

ENTREVISTA

O Mal-estar Como Condição de Normalidade

The Discontents as Condition of Normality

Malestar Como Condición de Normalidad

Cathy Soares Ribeiro¹

Cabo-Verde

cathyrsoares@sapo.cv

Frederico Ferreira Puassa Lutumba²

Escola Superior Pedagógica do Bengo, Angola

fredericolutumba@hotmail.com

Resumo

O entrevistado é docente do ensino superior, fez parte de um dos últimos contingentes de cidadãos angolanos, que puderam regressar à casa antes de se decretar o Estado de Emergência no dia 26 de Março de 2020. O país de origem é Portugal, que, naquela altura, já registava vários casos de contaminação pela COVID-19, razão pela qual o entrevistado cumpriu a quarentena domiciliar obrigatória. A situação acima apresentada colocam-no no centro das discussões que pretendemos apresentar neste número da revista. O entrevistado sofreu grande pressão social e psicológica, na forma de notícias e denúncias falsas, que serviam para alimentar um alarmismo contraproducente para os órgãos públicos. A entrevista tem grande valor académico, pois se constitui em fonte importante de pesquisa para compreender os impactos da pandemia nas suas diversas intersecções com a dimensão do humano. Esta entrevista foi realizada no dia 7 de Maio de 2020. O entrevistado recebeu o resultado negativo do teste de coronavírus - SARS Cov-2 no dia 12 de Maio de 2020, por meio do processo n.º 4124.

Palavras-chave: Quarentena, isolamento social, notícias falsas

Abstract

The interviewee is a university professor, he was one of the last contingents of Angolan citizens who were able to return home, from Portugal (which by that time has already registered several cases of contamination by the COVID-19) on the eve of the State of Emergency on March 26, 2020 and he also fulfilled the mandatory home quarantine. These elements put him, in the middle of the discussions that we intend to present in this issue of the magazine. The interviewee suffered great social and psychological pressure, in the form of news and false denunciations, which served to fuel a counterproductive alarmism for public agencies. The interview has great academic value, as it constitutes itself, an important source

¹ Entrevistadora. Jornalista

² Entrevistado. Docente do Departamento de Ciências Sociais

of research to understand the impacts of the pandemic at its various intersections with the human dimension. This interview was on May 7, 2020. The interviewee test negative for Coronavirus-SARS Cov-2 on May 12, 2020, through process No. 4124.

Keyword: Quarantine, social isolation, fake news

Resumen

El entrevistado es profesor universitario, formó parte de uno de los últimos contingentes de ciudadanos angoleños que pudieron regresar a sus hogares en vísperas de decretar un Estado de emergencia el 26 de marzo de 2020 y que tenían como su país de origen, Portugal, que para ese momento ya registró varios casos de contaminación por el COVID-19 y cumplió la cuarentena domiciliar obligatoria. Estos elementos lo colocan en medio de las discusiones que pretendemos presentar en este número de la revista. El entrevistado sufrió una gran presión social y psicológica, en forma de noticias y denuncias falsas, que sirvieron para alimentar un alarmismo contraproducente para las agencias públicas. La entrevista tiene un gran valor académico, ya que constituye una fuente importante de investigación para comprender los impactos de la pandemia en sus diversas intersecciones con la dimensión humana. Esta entrevista se realizó el 7 de mayo de 2020. Lo entrevistado recibió el resultado negativo a La prueba de Coronavirus-SARS Cov-2 en 12 de mayo de 2020, a través del proceso No. 4124.

Palabras-clave: cuarentena, aislamiento social, noticias falsas

Entrevistadora: Antes de sair de Portugal, enquanto planeava a sua viagem, já sabia que ficaria de quarentena, que seria domiciliar?

Entrevistado: Sim, já sabia que, vindo para Angola, estaria em quarentena e que seria domiciliar. Porque o Decreto Presidencial, que saiu um dia antes, já previa isso, tanto é que fomos o segundo grupo a estar de quarentena domiciliar naquele quadro dos passageiros que chegaram ao país nos dias 17, 18 e 19 [de Março de 2020].

Tendo feito a quarentena domiciliar, esteve em contacto com a sua família ou ficou em um cómodo isolado?

Relativamente ao modelo de quarentena, eu fiquei isolado em um quarto. Entretanto, penso que foi mais facilitado porque eu vivo numa residência com mais um colega [de trabalho]. Então, foi fácil. Mesmo estando só a viver com o colega, mantivemos o distanciamento. Eu ficava no meu quarto e ele usava a maior parte dos cómodos da casa.

O facto de ficar isolado, distante dos familiares, foi um alívio ou mais um factor de stress?

Foi um alívio! Porque não sabia qual era o meu estado. Tinha feito uma viagem que, apesar de tomar todas as precauções, nada atestava que [eu] estava sem o vírus. E penso que precisava de esperar 15 dias, como nos foi orientado e como a OMS (Organização Mundial da Saúde) orienta por ser o período que o vírus tem para se manifestar. Precisava ficar em casa. E, com tal atitude, evitaria a propagação do mesmo, na eventualidade de termos.

Apesar do alívio que sentiu, por estar longe dos familiares e não ser um vector de transmissão para eles, o facto de estar em total isolamento tornou influenciou o processo?

O isolamento tornou-se muito mais difícil, por estar distante dos familiares, amigos e da sociedade em geral. Foi difícil porque é sempre importante, quando estamos a passar por momentos como estes, termos as pessoas mais próximas de nós, conversar, receber apoio... apesar de não ter faltado, este apoio via telefónica, não é a mesma coisa quando tens as pessoas ali próximo. Embora tenha sido difícil, sabia a razão de passar por aquele processo. Saí de Portugal já consciencializado de que estaria isolado. Chegando aqui a situação foi totalmente diferente. Quando cheguei e vim para a minha casa, notei, a partir daquele momento, que as coisas não eram como imaginei, todavia, com o conselho das pessoas e conversa, consegui ultrapassar a situação.

A quarentena domiciliar, por ser num espaço que reconhece e com o qual tem intimidade, tornou o processo menos doloroso, ajudou?

Sim! Eu penso que o isolamento domiciliar torna o processo menos doloroso, porque é um espaço que nós conhecemos. Um espaço de conforto! Por exemplo, sinto-me melhor por estar em quarentena domiciliar do que se estivesse na institucional. Acho que, para quem esteve na quarentena institucional, o nível de pressão foi maior, porque em casa, por ser um espaço de maior conforto, mais teu, a pessoa sente a pressão, mas não com a mesma intensidade. Porque uma das pressões que sentiria se estivesse na quarentena institucional é o

facto de que interagiria com muita gente que veio naqueles dias de viagem e que, possivelmente, um ou outro estaria infectado, correndo o risco de ser infectado também. Tanto é que depois, vimos existirem casos de cinco jovens infectados no quadro da quarentena institucional.

Sendo que, aqui em Angola, a população assintomática, em quarentena ou não, não fez o teste, apesar da maior parte dos casos serem assintomáticos, quais são as pressões psicológicas que sofreu, tendo consciência de que estar assintomático não significa estar livre do vírus?

As pressões psicológicas que eu tive foram muitas. O receio de contaminar alguém caso fosse portador do vírus. Depois de passar o período de isolamento, que previa 15 dias, fiquei 20, quando saí de casa foi uma grande pressão psicológica. Porque o receio era tanto, precisava ter cuidado e mesmo tendo sempre luvas e máscara, receava tocar numa porta, num corrimão, abrir a porta de um carro, até falar com pessoas, era uma situação muito difícil. Pensava, na altura, que eu podia ter ficado mais de quinze dias em casa e em isolamento e, se calhar, ser de facto portadora, pois há muitos casos do género [assintomáticos]. Mas fui consciencializando-me de que precisava voltar à vida normal, com todos os cuidados que o período de EE (Estado de Emergência) orienta e saía, sobretudo, quando fosse ao mercado, pôr o lixo no contentor e passava o dia todo em casa, tanto é que, até este momento, que estamos a fazer esta entrevista, a minha rotina continua sendo a mesma.

Relativamente ao facto de as pessoas assintomáticas não serem testadas, foi até um determinado período. Mas, agora, sabemos que o Ministério da Saúde, juntamente com a Comissão Multisectorial, entenderam testar todos os que vieram de Portugal durante os dias 17, 18, 19, 20 de 21 [de Março de 2020]. Inicialmente haviam sido testados apenas os que estavam em quarentena institucional, mas a partir da semana passada [início do mês de Maio de 2020], todos os que estavam em quarentena domiciliar também foram testados, apesar de já ter passado mais de quarenta dias. Mas é claro, a pessoa sente a pressão toda, foi uma situação mesmo complicada.

Tendo feito o teste agora, sente, neste momento, a mesma pressão que sentiu no início na quarentena domiciliar?

Sim! Sim, a pressão voltou, apesar de já ter passado mais de quarenta dias, desde que cheguei, senti como se estivesse ainda dentro dos quinze [primeiros] dias, que é o período que achamos que poderíamos ser testados. A pressão voltou. Voltou de tal modo que... [quando] me deslocuei ao local para a colecta, com todo o cuidado, com todas as medidas e, posto lá, vendo o cenário (os médicos todos bem equipados), a pressão voltou. Agora estou à espera que este período termine de uma vez por todas e penso que será uma realidade a partir do momento que eu receber o resultado.

Nas suas respostas vê-se que o desconhecido o assusta muito, que além de viver com a suspeita de estar ou não com COVID-19, existe a pressão de talvez ser a pessoa que vai “levar” o vírus para os outros. O desconhecido é mais um motivo para a pressão que sente?

Existe! Existe, sim, esta pressão, fruto do sentimento de que posso ser o vector de transmissão, porque fiz o teste e não recebemos ainda o resultado... E, não tendo os resultados, a pressão psicológica é aquela, [é] uma situação muito difícil porque saber que nós temos casos de pessoas assintomáticas e, não obstante estar aqui há já 45 ou 46 dias, podemos sim ser [portador do vírus], apesar de não termos sintomas. Mas estamos calmos, em casa, com a preocupação até o momento de recebermos o resultado. Continuamos em casa, porque a situação está a ser gerida deste modo. Teria sentido menos pressão se depois dos 15 dias fosse testado. Mas temos que perceber que, se calhar, no momento, não era possível, passando a ser apenas, agora. Apesar de termos saído de casas algumas vezes, ter interagido com mais pessoas, ir às compras, fazendo as questões de necessidade básica, continuo confuso, continuo pensativo. Mas por saber que já estamos nesta situação, o que devemos fazer é apenas esperar. Presumo que daqui a dois ou três dias, no máximo, possa receber os resultados e esta pressão vai terminar, visto que saberemos o nosso estado epidemiológico.

Viveu a realidade da evolução de Portugal (a expectativa, a evolução e o estado de emergência) e, também, a de Angola. Qual das realidades mais o assustou?

A realidade que mais me assustou e tem sido mais difícil de vivenciar, muito sinceramente, é a realidade angolana, tudo porque, infelizmente, nós temos uma sociedade

que, mesmo tendo órgãos de direito que passam as informações e que cuidam do processo todo (desde as pessoas que chegaram, as visitas, as perguntas...) nós vimos, por parte da população e até vizinhos, preocupação de forma excessiva. E uma preocupação que, de certo modo, não ajuda no processo que estamos a viver. A título de exemplo, cheguei a ter o nome no Facebook e informações veiculadas pelo *WhatsApp* confirmando que eu era um caso de COVID-19, aqui na província do Bengo, por exemplo. E informações como estas não ajudam, de certo modo, no processo que estamos a viver.

Cheguei a receber ligações de vizinhos para pedir esclarecimentos sobre se estou a cumprir, de facto, com a quarentena domiciliar, quando, em momento algum, como disse, no decorrer dos 22 ou 23 dias que fiquei em casa sem sair, alguns vizinhos me viram a interagir com outras pessoas.

Até denúncias à Comissão Multisectorial aqui no Bengo e à polícia foram feitas a meu respeito, que eu estava a andar pelas ruas da localidade onde vivo.

Penso que a falta de cuidado(s) com estas questões, que são muito importantes gerir, pela situação que estamos a viver, tornou o processo aqui [em Angola] mais difícil. Porque, em Portugal, ainda não tinha sido declarado o EE e aqui [em Angola] estávamos a estudar as medidas de combate e controlo da COVID-19, caso tivéssemos casos. Mas lá a sociedade esteve calma, as pessoas totalmente informadas de que, na eventualidade de ter caso suspeito, deviam ligar para o número do Serviço Nacional de Saúde, ficar em casa e as autoridades sanitárias tomariam as diligências adequadas, seguindo todos protocolos nacionais e internacionais. Então, não havia na vizinhança situações como as que vivi no meu país (apesar de não ter contacto com pessoas próximas que tenham sido levadas pela polícia ou pelos órgãos de saúde, por ser um caso suspeito).

Aqui, em Angola, a situação tornou-se muito mais difícil por causa dessa falta de cuidado com a propagação de informações. E informações falsas, sobretudo. Isso deixou o período todo de quarentena muito difícil. E, até agora, tem sido difícil porque você se dirige a alguém e essa pessoa apercebe-se da recente vinda de Portugal é o suficiente para ser alvo de de informações, notícias ou de calúnias e que não nos deixa, até certo modo, confortáveis.

A falta de informação e o facto de sabermos muito pouco sobre a COVID-19, torna o processo da quarentena domiciliar e a convivência mais difícil, tanto para si como caso suspeito como para a vizinhança?

Sim. A falta de informação e de comunicação tornam o processo de convívio com a vizinhança mais difícil, mesmo para quem gere directamente este processo. A falta de informação e, sobretudo, a partilha de informações erradas fragiliza até quem está à frente do processo. Por exemplo, as autoridades, as vezes, deslocam-se por causa de denúncias falsas e perdem um tempo valioso que possivelmente seria usado para atender casos concretos.

E, tanto é que, uma das campanhas que surge, relativamente à COVID-19, é que temos de informar com verdade e o órgão autorizado é a Comissão Multisectorial. Algumas pessoas passam informações erradas, se calhar, muito pelo facto de não terem informações correctas. Outras é mesmo pelos receios que tinham.

O processo torna-se muito mais difícil porque a pessoa está em casa, depois começa a ouvir que "o fulano"... haviam casos em que já não diziam em caso suspeito, afirmavam categoricamente que a pessoa é portadora da COVID-19. Essa situação, até certo ponto, dificulta a gestão, quer das autoridades, quer da nossa parte. Porque se a pessoa não for calma pode entrar em pânico e, as vezes, tentar tirar satisfação com quem está a propagar tais informações.

Eu acho que, para o bem de todos e fim exitoso do processo, as pessoas se mantenham calmas, acreditando no que a Comissão Multisectorial tem dito. Deste modo, o processo seria mais fácil. E também tiraria, por parte das pessoas que viajaram, esta pressão psicológica, a carga emocional... porque estão a ser alvos de informações falsas. Muitas [pessoas] até nem sabem e depois aparecem pelas redes sociais.

Neste momento, em que não se sabe o fim da quarentena e já está em casa há quase dois meses, quais são os seus anseios, receios e preocupações?

Neste momento de incógnita, quanto ao fim do EE, um dos meus grandes anseios é que o resultado do teste, a que fui submetido, saia o mais rápido possível para sabermos, de facto, qual é a minha condição.

Quanto à questão da COVID-19, é aquilo que quase todo angolano deseja: que não haja muitos casos de contaminação local e comunitária e que, pelo menos, os casos activos sejam tratados (como estão a ser tratados) e que as pessoas recuperem para que, não tendo casos activos e não tendo muito mais casos positivos, durante este período, cada vez mais, vejamos o fim do EE a se aproximar.

O primeiro receio está intimamente ligado ao primeiro desejo, que é, por esta altura, recebermos o resultado e ver que somos positivos (e pessoa assintomática). Este é o grande receio que tenho. E os outros estão também relacionados com a propagação do vírus. Outro desejo é que mais localidades do país, pelo menos, não confirmem casos positivos e fiquemos apenas com a zona onde tem existido alguns casos e aí, acho que, com facilidade, ultrapassaríamos isto.

Quanto aos seus planos pessoais, que expectativas tem para este ano, visto que tudo está a ser adiado? Há alguma ansiedade em relação a isso, visto que o primeiro semestre de 2020 está comprometido? Esta incógnita tem influenciado nos seus dias, planos futuros e estado de espírito?

Sim. Acho que os planos que tinha para concretizar têm estado a influenciar naquilo que eu penso e desejo. E estamos num período que, infelizmente, não sabemos quando termina, porém, o que podemos fazer agora é esperar com muita ansiedade. Regressamos ao país porque tenho compromissos laborais e pessoais e não saber quando é que os poderei concretizar deixa-me muito pensativos (e passo muito tempo a pensar nisso).

Deixa-me pensativo e, cada vez mais. Resta-me esperar que este EE termine, mas, é claro, terminando da melhor forma, que seria quando as autoridades tivessem o controlo da situação epidemiológica do país, porque são planos, são projecções que nós fizemos. Porém, sem termos um ambiente propício para as executar, nada faríamos.

Então, eu acho que este sentimento de conformismo tem ajudado a ter alguma calma e a esperar que as coisas terminem. Mas é claro que é uma situação difícil, sabendo que viemos ansiosos para muita coisa e, não estando a realizar, então, ficamos meio à espera que tudo termine.

Tem estado a influenciar no estado de espírito porque os planos traçados são coisas que não vou conseguir concretizar nas datas que tinha traçado, mas depois de ultrapassar isso, voltarei a fazer um novo cronograma para alcançar os objectivos. Os planos futuros daqui a um tempo terei concretizado. Mas o meu estado de espírito não é calmo, porque são coisas que mexem comigo, sim!

Quais são as estratégias que está a utilizar, neste momento, para lidar com a ansiedade provocada pelo isolamento social, por ter sido um caso suspeito e por ter feito o teste só agora, 45 dias depois da chegada de viagem, e, por último, o facto de não poder realizar os planos dentro do cronograma pré-estabelecido?

São várias as estratégias que estou a utilizar para poder conviver num ambiente como este. Elas passam desde a ocupação com leituras, a preparação de algumas aulas e alguns materiais para quando as aulas retomarem.

Estou também, a interagir com os estudantes, por intermédio das plataformas digitais e, não obstante a isto tudo, procuro, de forma muito regular, praticar exercícios físicos em casa, quando acordo e mais para o final do dia, de forma a não cair na mesmice e, claro, sem esquecer as diferentes actividades domésticas que tenho estado a aperfeiçoar, ainda mais, neste período de confinamento. Deste modo, o dia passa só que o mais cansativo em tudo isso é que são as mesmas coisas quase todos os dias e isso é que, de certo modo, torna as coisas, a situação, um pouquinho mais frustrante. Mas tem estado a amenizar, pelo menos a pessoa não passa o dia só na cama, não passa o dia só na poltrona a ver televisão.

*Solicitado pela revista
Aceite em 20 de Junho de 2020
Publicado em 25 de Julho de 2020*



Este artigo está licenciado sob a licença: [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). Ao submeter o manuscrito o autor está ciente de que os direitos de autor passam para a Revista angolana de extensão universitária.