

Fonte

Diário de Notícias

Data

2020.06.11

Classificação

Vírus

(Re) Aprender a viver com o vírus

O Instituto de Administração da Saúde, IP-RAM (IASAUDE), através da Unidade Operacional de Intervenção em Comportamentos Aditivos e Dependências (UCAD), tem vindo a dar apoio psicossocial via telefone, a diversos cidadãos afectados directa ou indirectamente pela pandemia de covid-19, com o objectivo de promover a saúde mental e providenciar suporte emocional.

Desde meados de Março, já foram acompanhados 123 utentes, oito dos quais infectados com covid-19, revelou ao DIÁRIO Nelson Carvalho.

O psicólogo clínico e director da UCAD referiu ainda que, neste período, foram efectuadas 1.086 chamadas telefónicas de acompanhamento aos utentes e familiares, perfazendo uma média de 8,8 atendimentos por pessoa.

Em jeito de balanço, como avalia o desempenho desta linha e qual a sua importância na manutenção da saúde mental durante a quarentena? O apoio psicológico realizado pelo IASAUDE, através da UCAD, é feito em duas modalidades: por um lado através de linha telefónica (219 212 399) que o IASAUDE criou, no início de Abril, onde qualquer pessoa pode contactar-nos. Por outro lado, recebemos utentes provenientes das delegações de saúde concelhias e aqui quero realçar o excelente trabalho que tem sido realizado pelas suas equipas multidisciplinares, bem como todos os profissionais de saúde e das restantes áreas da nossa comunidade.

Quem recorreu mais a este apoio? A maioria dos utentes acompanhados pertencem ao sexo feminino (63%), sendo essa realidade mais evidente nas pessoas que re-

correm à linha de apoio, do que nas referenciadas pelas autoridades de saúde.

Ao nível das idades, verificamos que a maioria dos utentes encontram-se nas faixas etárias entre os 30 e os 59 anos, correspondendo a 64 pessoas, enquanto as menos frequentes situam-se nas faixas etárias dos 0 aos 9 anos e dos 80 e mais anos, contabilizando cinco casos no total.

Quanto à distribuição dos utentes por origem e concelho de residência, o Funchal é o concelho de residência mais frequente, com 52% dos casos, seguindo-se Câmara de Lobos e Santa Cruz com 11% e 9%, respectivamente. Os concelhos com menos utentes são o Porto Moniz, com nenhum caso e o Porto Santo com um.

De assinalar ainda sete casos de utentes que residem fora da RAM, sendo um turista com resultado positivo, um contacto de Lisboa, um contacto dos Açores, três emigrantes no Reino Unido e um emigrante na Suíça com familiares na Região.

Quais as problemáticas mais comuns? Das problemáticas assinaladas destaca-se a ansiedade com 53 casos (43%), as dúvidas relacionadas com a covid-19 colocadas aos técnicos da linha de apoio psicossocial (14%), o consumo de substâncias psicoactivas (10%) e a depressão (9%).

Dos inúmeros casos de ansiedade registados, verificamos que somente 27% dos mesmos, não estão directamente relacionados com a pandemia.

No que diz respeito aos casos de consumos de substâncias psicoactivas, a maioria refere-se ao consumo de álcool (36%).

Agora que a Região se encontra em plena a fase de desconfinamento, como tem evoluído a procura? O número de novos casos

para acompanhamento tem vindo a diminuir gradualmente, acompanhando a curva epidemiológica e o desconfinamento que tem sido implementado junto da população. O número de atendimentos por semana, também diminuiu, situando-se agora nos 113 contactos por semana.

Esta diminuição era expectável, uma vez que as pessoas estão a retomar gradualmente as rotinas que tinham antes da pandemia e isso é fundamental para a reorganização da sua vida e, sobretudo da sua saúde psicológica e seguir em frente com o mínimo de sequelas possíveis.

Qual considera ser o principal impacto da pandemia em termos de saúde mental da população? Os transtornos de ansiedade e a depressão são, sem dúvida, as perturbações que têm mais impacto na população e isso tem sido constatado nos diversos estudos que têm sido realizados nesta fase de pandemia, bem como nos utentes que têm recorrido ao nosso apoio.

Outra área que merece especial atenção tem a ver com os comportamentos aditivos e dependências (consumo de substâncias psicoactivas lícitas e ilícitas, utilização problemática da Internet, jogo a dinheiro e videojogos), pois sabe-

mos que as situações de crise são factores de risco para o seu aparecimento e/ou aumento. Os poucos estudos que têm surgido a nível europeu, por exemplo sobre o consumo de bebidas alcoólicas, apontam para um aumento do consumo.

No que toca à Internet e dos videojogos, sobretudo nas crianças e nos jovens, é outro contexto que devemos estar atentos, uma vez que durante o confinamento houve um aumento natural da sua utilização. É fundamental e necessário haver uma maior monitorização e controlo por parte dos pais de modo a prevenir o aparecimento de

situações problemáticas do ponto de vista psicológico e/ou físico como alteração do padrão do sono e ansiedade, entre outros. Há ainda uma baixa percepção do risco e banalização destas problemáticas.

Nesta nova fase, quais os principais desafios que se colocam? Enquanto não surgir tratamento e/ou uma vacina eficaz temos de aprender a viver com este vírus e para isso é necessário, mais do que nunca, seguir as orientações delineadas pelas entidades responsáveis, aqui na Região o IASAÚDE. Nunca como agora fomos tão importantes enquanto agentes pessoais e sociais na prevenção e contenção da covid-19. Cabe a cada um de nós desempenhar o seu papel de forma responsável e permanente, sem baixar a guarda porque a situação não está de todo resolvida.

O medo, a incerteza, a angústia em relação ao futuro e as consequências económico-sociais são outros desafios importantes que temos pela frente, os quais são factores de risco para a nossa saúde psicológica.

O director do Programa Nacional de Saúde Mental defendeu recentemente que a resposta aos problemas de saúde mental da população não depende apenas dos serviços de saúde, mas também de uma intervenção a nível político e social. Concorda com esta afirmação? Sem dúvida. E é

isso que o Governo Regional tem desenvolvido, através da Secretaria Regional da Saúde, que elaborou uma estratégia regional para a saúde mental, a qual tem sido gradualmente operacionalizada. Este documento estratégico contempla um conjunto de respostas aos problemas de saúde mental dos madeirenses, ao nível da prevenção, tratamento, reinserção, articulação intersectorial e investigação, nas quais o cidadão é a pedra de toque. Assenta num modelo de respostas integradas, onde estão envolvidas as várias entidades públicas e privadas dos diversos sectores com competência nesta matéria, a sociedade civil e os cidadãos, estes parceiros têm representantes no conselho técnico e/ou conselho consultivo de saúde mental.

Érica Franco



Nelson Carvalho, psicólogo clínico