

2015-06-09 20:38:23

<http://justnews.pt/noticias/os-portugueses-aceitam-melhor-a-doenca-mental-mas-ainda-e-preciso-combater-o-estigma>



## Os portugueses aceitam melhor a doença mental, mas ainda é preciso combater o estigma

“A sociedade portuguesa já aceita mais facilmente a doença psiquiátrica, principalmente a depressão e a doença bipolar”, segundo José Manuel Jara, psiquiatra e presidente da Assembleia-geral da Associação de Apoio aos Doentes Depressivos e Bipolares (ADEB). O especialista falou à margem do evento que assinalou os 25 anos da ADEB e que teve lugar nos dias 5 e 6 de junho, na Fundação Calouste Gulbenkian.



A maior aceitação das doenças mentais, em Portugal e também a nível internacional, deve-se “a uma maior divulgação das mesmas, à partilha de conhecimentos e experiências e à democratização da informação”, segundo José Manuel Jara.



O psiquiatra realçou outros aspetos positivos últimos anos em relação à patologia do foro psiquiátrico, nomeadamente, “a noção mais exata de como abordar e tratar as mais diversas doenças, o que também contribui para a melhoria da qualidade de vida dos doentes e para que estes sejam aceites na sociedade.”

Quanto aos 25 anos da ADEB, José Manuel Jara considera que esta Associação é o exemplo de que “se mantém graças ao trabalho e empenho de quem constitui o seu principal esqueleto, como à necessidade real de apoio por parte de doentes e familiares/cuidadores.” E acrescenta: “As pessoas com doença unipolar e bipolar têm, na ADEB, um apoio fundamental, através de grupos de autoajuda, de apoio domiciliário, na orientação e na inserção profissional, entre outras valências.”

Olhando para o futuro, espera “que a ADEB continue o seu trabalho, pois, “ainda é preciso combater o estigma que persiste em torno da saúde mental, apesar das melhorias dos últimos anos”.



O evento que assinalou os 25 anos da ADEB contou, no dia 5 de junho, com a participação de Delfim d'Oliveira, presidente da Direção da ADEB, de vários oradores que abordaram temas alusivos à saúde mental e com testemunhos de doentes e, no dia 6 de junho, realizou-se um espetáculo de solidariedade.

