

2022-04-13 17:58:00

<http://justnews.pt/noticias/saude-mental-cuidados-mais-proximos-para-prevenir-problemas-maiores>



## Saúde Mental: Incorpora Cascais facilita o «acesso a cuidados de proximidade»

“Cuidados de proximidade permitem uma aposta maior na prevenção, não nos focando somente na doença mental.” As palavras são de Pedro Cintra, diretor do Departamento de Saúde Mental do Hospital de Cascais, em declarações à Just News, no âmbito das Jornadas Atlânticas de Saúde Mental, que decorreram no final de março.



Organizadas pelo Departamento, as Jornadas contaram com a presença de vários palestrantes de diversos hospitais, que, além da partilha de experiências, tentaram perceber o impacto da pandemia na população.

O psiquiatra recorda que muito se tem falado na comunicação social sobre o aumento de casos de perturbações da ansiedade e de depressão, mas adverte que "ainda é cedo para se ter um retrato fidedigno".

“Temos que esperar para ter indicadores científicos, mais seguros porque todos os casos são diferentes e, para alguns doentes, foi mesmo a oportunidade de se sentirem mais protegidos”, explica Pedro Cintra. Exemplo disso "é a pessoa que sofre de agorafobia e que se sente mais segura em casa, em ambientes mais confinados".



Pedro Cintra

### **Incorpora Cascais: "Permitir o acesso a cuidados mais próximos"**

Independentemente das conclusões que se irão ter no futuro quando se fizer "uma avaliação longitudinal do impacto do novo vírus na saúde mental", o médico não tem dúvida de que "vai sempre ser importante construir pontes com os cuidados de saúde primários (CSP) e com a comunidade".

Nesse sentido, o Departamento tem apostado, há algum tempo, na articulação com o agrupamento de centros de saúde (ACES), com estruturas da Câmara de Cascais e com instituições da comunidade no contexto do Programa Incorpora Cascais. Os resultados têm sido muito positivos, conforme explica:

"Permitir o acesso a cuidados mais próximos, assim como uma articulação entre o hospital e os CSP, a Câmara e outras instituições tem, obviamente, repercussões no diagnóstico e tratamento atempados."



Detetar-se o mais cedo possível situações de sofrimento é a oportunidade de "dar a resposta mais adequada", mas também, como refere o psiquiatra, "de dar resposta a mais pessoas".

"Estima-se que a prevalência vital de doença mental na população seja de 33%, logo, é impossível que todas estas situações sejam acompanhadas no hospital. Com a articulação com o médico de família, é possível por exemplo, referenciar precocemente os casos graves e evitar agudizações e melhora-se o prognóstico."

Com o Incorpora Cascais, que começou em março de 2021, iniciaram-se reuniões mensais de formação, discussão e articulação de casos entre várias entidades: departamento de saúde mental, cuidados de saúde primários, Espaço S da Câmara Municipal de Cascais, equipa de Psiquiatria da Infância e da Adolescência do Centro Hospitalar de Lisboa Ocidental e Equipa de Tratamento de Comportamentos Aditivos.



### **Apoio às consultas de enfermagem em saúde mental**

Por outro lado, com o apoio da Câmara Municipal de Cascais e da Associação de Voluntários Somos Todos Diamantes, passaram a ser transportados às consultas de enfermagem em saúde mental alguns doentes que, "por motivos económicos, por dificuldades de locomoção, desorganização ou outros, tinham sucessivas faltas e subsequentes descompensações psicopatológicas".

Os resultados são animadoras. "Conseguiu-se diminuir o número de descompensações e os internamentos, porque com esta ajuda havia menos ausências nas consultas", indica

Nos próximos tempos, mais concretamente em meados de junho, vai expandir-se a iniciativa com protocolos com mais quatro instituições da região que prestam cuidados de saúde mental, o que juntamente com o trabalho habitual de partilha e consultoria com os médicos de família, vai otimizar ainda mais estes cuidados. "É preciso trabalharmos todos juntos", enfatiza o responsável.



Comissão Organizadora: Filipa Mota, Bárbara Mesquita, Sofia Paulino, Pedro Cintra e Ana Margarida Fraga

Nas Jornadas Atlânticas de Saúde Mental, que contaram com o apoio do Lusíadas Knowledge Center, estiveram presentes oradores dos centros hospitalares de Lisboa Ocidental, Psiquiátrico de Lisboa e Universitário Lisboa Norte, assim como do Hospital Fernando da Fonseca, da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa e da Sociedade Portuguesa de Aplicação Clínica de Psicadélicos (SPACE).