público, focalizada aqui mesmo, pelo Sr. Presidente do D. A. S. P. ocasião da conferência do Prof. Lourenço Filho.

Todos nós conhecemos o prazer com que o contínuo, fechando a porta, nos informa de que o chefe está ocupado. Não o faz em benefício do

chefe, mas pelo gozo de contrariar, exibindo auto-ridade. O cabineiro do elevador deixa de atender aos chamados dos andares e conserva o carro parado num deles, para demonstrar que ali é ele o chefe. São as suas válvulas de escape da revolta contra o mando de seus superiores.

Os fatos são diariamente testemunhados por todos. As suas causas, porém, são as mais variadas. Não pretendendo citar casos nesta primeira palestra, gostaria de receber, deste auditório, nas nossas seguintes reuniões, fatos cuja narrativa, mais ou menos minuciosa, permitisse, aqui mesmo e em outras aulas, a interpretação desses conflitos psicológicos a que todos nós estamos sujeitos, reagindo, entretanto, diferentemente, conforme a mentalidade sadia ou doentia de cada um.

Não creiam que o especialista está vendo as nossas repartições cheias de psicopatas justamente, porque, sem dúvida, dominando a normalidade os casos doentios se destacam e fazem crer na necessidade de modificar esses pequenos distúrbios, pelo desejo de sanear psiquicamente o ambiente de trabalho.

Isso é, pois, o que se pode esperar e exigir da Higiene Mental, que deve ter uma finalidade essencialmente prática.

Pensam alguns que a Higiene Mental pode produzir em nossos cérebros um certo estado de beatitude, predispondo nossa mentalidade aos bons pensamentos.

Augusto Conte fala-nos na higiene cerebral como a arte de não perturbar, por leitura, as meditações filosóficas.

Todo o esforço da lógica no sentido de ditar normas ao pensamento não pode ir além da técnica do silogismo.

Os nossos raciocínios resultam de agrupamentos de juízos e os juízos nada mais são do que seleções de idéias cujas raízes estão nas associações de idéias que são processos subconscientes, com origens no inconsciente.

Os processos de pensamento, aparentemente livres, (e como é lindo crer na liberdade do pensamento) os processos de imaginação, de ideiação, estudados através da psicologia e da sociologia, são orientados pelas forças das tendências que determinam nossas ações.

Tendências naturais e tendências adquiridas chocam-se com ideais de cultura. Desejos sociais

com aprovações sociais. A pretendida integração da personalidade, na legítima harmonia das funções nutricionais, sexuais, sofre um desequilíbrio pelos conflitos das tendências.

Os processos de dor e de prazer físicos evoluem com a formação da personalidade e tornam-se sentimentos agradáveis e desagradáveis que se definem em alegria e tristeza.

As nossas superstições, nossos complexos e idéias fixas estão a cada passo, indiretamente, determinando estados de prazer e de desprazer que acompanham todas as nossas ações. E' pois na trama das tendências, durante a formação da personalidade, e mesmo através da normalização dos hábitos, que a Higiene Mental poderá intervir e ser eficiente; não enquadrando o nosso pensamento dentro de prefixadas proporções, mas mantendo a nossa mentalidade livre de conflitos de tendências, preparando-nos uma suavidade de espírito que nos predisponha a agir conforme as exigências do meio em que vivemos.

O nervosismo da vida moderna muito predispõe a que nossos descendentes recebam uma tara neuro-psicopática originária dos estados de fadiga e de esgotamento e de sobressaltos que os predispoem a um estado de degeneração mental.

E' por isso que insistimos sempre em que a Higiene Mental deve começar nos indivíduos normais. Em seus traços gerais a Higiene Mental se confunde com a Educação. Qualquer comportamento inadequado deve ser considerado como insanidade. Adaptações e desadaptações mostram os casos que são propriamente de Educação e os casos que são propriamente de Higiene Mental, donde se separam, com clareza, os que ficam no domínio da Psiquiatria. A interdependência entre a vida orgânica e a vida mental está mostrando, a cada passo, porque a Medicina deve intervir nos problemas educacionais e como tem papel preponderante nos preceitos de Eugênia. Vemos assim, como a Higiene Mental abrange um vasto campo de ação e como se torna necessário nestes últimos tempos em que uma onda de loucura parece querer invadir o mundo civilizado. Higiene Mental não é, absolutamente tratamento, mas cultivo da mentalidade humana.

As suas relações com a Medicina Social são estabelecidas por intermédio da psicologia normal e patológica. Os seus problemas são problemas que

resultam de questões de adaptação; de aprendizagem, de sociologia também. Serviços de Higiene Mental, apenas limitados aos estabelecimentos de assistência a psicopatas e controlados pelas organizações de saúde pública, ficam afogados dentro de um círculo de ação muito restrito; prestam benefícios a uma pequena parte da coletividade, o que dá lugar a dúvidas sobre as vantagens da Higiene Mental. Interessante, porém, é observar como as organizações que não são de saúde pública começam a interessar-se também pelos problemas de Higiene Mental e vão tentando resolvê-los por meio dela. Há uma parte da Higiene Mental que pode ser realizada *ao lado* dos hospícios, outra que deve ser disseminada nas escolas e outra que sempre cabe na vida social.

Quando na América do Norte surgiu o nome Higiene Mental, majestoso, enfático, esperançoso, pensou-se que a psiquiatria não tinha mais razão de ser e desapareceria por falta de psicopatas. E houve quem lamentasse a monotonia de um mundo normal, ponderado e sensato, privado de gênios, sem artistas talvez. No Brasil recebemos a idéia com grande entusiasmo. Começamos por aprofundar as investigações sobre as causas da loucura, tratamos de estudar os temperamentos dos predispostos.

Atualmente a Higiene Mental vem atraindo a simpatia dos intelectuais. O movimento que partiu da América do Norte está hoje espalhado por cinquenta países. Mas os psiquiatras, os filósofos, os moralistas, os pedagogos tem empregado o termo Higiene Mental com várias acepções e sob vários aspectos. Em junho de 1933, como curso de aperfeiçoamento e em extensão universitária, demos na Universidade do Brasil, cerca de vinte aulas sobre um programa de Higiene Men-

tal. Em outubro de 1937, na Escola de Economia e Direito da Universidade do Distrito Federal, demos também mais de seis lições sobre Higiene Mental. E na Associação Brasileira de Educação conseguimos levar a Higiene Mental ao campo da pedagogia que é onde ela fica mais bem situada.

E' sabido que a Higiene Mental, preocupada com questões de sanidade psíquica, procura resolvê-las durante a formação da personalidade, sendo, portanto, matéria de educação e não de saúde. Tendo nascido nas mãos dos alienados e dos psiquiatras, foi cultivada nos serviços de profilaxia mental. Trazendo em si o nome de Higiene, passou pelos serviços de saúde pública, porém o seu melhor campo de ação é nas escolas e não nos hospitais. Os médicos focalizaram o problema e entregaram aos educadores a sua solução.

Mas o termo Mental ainda envolve um tabú. Tudo quanto a Higiene Mental recomenda e prescreve vae-se cumprindo, sob outras denominações, em vários setores educacionais. E na vida social moderná, a cada passo, invocamos a Higiene Mental como medida necessária à manutenção de um equilíbrio que nunca esteve tão difícil de obter como no tempo presente, em que o sentimento está prestes a ser também metido e medido dentro dos rigores da técnica.

O Departamento Administrativo do Serviço Público, pela sua Divisão de Aperfeiçoamento, sentiu a urgência de enfrentar esses problemas em benefício do Estado e de seus servidores.

E o D. A. S. P. acabará mostrando, entre aplausos, os resultados do esforço que tem feito em elevar o Serviço Público à dignidade de seus colaboradores que são os servidores do Estado.

4.^a Reunião mensal de estudos

Contando com a colaboração dos Srs. Newton Corrêa Ramalho, Celso Kelly e Moysés Xavier de Araujo, realizou o D. A. S. P., em 29 de abril último, a quarta reunião mensal de estudos da série programada para 1942.

Incumbiu-se da conferência-tema da reunião — "Relações da Administração com o Público" — o oficial administrativo Newton Corrêa Ramalho, cujo trabalho transcrevemos:

"O VI Congresso Internacional de Ciências Administrativas, reunido em Varsóvia, em julho de 1936, depois de apreciar o relatório das discussões e contribuições relativas ao problema de racionalização dos serviços públicos, aprovou as seguintes conclusões:

- 1.º) — que a racionalização das empresas e administrações governamentais se havia tornado uma questão da maior atualidade e uma necessidade imperiosa;