



Uma exposição sobre o bem-estar da mente



Exploração de conteúdos  
Preparação da visita  
Caderno do professor  
Caderno do aluno

# História Ensino Secundário

CIÊNCIA VIVA

PAVILHÃO DO  
CONHECIMENTO  
CENTRO CIÊNCIA VIVA

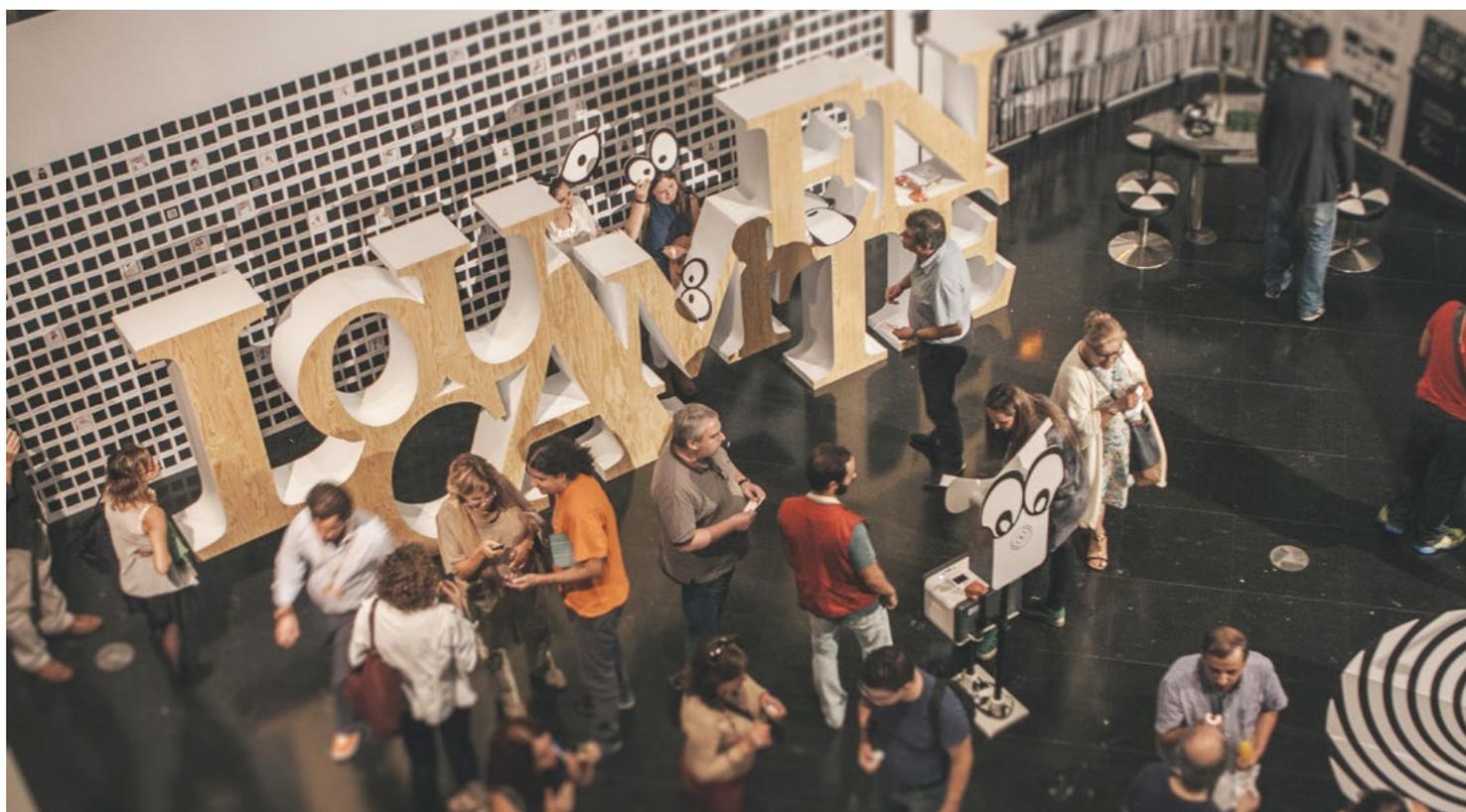


# Introdução

***Loucamente é uma grande exposição sobre saúde mental, resultante de um consórcio internacional formado pelo Pavilhão do Conhecimento – Ciência Viva, o Centro de Ciência La Cité des Sciences & de l'Industrie, em Paris, e o Centro de Ciência Heureka, em Helsínquia. A exposição destina-se a crianças a partir dos 10 anos e nela é possível explorar 26 módulos que pretendem dissipar preconceitos associados ao tema, incentivando aos cuidados com o bem-estar mental. Este projecto contou com a parceria científica do Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa e visa elucidar e sensibilizar a sociedade para a saúde mental.***

A saúde mental, segundo a Organização Mundial de Saúde, é definida como “o estado de bem-estar no qual o indivíduo realiza as suas capacidades, pode fazer face ao stress normal da vida, trabalhar de forma produtiva e frutífera e contribuir para a comunidade em que se insere”. A doença mental inclui perturbações e desequilíbrios mentais, disfuncionamentos associados à angústia, sintomas e doenças mentais diagnosticáveis, como por exemplo, a esquizofrenia e a depressão.

Ser professor é, por natureza, uma profissão delicada e complexa e, por isso, certamente nunca existiram épocas em que seja fácil exercê-la. Num mundo em constante transformação social e ambiental, os professores exercem a sua profissão em sociedades cada vez mais abertas e cheias de desequilíbrios de natureza vária e em escolas que, no meio de sucessivas reformas, tardam em encontrar um rumo que vá ao encontro das necessidades dos diferentes alunos e pais. Desta forma, os professores desempenham um papel fundamental no desenvolvimento e promoção da saúde mental na nossa sociedade.



# Enquadramento Curricular

## Ensino Secundário, História – 10º Ano

### A História: tempos e espaços

- Quadros espaço-temporais; períodos históricos e momentos de ruptura.
- Processos evolutivos; a multiplicidade de factores.

*No fundo, não descobrimos no doente mental nada de novo ou desconhecido: encontramos nele as bases de nossa própria natureza.*

Carl Jung



## Preparação da visita

Para preparar a sua visita, com acompanhamento do nosso serviço educativo, contacte-nos previamente através do email [servicoeducativo@cienciaviva.pt](mailto:servicoeducativo@cienciaviva.pt). De terça a sexta (sábados e domingos após confirmação), realizam-se visitas acompanhadas gratuitas para educadores, professores ou técnicos.

**A título de sugestão, indicam-se 5 pontos a considerar na preparação da visita:**

1. Selecione as exposições / módulos que melhor se adequam aos objetivos que pretende atingir e à faixa etária do grupo. Todas as exposições são acessíveis a todas as faixas etárias, devendo ser feita uma abordagem adaptada às idades do grupo.
2. Consulte as imagens e a descrição dos módulos em [Exposições](#).
3. Elabore um guião de visita e organize grupos de trabalho. Poderá encontrar algumas sugestões em [Materiais de Apoio](#).
4. O sucesso de uma visita depende também do envolvimento dos alunos com o espaço que estão a visitar. Por isso, informe sempre os seus alunos sobre o que vão visitar e quais os objetivos da visita.
5. Para que a visita de todos os que se encontram no Pavilhão seja o mais agradável possível, informe os alunos sobre as [normas de funcionamento](#) do Pavilhão e distribua o plano de visita.

# Exploração em visita

## SUGERE-SE A EXPLORAÇÃO DOS SEGUINTE MÓDULOS

### OUTROS TEMPOS, OUTRAS CURAS

***Veja como os especialistas em cada época trataram a depressão e a esquizofrenia. Sempre existiram loucos entre nós!***

Nos primeiros mitos da humanidade, considerava-se que a loucura era causada por deuses ou por espíritos do mal. Na Grécia do século V A.E.C. a loucura foi, pela primeira vez, definida como uma doença mental que podia ser tratada. Muitas curas antigas para a loucura parecem desumanas nos dias de hoje. Nessa época, ajudavam-se pessoas cujo destino parecia não ter esperança. No entanto, nem todas tinham acesso aos tratamentos e, durante muito tempo, os loucos eram escondidos no seio da família. Frequentemente, os mais agitados eram trancados em jaulas ou caves.



#### Informação adicional

“CURAS” QUE FICARAM NA HISTÓRIA...

#### Furos no crânio (Séc. V a.C)

Faziam-se buracos no crânio do paciente, pois pensava-se que os demónios, tidos à época como causadores da loucura, abandonariam o corpo de que se haviam apoderado.

#### Castigos (Séc. XVII)

Contenção, ameaças e castigos físicos eram usados sob a alegação de que os loucos eram selvagens e só com medo e respeito aprenderiam a viver em grupo.

#### Sentir dor (Séc. XVIII)

A técnica era a dor. Queimavam os genitais e o crânio dos pacientes com soda cáustica. Justificavam com este método que os pacientes centrar-se-iam na sensação de dor e abandonariam os pensamentos raivosos e agressivos presentes em alguns transtornos mentais.

#### Vómitos (Séc. XVIII)

Fazia-se indução do vômito, administrando laxativos ao paciente durante vários dias. Alegavam que, enquanto a náusea durasse, as alucinações seriam suspensas e até removidas. “Até o mais furioso vai tornar-se tranquilo e obediente”, dizia-se.

#### Sangrias (1790)

O que motivou esta ideia foi que os danos cerebrais eram ocasionados por “muita imaginação” ou mesmo pela masturbação e isso levaria à circulação irregular do sangue, no cérebro, causando a loucura. A retirada do sangue, então, traria a cura.

#### Afogamento (1828)

A técnica do afogamento consistia em deixar o paciente dentro de um caixão com furos e imerso na água, para depois ser retirado e reanimado. Acreditava-se que a suspensão das funções vitais possibilitaria que o paciente voltasse à vida com maneiras mais “ajustadas” de pensar.

#### Histerectomia (1890)

Entendia-se que a loucura, nas mulheres, vinha da agitação provocada pelo útero e pelo clitóris. Realizavam-se muitas mutilações e era retirado o útero.

#### Hidroterapia (1896)

Enrolava-se o paciente numa rede para mantê-lo dentro de água por horas ou dias, apenas com a cabeça do lado de fora - alternando água gelada e a ferver - para ocasionar fadiga psicológica e estimular a produção de secreções na pele e nos rins, reestruturando as funções cerebrais.

#### Endocrinoterapia (1899)

Nas terapias endócrinas, acreditava-se que a injeção de extractos dos ovários, testículos, glândulas pituitárias e tireóides de diversos animais, modificariam a nutrição das células do corpo e curariam o louco.

# Exploração em visita

## Esterilização (1913)

Foi usada a esterilização forçada nos homens, com o argumento de que a operação viabilizava a conservação do esperma, “o elixir da vida”, ajudando na melhoria do quadro.

## Extrair dentes (1916)

Recomendava-se a extracção dos dentes. A terapia era aconselhada com a explicação de que as bactérias - causa de várias doenças crónicas - escondidas perto dos dentes, poderiam seguir até o sistema circulatório e chegar ao cérebro, causando doenças mentais.

## Hibernação (1920)

Neste método, o paciente era instalado, por vezes até três dias, entre “cobertores” congelados, para que o corpo fosse mantido em baixíssima temperatura. O choque térmico fazia o paciente recuperar as funções mentais.

## Coma insulínico (1933)

O paciente recebia uma dose de insulina suficiente para levá-lo ao estado de coma e era reanimado com uma solução de glicose. A hipoglicemia mataria ou ‘silenciaria’ as células cerebrais doentes. O paciente voltava a agir como um bebé, prova cabal de sua recuperação.

## Convulso-terapia (1934)

Neste método, o paciente recebia uma injeção de metrazol e entrava em forte convulsão.

## Lobotomia (1936)

Faziam-se perfurações bilaterais nas regiões frontais, pré-frontal ou temporais do cérebro. Uma técnica largamente usada até meados dos anos 50. Embora se dissesse que os pacientes eliminavam os seus conflitos mentais, os efeitos indesejáveis eram visíveis: apatia e inaptidão para planear acções.

## Terapia de electrochoque (1937)

Baseava-se na passagem de corrente de alta voltagem pela região temporal, provocando uma dessincronização traumática da actividade cerebral. Há registros de inúmeros danos colaterais, incluindo mortes. **Após a 2ª Guerra Mundial,**

surgiram os **psicofármacos** que introduziram novos métodos de tratamento.

## PELO BURACO DA FECHADURA

*Espreite como é que as pessoas com doenças mentais foram tratadas ao longo da história.*

A atitude da sociedade relativamente às pessoas com doenças mentais variou ao longo da história. Na Idade Média, estas eram trancadas em asilos. No final do séc. XVIII, o Iluminismo apresentou a ideia de que as pessoas com perturbações mentais podiam ser curadas. Baseado nesta ideia, surgiram instituições psiquiátricas de grandes dimensões, disponibilizando um tratamento mais humano do que o prestado até à data. Após as guerras do séc. XX, havia muitos doentes a necessitar de melhores condições, o que criou pressão para desenvolver formas de tratamento eficientes. O objectivo é informar como a condição de vida das pessoas, que sofrem com problemas de saúde mental, mudou com o tempo. Os tratamentos nas instituições também se tornaram mais humanos. No séc. XVIII, em Londres, as pessoas pagavam bilhete para assistir às condições miseráveis dos doentes mentais tinham no *Royal Hospital Bethlem*. Aqui, o visitante tem a oportunidade de entrar na pele desses voyeurs. Informação adicional

## EXCERTOS DA HISTÓRIA SOBRE A LOUCURA...

A doença mental é um campo historicamente controverso e emocional, não apenas no terreno simbólico da sociedade e das representações culturais mas, de igual modo, como área epistemológica, a propósito da natureza, objectivos e práticas deste tipo



# Exploração em visita

de conhecimento (Oliveira, 1999).

Na época das cruzadas, quando ocorreu a disseminação da lepra, do Oriente para toda Europa, foi necessário proceder à rápida construção de estabelecimentos próprios que serviriam para abrigar todos os leprosos. Mais tarde, depois da erradicação da doença, estas estruturas foram mantidas e permaneceram como locais de discriminação e albergue para onde eram encaminhados outros excluídos, esperando por salvação. A Igreja afirmava que, embora os leprosos estivessem afastados das pessoas, não estariam afastados de Deus, e que a paciência lhes garantiria um lugar no céu. As pessoas que possuíam lepra, doenças venéreas e loucura eram excluídas da sociedade, e assim, da vista, carregando a marca de discriminação e exclusão.

No Renascimento, os loucos eram colocadas em barcos e navios e levados para cidades longínquas em busca da razão, pois o louco não tinha “terra”. O louco ou tinha água à sua volta ou, então, estava atrás das grades. Neste aspecto, a loucura passou a dominar todas as fraquezas humanas.

Na idade média, a loucura dividia a sua soberania com mais doze fraquezas da alma humana, como a luxúria e a discórdia, entre outras.

Em Cervantes e Shakespeare, a loucura ocupava sempre um lugar extremo, no sentido de que ela não tem recurso.

O internamento aparece não como intenção de cura, mas com o sentido de disciplinar a mendicância e a vida de vagabundo.

O louco nasce duma sensibilidade moral, é excluído, uma vez que o seu lugar é entre os miseráveis, perturbando a ordem social e, por fim, passa a ser propriedade do estado.

Ainda no século XVII, o parlamento de Paris decide, através da força, punir aqueles que não retornavam à sociedade. Estes seriam chicoteados em praça pública, marcados nos ombros e expulsos da cidade.

No fim do século XVIII, há um total de 126 casas de correcção na Inglaterra. Anos depois, espalharam-se por toda a Europa. O internamento aparece como algo desumano, onde revela que os insanos

não podiam responder por si mesmos.

É no século XIX que os loucos ocupam lugares antes ocupados pelos vagabundos e miseráveis, sendo também submetidos a trabalhos forçados. No entanto, distinguem-se dos outros pela incapacidade de seguir os ritmos da vida colectiva.

Após a obra de Pinel (médico francês, considerado por muitos o pai da psiquiatria), a loucura passa a ser considerada doença mental, e rompe a tradição demoníaca da loucura. Pinel afirma na sua obra que o louco necessita de cuidados, remédios e, principalmente, do apoio das outras pessoas, assim como da família.

## O CORPO TAMBÉM FALA

***Escolha uma máscara e coloque-a. Represente em frente a um espelho a emoção indicada pela máscara, utilizando o seu corpo. É difícil? A seguir, exagere a emoção!***

As pessoas reconhecem as emoções básicas independentemente da cultura. Estas máscaras representam seis emoções básicas: alegria, tristeza, medo, raiva, espanto e aversão. Reconhecer e expressar emoções é a base da interacção entre as pessoas. As emoções são transmitidas, não apenas com expressões faciais, mas também com o corpo. Ao exagerar a linguagem corporal, a mensagem torna-se mais forte e mais visível.



# Exploração em visita

## Informação adicional

### MÁSCARAS...

Todos usamos máscaras. Todos construímos imagens sociais para nos adaptarmos a determinados ambientes sociais, para responder à expectativa de algumas pessoas. O perigo de usarmos máscaras é o de nos perdermos no mundo da deseabilidade social e do facilitismo das expectativas que criamos nos outros. O perigo é o de “o” nosso “eu” ficar totalmente difuso entre todos os outros que vão aparecendo na nossa vida.

### DESDE DE QUANDO USAMOS MÁSCARAS?

Desde quando tivemos de construir determinados “eus” para sermos aceites pelo outro? Provavelmente fomos construindo “eus” desde que nascemos... Mas então onde nos encontramos? Será que temos uma real identidade para além de todas estas máscaras com que alegremente nos enfeita todos os dias? Se tirarmos todas as máscaras, todas as construções que fizemos de nós próprios ao longo da nossa vida o que é que resta? E será que resta alguma coisa?

O termo *persona* tem origem na palavra latina equivalente a máscara, e refere-se às máscaras usadas pelos atores no teatro grego clássico para dar significado aos papéis que representavam.

De acordo com a Psicologia Analítica, *persona* é o arquétipo associado ao comportamento de contacto com o mundo exterior, necessário à adaptação do indivíduo, às exigências do meio social onde vive. É a maneira como cada sujeito se mostra ao mundo, é o carácter que assumimos; através dela relacionamo-nos com os outros. A *persona* inclui os papéis sociais, as roupas e o estilo de expressão pessoal. Possui dois aspectos, um positivo e outro negativo. O positivo está associado à possibilidade de adaptação do sujeito ao seu meio social. O aspecto negativo surge quando o *Eu* identifica-se com a *persona*, fazendo com que a pessoa se distancie e desconheça a sua real personalidade, a alma.

## EXEMPLOS DE UTILIZAÇÕES DE MÁSCARAS

Conhece aquele “chefe” que já foi tenente do exército e pensa que ainda continua no quartel? Ou, talvez, já ouviu falar daquele profissional que trabalhou 20 anos na mesma empresa como executivo, com todas as mordomias e *status* e, quando se aposenta (ou é demitido) acha que ainda é importante ou que pode continuar a usar o “nome” da empresa.

Estes exemplos mostram como alguns indivíduos podem ser dominados pelas suas *personas*, abafando o indivíduo por detrás da máscara. Tendem a ver-se apenas nos termos superficiais dos seus papéis sociais e da sua fachada.

Podemos ampliar a discussão se entrarmos por outros territórios, como por exemplo o dos *workaholics*. É fundamental saber qual máscara usar, de acordo com o meio no qual estamos inseridos. A máscara certa para o momento certo: conhece a sua?



# Caderno do professor

## ANTES DA VISITA

ATIVIDADE PRÁTICA | PESQUISA 🖐️ 📱

O professor poderá dividir a turma por grupos e pedir que façam uma pesquisa sobre os primeiros locais onde foram colocadas as pessoas com doença mental e, conseqüentemente, como eram tratadas nesse tempo, quer em Portugal, quer noutros países.

O trabalho pode ser apresentado num formato à escolha do grupo.

## DE REGRESSO À SALA DE AULA...

ATIVIDADE PRÁTICA | DISCUSSÃO 🖐️ 👤

O professor deverá promover um pequeno debate sobre as melhorias sentidas no campo do tratamento da saúde mental, focando aspectos como a estigmatização e os direitos dos doentes mentais ao longo da história.



# Caderno do aluno

## DURANTE A VISITA

PESQUISA 📱

Em duas frases, o que mudou ao longo dos tempos no tratamento da doença mental?

O que criou pressão para o desenvolvimento de melhores condições e tratamentos para as pessoas com perturbações mentais?

Que corrente filosófica apresentou a ideia de que as pessoas com perturbações mentais podiam ser curadas?

Onde foi, pela primeira vez, a loucura, definida como uma doença mental que podia ser tratada?





## Referências Bibliográficas

Sandra Santos de Oliveira. *Trechos da História da Loucura*.

Disponível em: <http://www.interacoes-ismt.com/index.php/revista/article/viewFile/52/54>

Oficina de psicologia (2011). *As máscaras*.

Disponível em: <http://oficinadepsicologia.blogs.sapo.pt/66156.html>

*História da Loucura na Idade Clássica* - Michel Foucault, Perspectiva, 1978

**CIÊNCIA VIVA**

**PAVILHÃO DO  
CONHECIMENTO**  
CENTRO CIÊNCIA VIVA

