

2018-04-19 17:36:00

<http://justnews.pt/noticias/programa-de-sade-mental-dos-trabalhadores-da-ulsba-premiado-por-psicologos>

## ULS do Baixo Alentejo: projeto «dá apoio a funcionários com doença mental»

A Ordem dos Psicólogos (OPP) distinguiu, com uma menção honrosa, o ProGeRPsi, um projeto de responsabilidade da Equipa de Psiquiatria do Trabalho da Unidade Local de Saúde do Baixo Alentejo (ULSBA). Pedro Alves de Moura, o coordenador, falou deste programa que visa dar apoio “aos funcionários da ULSBA na área da saúde e doença mental, face aos fatores de risco psicossociais que podem levar a doenças físicas e psiquiátricas graves”.

A menção honrosa foi atribuída no âmbito do Prémio Locais de Trabalho Saudáveis, uma iniciativa da OPP, que pretende distinguir, anualmente, as empresas e organizações portuguesas pelos contributos inovadores na área da segurança, bem-estar e saúde física e psicológica.

O Prémio enquadra-se numa parceria entre a OPP e a Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho e a Autoridade para as Condições do Trabalho. Conta ainda com o apoio da Direção-Geral da Saúde e de várias outras entidades e tem o Alto Patrocínio do ministro da Saúde e do ministro da Solidariedade, Emprego e Segurança Social.

Pedro Alves de Moura relembra que tudo começou há cerca de 1 ano, quando foi criada a Consulta de Psiquiatria do Trabalho. “O objetivo foi sempre o de ajudar os funcionários da ULSBA com doença mental, associada a riscos psicossociais no ambiente de trabalho.”



Entre esses riscos estão, segundo o médico psiquiatra, o excesso de carga horária, a dificuldade em conciliar o trabalho e a família, os conflitos entre colegas e chefias, progressão nas carreiras e questões remuneratórias, entre outros. Como explicou, são “situações que podem levar a doenças físicas e psiquiátricas muito graves, como

o enfarte agudo do miocárdio e a perturbação depressiva major, que pode estar associada a tentativa de suicídio”.

No âmbito deste projeto foram realizados questionários online para averiguar quem pudesse estar mais em risco, além de ter sido criado o Grupo de Promoção da Saúde Mental. “Tentamos desenvolver competências junto dos trabalhadores, relacionadas com a gestão do stress, de conflitos e de horários, entre outros”, indicou o coordenador do ProGeRPSi.

Além desta consulta, os funcionários da ULSBA têm ainda a possibilidade de pedir ajuda na Consulta de Psicologia do Trabalho e na Consulta de Enfermagem Psiquiátrica do Trabalho. “Regra geral, quem pede apoio tem uma consulta no prazo de uma semana, podendo, após avaliação inicial, ser referenciado diretamente à minha consulta ou então fará uma intervenção breve com as enfermeiras durante um mês.”

Pedro Alves de Moura anunciou ainda que vai existir, em breve, um grupo de reabilitação para dar apoio a quem já está a ultrapassar a doença, realizado por duas psicólogas. “Conseguimos assim apostar na prevenção primária, secundária e terciária”, comentou.

O médico, que também é vice-presidente da Secção de Psiquiatria Ocupacional da Associação Mundial de Psiquiatria, lembrou ainda que “a doença mental não afeta apenas o trabalhador, mas a própria instituição, face à falta de produtividade e ao absentismo laboral”.



**Melhor** informação,  
em **Saúde**.

**Notícias  
exclusivas**

Newsletter enviada diariamente, até 7 dias/semana.

