justNews
a partilhar informação desde 1981

2018-12-10 13:00:50

http://justnews.pt/noticias/doenca-mental-chleiria-cria-grupo-antiestigma-e-envolve-a-comunidade-nesta-luta



Serviço de Psiquiatria do CHL cria Grupo Anti-Estigma da Doença Mental

"Consideramos que é premente discutir a doença mental e preconceitos associados à mesma", afirma Ana Poças, interna de Psiquiatria e uma das dinamizadoras do Grupo Anti-Estigma da Doença Mental, uma iniciativa que surge no Centro Hospitalar de Leiria, através do Hospital de Dia do Serviço de Psiquiatria.

Advertindo que o estigma face à pessoa com doença mental "pode, por exemplo, incitar à sua exclusão social, agravando o seu prognóstico", a médica indica à Just News que este grupo pretende "psicoeducar para a doença mental, pois saber mais é temer menos", acrescentando:

"Se cada um de nós (quer sejamos profissionais de saúde, doentes ou familiares) for mensageiro deste conhecimento, estaremos a promover a desestigmatização progressiva."



Apresentação do Grupo Anti-Estigma da Doença Mental

Com atividade desde julho, só no final de novembro é que o grupo realizou a sua apresentação oficial, numa reunião que permitiu "divulgar o projeto, as iniciativas desenvolvidas e a desenvolver e, acima de tudo, refletir sobre a temática".

Além de Ana Poças, a iniciativa é dinamizada por uma psicóloga (Joana Correia), uma terapeuta ocupacional (Carina Reis) "e conta com o suporte da equipa intrahospitalar do Hospital de Dia de Psiquiatria".



Joana Correia, Sofia Fonseca, Carina Reis, Cláudio Laureano e Ana Poças

Segundo a psicóloga Joana Correia, o principal objetivo deste grupo passa por "formar utentes para serem embaixadores da saúde mental". Contudo, "rapidamente se percebeu que faz todo o sentido envolver a comunidade nesta luta, especialmente quando percebemos quer o impacto das questões, quer a necessidade identificada no querer saber mais sobre estas temáticas".



"Para já, e em resultado desta primeira fase, foi reforçada a ligação a duas instituições locais que trabalham diretamente a realidade atual, surgindo como fruto de uma das sessões conjuntas, uma exposição de registos fotográficos, apresentada no dia do encontro que pretendemos que, futuramente, seja apresentada publicamente."

"Esta exposição evidencia que "a doença mental não está ´escrita na testa`, nem deve ser limitante à relação interpessoal. Estamos ainda disponíveis para discutir e formar sobre doenças mentais com o grande objetivo de mostrar que não são tão assustadoras como o desconhecimento, muitas vezes, nos faz pensar."

Uma mascote "inteiramente nossa"

Relativamente ao logotipo do Grupo Anti-Estigma da Doença Mental, tem uma história que revela precisamente esse empenho no envolvimento de todos, conforme explica Carina Reis, terapeuta ocupacional:

"O nosso logotipo, que quase propositadamente não tem nome (pois, tal como doente, pode ser qualquer um de nós) tem uma história comum à grande maioria dos pequenos projetos do Hospital de Dia."



Uma história que "começa com uma equipa sentada à mesa com 16 utentes e com uma sugestão: ´Podíamos fazer uma mascote!`, e as exigências foram várias: ´Tem de ser um Cérebro`, ´Tem de ser um super-herói que luta contra o estigma`; ´Tem de ter uma capa, um escudo e o símbolo do conhecimento`, ´E uns ténis giros!`. E uma hora depois estava feito, com todos os detalhes, desde a escolha das cores ao tamanho."

Finalmente, um utente passou a formato digital "e a magia aconteceu. Esta mascote é especial, porque é nossa, inteiramente nossa."



Comissão organizadora: Ana Poças, Rita Ramos (enfermeira), Sandra Silvério (assistente operacional), Carina Reis, Sofia Fonseca, Joana Correia, Sílvia Mendes (médica), Conceição Silva (enfermeira) e Emanuel Rainho (enfermeiro)

Hospital de Dia de Psiquiatria: "utentes integrados na comunidade"

A criação deste grupo dedicado à luta contra a estigmatização surge no seio do Hospital de Dia de Psiquiatria, que está perto de comemorar 2 anos de existência. Segundo a responsável por esta unidade, Sofia Fonseca, este período de tempo "revela conquistas, não só para doentes, mas também para profissionais, para o Serviço de Psiquiatria e para o próprio CHL".

Para a psiquiatra, "é um orgulho verificar o envolvimento de utentes e profissionais para causas comuns, projetos definidos inteiramente em sessões internas que vêm a ter um enorme impacto na comunidade, como é o caso do Encontro Anti-Estigma".

E faz questão de destacar que "o internamento parcial que é proporcionado aos utentes acaba por ser o reflexo da forma como queremos intervir em psiquiatria", ou seja, "sem isolarmos a pessoa da comunidade e com os benefícios que se encontram no manter o contexto e suporte familiar".



Na apresentação do Grupo, Daniel Carvalho, enfermeiro do CHL, abordou o tema: "Estigma face à doença mental - que realidade atual?"

Relativamente às sessões do Hospital de Dia, explica que se procura "diversificar a intervenção de acordo com áreas estratégicas" e dá exemplos: psicoterapia em grupo, psicoeducação de doentes e suas famílias, treino de atividades da vida diária ou ludoterapia, "sem esquecer a especificidade e os planos individuais de cada utente".

Questionada sobre qual será a maior conquista destes quase dois anos de trabalho no âmbito do Hospital de Dia de Psiquiatria, a resposta é imediata: "Toda a equipa está em sintonia na decisão: ver utentes em equilíbrio, com competências para autogestão, integrados na comunidade e, acima de tudo, envolvidos com a equipa multidisciplinar em projetos comuns pela saúde mental."



Elementos da Comissão Organizadora do encontro, profissionais do Hospital de Dia e colaboradores do projeto Vozes de Esperança (Associação Encontrar-se)

Um estigma que afeta utentes e profissionais

O diretor do Serviço de Psiquiatria e Saúde Mental do CHL, Cláudio Laureano, partilha da mesma ideia quanto ao conceito de estigma em doença mental: "Está ainda muito presente seja para com utentes, seja para com profissionais". Segundo o psiquiatra, "basta pensarmos se, em caso de diagnóstico associado à doença mental, sentiríamos ´abertura` por parte dos nossos pares para falarmos sobre o assunto ou até se seria fácil para nós mesmos lidar com essa notícia".

E em que circunstâncias em concreto se verifica esta discriminação? "O estigma sente-se quando se desvalorizam os doentes; quando em caso de necessidade preferimos procurar o Neurologista em vez do Psiquiatra; quando dizemos que somos Psiquiatras e recebemos em troca algum comentário pejorativo."

Cláudio Laureano deixa uma última reflexão: "Se nós, profissionais de saúde mental, que escolhemos o nosso caminho, sentimos o estigma ativo, como podemos acreditar que os doentes, que não escolhem a sua doença, não o sentem?"

Uma porta "sempre aberta à comunidade"

A criação deste grupo de trabalho com características tão distintas está alinhada com a visão estratégica da própria unidade hospitalar. Em declarações à Just News, Hélder Roque, presidente do Conselho de Administração do CHL, sublinha, aliás, que "este centro hospitalar é, em primeiro lugar, o Hospital das Pessoas. Somos, por princípio, uma instituição que é dos seus utentes e das pessoas que serve, e uma instituição assim tem sempre uma porta aberta à comunidade."



Rastreios e acções de sensibilização para a deteção precoce do melanoma são algumas das ações que têm sido promovidas pelo CHL.

Recorda que, ao longo dos anos, "temos a preocupação de estar perto da comunidade que servimos, que tem crescido bastante, já que aumentámos consideravelmente a nossa área de influência". Uma realidade que se justifica "quer pela forma como recebemos as pessoas nos nossos hospitais, na prestação de cuidados ou na organização de eventos temáticos abertos ao público; quer através de acções de sensibilização e educação para a saúde, quer pela intervenção direta na comunidade, com eventos, rastreios, etc."

Na sua opinião, "o Serviço de Psiquiatria Saúde Mental do CHL tem sido muito ativo neste âmbito, e procura desenvolver a sua atividade dentro e fora de portas para melhor servir os seus utentes. O Grupo Anti-Estigma é um exemplo disso, tal como é o Hospital de Dia de Psiquiatria, inaugurado há quase dois anos, ou o Projecto de Psiquiatria na Comunidade, que avançará em breve."



"Reagir 2018 – As artes de Leiria dão luta ao cancro": O projeto incluiu a realização de um espetáculo solidário com a participação de artistas leirienses de várias áreas

Hélder Roque chama ainda a atenção para uma campanha de sensibilização para a doença oncológica, que arrancou o ano passado, "como alerta para a prevenção e necessidade da adopção de estilos de vida saudáveis", intitulada: "Reagir 2018". No âmbito deste projeto foram realizadas um conjunto de atividades dirigidas à comunidade:

"Convidámos as pessoas para duas caminhadas, dinamizámos um leilão de obras de arte oferecidas por artistas da região e abrimos uma conta solidária para apoio ao Hospital de Dia,
fizemos uma exposição de trabalhos elaborados pelos utentes do Hospital de Dia e de fotografias dos nossos serviços e atividades, que esteve patente no Teatro José Lúcio da Silva, em Leiria, onde realizámos também um grande espetáculo com artistas da região".



Helder Roque: "Temos tido ao longo dos anos a preocupação de estar perto da comunidade que servimos"

Precisamente dado o sucesso da edição de 2018, o CHL arranca, em fevereiro, a "Reagir 2019", novamente sob o

lema: “As artes de Leiria na luta ao cancro". Com o objetivo global de "envolver a comunidade nesta luta", a mensagem da iniciativa é a mesma, como sublinha Hélder Roque: "A nossa reação, a forma positiva como conseguimos enfrentar a doença, fazem toda a diferença para um futuro com esperança e saúde".



Distribuído em todos os hospitais do Serviço Nacional de Saúde, e dirigido a estes profissionais, o jornal Hospital Público promove uma partilha transversal de boas práticas entre pares.