



O CONVIDADO

Os psicólogos e a crise



TELMO MOURINHO BAPTISTA
Bastonário da Ordem
dos Psicólogos

Os psicólogos são uma das profissões mais habituadas a lidar com crises. Uma boa parte da sua vida profissional prende-se com situações de crise – pessoal, familiar, de grupos profissionais ou mesmo comunidades. Conhecem a fundo as reacções que as crises provocam nas pessoas como a confusão, a desorientação, o desânimo, o medo, a ansiedade, a depressão e tantas

outras. A mais ameaçadora das quais é a desesperança, esse estado em que deixamos de acreditar que existe qualquer coisa que possamos fazer para mudar a situação em que nos encontramos.

As crises são ameaçadoras pela vivência de grande incerteza. A perda de controlo é assustadora, as bases de sustentação ruem e a confiança fica abalada. As crises são oportunidade apenas quando conseguimos agarrar essa oportunidade com os recursos de que dispomos. Infelizmente, muitas crises são desorganização, desagregação e ruína. Por isso temos de encontrar rapidamente medidas vigorosas que permitam desenvolver uma espiral de confiança, sustentada

em passos realistas, empenhados e com uma motivação de futuro, em que os sacrifícios façam sentido.

Um relatório de 2011 da Organização Mundial de Saúde alerta para o impacto que as crises económicas têm sobre a saúde mental. Além disso mostra como os problemas de saúde mental têm um efeito económico significativo, sob a forma de perda da produtividade que se situa nos 3-4% do PIB da UE. As baixas por

perturbação mental, a medicação, as prestações compensatórias, a produtividade perdida, são despesas que têm de ser tidas em consideração quando se tem de fazer escolhas sobre que forma pretendemos intervir.

“
As crises são
ameaçadoras pela
vivência de
grande incerteza”

A intervenção psicológica dispõe de modelos de intervenção breve e focalizada para ajudar as pessoas, grupos e comunidades. A avaliação do custo-benefício é francamente positiva para este tipo de intervenção. É extraordinário que não se utilize os recursos que a psicologia tem para ajudar o País, principalmente, quando não existe falta de psicólogos que poderiam dar o seu contributo. É apenas mais uma instância do desperdício de capital humano que faz com que nem os nossos próprios recursos consigamos aproveitar.

Como tive oportunidade de afirmar na sessão de abertura do 1.º Congresso da Ordem dos Psicólogos, que decorreu de 18 a 21 de Abril, em Lisboa, “o desinvestimento em psicólogos nos serviços de saúde e nas escolas, bem como noutras instituições públicas de

suporte social, combate ao desemprego e promotoras da reinserção social dos cidadãos, é um risco para o País, fragiliza as gerações futuras e terá custos insustentáveis para o tecido económico”

É fundamental desenvolver respostas de proximidade junto dos cidadãos, nos centros de saúde, nas escolas, nas empresas, na comunidade. Precisamos de fazer uma apreciação equilibrada das ameaças, mobilizar os recursos disponíveis, encontrar soluções que representem as escolhas que as pessoas podem fazer – e há escolhas mesmo que com grandes constrangimentos – e, sobretudo, devolver a esperança. Os psicólogos têm um papel importante nestas tarefas, e estão disponíveis para dar o seu contributo ao País.

O autor do texto não seguiu o novo Acordo Ortográfico