



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS



Estudo da Ordem divulgado no *Dia Mundial da Saúde Mental*

Psicólogos nos centros de saúde evitam 70% das hospitalizações

Ter mais psicólogos em hospitais e centros de saúde permitiria reduzir, significativamente, as consultas médicas e os internamentos, refere um relatório sobre o *Custo-Efetividade da Intervenção Psicológica*, elaborado pela Ordem dos Psicólogos Portugueses e divulgado na passada segunda-feira, *Dia Mundial da Saúde Mental*. O documento, já entregue ao ministro da Saúde, reúne também as conclusões de vários estudos nacionais e internacionais que dão conta das muitas vantagens para a saúde e para a economia em ter mais psicólogos a operar no sistema público de saúde.

A existência de psicólogos nos centros de saúde pode poupar dinheiro, consultas, tempo de internamento e reduzir o consumo de antidepressivos, que aumentou mais de 50% na última década, defende a Ordem, que estima também que ter psicólogos nas equipas dos centros de saúde e hospitais pode "fazer baixar 50 por cento o número de consultas médicas, cerca de 70 por cento a frequência de hospitalizações" e reduzir o número de dias de internamento. Se as políticas de saúde não tiverem estes dados em atenção, vai continuar a haver um "desperdício insustentável" para o País, alerta o documento, que reclama dos decisores formas de ajuda que, além de preferidas pelos doentes, permitam "diminuir os custos e ganhos significativos a nível do bem-estar".

O estudo salienta também que a intervenção de psicólogos pode trazer resultados não só em doenças como depressão, mas tam-



bém em casos de doenças cardíacas - redução de "mortalidade e recorrência de 70 a 84 por cento" nos dois anos a seguir - e em alguns cancros, em que um psicólogo pode ajudar a melho-

rar o estado mental e a reduzir sintomas físicos. Entre 2000 a 2009, refere a Ordem, houve um aumento na utilização de 52 por cento de psicofármacos, especialmente antidepressores e anti-

psicóticos. E em 2009, para o Serviço Nacional de Saúde, as comparticipações com este tipo de medicamentos atingiam 22 milhões de euros. Segundo orientações dos organismos de saúde internacionais, medicamentos como benzodiazepinas (ansiolítico) não devem ser usadas por mais de quatro semanas em caso de ansiedade e em caso de depressão ligeira, o aconselhamento psicológico pode ser suficiente.

"Normalmente, com seis a oito sessões conseguimos garantir que a pessoa tenha resultados de bem-estar e que a intervenção se pague a si própria", garante Telmo Mourinho Baptista, Bastonário da Ordem dos Psicólogos. Isto, continua o psicólogo, quando se sabe que actualmente há um aumento potencial grande de perturbações do ponto de vista mental, como ansiedade, depressão, stress e aumento de suicídio. No País, existem pouco mais de 170 psicólogos a trabalhar em centros de saúde e menos de 300 nos hospitais. ■

As Caixas e a Matriz em Caldas da Rainha

O Serviço de Psiquiatria e Saúde Mental do Centro Hospitalar Oeste Norte (CHON) organiza duas acções, hoje e sábado, na cidade de Caldas da Rainha, para assinalar o *Dia Mundial da Saúde Mental* (10 de Outubro). *As Caixas e a Matriz* (construção de uma matriz transdisciplinar) é o nome da iniciativa, que integra um *workshop* dedicado ao tema Identidades e também o Baile da Matriz. "Cada profissional e instituição é como uma «caixa», aberta, fechada, encaixando e desencaixando modelos de trabalho, normas, códigos ético-deontológicos e identidades. Cada caixa é uma parte fundamental para a construção da matriz, entendida metaforicamente como útero, lugar onde alguma coisa nasce ou se gera", explica Paula Carvalho, directora do CHON e coordenadora desta iniciativa. O *workshop* destina-se a toda a classe médica, psicólogos, enfermeiros, sociólogos, assistentes sociais e todos os profissionais com interesse pela área da Saúde Mental, incluindo doentes e seus familiares. O *Baile da Matriz*, sob o tema *Céu de Vidro*, será aberto a toda a população e realiza-se sábado, a partir das 22 horas, no Largo da Copa, junto ao Hospital Termal das Caldas da Rainha. ■