

2021-05-02 21:00:58

<http://justnews.pt/noticias/nunca-vi-tantos-casos-de-depressao-e-de-ansiedade>

## «Nunca vi tanta gente com depressão, com ansiedade, com crises de pânico, com insónias...»

Entrevistado pela Just News a propósito das III Jornadas Multidisciplinares de Medicina Geral e Familiar (MGF), que terão lugar em setembro, Paulo Pessanha considera compreensível que surjam agora muitos casos de depressão e de ansiedade entre a população portuguesa. “E é gente nova!”, exclama.

“Com o confinamento, é natural que observemos tantos utentes com este tipo de patologia. As pessoas fizeram-se para interagir e para ter vida social. Esta falta de afeto, de dar um abraço, de dar um beijo, não é de todo boa, sobretudo para a saúde mental! E depois há todas aquelas situações originadas pela pandemia, a falta de dinheiro, os negócios que fecharam, os familiares que morreram...”, afirma Paulo Pessanha.

“Nunca vi tanta gente com depressão, com ansiedade, com crises de pânico, com insónias... É agora que a patologia psicológica e psiquiátrica vai começar a aumentar, nesta fase de desconfinamento gradual”, garante, alertando para as repercussões significativas em todas as doenças, nomeadamente na adesão à terapêutica. Esclarece também que muitos doentes nem sequer têm noção do verdadeiro problema que os aflige:

“Queixam-se de outras coisas, dizem que têm dores, cansaço, cefaleias...” O médico da USF São João do Porto está seguro de que “ainda vai demorar muito tempo até que tudo volte ao normal, mesmo que o problema da covid seja resolvido. As pessoas ainda vão demorar a atingir o seu equilíbrio físico e psíquico”.



Paulo Pessanha

Em todo o caso, no entender de Paulo Pessanha, a MGF está preparada para atender este tipo de doentes, “até

porque nós já vemos habitualmente muita patologia psicológica ou psiquiátrica”.

E acrescenta: “As ansiedades, os pânico, as depressões reativas, mesmo as depressões endógenas, são patologias do nosso dia-a-dia e que resolvemos a maior parte das vezes.” Sublinha ainda que “o médico de família é um pilar fundamental no diagnóstico desses casos que, depois, se for necessário, são encaminhados para cuidados mais diferenciados”.

### **"Muitos doentes tinham medo de sair de casa"**

Apesar de todo o esforço realizado ao longo do último ano pelos profissionais de saúde – médicos, enfermeiros e secretários clínicos – para manter o contacto com os seus utentes, o facto é que “houve muitas pessoas, por vezes, com múltiplas patologias, que interromperam os tratamentos, ficando descompensadas e fazendo subir o número de mortes por causa não covid”, refere Paulo Pessanha, até porque “muitas consultas tiveram que ser desmarcadas”.

De qualquer forma, “tivemos sempre o cuidado de ir contactando telefonicamente esses doentes, para constatar das suas necessidades, procurando orientá-los e dando-lhes uma palavra de apoio e de conforto”. Também se verificou, “frequentemente, no último ano, que muitos doentes não compravam a medicação, pois, tinham medo de sair de casa...”



2021 | III JORNADAS  
MULTIDISCIPLINARES  
DE MEDICINA GERAL  
E FAMILIAR  
SHERATON-PORTO  
23-25 SETEMBRO 2021



### **“Cardiologia de consultório”**

Dando o exemplo da hipertensão, o médico sublinha que, “se não estiver controlada, continua a ser um grande problema, porque é, provavelmente, o principal fator de risco para a doença cardiovascular”, matéria que não poderia deixar de ser debatida no decorrer das III Jornadas Multidisciplinares de MGF.

Paulo Pessanha destaca precisamente, a esse propósito, a sessão intitulada “Cardiologia de consultório”, moderada pela cardiologista Júlia Maciel, e em que ele próprio terá como colegas de painel outros três cardiologistas: Cristina Gavina, da ULSM (Hospital Pedro Hispano), Hipólito Reis, do CHUP (Hospital Geral de Santo António) e Ricardo Fontes de Carvalho, do CHVNG/E (Hospital Eduardo Santos Silva)

### **Internos de MGF “ávidos de formação”**

Paulo Pessanha reconhece que os internos de MGF dos dias de hoje são muito diferentes do que eram há uns anos: “Trata-se de uma especialidade muito pretendida, sendo os internos de MGF pessoas muito bem preparadas, muito interessadas, sedentas de conhecimento, ávidas de formação!”

Deixa um conselho: “A confiança que o doente tem no médico é fundamental para o exercício da medicina. Ele pode esconder alguns sintomas se não estiver completamente à vontade, se não existir empatia com o seu médico.”



### **Especialista em Hipertensão**

Nascido a 2 de maio de 1957, Paulo Pessanha formou-se em Medicina na Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP). Ainda iniciou a especialidade de Medicina Interna no Hospital Eduardo Santos Silva, em Vila Nova de Gaia, mas acabou por optar por ser médico de família, exercendo atualmente na USF S. João do Porto. É especialista em MGF e também em Hipertensão, título reconhecido pela Sociedade Europeia de Hipertensão. Para além de assistente da FMUP, foi durante 32 anos diretor clínico da Clínica Médica da Foz.

Fez questão em manter a ligação ao hospital de VNG durante muitos anos, fazendo urgência (por opção própria) e assegurando a Consulta de Hipertensão, que só deixou aos 50 anos de idade. Em 1999, esteve envolvido na criação do Centro de Saúde de São João, um projeto com características inovadoras, com pré e pós-graduação.

Em junho de 2011, haveria de integrar a equipa que, no mesmo espaço, arrancou com a USF São João do Porto, classificada como de modelo B logo a partir do primeiro dia de funcionamento. Partilha com os médicos de família Manuel Viana e Rui Costa a presidência das Jornadas Multidisciplinares de MGF, cuja primeira edição se realizou em março de 2019, com um êxito assinalável em termos de participação.



Publicação de referência na área dos cuidados de saúde primários.

**Jornal Médico**  
DOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS  
Publicação Periódica Híbrida

