

27 de abril de 2017

<http://justnews.pt/noticias/-preciso-fazer-se-mais-formacao-nos-csp-para-se-prevenir-o-suicidio>



## «É preciso fazer-se mais formação nos CSP para se prevenir o suicídio»

A taxa de incidência de suicídios, em Portugal, é de 11,7 por 100 mil habitantes, de acordo com o relatório “Saúde Mental em Números – 2015”, da Direção-Geral da Saúde. As regiões mais afetadas são o Alentejo e os Açores.

Um problema de saúde pública que exige cada vez mais formação dos profissionais de saúde, principalmente da área dos CSP, segundo Fausto Amaro, que se encontra a meio do seu mandato (2016-2018) à frente da SPS. “Há profissionais de saúde, nomeadamente os mais novos, que dizem sentir muitas dificuldades na deteção do risco de suicídio”, frisa.

### **"Estabelecer uma maior articulação entre cuidados"**

Para Fausto Amaro, “é essencial apostar na formação contínua e na supervisão do trabalho desenvolvido nesta área, para que se possa agir e prevenir o problema”.

Com esta supervisão, pretende-se garantir a observação das boas práticas em saúde. “Todos devemos ser supervisionados, para que se faça um bom trabalho, que implica sempre uma equipa multidisciplinar”, diz.

O presidente da SPS alerta que, perante esta realidade, para se alcançarem bons resultados no combate ao suicídio, também é preciso estabelecer uma maior articulação entre cuidados. “Os CSP são essenciais na prevenção do suicídio, mas é preciso que estes estejam interligados com os serviços de Psiquiatria e Saúde Mental”, adverte.

### **"Nunca se podem utilizar expressões banais"**

Este trabalho de equipa, multidisciplinar, contribui para que os profissionais de saúde saibam como falar com uma pessoa que se suspeita ter tendências suicidas ou que diga mesmo ao médico que pretende por fim à vida. “É uma área muito delicada, que exige muita formação, porque nunca se podem utilizar expressões banais, como ‘Isso não faz sentido’, ou ‘Tudo vai passar’.”

Fausto Amaro reforça que “saber comunicar com os utentes é essencial, assim como, em caso de dúvida, é preciso saber quando se deve perguntar se a pessoa quer mesmo morrer e, de seguida, ajudá-la a encontrar uma alternativa, sem nunca desvalorizar o que ela está a sentir”.

### **Políticas necessitam de ser "ajustadas"**

Para o presidente da SPS, o combate ao suicídio não tem tido melhores resultados por falta de formação contínua nesta área, mas também pelo facto de as políticas nem sempre estarem ajustadas às mudanças observadas na sociedade.

“As políticas deviam ser mais baseadas na evidência científica e no conhecimento existente em várias áreas”, afirma. E explica porquê: “A sociedade mudou muito, a dinâmica familiar não é a mesma de há uns anos e, se há perturbações psiquiátricas com forte base fisiológica, não se pode descurar o enquadramento social, familiar e comunitário.”

Sublinha igualmente a necessidade de políticas sociais específicas, sobretudo em alturas de crise, em que as pessoas e as famílias se encontram mais vulneráveis. Outro ponto que gosta de referir é o papel da comunicação social, que deve ser vista como um parceiro fundamental.

### **"É preciso compreender a sociedade e a cultura"**

"É importante saber-se dar a notícia de um suicídio, para que se evitem mais casos por imitação", sublinha. Torna-se assim importante dar formação aos jornalistas, "para que essa notícia seja dada de modo a que se passe a mensagem de que há alternativa a esse comportamento".

O contributo da Sociologia Fausto Amaro, como sociólogo, realça o papel da Sociologia no combate ao suicídio: "É preciso compreender a sociedade e a cultura, as várias transformações que vão ocorrendo e que também influenciam o aumento de determinadas patologias associadas, como é o caso da depressão."

E continua: "Quer nas perturbações mentais, quer no suicídio, é preciso também combater o estigma, que é sobretudo de origem social. Isso exige um melhor entendimento do mesmo, para mais facilmente se poderem encontrar soluções que evitem a estigmatização dos indivíduos e das suas famílias."

### **Suicídio: 20% dos óbitos "não são reportados como tal"**

Para o responsável, faltam também estudos baseados na evidência que expliquem a atual realidade do suicídio, apresentada no relatório da DGS. "Sabe-se que no Alentejo a taxa de suicídio é elevada, sobretudo entre pessoas com mais de 75 anos, e que nos Açores existem taxas elevadas nos grupos etários 15-24 e 35-44 anos", lembra.

Mas isto acontece porquê? A falta de estudos que ajudem a explicar os dados estatísticos do suicídio devem-se, principalmente, a dois factos: dificuldade na recolha de dados e enviesamento das estatísticas. Por exemplo, "acredita-se que possam existir 20% de óbitos devido a suicídio que não são reportados como tal".

Por outro lado, "ainda há muitas famílias que preferem esconder o suicídio, por medo do estigma e pela conotação negativa que existe em torno do mesmo".

E acrescenta: "A própria sociedade vê com maus olhos o facto de alguém se suicidar. Até há pouco tempo, a Igreja Católica não permitia que, nestes casos, se realizassem as cerimónias fúnebres. Hoje em dia, já não é assim, mas existem padres da 'velha guarda'..."

Atualmente, com o SICO - Sistema de Informação dos Certificados de Óbito, Fausto Amaro acredita que vai ser mais fácil ter acesso a melhores estatísticas. "Inicialmente, é provável que se venha a observar um aumento do número de casos de suicídio, mas isso dever-se-á, em princípio, ao facto de termos tido números enviesados ao longo destes anos", esclarece.



### **“Não gostaria de voltar a ter 20 anos”**

Nasceu em 2 de janeiro de 1945. Acabado de completar 72 anos, Fausto Amaro diz que não vai deixar de trabalhar, apesar de ter começado com 11 anos a cobrar prestações de sapatos. “Sempre trabalhei e acredito que é isso que dá longevidade às pessoas, como já relatam muitos estudos, onde se fala da importância da atividade e da aprendizagem contínua no processo de envelhecimento”, diz.

Tendo passado a infância e juventude entre Odivelas e a Pontinha, o presidente da Sociedade Portuguesa de Suicidologia cedo se interessou pelos problemas sociais associados também à componente psicológica. “Sempre tive contacto com populações muito desfavorecidas e a experiência que fui adquirindo acabou por me levar à Sociologia, mas não apenas na vertente académica, também na investigacional e interventiva”, explica.

Licenciado pelo Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas (ISCSP) – na altura ainda ISCPU, porque a instituição formava profissionais para o Ultramar –, ali fez a sua carreira académica, até chegar a professor catedrático de Política Social. Está, atualmente, na Atlântica como vice-reitor.

Depois de vários estudos, livros e cargos, dos quais se destaca o de membro da Comissão Executiva da Comissão Nacional de Luta Contra a SIDA, Fausto Amaro está, neste momento, a terminar um estudo sobre as necessidades psicossociais das pessoas com demência e ainda é investigador do Centro de Investigação e de Políticas Públicas (CAPP) do ISCSP, de que foi presidente entre 2011 e 2013.

A área do envelhecimento, nomeadamente a demência, também sempre o interessou. E com base no que tem aprendido, acredita que o caminho para se viver saudável mais anos é manter-se ativo. “Não é apenas fazer voluntariado, mas trabalhar, aprendendo sempre, deixando de lado a ideia de que, após a reforma, há que descansar”, afirma.

E reforça: “Muitas pessoas não aceitam bem o envelhecimento e gostariam de ser mais novas. Eu não gostaria de voltar a ter 20 anos, perderia todos os conhecimentos que fui adquirindo ao longo da vida.”

Além do trabalho, Fausto Amaro também gosta de fazer caminhadas na natureza, de viajar e de ler livros de ficção científica, sobretudo os que abordam “mundos alternativos”. A família também é o seu apoio.

**PUBLICIDADE**

**UCFD: combater a diabetes em Vila Nova de Famalicão**  
P. 22/23

**José Canas da Silva**  
A avassaladora importância das doenças musculoesqueléticas  
P. 6/7

**EU ACREDITO.**  
ACREDITE TAMBÉM.  
www.jub.pt

Publicações **justNews**  
www.justnews.pt

**Jornal Médico**  
DOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS

Nesta edição  
Suplemento  
Saúde da Mulher

Director: José Alberto Soares  
Mensal - Março 2017  
Ano V - Número 45 - 3 euros

**PUBLICIDADE**

**CH de Setúbal lança Estomatomedicina**  
Médicos de família poderão trabalhar em equipa com a Estomatologia. O anúncio do projeto, cujo grande impulsionador é David Ângelo (na foto), surge numa altura em que o CHS acabou de organizar o 1.º Encontro nesta área dirigido à MGF.  
P. 12/13

**CHUC tem consulta**  
Intervir cedo para mudar o futuro do doente com artrite inicial  
P. 24/25

**USF Santo Condestável (Lisboa)**  
Manter a qualidade dos serviços depois da passagem a modelo B  
P. 14/16

**Fausto Amaro**  
Necessária mais formação nos CSP para prevenir o suicídio.  
P. 4/5

**justNews**  
a partilhar informação desde 1981  
www.justnews.pt

**Jornal Médico**  
DOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS  
MENSAL - Publicação de referência na área dos CSP, especialmente dirigida à Medicina Geral e Familiar.

Artigo publicado na edição de março do Jornal Médico.