

OS GRUPOS DE NA E A MEDICAÇÃO



OS GRUPOS DE NA E A MEDICAÇÃO

Conforme delineado no folheto *Em tempos de doença*, a opção de tomar medicação prescrita é uma decisão pessoal entre um membro, o seu/sua padrinho/madrinha, o médico e um poder superior. É uma decisão pela qual muitos membros lutam. Não é um assunto para os grupos resolverem. Este folheto não pretende esclarecer os membros sobre a decisão pessoal de tomar ou não medicação, nem tenta convencer os membros para terem opiniões diferentes sobre o uso de medicação. O que este folheto pretende é demonstrar que os grupos estão muitas vezes em melhores condições de transmitir a mensagem de NA e de melhor acolher alguém numa reunião, quando os membros se juntam para discutir este assunto. Cada grupo é autónomo e este folheto tem como único objectivo fornecer aos grupos uma ferramenta para desenvolver as suas próprias discussões. Nessas discussões, devemos lembrar-nos que, independentemente das nossas opiniões pessoais, decisões e experiências, as nossas Doze Tradições lembram-nos que o uso de medicação é um assunto externo aos grupos de NA e que todos os adictos são bem-vindos a NA.

Esta informação é destinada aos grupos de NA que estão a considerar como abordar esta questão. Como parte desta discussão, a substituição de drogas é abordada numa secção distinta, porque a filosofia de total abstinência de NA diferencia uma droga usada como substituição da medicação prescrita para outros problemas mentais ou físicos. Esperamos que a abordagem que se segue ajude os grupos nos seus esforços para preservar a unidade, dar as boas-vindas aos membros e criar um ambiente de recuperação.

O nosso bem-estar comum deve estar em primeiro lugar; a recuperação individual depende da unidade de NA.

Primeira Tradição

Quando os grupos de NA discutem o tema da medicação, incluindo o uso de medicação prescrita em caso de cirurgia, lesão, doença e medicação para a saúde mental, podemos começar por reconhecer a complexidade da situação. Aqueles que tomam medicação tendem a sentir-se julgados e a sentir que são tratados como se não pertencessem a NA, enquanto outros acreditam que a decisão de um membro partilhar enquanto toma medicação compromete a atmosfera de recuperação de uma reunião. Alguns membros viram amigos que tomavam medicação recair e outros viram amigos que tomavam medicação estabilizarem e manterem-se limpos. Apesar dos fortes sentimentos e opiniões que possamos ter sobre a questão da medicação, os grupos devem permanecer focados em como podem acolher os membros e transmitir a mensagem de recuperação de NA.

Seguem-se exemplos de alguns desafios que os grupos enfrentam em torno do tema da medicação nas reuniões de NA:

Foi dito a alguns de nós que, se estivermos a tomar medicação, não estamos limpos e não devemos partilhar nas reuniões. Quer isto dizer que aqueles de nós que sofrem de depressão devem simplesmente ignorar as indicações dos nossos médicos, mesmo que só estejamos a tomar os medicamentos conforme prescrito? Será que pertença sequer a esta irmandade?

Um membro do nosso grupo está a tomar medicação e a partilhar durante a reunião. Ficamos incomodados porque receamos que esse facto perturbe o ambiente da reunião. Deverá o grupo pedir a esta pessoa que se abstenha de partilhar até que pare de tomar medicação?

Temos um membro que é adicto, mas que sofre de doença mental notória. Quando está sob o efeito da sua medicação, é bastante funcional, mas ocasionalmente pára de tomar os seus medicamentos e fica bastante transtornado. Ele pensa que ficar totalmente abstinente o torna um membro de plenos direitos. O que devemos dizer-lhe, quando ele nos pergunta se está limpo?

Sejam quais forem as nossas opiniões pessoais, observações ou experiências acerca da utilização de medicação, o foco do grupo de NA deve estar na forma em como podemos trabalhar em conjunto, para transmitir a mensagem de NA nas nossas reuniões. O excerto da Primeira Tradição no livro *Isto resulta: como e porquê* lembra-nos que “tal como o anonimato é o alicerce espiritual das nossas tradições, a unidade abordada na Primeira Tradição é o alicerce prático, sobre o qual podemos construir grupos fortes e bem sucedidos.” Tendo a unidade como o nosso alicerce prático, descobrimos que as relações entre nós são mais importantes do que qualquer problema que possa surgir para nos dividir. Nenhum problema ou controvérsia é mais importante do que a necessidade de nos apoiarmos mutuamente.

CULTIVANDO A UNIDADE

A questão que os grupos de NA devem considerar é como receber pessoas e transmitir a mensagem de NA, nas mais variadas situações. A nossa unidade e o nosso propósito primordial podem orientar os nossos esforços para dar as boas vindas aos membros e criar um ambiente de recuperação. Desta forma, podemos ajudar os membros a utilizar o programa de NA e a aplicar princípios de recuperação nas suas vidas, independentemente da sua situação. Seguem-se alguns exemplos de como os grupos podem manter-se unidos e acolhedores perante uma variedade de desafios:

- ◆ Quando os membros de um grupo partilham livremente sobre a sua recuperação e os servidores de confiança recebem outros membros, os grupos são geralmente capazes de transmitir a mensagem de NA numa variedade de situações potencialmente desafiadoras.
- ◆ Se alguém partilha uma mensagem que parece comprometer o ambiente de recuperação, os membros do grupo podem tentar, de uma forma subtil, restabelecer o foco da reunião após essa pessoa ter partilhado. Isto não significa que os membros do grupo devam corrigir ou apagar

aquilo que foi dito, mas podem partilhar livremente a sua própria experiência, força e esperança, oferecendo uma perspectiva complementar.

- ◆ Escolher cuidadosamente um coordenador ou secretário, capaz de ajudar a manter uma atmosfera de recuperação durante uma reunião, também pode ajudar. Caso seja necessário, este líder do grupo pode ajudar a reorientar a reunião, anunciando uma pausa de cinco minutos ou convidando o grupo a juntar-se numa oração. Uma atitude empática e inclusiva por parte do líder e membro do grupo é, normalmente, a forma mais eficaz de ultrapassar essas situações.
- ◆ O grupo pode reflectir de que forma pode praticar princípios como a tolerância, o amor e a compaixão, em situações que podem causar preocupação. Considerar formas de responder a estas situações potencialmente assustadoras com compaixão e tolerância, em vez de reagir, pode permitir ao grupo a manutenção de um bom ambiente de recuperação e transmitir a mensagem de NA.

DISCUSSÃO DE GRUPO

Uma das formas mais eficazes que um grupo pode trabalhar para resolver estes desafios é discutindo sobre o seu propósito primordial. Uma discussão centrada na maneira como os membros do grupo recebem pessoas em NA pode ajudar a esclarecer o que é responsabilidade do grupo e o que não o é. Uma reunião de assuntos de grupo também pode ajudar os membros a tomar consciência da forma como tratam as pessoas que vêm às reuniões. Por exemplo, se um grupo tem uma atitude pouco acolhedora perante novos membros que tomam medicação devido a um problema médico, esse grupo estará provavelmente a afastar precisamente aqueles a quem está a tentar dar a conhecer a mensagem de NA. Discutir questões como as que abaixo se apresentam pode ajudar os membros do grupo a encontrar formas de manter um ambiente de recuperação em situações potencialmente desafiadoras:

- ◆ O que faz o nosso grupo para ajudar os novos membros a sentirem-se bem-vindos? De que forma o nosso grupo pode acolher melhor os recém-chegados?
- ◆ O que pode o nosso grupo fazer para criar e manter um forte ambiente de recuperação?
- ◆ O que pode o nosso grupo fazer para promover a unidade?
- ◆ O que pode o nosso grupo fazer para ajudar a assegurar que todos os membros (em especial, aqueles que representam um maior desafio) se sintam aceites e valorizados?

O SERVIÇO E O USO DE MEDICAÇÃO

Outro assunto com o qual os grupos têm de lidar frequentemente é saber se um membro que está a tomar medicação é elegível para um cargo de serviço no grupo ou na estrutura de serviço. Os grupos devem avaliar se um membro é ou não capaz de realizar as tarefas associadas ao cargo e não se um membro está a tomar medicação. Se um membro parece instável, ele ou ela, não é adequado para um cargo de serviço, independentemente de estar a tomar medicação.

DROGAS DE SUBSTITUIÇÃO

Por definição, as drogas de substituição são utilizadas por motivos diferentes da medicação prescrita para problemas de saúde física ou mental. Esta distinção faz das drogas de substituição um assunto à parte para nós em NA. Quando se trata de pessoas que participam em programas de substituição, é útil lembrar que a nossa 3ª Tradição define claramente que a adesão a NA estabelece-se quando alguém tem o desejo de parar de usar ou quando opta por se tornar membro e não quando está limpo. Independentemente da questão, os grupos estão encarregados de acolher qualquer pessoa que entre numa reunião.

Os tribunais exigem a frequência das reuniões de NA para aqueles que estejam em programas de substituição. Alguns destes adictos partilham nas nossas reuniões. Será este um assunto externo? Onde fica a nossa mensagem de abstinência total? Nós queremos fazer o que está certo, mas preocupa-nos que o recém-chegado receba a mensagem errada. Estamos a falar de uma questão de vida e morte!

Alguns membros de NA estão confusos ou são mesmo intolerantes no que respeita aos membros que estão em programas de substituição, por verem na substituição de drogas uma contradição relativamente ao princípio de NA de abstinência total. Alguns de nós receiam que aqueles que usam drogas de substituição queiram partilhar ou falar em nome de NA. Pode ser útil para todos nós lembrarmo-nos que muitos adictos em programas de substituição, acabam por ficar limpos, manterem-se limpos e encontrarem um modo de vida que pensavam ser impossível de obter antes de chegarem a NA. Este processo nem sempre ocorre quando um adicto assiste à sua primeira reunião – ficar limpo e manter-se limpo é muitas vezes uma decisão que se toma após assistir a muitas reuniões durante um período de tempo.

Devido ao facto de NA ser um programa de abstinência completa, por vezes os grupos restringem a participação de membros que usam drogas de substituição de modo a garantir a clareza da mensagem NA. No entanto, temos de ponderar essa limitação na participação com a ideia de que a adesão a NA nasce com um desejo de parar de usar e não com a abstinência. Como nos lembra a Terceira Tradição, em *Isto resulta: como e porquê*, “o desejo não é algo que se possa medir. Vive no coração de cada membro individual. Dado que não podemos julgar o único requisito para se ser membro, somos encorajados a abrir completamente as portas das nossas reuniões a qualquer adicto que deseja juntar-se a nós.”

Abrir as nossas portas a estes membros significa que os grupos discutem esta questão e encontram formas

de fazer com que todos se sintam bem-vindos. Cada grupo é autónomo e, em última instância, a consciência do grupo irá determinar o nível de participação das pessoas que estão em programas de substituição. Alguns grupos podem decidir encorajar aqueles em programas de substituição a fazer serviço no cargo do café ou chá ou a desempenhar um cargo de limpeza da sala, em vez de assumirem cargos de liderança. Esses compromissos podem encorajar o desejo de uma completa abstinência, pois permitem que esses membros se sintam parte de NA.

A realidade é que alguns grupos já permitem que membros que seguem programas de substituição partilhem e coordenem reuniões, enquanto outros não o fazem. Embora possamos não estar de acordo com este nível de participação, podemos simplesmente reconhecer o que existe e encontrar formas de encorajar qualquer membro a ficar limpo e a encontrar a esperança e a recuperação que são possíveis em NA. Para os grupos, a verdadeira questão é como honrar a filosofia de NA de completa abstinência e continuar a dar as boas-vindas a adictos nos nossos grupos e reuniões. O mais importante é não deixar que os nossos medos interfiram na capacidade que os nossos grupos têm de transmitir a mensagem de NA de esperança e liberdade.

O único requisito para se ser membro é um desejo de parar de usar.

Terceira Tradição

Um dos aspectos mais estimulantes desta questão é que, enquanto um grupo de NA é livre para pedir àqueles que tenham usado nesse dia que se abstenham de partilhar na reunião, os grupos não decidem o que significa “usar”, para cada indivíduo. O uso de medicação é um assunto sobre o qual muitos membros têm fortes sentimentos pessoais, mas um grupo não existe para impor, promover ou opor-se às opiniões pessoais de um membro. Qualquer membro – aqueles que tomam medicação e aqueles que sentem que tomar medicação é inapropriado – tem a responsabilidade

de não apresentar os seus sentimentos e opiniões pessoais como as opiniões de Narcóticos Anônimos como um todo.

Em NA, atraímos intencionalmente pessoas que estão doentes, instáveis e que precisam de ajuda. O nosso desafio é continuar a praticar a tolerância, a paciência e o amor, para criarmos um ambiente no qual aqueles que querem recuperar o possam fazer. Muitos de nós já observaram como as reuniões de NA são afectadas por rupturas, controvérsias e negatividade em torno desta questão. Porém, quando esses desafios são tratados incorporando os princípios espirituais do nosso programa, tem como resultado que os grupos se tornam mais fortes e focados. A recuperação é muitas vezes um processo exigente com muitos altos e baixos e os grupos de NA tendem a passar por desafios semelhantes. No entanto, são estas lutas que nos permitem crescer como indivíduos e como grupos. Narcóticos Anônimos existe para ajudar adictos a encontrar um novo modo de vida e juntar-se a NA significa tornar-se parte de uma irmandade viva e diversificada. Conforme a nossa Primeira Tradição nos lembra, "As nossas relações uns com os outros são mais importantes que qualquer assunto que possa surgir para nos separar." Manter isto em mente permite aos nossos grupos servir melhor todos os adictos que procuram recuperação em NA.



Tradução de material de serviço aprovado
pelos Quadros Mundiais.

*Os folhetos de serviço devem ser usados pelos membros,
grupos e comissões de serviço como um recurso, em vez
de serem lidos nas reuniões de NA.*

© 2010 by NA World Services, Inc. Todos os direitos reservados.
19737 Nordhoff Place ❖ Chatsworth, CA 91311 ❖ USA
t 818.773.9999 ❖ f 818.700.0700 ❖ www.na.org