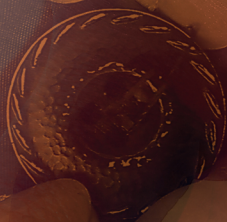


ATRÁS felicidade DA



Atrás da Felicidade

Teatro da Cerca de São Bernardo | Coimbra

12 de março de 2025 | 21h30

13 de março de 2025 | 19h00

14 de março de 2025 | 21h30

15 de março de 2025 | 21h30

16 de março de 2025 | 16h00 *

M/12 | Aprox. 1h45

* Sessão com audiodescrição e interpretação em língua gestual portuguesa

Sobre o espetáculo

As doenças reumáticas são a principal causa de incapacidade na Europa e afetam mais de 100 milhões de pessoas. Embora sejam frequentemente associadas a idades mais avançadas, afetam muitos jovens e pessoas em idade profissionalmente ativa. São as principais doenças ocupacionais, sendo responsáveis por 60% das doenças em contexto de trabalho. Em todo o mundo, uma em cada cem pessoas sofre de uma destas doenças e ela é três a quatro vezes mais prevalente em mulheres.

No verão de 2024, realizámos um conjunto de entrevistas a pessoas com doenças reumáticas e músculo-esqueléticas, e a profissionais de saúde do Serviço de Reumatologia da ULS Coimbra onde aquelas são seguidas. O objetivo foi recolher testemunhos, na primeira pessoa, sobre a experiência e o impacto destas doenças crónicas, várias delas autoimunes e, em muitos casos, extremamente limitantes.

Ouvimos relatos sobre a artrite reumatoide, a esclerose sistémica, a fibromialgia e a osteoporose, entre outras. Percebemos o equilíbrio delicado que se tenta estabelecer entre a progressão e as limitações trazidas pela doença e a procura da manutenção da qualidade de vida e do usufruto de momentos de satisfação.

O enfrentamento de uma doença crónica, acentua exemplos de superação, da invocação de forças extraordinárias, da obstinação face a circunstâncias involuntárias, e da tentativa teimosa de agarrar e usufruir dos fugazes momentos de felicidade que pontuam, aqui e acolá, as nossas vidas.

A origem etimológica da palavra doença está no termo latino *dolentia*, que significa sentir dor. E o sentimento de dor é muito presente nas doenças reumáticas crónicas. A dor é algo com que se vive e que se procura mitigar. É impossível sentirmos a dor de outrem. A dor de cada pessoa é única e intransmissível.

Este espetáculo é conduzido pela ideia de tradução da dor. Nele representamos diferentes situações e circunstâncias relacionadas com doenças reumáticas, com o intuito de as tornar mais próximas de quem a ele assiste. Fomos guiados pela ideia de procura de felicidade, e uma conclusão inusitada a que chegámos foi a de que a dor e a felicidade são compatíveis.

Uma das finalidades do espetáculo é aumentar a consciência social sobre estas doenças e o seu impacto. Acreditamos que a partilha em contexto teatral de temas, como este, ligado às Ciências da Saúde, contribui para o esclarecimento, um ganho de consciência e uma reflexão aprofundada, que melhoram as circunstâncias sociais e pessoais em que estas doenças ocorrem.

Marionet

As doenças reumáticas

Sob a designação “Doenças Reumáticas” incluem-se mais de 150 condições diferentes. Em comum, têm a tendência para afetar ossos, músculos e articulações, causar dores de diverso tipo e intensidade, cansaço e perturbação do sono, deformação física e prejuízo da capacidade funcional – uma sobrecarga negativa tão grande que, com frequência, determina ansiedade e mesmo depressão. Podem afetar pessoas de todas as idades, sendo globalmente mais frequentes em mulheres.

Estas características misturam-se de várias formas consoante a doença: algumas afetam exclusivamente as articulações, como é caso da artrose, enquanto outras, pelo contrário, afetam mais gravemente diversos órgãos, como a pele, os pulmões, o sangue, o cérebro ou os rins e só levemente tocam as articulações. É o caso do Lúpus Eritematoso Sistémico e outras doenças a que chamamos “Doenças difusas do tecido conjuntivo”. Incluem, por exemplo, as miosites (em que as dores e fraqueza musculares tendem a dominar o quadro), a esclerose sistémica progressiva (dominada pelo espessamento da pele e do pulmão), a síndrome de Sjögren (em que a secura das mucosas é frequentemente o sinal de alarme para um envolvimento de vários órgãos).

Algumas têm origem em infeções (como a Febre reumática), outras em alterações metabólicas (como a gota), outras surgem sobretudo como consequência do envelhecimento (artrose, osteoporose) e um grande número deriva de autoimunidade, um processo em que o sistema imune, encarregue de nos defender contra infeções e tumores, se volta contra nós mesmos.

Em alguns casos são claramente visíveis, como a gota (tipicamente há uma articulação que de repente fica inchada, vermelha, quente e muito dolorosa). Noutros casos, a inflamação é menos aguda, mas leva lentamente a uma deformação progressiva – por exemplo no caso da artrite reumatóide, da artrite psoriática, da espondilite e também da artrose das mãos. Em muitas outras situações, pelo contrário, o sofrimento, apesar de profundo e incapacitante, não tem qualquer alteração visível no corpo nem em exames complementares: é o caso da fibromialgia, em que os sintomas físicos vêm tipicamente associados a manifestações de ansiedade e tendência depressiva e são agravados pela desvalorização das outras pessoas, em face da ausência de sinais físicos que justifiquem a dor e o cansaço extremo que o doente descreve e sente. Os portadores de dor crónica, mesmo que plenamente justificada por inflamação ou desgaste dos ossos, tendem a ganhar estes componentes da fibromialgia, manifestando dores aparentemente excessivas em relação às lesões que se podem ver. Este tipo de dor ganhou mesmo recentemente uma nova designação pela Organização Mundial de Saúde: dor nociplástica, que parece nascer no nosso próprio cérebro, sem que haja nele ou no resto do corpo lesões visíveis que a justifiquem.

As doenças reumáticas destacam-se, entre todas as outras, pelo impacto negativo que têm na qualidade de vida de todos os que delas padecem, direta ou indiretamente, incluindo seus familiares. Isso deve-se à dor, à incapacidade física e às limitações que a doença impõe no contributo e na participação social de cada indivíduo, bem como na vida de relação com a família e com os outros.

E tudo isto é sofrimento!



Reumatismo, (des)esperança e génio humano.

A reumatologia foi, durante décadas ou séculos, um parente pobre da Medicina. Médicos e doentes eram confrontados com patologias incompreensíveis e indomáveis, que se agravavam inexoravelmente ao longo do tempo numa infundável tortura de dor, deformação e incapacidade. A intensidade do sofrimento é refletida, por exemplo, nesta frase do século XVIII: “Ter uma crise de gota é como caminhar sobre os próprios olhos!”

A incapacidade dos médicos atraiu a ironia de Voltaire: “A arte da medicina consiste em entreter o doente enquanto a doença segue o seu curso”. A desesperança inspirou frases populares como: “Para o reumatismo só o cozeiro tem cura!”

A reumatologia moderna, em equipa multidisciplinar, pode dizer, orgulhosa, que conquistou e domina o terreno em que germinavam todas estas afirmações. Conhecemos hoje de forma muito precisa os intricados mecanismos subjacentes a quase todas as doenças reumáticas e somos capazes de gerir quase todas de forma eficaz e útil para o doente. Lideramos, com grande satisfação e proveito, os notáveis avanços das terapêuticas de base imunológica e o uso dos chamados produtos biológicos. Desenvolvemos novas formas de avaliar as doenças e a resposta aos tratamentos, essenciais ao progresso e refinámos estratégias mais eficientes para ajudar os doentes. Novas formas de terapêutica, algumas baseadas em células dos próprios doentes, suportam a promessa de que vamos continuar a avançar.

As últimas décadas testemunharam uma verdadeira revolução no tratamento das doenças reumáticas: as cadeiras de rodas que antigamente engarravam os serviços são hoje raridades, o controlo completo (remissão) das doenças reumáticas inflamatórias, outrora uma utopia, é hoje um objetivo plausível e frequentemente alcançável.

As pessoas que hoje recebem um diagnóstico de doença reumática não têm que antecipar um futuro de dor, incapacidade e deformação podendo antes olhar para ele com otimismo e coragem. Nos cuidados de saúde, médicos, enfermeiros e outros profissionais confiam nos instrumentos que os tornam eficazes na promoção do bem-estar.

Os avanços observados na reumatologia são um verdadeiro monumento à esperança e ao génio humano.

Celebremos!!

Serviço Reumatologia da ULS de Coimbra

A Reumatologia em Coimbra

A Associação de Reumatologia de Coimbra, que apoia este projeto da Marionet, é formada por profissionais de saúde que trabalham na ULS de Coimbra e na Clínica Universitária de Reumatologia da Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra, estando estas profundamente empenhadas na investigação, disseminação e aplicação das melhores práticas no cuidado dos portadores de doenças reumáticas.

Publicamos regularmente resultados de projetos próprios de investigação em revistas nacionais e internacionais. Destacamos estudos dedicados à centralidade do doente no processo terapêutico, ao desenvolvimento de novos métodos de avaliação e tratamento das doenças, à procura dos melhores resultados na perspetiva do doente, e a compreensão dos fatores que influenciam a Felicidade e o bem-estar emocional destas pessoas. Colaboramos com grandes centros internacionais de investigação.

Fomamos anualmente dois novos especialistas da reumatologia, tendo distribuído um grande número deles por todo o país e até pelo estrangeiro. Contribuímos para a formação de outras especialidades e também de reumatologistas de outros países.

Colaboramos na formação pré-graduada de 350 a 400 médicos da Faculdade de Medicina, a cada ano. Procuramos dar-lhes os conhecimentos nucleares para que possam ajudar os doentes reumáticos no futuro, mas almejamos, sobretudo, inspirar neles os valores de empatia, respeito e empenho profissional que vertemos no nosso lema.

Serviço Reumatologia da ULS de Coimbra

Sobre a Marionet

Somos uma companhia de teatro orientada para a promoção e disseminação das culturas artística e científica através de atividades de cruzamento entre as artes performativas e as ciências.

No nosso trabalho de investigação, criação e comunicação temos como parceiros regulares teatros e centros de investigação científica e estamos envolvidos em diversos projetos de investigação.

O que nos move é o questionamento e a reflexão sobre o mundo, apoiados neste cruzamento disciplinar. Criamos espetáculos, fazemos investigação, organizamos colóquios e leituras, damos formação, fazemos filmes, editamos livros, partilhamos um centro de documentação.

Os Públicos da Marionet

Pretendemos avaliar o impacto do nosso trabalho, através de um pequeno questionário. Assim, a sua participação é de grande importância para nós e irá ajudar-nos a melhorar. Após a sessão, quando tiver oportunidade, poderá responder a algumas questões relacionadas com este espetáculo em www.bit.ly/atrasfelicidade ou através do Código QR ao lado. Desde já, agradecemos muito a sua disponibilidade!



A Felicidade

O Serviço de Reumatologia da ULS de Coimbra, que agrega as boas vontades de apoio a este projeto, adotou e guia a sua prática pelo seguinte lema:

“Promover Felicidade Mediante Cuidados de Excelência”.

Sentimo-lo na perspetiva do doente, querendo com isto dizer que nos interessa a Felicidade, o bem-estar global dos nossos doentes e não apenas a sua saúde física. Compreendemos que a saúde dá um contributo importante para a Felicidade, aquele que mais nos cabe alimentar, enquanto profissionais de saúde, mas o nosso trabalho não está completo se a saúde física não resultar em saúde mental e emocional, em usufruto completo do milagre de estarmos vivos, em suma: Felicidade.

Temos doentes que mantêm uma invejável alegria e encantamento com a vida, que espalham ao seu redor, apesar de corpos distorcidos que traduzem décadas de dor e sofrimento. A alegria mitigou-lhes o sofrimento e deu mesmo ajuda importante à eficácia da medicação. São vidas que valem muito a pena, apesar das dificuldades que o corpo enfrenta.

Observamos, por outro lado, que a forma como encaramos a vida influencia profundamente o nosso bem-estar. Tensões, preocupações e um olhar mais pesado sobre a existência podem refletir-se no corpo, causando ou intensificando dores e fragilidades. Cultivar a felicidade e o equilíbrio, abre caminho para um maior bem-estar, aliviando até mesmo dores que pareciam insuperáveis.

Assim, a Felicidade é, simultaneamente, o objetivo maior da saúde (de que vale um corpo saudável se a vida é corroída por miséria emocional?) e, ao mesmo tempo, uma valiosa arma terapêutica.

O alvo... e a seta!

Abraçamos também o nosso lema na perspetiva do profissional de saúde: aceitamos condicionar a nossa própria Felicidade à qualidade dos cuidados que prestamos, à Felicidade que, por essa via, promovemos nos nossos doentes. Como poderia o profissional de saúde ser feliz se, em consciência, reconhecesse que não dá à profissão nobre que escolheu e aos que dele precisam, o melhor de si mesmo? A promoção da Felicidade é, nesta perspetiva, um altruísmo temperado de egoísmo, o prazer e a realização que há em darmos e de nos darmos ao outro. Em fazer bem e em fazer o bem!

Serviço Reumatologia da ULS de Coimbra

Ficha Artística e Técnica

Discussão e Ideias **Beatriz Boletto, Carolina Costa Andrade, Danilo Pinto, Francisca Moreira, Inês Dias, Laetitia Moraes, Marcelo dos Reis, Mário Montenegro, Pedro Andrade**

Textos **Beatriz Boletto, Carolina Costa Andrade, Inês Dias, Maria José Pessoa, Mário Montenegro**

Encenação **Mário Montenegro**

Interpretação **Beatriz Boletto, Carolina Costa Andrade, Inês Dias**

Direção Técnica e Iluminação **Danilo Pinto**

Cenografia e Imagem **Pedro Andrade**

Figurinos **Cláudia Ribeiro**

Vídeo **Laetitia Moraes**

Música e Sonoplastia **Marcelo dos Reis**

Penteados **Carlos Gago – Ilídio Design Cabeleireiros**

Interpretação LGP **Jéssica Ferreira, Joana Sousa**

Audiodescrição* **Catarina Sobral, Emanuel Rodrigues**

Direção de Produção e Fotografia **Francisca Moreira**

Produção Executiva **Silvia Carballo, Vicente Paredes**

Comunicação **Carolina Costa Andrade, Ricardo Jerónimo**

Vídeo Promocional **Tiago Cerveira**

Registo de Vídeo **João Cunha**

Agradecimentos **Alexandre Carvalho, Ana Rita Correia de Matos, Anabela Silva, Cátia Duarte, Diana Carvalho, Fernanda Sousa, Georgina Pimentel, Gisela Figueiredo, Guilhermina Carvalho, José António Pereira da Silva, Larry Ibarra, Lucinda Minas, Luísa Santiago, Lurdes Acúrcio, Maria José Pessoa, Maurício Lopes, Micael Silva, Tânia Santiago, Umbelina Santos**

*Material de audiodescrição gentilmente cedido pelo Teatrão

Coprodução:



Entidades Parceiras



Apoios:

