



O estigma é o grande desafio e o principal alvo de intervenção da Psiquiatria atual

Profs. Doutores João Marques Teixeira e M. Luísa Figueira

store

NEWSFARMA

Esta publicação está também disponível em formato digital
Faça o download gratuito. Registe-se em store.newsfarma.pt



Boas práticas, constrangimentos e oportunidades

Reabilitação psicossocial na doença mental



Prof.ª
Doutora
Filipa Palha*

Há muito que é consensual que recuperar de uma doença mental é mais do que a recuperação clínica, ou seja a eliminação de sintomas. Isto porque, a experiência de uma doença mental pode comprometer a aprendizagem de uma série de competências sociais e/ou afetar o bom desempenho das mesmas. Num recente artigo sobre John Nash, Nobel da economia que sofria de esquizofrenia, Nancy Andreasen (2015), psiquiatra Americana de renome internacional, recorda momentos vividos com Nash em que este demonstrou dificuldade em atividades “simples” como escolher o que tomar ao pequeno almoço, ou utilizar uma cabine telefónica para fazer um telefonema. Andreasen explica este comportamento fazendo referência ao facto de Nash ter vivido anos de pobreza sem acesso a cuidados de reabilitação psicossocial. Na verdade, a reabilitação psicossocial é um aspeto fundamental no processo de recuperação de muitas pessoas com doença mental, sem o qual o desempenho de uma diversidade de papéis pode ficar comprometido, como este exemplo o demonstra. Nas últimas décadas, partindo do conhecimento sobre os diferentes aspetos do funcionamento psicossocial a necessitar de ser “aprendidos” e/ou “reabilitados”, têm vindo a ser

As boas práticas para o tratamento de um problema psiquiátrico obrigam a que estejam disponíveis programas compreensivos de reabilitação psicossocial abrangendo uma série de respostas

desenvolvidos, e avaliada a eficácia, de uma série de programas/intervenções, sendo hoje possível ajudar uma percentagem muito significativa de pessoas a recuperar de um problema desta natureza e ter uma vida “normal”. Assim, as boas práticas para o tratamento de um problema psiquiátrico obrigam a que estejam disponíveis programas compreensivos de reabilitação psicossocial abrangendo uma série de respostas, entre as quais se podem destacar: psicoterapia/acompanhamento psicológico; psicoeducação individual e familiar; reabilitação cognitiva; intervenção nos défices na cognição social; treino de competências sociais; reabilitação vocacional; atividades de lazer / ocupacionais. Sabemos, no entanto, que existem graves constrangimentos para o acesso a este tipo de programas em Portugal. Por um lado, pelo facto destes terem vindo a ser implementados, maioritariamente, por Instituições Particulares de Solidariedade Social, que têm capacidade de atendimento limitada, aguardando a implementação dos cuidados continuados de saúde mental para permitir alargar o número de respostas. Por outro lado, pela falta de formação especializada dos profissionais de saúde mental numa área que deveria exigir competências específicas (como acontece em muitos países onde se obriga a certificação dos profissionais a trabalhar neste domínio). Ainda de referir o estigma que persiste na sociedade e que é vivido pela pessoa com doença mental, pelos familiares e pelos próprios profissionais de saúde, que consideram que certos diagnósticos psiquiátricos são uma condenação à incapacidade e dependência, comprometendo a esperança e o potencial de recuperação. O exemplo de Nash é um ensinamento que nos deve inspirar para não desistir, e fazer melhor. Apesar de ter adoecido com uma esquizofrenia nos idos anos 50 do século XX, numa época onde se davam os primeiros avanços no tratamento desta doença, a sua superioridade intelectual foi reconhecida ao mais elevado nível. No entanto, o facto de não ter tido acesso a programas de reabilitação psicossocial fizeram com que tivesse dificuldade de executar elementares tarefas do dia a dia. Hoje que temos a evidência científica

Para que as oportunidades que a reabilitação psicossocial trazem à vida de cada doente não sejam desperdiçadas, é fundamental que tenhamos profissionais competentes a trabalhar nesta área

e clínica da eficácia de um conjunto alargado de intervenções direcionadas a áreas de funcionamento psicossocial que podem estar afetadas, temos o dever de as disponibilizar a quem delas precisa. Para que as oportunidades que a reabilitação psicossocial trazem à vida de cada doente não sejam desperdiçadas, é fundamental que tenhamos profissionais competentes a trabalhar nesta área. Profissionais que acreditam ser possível recuperar; que se empenham em investir no potencial de cada pessoa e que, com esta atitude, devolvem a esperança aos doentes e familiares, colaborando na (re)construção de um caminho de vida.

* Docente da Faculdade de Educação e Psicologia da Universidade Católica Portuguesa.
Presidente ENCONTRAR+SE - Associação para a Promoção da Saúde Mental.
Vice-Presidente Regional (Europa) da World Federation for Mental Health

Sexta-feira, 20 de novembro
Workshop – 8h30



REFERÊNCIAS

Andreasen, N. (2015). John and Alicia Nash: A Beautiful Love Story. *Am J Psychiatry* 2015; 172:710–713; doi: 10.1176/appi.ajp.2015.15060709