Revista TOXICODEPENDÊNCIAS
® Edição SPTT
Ano 5 • Número 1 • 1999
pp. 81 - 86

Receitas para fazer do seu filho um toxicodependente ou Prevenção: Falamos de quê?

Álvaro Pereira

RESUMO: Este texto foi apresentado como comunicação nas 2as Jornadas Regionais do Algarve do Projecto Vida (20-21.Nov.98). Dirigido a uma população maioritariamente não técnica de saúde (Pais, agentes sociais, dirigentes de Associações,...), e a pretexto da divulgação dos Factores de Risco e de Protecção que a "Comissão para a Estratégia Nacional de Combate à Droga" aponta como variáveis importantes susceptíveis de terem influência no início dos consumos e na eventual escalada para as toxicodependências, pretendeu-se mostrar que a prevenção primária passa pelo quotidiano das famílias – e que atitudes simples, que todos identificamos, as mais das vezes cheias de boas intenções, podem comprometer todo um processo educativo, leia-se, preventivo. A ironia surge, aqui, apenas como forma de dar realce à seriedade do que está em causa.
Palavras chave: Prevenção; Risco; Protecção; Família.

RÉSUMÉ: Ce texte a été présenté sous forme de communication dans les 2 émes journées regionales de l'Algarve, dans le cadre du Projet Vie (20 – 21 Nov.98).
Adressé a une population dans la majorité sans qualification tecnique au niveau de la santé (Parents, Agents Sociaux, Dirigeants d'Associations, ...) et sous prétexte de la divulgation des facteurs de risque et de protection que la "Comission Pour la Stratégie National de Combat à la Drogue" montre comme variables les plus importants que peuvent avoir influence dans le début des consommations et dans une occasionelle escalade vers les toxicodépendances, on a essayé de montrer que la prevention primaire traverse le quotidien des familles – et que les atitudes simples, qu'on identifie, la plupart des fois pleines de bonnes intentions, peuvent compromettre tout le processus educatif, disons, preventif. L'ironie apparaît, ici, seulement comme forme de mettre en relief le sérieux de ce qui est en cause.
Mots Clé: Prevention; Risque; Protection; Famille

ABSTRACT: This text is an address delivered at Algarve's 2nd Regional Meeting held by Projecto VIDA (20th-21st Nov 98). Addressed to a community mostly composed of non health professionals (Parents, Social agents, Associations leaders,...) and in the excuse of the Risk and Protection Factors the Commission for the Fight Against Drugs National Strategy underlines as capital variables susceptible to influence the beginning of consumptions and the casual escalade to drug addictions diffusion, we aimed at proving primary prevention crosses families daily life – and that simple attitudes, we all identify, most of the times full of good intentions, may compromise the educational process, read it as preventive process. Here, irony arises just as a way to enhance the seriousness of what is concerned.
Key Words: Prevention; Risk; Protection; Family

Sempre que se fala em prevenir o uso/abuso/ /dependência de drogas, inevitavelmente acaba por surgir a pergunta: porque é que as pessoas se drogam? A investigação não é conclusiva. Mas vai sendo possível "identificar um conjunto de variáveis relacionadas com os principais factores susceptíveis de influenciar o início dos consumos" (1). Factores de risco definem-se como sendo aquelas circunstâncias ou características pessoais ou ambientais que, relacionadas com as drogas, aumentam a probabilidade de que uma pessoa consuma essas substâncias. Mas, em indivíduos sujeitos às mesmas situações de risco (p.ex., irmãos que cresceram no mesmo ambiente) verifica-se que alguns não apresentam aquele comportamento – porque há Factores de Protecção.

A "Comissão para a Estratégia Nacional de Combate à Droga" aponta os seguintes factores:

Factores de risco

A nível individual :

a) Insucesso escolar e abandono precoce da escola;
b) Comportamentos violentos e anti-sociais com início na infância, nomeadamente persistência em atitudes contra a lei e a ordem;
c) Experimentação de drogas em idade precoce;
d) Pouca resistência à pressão do grupo de pares na adolescência e frequência sistemática de grupos juvenis onde existe abuso de álcool e outras drogas;
e) Baixa auto-estima.

A nível familiar :

a) Precaridade económica do agregado familiar, com carências de habitação e emprego estáveis;
b) Famílias desagregadas ou em ruptura, com marcadas dificuldades de comunicação;
c) Ausência de suporte emocional dos adultos em relação às crianças, com falta de carinho e envolvimento afectivo desde a primeira infância;
d) Expectativas irrealistas face ao desempenho dos mais novos.

A nível escolar :

a) Estabelecimentos de Ensino incorrectamente dimensionados e com más instalações (ex. falta de instalações desportivas e de lazer);
b) Escolas com mau clima escolar, nomeadamente ausência de regras, e conflitos permanentes;
c) Pouca participação estudantil.

Factores protectores

a) Boa auto-estima, crenças de auto-eficácia, capacidade de resolução de problemas, competências de relacionamento interpessoal e expectativas de sucesso realistas;
b) Famílias com intimidade, envolvimento afectivo, padrões de comunicação e fronteiras nítidas, em que a colaboração intrafamiliar se dá num contexto de interdependência, por contraponto a um hiper-envolvimento ou hiper-distanciamento; famílias sem história de consumos de tóxicos;
c) Escolas promotoras do envolvimento dos alunos nas actividades, sendo os estudantes ouvidos nas tomadas de decisão e sendo valorizada a sua competência em diversas áreas;
d) Comunidades activas nos programas de prevenção, fomentando a discussão do problema e a utilização de estratégias para o resolver.

Pensando nestes factores de risco e de protecção, que tornam evidente que a intervenção dos técnicos na prevenção das toxicodependências não é determinante, já que ela é responsabilidade colectiva, olhemos para o quotidiano de muitos portugueses, para coisas simples, atitudes que se repetem todos os dias - apenas e só falando da família.

Sei que corro o risco de parecer cínico - porque vou inverter o discurso que normalmente se usa. É que, quando falamos de Prevenção, estamos a falar de coisas simples mas muito sérias - tão sérias que às vezes é melhor, ou antes, mais fácil de encarar se o fizermos com um discurso irónico. Em vez de, mais ou menos pedagogicamente, Vos sugerir atitudes correctas, no sentido da Prevenção, permitam-me que Vos transmita

Algumas receitas para fazer do vosso filho um toxicodependente

Adaptação de texto de Stanislaw Tomkiewitz e Joe Finder in "Adaptar, marginalizar ou deixar crescer", pg. 103-113, A Regra do Jogo, Lisboa, 1980.

1. Na vossa família não há cromossomas ou genes da TDª - até porque "isso só acontece aos outros!". Portanto, há que meter mãos à obra o mais cedo possível. A destruição da alegria de viver pode começar antes da criança nascer – assim, concebam a criança sem a desejar. E durante a gravidez repitam, pelo menos cinco vezes ao dia, que a criança irá estragar a vossa vida, destruirá a harmonia conjugal, impedirá a ida à discoteca ou ao cinema, "que chatice, desarruma a sala". "E as mamas, que horror, ficarão todas moles, amamentar nunca. E a barriga, as pernas, as estrias ... e a celulite!!!" Mas não se pense em aborto – primeiro porque é pecado!; depois porque, de qualquer maneira, ele será recusado!
2. Se não conseguirdes fazer isto, então fazei exactamente o contrário: desejai-o, desejai-o muito, só para vós, para que ele realize os vossos desejos, que compense todas as vossas frustrações, para que ele venha a ser aquilo que vocês não conseguiram ser. Mas, cuidado, mais tarde, quando ele já perceber, digam-lhe que ele não vale nada, mostrai-lhe a vossa decepção! Ele, que foi idealizado louro e de olhos verdes, afinal veio moreno e de olhos castanhos, tão vulgar que foi um erro esperar o seu nascimento com impaciência. Diga-lhe que ele não vale nada - - que ele no futuro não valerá grande coisa!
3. Se a mãe começar a fraquejar e a querer o filho, aí o pai pode ser importante: ou maldiz repetidamente a sua sorte ou, melhor ainda, põe-se a milhas - assim o puto não terá a figura paterna de referência.
4. Se a vossa afectividade for demasiado equilibrada, esta preparação pré-natal não é fácil de conseguir. Não desespere, ainda vai a tempo.
   Conforme sabeis, a criança tem uma necessidade imperiosa de segurança e contacto físico. Deixai-o gritar dia e noite! Para ele ter a certeza de que vocês não o amam, deixai-o sozinho no berço, fechai-o à chave no quarto. Ele vai gritar até não poder mais, julgará que foi abandonado (sensação que será bom que se repita muitas outras vezes), terá pesadelos, cólicas, doenças psicossomáticas.
   Mas quem tiver medo da reacção dos vizinhos, há ainda alternativas: nunca toquem na criança, a não ser para lhe assegurar o mínimo vital dos cuidados materiais. Sobretudo não a abracem, não a afaguem, não lhe falem com voz meiga, não lhe sorriam - nem ao domingo!
5. Se não forem capazes de respeitar estes conselhos, nem ser ou parecer indiferentes; se também não conseguirem sufocar, asfixiar a criança com o vosso amor excessivo e exclusivo, correis o risco de falhar na tarefa. Neste caso, entreguem-no a uma ama, mandem-no para um internato - com uma condição: mudem de ama de 2 em 2 meses ou de internato 2 vezes por ano, para ele nunca se ligar afectivamente a ninguém!
6. Entretanto o bébé cresceu. Se apesar de tudo ele ainda não é hipernervoso, agitado, um eterno insatisfeito, um descontente infeliz - aproveitem a aprendizagem da higiene física para recuperar o tempo perdido. Para ele aprender a pedir chichi e cócó há que meter-lhe medo e aterrorizá-lo, ameaçá-lo. Se não são capazes, ralhem-lhe e obriguem-no a limpar o chichi do chão, a cheirar o cócó. E, se por infelicidade, ele um dia pede que o ponham a fazer cócó, não o recompensem, nem com uma festinha, permanecei frios - e castigai-o de cada vez que mijar a cama!
   Se recusardes os castigos corporais, basta permanecer silencioso, indiferente; calem-se, faça ou não faça chichi na cama ou nas cuecas. Não converse, nunca converse com o seu filho! Isto é óptimo! A criança fará cada vez mais asneiras para atrair a vossa atenção, para obter uma palavra ou mesmo uma palmada no rabo.
   E perante um chichi na cama que nunca mais acaba, pode recorrer à farmácia para comprar um "controlador de urina", daqueles que acordam a criança em sobressalto ao toque de uma campainha (modelo "comandos") ou de prefe-

rência daqueles que dão choques eléctricos (modelo "pide"). Não esquecer ainda o recurso a alguns médicos, para o miúdo começar já a tomar medicamentos desnecessários!

7. Mais tarde, naquela fase em que os rapazinhos verdadeiramente se apaixonam pela mãe e as meninas pelo pai - não há nada melhor do que mostrar ciúme pela relação dos outros dois, e dizer à criança que é uma vergonha, um nojo, o modo como ela procura o colo do pai ou da mãe, é feio a menina querer estar na cama ao domingo de manhã a fazer miminhos ao pai. Isso nunca, na cama?! Essas "atitudes viciosas" deverão ser explicadas aos filhos – "é pecado!" É que poderão, por castigo de um Deus punitivo, ficar surdos, loucos, ou as duas coisas. E aos putos, o melhor é dizer-lhes que se continua a brincar com a pila terão que lha cortar - é garantido que, pelo menos, se arrisca a ficar ou impotente ou neurótico.

8. No caso das mães, deverão elas dizer aos filhos: "não prestas, és igual ao teu pai", ou "se soubesse que saías ao teu pai, melhor seria não teres nascido". Se for pai, dizer às filhas que "vais ser tão galdéria como a tua mãe" ou "não estudes não, se não acabas como a tua mãe, que não sabe nada de nada, só serve para fazer a comida e lavar a roupa – e mesmo assim, mal!"
9. Se for pai e tiver um emprego que o obrigue a estar períodos fora de casa (militar, pescador, viajante,...) é óptimo, sobretudo porque não tem que aturar os filhos. E quando estiver de folga, passe o menos tempo possível em casa. Saia, beba uns copos com os amigos "que a vida não é só trabalho!" E quando chegar a casa, de preferência com os copos, exerça a autoridade que não pode exercer no dia-a-dia: uns berros para se saber quem manda, umas palmadas na mulher para não dar à língua com as vizinhas, um bofetão no mais velho para ele aprender a não lhe tirar uns trocos da carteira; mas dê uma nota ao puto mais novo para ele comprar uns esticas ou uns gelados.
10. Nunca saia com os filhos! Fartos da rua já eles estão! Nunca vão ao Jardim Zoológico, ou ao Oceanário! Não lhes dê oportunidades de eles aprenderem mais do que precisam! E "para ver papagaios basta a tia Alzira", e "focas? - a tua mãe não chega?"

    Quando muito leve-o ao futebol - mas com uma condição: para ele poder aprender a insultar o árbitro (sobretudo a mãe do árbitro). É a maneira mais fácil de se aprender a não respeitar qualquer autoridade, e a mais cómoda, porque não é fácil chamar nomes ao polícia, ao patrão ou ao professor do puto! E tem outra vantagem: um insulto da bancada é anónimo, não é responsável, é cobarde. E assim o puto também aprende a não ser responsável pelas afirmações que faz; aprende a dizer o que todos dizem e a não dizer o que ele próprio pensa.
12. A sociedade hoje valoriza o Êxito - o que é ter êxito? É ter muitas coisas! Entre ser e ter- o privilégio vai para o ter! Não importa como - o importante é ter! Carros, casas, roupas (de marca, claro) - ter até dívidas!

    Então o melhor é começar de pequenino. O quarto da criança deverá ser transformado numa loja de brinquedos (na competição com a vizinha do 3º direito, " a nossa filha tem mais!") – todos os modelos da Barbie, das primas da Barbie, e do Ken! Pelo menos dez dinossauros diferentes; Heyman, super-homem, super-mulher, monstros e jogos de computador! Muitos, todos! Tudo! São só vantagens! A criança aprende a tudo ter, a tudo querer. Aprende a não lutar pelas coisas que lhe vão encher a vida - - já tem o seu quarto cheio! Aprende a ter um sentido de posse que na escola e na vida se manifesta pelo individualismo e pela falta de espírito solidário. E depois, se passar uma tarde sozinho frente ao computador, naquele jogo repetitivo e sem criatividade nenhuma, ao menos não apreende coisas feias com os putos do bairro, não aprende a viver em grupo, porque "todos sabemos o que eles aprendem uns com os outros".

    E depois, pensando bem, é mais fácil comprar o amor dos nossos filhos do que perder tempo com eles. E sempre se pode dizer "sempre lhe dei tudo! nunca lhe faltou nada!"

13. A vida está difícil! É a crise! E faz algum mal sonhar? Não é mais fácil viver os problemas dos outros do que enfrentar os nossos? Ora digam lá: há falta de médicos de família nos Centros de Saúde, as escolas não têm ginásio, arranjar emprego "é que era bom" - mas afinal o Clinton e a Mónica? E o Príncipe Carlos sempre casa ou não com a Camila? O Santana Lopes faz as pazes com o João Baião? Há que consumir passivamente, acríticamente o que a TV dá. Sobretudo habituar os putos a consumir TV.
14. Ah! É verdade! Estão proibidos de ir falar com os professores, ou directores de turma, de ir às reuniões da Associação de Pais! E muito menos de mostrar qualquer interesse pela evolução dos vossos filhos. Para isso há explicadores - paga-se e pronto! E depois a culpa até nem é nossa - os professores não ensinam, os explicadores não explicam, os putos não aprendem! E sempre se pode dizer: "Eu fiz tudo o que podia! Nunca lhe faltou nada!"
15. Importante é também preencher todo o tempo dos vossos filhos: entre a explicação de Física e a de Matemática tem a aula de bailado ("é pé de gesso, não gosta, mas a filha da D.Elisinha também é e lá anda!"); depois do treino da natação, "coitadinho está tão cansado que janta a dormir, levanta-se para ir para a cama". Por favor, não lhe dêem tempo para pensar, para sonhar no que ele "quer ser quando for grande" - até porque os pais já decidiram que ele vai ser ou médico ou piloto da TAP - e se não for a culpa é dele, porque vocês fizeram tudo por ele.
16. Já maiorzitos, nunca lhes digam que eles são bonitos e bem feitos- que as borbulhas da cara são naturalmente o reflexo da puberdade que está aí. Acentuem os traços menos belos - o ser gordo, o ser lingrinhas, "tem as pernas tortas", "é mamuda e de rabo grande, tal qual a Tia".
17. A comida - desde pequenino há que habituá-los a comer a quantidade que nós quisermos -"ele não tem querer !". Estareis realizados no dia em que ele afirmar, definitivamente, que não gosta de leite, que a sopa é comida de pobre - e o empanturrardes de bolicaus, sorvetes, chupas e esticas. "Quando eu era pequenina", dizia uma senhora, "queria um chocolate e só o via de ano a ano, porque os meus pais não mo podiam dar - agora que posso, não há-de faltar nada ao meu filho!"
18. Diante do vosso filho sorriam às visitas - mas assim que elas saírem, fartai-vos de dizer mal delas, para os miúdos saberem o que é ser hipócrita.
    E se eles mentirem - castigos.
    E se eles perguntarem - silêncio, ou melhor, digam que as perguntas são idiotas!
19. Uma doença do filho, pode ser uma bênção - não o animem. Exprimam as vossas inquietudes - e chamem um médico daqueles que não falam nem com os adultos. Para saber do médico o que se passa, saiam da sala para que o vosso filho compreenda que não tem nada que saber o que se passa com o seu próprio corpo. E ficará perfeitamente confundido - até pode acontecer que volte a fazer chichi na cama. Nesse caso, é obrigatório fazê-lo sentir desvalorizado, culpabilizado, amesquinhado
20. Chega a adolescência! Sair com jovens do mesmo sexo - "parece maricas!" Sair com jovens do outro sexo - "Não! E a Sida? E as hepatites? Masturba-se? Que hábito feio! E as doenças que isso causa? Além do mais é pecado! "Qualquer dia peço ao Dr. Álvaro que te mande internar na casa dos malucos!"
21. Outras receitas – muitas!
    — Faça de conta que não sabe que ele já começou a fumar uns cigarritos aos 9 anos – - que diabo, há que ser tolerante!
    — Partiu a antena do carro do vizinho, roubou o emblema do carro da Professora de matemática, rebentou a pontapé as papeleiras lá ao pé de casa – "O que é que se há-de fazer? São as más companhias!"
    — Faça de conta que não sabe que o seu filho falta à escola e anda na vadiagem – e diga "não posso andar sempre atrás dele!"
    — E se um dia uma vizinha, cheia de boas intenções, lhe vier dizer que soube pelo filho

dela que o seu filho já experimentou um "charrito" aos 11 anos – nada de conversas (isso nunca, em circunstância alguma!), uma boa carga de pancada ao mesmo tempo que lhe chama drogado, e no outro dia arraste-o consigo ao CAT, porque é lá que estão os "Doutores que tratam essas coisas, eu não percebo nada disso! E até é melhor que o pai não saiba nada!"

Como não foi amado - não pode amar.
Como não foi valorizado - não se estima a si próprio.
Como não foi ouvido - não comunica.
Porque lhe falta isto, e muito mais - precisa duma prótese - que lhe permita ser – SER ALGUMA COISA. Essa prótese pode chamar-se DROGA.
ASSIM JÁ É! JÁ CONSEGUE SER!

O meu Professor de pediatria dizia que "sempre que falamos de crianças, acabamos a acusar os pais". Em TDª tem-se a tentação de "acusar a família". O que pode ser, e muitas vezes é, o resultado de se estar a viver num mundo cheio de "armadilhas", que é o mundo das drogas.

É que é armadilha grave fazer crer que é apenas da responsabilidade dos pais aquilo de que eles são, às vezes, apenas vítimas. Repito o que no início disse: a prevenção do uso de drogas é responsabilidade de todos. Se o fenómeno droga deslustra a sociedade em que vivemos - a responsabilidade é de cada um de nós, dos que apenas criticam e dos que se alheiam, dos que votam e dos que se abstêm, dos que têm o dever de governar e dos que têm apenas o dever ético de tentarem ser felizes - até dos que, pensando em liberalizações, pensam ensinar as pessoas a viver facultando-lhes meios de encontrar a morte. ■

Álvaro Pereira
CAT de Olhão – Rua de Olivença, 8700 Olhão
Tel. 089 701339
Assistente Graduado de Medicina Geral e Familiar
Director do CAT de Olhão e da Unidade de Desabituação do Algarve

(1) Relatório da Comissão para a Estratégia Nacional