



Entrevista

Suzana Caldeira Presidente da Direção Regional dos Açores da Ordem dos Psicólogos Portugueses alerta para mais-valia de um maior investimento nos cuidados de saúde primários

Cuidados de saúde primários na Saúde Mental são mais-valia

PAULA GOUVEIA
pgouveia@acorianooriental.pt

Que papel desempenha a direção dos Açores da Ordem dos Psicólogos?

(...) O lema da lista que venceu as primeiras eleições para a Direção Nacional foi o de "Afirmar os Psicólogos". O papel e os objetivos da Direção Regional dos Açores (DRA) vêm neste alinhamento e continuidade, tendo como foco essencial afirmar os psicólogos nos Açores. (...) Pretende-se desenvolver todos os esforços para dar a conhecer de forma mais ampla o que de melhor se faz em Psicologia na Região. Neste sentido, a DRA pretende trabalhar empenhadamente para a comunicação entre os psicólogos das ilhas dos Açores, para o aumento da relevância da psicologia na Região, bem como apostar no desenvolvimento profissional e na criação de melhores oportunidades a nível regional. (...) Importa sublinhar que no âmbito das primeiras reuniões realizadas na ilha Terceira e na ilha do Faial, este janeiro, colegas disponibilizaram-se para, voluntariamente, colaborarem em iniciativas e atividades previstas no plano de ação desta direção regional.

As políticas regionais para a saúde mental têm sido as adequadas? O que deve ser melhorado no serviço regional de saúde, no que à saúde mental diz respeito?

Nas épocas de crise económica a tendência é para que os impactos sejam negativos na saúde dos cidadãos, sobretudo se não se apostar nos cuidados de saúde primários e, neste âmbito, a Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) tem vindo a chamar a atenção publicamente para a relevância de cuidar da saúde mental dos ci-

dadãos, através de intervenções atempadas e efetivas. O Bastonário, Telmo Mourinho Baptista, tem vindo a sublinhar a necessidade de mais consultas de Psicologia no Serviço Nacional de Saúde, com vista a contrariar o aumento das depressões, ansiedade, baixas médicas e suicídios que se tem verificado.

A dureza da vivência nas nossas ilhas, em especial as situações de catástrofe natural, pode ter contribuído para o desenvolvimento, nos açorianos, de alguma resiliência, isto é, a capacidade para lidar adequadamente com situações adversas. No entanto, esta capacidade que eventualmente possamos ter não nos distingue tanto da população de outras zonas do País, pelo que todo o investimento em cuidados de saúde primários que a Região possa vir a intensificar constitui, indubitavelmente, uma mais-valia.

Como está a saúde mental dos açorianos?

Como já referi, as épocas de crise económica potenciam situações de desesperança que propendem a aumentar o número de casos de depressão, ansiedade, baixas médicas e, mesmo, suicídios. É nestas situações de maior adversidade que as fragilidades pessoais emergem, dificultando às pessoas, independentemente da sua idade, responderem de forma adequada e satisfatória às solicitações e mesmo a contrariedades do quotidiano. O que se verifica, na generalidade e sem dados atuais e concretos sobre a Região, é a vivência de desânimo, frustração, impotência, que em alguns casos pode mesmo traduzir-se em comportamentos de risco e agressão dirigidos a si próprio e na relação com os outros.



Em época de crise tendem a aumentar os casos de depressão, ansiedade, baixas e até suicídios

Que patologias são mais frequentes?

Eu não falaria em patologias mais frequentes, mas antes situações que merecem a atenção dos psicólogos em diferentes contextos de intervenção. Por exemplo, em ambiente escolar, importa atender a dificuldades de aprendizagem que os alunos evidenciem, a comportamentos de risco que adotem e a uma dinâmica desestruturada das relações interpessoais. Em contexto clínico e de saúde para além de se encontrar a necessidade de apoio a casos de doença física (por exemplo, cancro) e/ou perturbações mentais graves, é muito importante a intervenção em casos de depressão e ansiedade, para que não evoluam para quadros deveras incapacitantes da vida das pessoas. No ambiente organizacional existem dificuldades relacionadas com o trabalho, em especial as situações de trabalho precário, e o crescimento da incerteza em relação à manutenção do emprego. Existem, também, atividades profissionais que comportam elevado risco, o que chama a atenção para a importância a prevenção de situações de stress e bur-

nout.

Numa conjuntura de grandes dificuldades para as famílias e cidadãos em geral, que problemas surgem nos consultórios?

O contexto atual é propiciador a uma desorganização pessoal, da família e dos grupos, e a sentimentos de tristeza profunda e persistente, falta de controlo, ansiedade, stress, desânimo, desmotivação. Deste modo, em consulta tanto se encontram indivíduos que procuram ajuda para superar os obstáculos e as adversidades que enfrentam a título individual, mas também situações familiares, com predomínio de conflitos e de dificuldades na relação uns com os outros.

Que alertas deixa?

Num cenário de crise em que as pessoas se defrontam com dificuldades agravadas, importa perceber-se a importância da Psicologia tanto no plano da prevenção de determinadas situações e do agravamento de outras, como no acompanhamento especializado centrado nos problemas já instalados e nos sinais de perturbação. (...)*