



UM BEM MAIOR

Antropoceno define a mais recente época geológica, onde a atividade humana é a força dominante na mudança na geologia, clima e ecossistema da Terra.

Este crescimento da ação humana iniciou grande aceleração nos anos 50, fez o planeta atingir o ponto de saturação nos anos 90, e as alterações climáticas e o aquecimento global fazem parte do nosso presente.



CRISTINA QUADROS
PRESIDENTE
DA DIRECÇÃO
REGIONAL DO
CENTRO DA ORDEM
DOS PSICÓLOGOS

O futuro estima-se muito pior.

O Secretário Geral da Nações Unidas, António Guterres, refere que 2020 é o ano limite de viragem, a partir do qual pode não haver retorno, com consequências desastrosas para os humanos e os sistemas naturais que os suportam. Diz ainda que cada dia conta e que conta com cada um.

Se a ação humana é responsável por grande parte das alterações climáticas, será com no-

vos comportamentos e novos hábitos que seremos também capazes de inverter este cenário. Somos a primeira geração a ter consciência deste impacto e ao mesmo tempo a primeira a saber como evitar que as projeções catastróficas se tornem realidade.

Como especialistas da mudança de comportamentos, os psicólogos estão comprometidos no desenho, implementação, acompanhamento e avaliação de processos de mudança. Investem na promoção de competências essenciais como resiliência, adaptação ao contexto, gestão de stress e

trabalho em equipa, em todos os contextos de vida e em todas as idades.

Em novembro último, em Lisboa, na International Summit on Psychology and Global Health – A Leader in Climate Change, mais de 40 Associações de Ordens de Psicologia de todo o Mundo, assumiram o compromisso de defender e apoiar a colaboração internacional e interdisciplinar para mitigar e facilitar a adaptação à crise climática.

Poderá esta missão coletiva por um bem maior ser a verdadeira fonte de bem-estar que todos procuramos. ◀