
PARECER DA DELEGAÇÃO
REGIONAL DOS AÇORES
DA ORDEM DOS PSICÓLOGOS
PORTUGUESES SOBRE
**O PLANO REGIONAL
DE PROMOÇÃO
DE SAÚDE MENTAL**



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

DELEGAÇÃO REGIONAL
DOS AÇORES

A informação que consta deste documento, elaborado em 13 de Setembro de 2021, e na qual ele se baseia foi obtida a partir de fontes que os autores consideram fiáveis. Esta publicação ou partes dela podem ser reproduzidas, copiadas ou transmitidas com fins não comerciais, desde que o trabalho seja adequadamente citado, conforme indicado abaixo.

SUGESTÃO DE CITAÇÃO

Ordem dos Psicólogos Portugueses (13 de Setembro de 2021).
Parecer da Delegação Regional dos Açores da Ordem dos Psicólogos Portugueses sobre o Plano Regional de Promoção de Saúde Mental.
São Miguel, Açores.

Para mais esclarecimentos contacte:
info.acores@ordemdospsicologos.pt

A OPP é uma associação pública profissional que representa e regulamenta a prática dos profissionais de Psicologia que exercem a profissão de psicólogo em Portugal (de acordo com a Lei nº 57/2008, de 4 de Setembro, com as alterações da Lei nº 138/2015, de 7 de Setembro). É missão da OPP exercer o controlo do exercício e acesso à profissão de psicólogo, bem como elaborar as respectivas normas técnicas e deontológicas e exercer o poder disciplinar sobre os seus membros. As atribuições da OPP incluem ainda defender os interesses gerais da profissão e dos utentes dos serviços de Psicologia; prestar serviços aos membros em relação à informação e formação profissional; colaborar com as demais entidades da administração pública na prossecução de fins de interesse público relacionados com a profissão; participar na elaboração da legislação que diga respeito à profissão e nos processos oficiais de acreditação e na avaliação dos cursos que dão acesso à profissão.

A Delegação Regional dos Açores da Ordem dos Psicólogos Portugueses partilha das preocupações com os fundamentos que levam à presente proposta de Projeto de Resolução, nomeadamente com o impacto que esta pandemia COVID-19 poderá representar no agravamento dos problemas sociais e económicos e no desenvolvimento global das crianças e jovens, como um dos grupos mais vulneráveis.

Mais do que nunca, e de acordo com aquelas que são as orientações internacionais, **a Saúde Psicológica das crianças e jovens deve tornar-se prioritária nas ações e políticas públicas**. É necessário e urgente dedicar esforços à prevenção, promoção e intervenção na Saúde Psicológica da infância e juventude.

Proteger as crianças através da prevenção e promoção da Saúde Psicológica significa criar ambientes que promovam e sustentem a Saúde Mental para todas as crianças e todas as famílias, assim como actividades e intervenções desenhadas para **aumentar os factores de protecção** (por exemplo, a qualidade da educação ou o apoio à família) e **minimizar os factores de risco para os problemas de Saúde Psicológica** (sejam eles de natureza individual, familiar, ambiental ou económica – por exemplo, o abuso infantil, o bullying, a discriminação ou a exclusão social).

Nesse sentido, **louvamos todas as iniciativas que reflitam estas preocupações** e que vão de encontro às recomendações técnicas publicadas pela OPP.

Precisamos de uma **sociedade mais consciente dos problemas de Saúde Psicológica**. Os Pais, os Professores, os media precisam de conhecer os problemas de Saúde Mental que podem afectar crianças e jovens – o que são, quais os seus principais sinais e o que se pode fazer para os resolver.

As estratégias de promoção da saúde e do bem-estar psicológico não têm como **vantagens** apenas a prevenção de problemas mentais, mas também o impacto num amplo conjunto de situações de risco (por exemplo, diminuição das taxas de suicídio, redução dos problemas de comportamento, diminuição da gravidez precoce ou diminuição do número de casos de abuso infantil).

Nos Açores não existe um estudo epidemiológico que nos forneça dados fiáveis sobre a prevalência das perturbações mentais na infância e adolescência. Assumindo uma prevalência de 1/5, numa sala de aula “média” com 25 alunos, existiriam cerca de 5 crianças com problemas de Saúde Psicológica.

Apesar disso, a prevalência de perturbações emocionais e do comportamento na infância e adolescência tem sido investigada em vários estudos e, embora os valores variem consideravelmente, estima-se que **10 a 20% das crianças tenham um ou mais problemas de Saúde Mental**.

A **crise provocada pela Pandemia COVID-19 veio acentuar as desigualdades e vulnerabilidades preexistentes e aumentar os factores de risco para o desenvolvimento saudável e o bem-estar das crianças e jovens**. Acresce a especial vulnerabilidade de alguns grupos e o possível incremento de algumas problemáticas (e.g. pobreza, crianças institucionalizadas, crianças e jovens com deficiência, violência doméstica, dependências com ou sem substância, LGBTQ+).

Antes da pandemia, os Açores já detinham indicadores estatísticos que apontavam para a necessidade de mais investimento na saúde psicológica e mental. No Inquérito Regional de Saúde de 2014 e da DGS (2014) os dados indicavam **alterações psicológicas em um terço da população açoriana, entre os 20 e 74 anos**, e uma **taxa de suicídio em jovens do sexo masculino, com idades entre os 15 e os 24 anos, acima dos 10/100.000**, bem como a **taxa mais elevada de todo o país na faixa etária entre os 35 e os 44 anos (41,6/100.000)**.

Face ao exposto, a Delegação Regional dos Açores da OPP pronuncia-se favoravelmente à proposta de Projecto de Resolução, seja no que se refere ao seu conteúdo, seja aos princípios subjacentes à mesma.

O documento em apreço reflete, implicitamente, medidas de intervenção multinível, com maior incidência em contexto escolar e com o “envolvimento das entidades representativas das forças vivas da comunidade em cada freguesia e/ou concelho”. Nesta perspetiva de intervenção sistémica, gostaríamos que o presente Projeto de Resolução, que nos merece uma **apreciação genericamente favorável**, considerasse a referência a outras medidas estruturantes para uma intervenção mais vasta e abrangente, considerando as crianças e jovens, os agentes educativos nos seus vários contextos, a comunidade e, como tal:

■ Medidas universais em contexto escolar, extensíveis a todas as escolas da RAA, investindo na **prevenção, intervenção e promoção da Saúde Psicológica em contexto educativo**, nomeadamente através de programas de **desenvolvimento de competências transversais de vida** e redução dos problemas emocionais e de comportamento, como a autorregulação emocional, comunicação e relacionamento interpessoal positivo, autonomia e compromisso com a educação e o trabalho, autoconhecimento, resolução de problemas, tomada de decisão e resiliência. Estas competências podem ser definidas como necessárias para o comportamento eficaz nos domínios pessoal, social, académico, de carreira e desenvolvimental, assim como para a adaptação emocional à mudança constante de condições e contextos e à gestão das crises ao longo do ciclo de vida. A inexistência ou a insuficiência destas competências estão associadas a problemas de saúde mental e de comportamento. Estas competências também devem ser incluídas não só em actividades extracurriculares, mas também no próprio currículo escolar;

■ Salvaguardamos, em relação à campanha de “rastreios validados”, que os mesmos devem ser realizados apenas com recurso a **instrumentos psicológicos de avaliação, devidamente validados cientificamente e aferidos para a população portuguesa**, e por questões éticas, não é aceitável que estes rastreios sejam implementados sem a afetação prévia de Psicólogos e a existência de uma rede efetiva de serviços de saúde mental com suficiente capacidade de resposta;

■ Articulação com os **Programas comunitários de apoio às crianças e jovens existentes ou a criar, respeitando uma lógica integrada de intervenção**. As dinâmicas desenvolvidas em comunidades locais podem desempenhar um papel muito importante na prevenção e intervenção precoces, disponibilizando redes de apoio e suporte ao desenvolvimento das crianças, dos jovens e das famílias. É ainda de destacar neste âmbito o **papel do Psicólogo na intervenção comunitária, além dos Psicólogos que trabalham em contexto escolar e nos serviços de saúde**, junto das crianças e das suas famílias;

■ Incluir nas entidades da alínea c), ponto 2, as Associações Desportivas, Recreativas e Culturais, como promotoras de estilos de vida saudáveis, bem como o envolvimento das Associações de Pais das escolas da região;

■ Incluir **formações aprofundadas e desenvolvimento de competências** a todos os Profissionais e Agentes nos sectores da **Educação, Saúde e Social** que trabalham directamente com crianças e famílias;

■ Assegurar que os **Psicólogos e Psicólogas** estão presentes **nos contextos de creche e jardim de infância das IPSSs, promovendo assim a Intervenção Precoce, o desenvolvimento infantil e a construção de ambientes educativos de qualidade;**

■ Desenvolver **campanhas de consciencialização pública, com vista à promoção da Literacia em Saúde Psicológica, realçando** a relevância desta nas crianças/jovens e o papel importante dos pais, famílias e comunidades para o desenvolvimento saudável e manutenção de relações, ambientes e experiências positivas. É ainda importante proporcionar recursos informativos (folhetos, brochuras, instrumentos online, comunicação dos media, redes sociais e outras plataformas digitais utilizadas pelas crianças e jovens), ao público em geral, sobre os factores de risco precoces para os problemas mentais das crianças e jovens.

A concretização da presente proposta de Resolução requer o **incremento de Psicólogos**, de forma transversal aos **contextos comunitário, educativo e dos serviços de saúde**, necessários, a título de exemplo, para a realização capaz dos rastreios previstos, para a efectivação dos acompanhamentos psicológicos referidos (por diversos meios) ou à concretização de acções de educação para a saúde. Tal permitirá concretizar a dimensão integrada de intervenção na Saúde Mental, alicerçando-a nos psicólogos existentes e naqueles que o presente Plano requer que passem a existir.

Por último, esta Delegação Regional dos Açores da Ordem dos Psicólogos Portugueses sublinha a sua disponibilidade para funcionar como um parceiro activo na construção de políticas públicas, e em particular na reflexão e construção deste Plano Regional de Promoção da Saúde Mental, contribuindo com comunicação e partilha de informação e conhecimento, no sentido de promover a Saúde Psicológica, o desenvolvimento e o bem-estar das crianças e jovens da Região Autónoma dos Açores.



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

DELEGAÇÃO REGIONAL
DOS **AÇORES**