

A saúde mental em diferentes contextos

Carlos Alberto Cruz Sequeira*

Luis Octávio de Sá**

José Carlos Carvalho***

Introdução: Nesta comunicação pretende-se divulgar os resultados de três trabalhos de investigação, efectuados em diferentes contextos (estudantes, profissionais e famílias), em termos de vulnerabilidade, saúde mental e resiliência. A saúde mental, consiste no desenvolvimento óptimo do indivíduo nos contextos em que se insere, tendo em conta vários factores Biológico, Psicológico, Sociocultural, Espiritual e Ecológico, e promove-se através de um processo que se concretiza com: desenvolvimento pessoal (autonomia); estabelecer relações ajustadas com o outro/meio (adaptação) e investir nas realizações sociais (integração).

Objectivos: Caracterizar a saúde mental em diferentes contextos (estudantes do ensino superior, Enfermeiros e famílias). Descrever os factores de vulnerabilidade associados a cada população/contexto. Elencar potenciais factores de resiliência capazes de facilitar a adaptação a um novo contexto e um processo de saúde doença. Partilhar estratégias de intervenção capazes de promover a saúde mental em diferentes contextos. Relacionar os factores de vulnerabilidade com as estratégias de resolução de problemas.

Metodologia: Atendendo às orientações de entidades internacionais, a saúde mental deve ser vista numa perspectiva articulada com os contextos de onde emergem os problemas de saúde mental. Trata-se da apresentação de uma problemática constituída por três áreas, tendo por base os resultados de três estudos quantitativos, exploratórios e descritivos, efectuados entre 2006 e 2010. Incidiu numa amostra constituída por 318 estudantes 416 enfermeiros e 75 familiares (25 Cônjuges e 50 filhos). No processo de colheita de dados, foram usados vários instrumentos em função dos estudos.

Conclusões: Em cada contexto, a saúde mental promove-se através de um processo que se concretiza com: desenvolvimento pessoal (autonomia); estabelecer relações ajustadas com o outro/meio (adaptação) e investir nas realizações sociais (integração). Neste processo devem ser considerados os factores predisponentes; os factores precipitantes e os factores protectores e de suporte. Os programas de promoção de saúde mental devem ter por base a análise dos contextos/actores, atendendo ao seu poder discriminativo em termos de vulnerabilidade e resiliência e deve ser monitorizado de forma regular, de modo a aumentar a sua plasticidade na promoção da saúde mental das pessoas.

Palavras-chave: Saúde mental, estudantes, enfermeiros, família, estratégias de coping, vulnerabilidade, resiliência, doença mental, esquizofrenia e psiquiatria.

* Escola Superior de Enfermagem do Porto, Saúde Mental e Envelhecimento

** Universidade Católica Portuguesa, ICS

*** Escola Superior de Enfermagem do Porto, Saúde Mental