

Moção temática CPC da JSD/Ribeira Grande

1ª subscritora – Maria Inês Andrade Amaral Gouveia

“Priorizar a Saúde Mental na agenda política”

A nossa Saúde Mental está diretamente relacionada com a forma como reagimos às exigências da vida e ao modo como gerimos os nossos desejos, emoções, ambições, etc... digamos que ter uma boa saúde mental é estarmos bem connosco e com os outros.

No fundo, a Saúde Mental define o nosso bem-estar emocional, psicológico e social. Afeta a nossa forma de pensar, sentir e agir quando enfrentamos, por exemplo, os vários obstáculos que nos vão surgindo ao longo da vida.

Esta é uma dimensão da saúde que, muito provavelmente pela aparente invisibilidade do seu impacto, frequentemente deixámos para um plano secundário do nosso quotidiano.

Neste sentido, a JSD/Ribeira Grande tem assumido a Saúde Mental como uma das suas prioridades políticas e considera ser crítico que o Governo também o faça, dada a importância do assunto.

É de extrema necessidade reforçar a intervenção junto das crianças e jovens de hoje. A JSD considera prioritário capacitar os diversos agentes do sistema educativo, do pré-escolar ao ensino superior, para uma melhor identificação e gestão de potenciais situações de perturbação mental nas crianças e jovens.

Indicadores como 1 em cada 5 portugueses sofre de algum tipo de perturbação psiquiátrica e sendo Portugal o 2º país da União Europeia com maior prevalência de doença mental, preocupa-nos imenso. As perturbações mentais, nomeadamente a ansiedade e a depressão, representam cerca de 11,8% da carga global de doença a nível nacional. Salienta-se ainda que o suicídio é a segunda causa de morte entre jovens dos 15 aos 29 anos, revela a Organização Mundial da Saúde.

Vários estudos recentes retratam-nos uma população jovem portuguesa triste, ansiosa e irritada, em muitos casos evidenciando a existência de crises depressivas, devido a múltiplos fatores como o bullying, o stress, as dificuldades

de aprendizagens, determinadas dependências e a exposição excessiva a ecrãs. Um cenário que deve ser reconfigurado, o quanto antes.

Assim, a JSD/Ribeira Grande propõe as seguintes medidas de modo a melhorar a Saúde Mental das atuais e novas gerações:

1- Criação de um “cheque-psicólogo”: Uma vez que se ambiciona que o direito e o acesso à Saúde Mental se verifiquem o mesmo para todos, propomos a implementação do designado “cheque-psicólogo”, de modo que seja possível colmatar dificuldades de acesso a serviços de saúde mental em zonas da ilha nas quais a oferta da rede pública seja insuficiente ou, até mesmo, inexistente.

2- Maior número de psicólogos por município: Consideramos ser de enorme necessidade haver um maior número de psicólogos por município. Para que seja efetivamente possível dar uma resposta eficaz e atempada às necessidades de saúde existentes. A JSD defende que é crítico um reforço de profissionais de saúde mental.

3- Obrigatoriedade em ter, de seis em seis meses, serviço de psicologia e avaliação psicológica obrigatória, em todas as médias e grandes empresas: Disponibilização de serviço gratuito de psicologia aos funcionários. Os atendimentos seriam feitos individualmente ou em grupo, conforme a vontade de cada trabalhador. Alguns sentir-se-ão mais à vontade em falar com o profissional de saúde a sós; outros, irão optar por serem atendidos em grupo, uma vez que discutir os nossos problemas e contar com opiniões e conselhos de alguém que esteja na mesma situação que nós, pode ser reconfortante. Pensamos também que seria uma opção válida avaliações psicológicas obrigatórias, de seis em seis meses, de modo a avaliar o estado psicológico de cada indivíduo. É fundamental garantir que todos os trabalhadores contam com uma boa saúde mental, pois, não só dar-se-á o melhoramento do clima empresarial, como poderemos esperar uma maior produtividade por parte dos mesmos e, conseqüentemente, um rendimento acrescido, nas funções que desempenham no seu local de trabalho. Deste modo, estes funcionários poderão ter uma rotina mais saudável e entregar resultados mais produtivos, criativos e eficientes. De facto, cuidar da saúde mental, no ambiente de trabalho, influencia diretamente os resultados obtidos pela empresa.

4- Propomos, ainda, um serviço de psicologia gratuito para bombeiros, polícias e GNR: Isto porque, de acordo com o Jornal Expresso, e passo a citar: “A taxa de suicídio nas forças policiais duplica a da população geral (e as armas de serviço são usadas em 83% dos casos). A notícia ainda nos diz que, no fim do ano passado, três militares da GNR decidiram pôr fim à sua vida da mesma forma: um tiro com a arma de serviço. Antes do ocorrido, os três militares já tinham dado sinais de que não estavam bem. Por isso, como já referi, é fundamental colocar a questão da Saúde Mental acima de qualquer assunto. É necessário sentarmo-nos, conversar, tentar perceber o que passa e partir de imediato para a ação. Não podemos dar tempo a algo que pode vir a tirar o nosso, a qualquer momento. Estes policiais tinham acesso à sua arma de serviço 24 horas por dia, portanto, isto tinha tudo para acabar da forma como acabou.

Para além disso, o Diário de Notícias diz-nos que: “Fatores como as precárias condições de trabalho: baixo salário, a exposição a traumas, stress e pressão da profissão - são exemplos de situações que podem contribuir para depressões e suicídios que se registam nestas forças”. Paulo Rodrigues, presidente da Associação Sindical dos Profissionais da Polícia, ainda acrescentou que: “(...) a PSP devia fazer mais. É uma instituição fria, onde os recursos humanos tratam os polícias como números e raras vezes há a sensibilidade para olhar para a situação de cada um”. É de lamentar que isto aconteça, mas é a nossa realidade.

Para concluir, são estas as nossas relevantes e abrangentes propostas, através das quais a JSD/Ribeira Grande pretende contribuir para que, na nossa ilha, ou, de forma geral, na nossa região autónoma, se possa reverter este paradigma preocupante no que diz respeito à Saúde Mental. Queremos garantir que as atuais e futuras gerações sejam mais saudáveis e mais felizes!