

À mesa com Isaura Tavares Investigadora da dor

JORGE FIEL
jorge.fiel@jn.pt



"O cérebro sabe enganar-nos"

Tinha 19 anos quando começou a estudar a dor. Na Primavera de 1985, poucos dias antes de abalar para o estágio da seleção nacional de basquetebol, sofreu uma entorse, num treino do lar Académico. O sofrimento era grande, mas para Isaura estava fora de causa falhar a presença no estágio que antecedia a viagem para Palma de Maiorca onde a equipa de Portugal disputaria a poule de acesso à fase final do Europeu.

Fez tratamentos com gelo e água quente. Descobriu como enganar o cérebro. Com o pé me-

tido na bota, aguentava a dor intensa que sentia quando começava a correr até ela ser camuflada pela libertação das endorfinas. Apesar de ter perdido os três jogos (com Espanha, Israel e Bélgica), valeu a pena o esforço.

Vinte e seis anos volvidos sobre este episódio de auto-superação, Isaura Tavares, 45 anos, 1,73m, é investigadora no Instituto de Biologia Molecular e Celular (IBMC) da Faculdade de Medicina do Porto e foi a

coordenadora-geral de um estudo distinguido com o Prémio Grunenthal Dor.

O trabalho premiado lança uma nova luz sobre o circuito neuronal da dor ao revelar que a libertação de uma substância chamada noradrenalina amplia a sensação de dor.

"O nosso cérebro tem uma enorme capacidade de nos enganar", comenta a antiga internacional de

Data: 07.08.2011

Título: "O cérebro sabe enganar-nos"

Pub:



Tipo: Jornal Nacional Diário

Secção: Nacional

Pág: 56

basquetebol, que tirou recentemente o curso de treinadora (sacrificando os fins-de-semana durante três meses) e ocupa-se da equipa feminina de minibasquetebol do CPN, o clube de Ermesinde onde joga a sua filha, que já é mais alta do que ela – apesar de ainda só ter 14 anos.

Escolheu almoçarmos no restaurante dos SASUP, nas traseiras do Hospital de S. João que estão transformadas num imenso estaleiro de construção das novas instalações da Faculdade de Medicina, onde ela dá aulas de Histologia e Embriologia aos alunos do 2.º ano.

Acabada de regressar de um congresso médico em Florença, aproveitou a estadia para visitar o Palácio Pitti (que a deslumbrou), mas abusou de pizzas, lasanhas, pastas e gelados, e por isso, prudentemente, comeu uma sopa de legumes, salmão e fruta.

Isaura foi a primeira bióloga a

ser contratada pela Faculdade de Medicina do Porto, mal acabou o curso, em 1989. Começou por investigar a espinal medula, que foi a porta de entrada para o objecto actual do seu trabalho: o mecanismo da dor.

“No brain, no pain”, cita a título de introdução da explicação sobre a maneira como o cérebro controla a dor e como hoje em dia, recorrendo à meditação, ioga e sessões de relaxamento, podemos aprender a controlar a dor, diminuir o seu impacto e evitar que ela se torne crónica, mesmo quando desaparece a sua causa – o exemplo mais acabado desta situação é a dor do membro-fantasma, que continua tatuada no cérebro e a incomodar-nos, mesmo depois de ter sido amputado.

A dor passou a ser considerada o quinto sinal vital (além da pressão arterial, pulso, temperatura e frequência respiratória), mas a medição da sua intensidade, numa escala de zero a dez, é naturalmente muito subjectiva, pois depende da classificação dada pelas pessoas que a sentem.

“O cérebro das pessoas ansiosas

e deprimidas tende a ampliar e catastrofizar a dor”, explica Isaura, acrescentando que não podemos levar a dor muito a mal, pois ela é também uma coisa boa, já que é um sinal de alerta de algo de errado que está a acontecer numa determinada parte do nosso corpo. As raras pessoas que nascem desprovidas de capacidade para sentir a dor raramente sobrevivem mais de dez a 20 anos. E o cancro no pâncreas costuma ser fatal porque o tumor consegue esconder do cérebro o seu desenvolvimento. Quando sentimos a dor já é tarde de mais.

RESTAURANTE SASUP	
DA FACULDADE DE MEDICINA DO	
PORTO	
Alameda Prof. Hermâni Monteiro	
Porto	
1 SOPA DE LEGUMES ...	1,00
2 SALMÃO GRELHADO ...	15,00
3 ÁGUA DAS PEDRAS ...	2,40
2 FRUTA TROPICAL ...	2,80
2 CAFÉS ...	1,30
TOTAL 22,60 EUROS	

