

Boa Tarde a todos os presentes

Os problemas de saúde mental constituem actualmente a principal causa de incapacidade e uma das mais importantes causas de morbilidade nas nossas sociedades.

De facto, as necessidades no âmbito da saúde mental são de tal magnitude que exigem respostas atempadas dos serviços de saúde, com o envolvimento de outras organizações públicas e de instâncias da comunidade, no âmbito de uma política nacional adaptada à exigência dos nossos dias.

Prevê-se um incremento significativo da prevalência de doenças psiquiátricas, e em particular de casos de demência, a que não é alheio o aumento da esperança de vida e conseqüente envelhecimento da população.

Prevê-se, igualmente, um impacto crescente na sociedade portuguesa de problemas directa ou indirectamente relacionados com a saúde mental, como sejam os problemas de violência doméstica, o abuso de álcool e drogas, ou a delinquência juvenil.

Segundo dados do Ministério da Saúde:

- Estima-se que a prevalência de perturbações psiquiátricas na população geral ronde os 30%, sendo aproximadamente de 12% a de perturbações psiquiátricas graves, embora não existam dados de morbilidade psiquiátrica, de abrangência nacional, que permitam uma melhor caracterização do País.
- A depressão pode atingir cerca de 20% da população, tendendo a aumentar, e é a primeira causa de incapacidade, na carga global de doenças, nos países desenvolvidos. Em conjunto com a esquizofrenia, é responsável por 60% dos suicídios.
- No Censo Psiquiátrico de 2001, as esquizofrenias foram, no conjunto dos internamentos, das consultas e das urgências, as patologias mais frequentes (21,2%), sendo a principal causa de internamento (36,2%) e a terceira nas consultas (12,4%).

Relativamente à **Prevalência elevada de stress**

- Não existem dados nacionais que permitam avaliar directamente a dimensão deste problema. No entanto, relativamente ao resto da Europa, em Portugal, as mulheres consomem três vezes mais medicamentos indutores do sono.
- As perturbações emocionais e comportamentais das crianças e dos adolescentes têm uma prevalência elevada, entre 15 a 20%, segundo estudos internacionais.

A resposta que os serviços públicos têm sido capazes de dar, com os limitadíssimos recursos de que dispõem, é insuficiente e, por vezes, desajustada às necessidades.

- Não se conhecem com rigor as necessidades reais dos idosos na comunidade.

Existe uma resposta insuficiente dos serviços face ao aumento da população idosa e dos cuidados que a mesma requer, de forma a integrar os aspectos biopsicossociais numa abordagem global.

- Não existe reconhecimento ou incentivo à formação dos profissionais de saúde nem formação ou informação adequada a familiares e/ou prestadores informais de cuidados.
- Há situações de exclusão social que resultam de doenças psiquiátricas, bem como do consumo excessivo e/ou dependência de álcool e drogas, nomeadamente nos sem-abrigo, grupo em que a prevalência de perturbações psiquiátricas (incluindo abuso e/ou dependência de álcool e drogas) é superior a 90%. Estes doentes acorrem pouco aos serviços de saúde que, por sua vez, têm uma capacidade reduzida para ir ao encontro das pessoas excluídas.
- As estimativas apontam para a existência de, pelo menos, 580.000 doentes alcoólicos (síndrome de dependência de álcool) e 750.000 bebedores excessivos (síndrome de abuso de álcool), em Portugal.
- Há comorbilidade dos problemas ligados ao álcool e de vários problemas de saúde mental, nomeadamente, perturbações depressivas, perturbações da ansiedade, esquizofrenia e perturbações da personalidade, entre múltiplos outros. Existe também comorbilidade de consumo de álcool e consumo de outras substâncias, tais como benzodiazepinas e substâncias ilícitas, quer na doença actual, quer nos antecedentes pessoais dos indivíduos afectados.

FÓRUM – ENFERMAGEM DE SAÚDE MENTAL E PSIQUIATRIA
17.04.2010

No entanto, os problemas de saúde mental que as pessoas apresentam na actualidade não são só as depressões, as esquizofrenias, as demências, o alcoolismo, etc.. Os problemas de saúde mental das pessoas são mais complexos e mais abrangentes.

É, pois, necessário dotar as pessoas com melhores “ferramentas” (o que denominamos de empowerment) para lidarem com as vicissitudes do quotidiano; e, neste sentido, podemos dizer que os enfermeiros especialistas são capazes de dar uma boa resposta. Isso seria promover a saúde mental positiva.

A importância da organização deste fórum de Saúde Mental e Psiquiatria advém deste contexto onde nos inserimos; aqui foram tratados temas e apresentados projectos de relevância para esta área de especialidade.

Referimos já que o Curso de Especialidade em Saúde Mental e Psiquiatria vem desafiar para mais e melhor nos diferentes contextos, vem enriquecer com a partilha e a reflexão sobre como prevenir ou cuidar melhor o doente mental, que precisa ser protegido na sua vulnerabilidade com responsabilidade, respeito e competência”.

Assim, deste fórum poderemos sintetizar dizendo que:

- O Diário da República de 6 de Março de 2008, onde foi publicada a Resolução do Conselho de Ministros nº 49/2008 e o Plano Nacional de Saúde Mental – PNSM - (2007-2016), referem que a Saúde Mental é considerada uma prioridade da política actual de saúde. Note-se que o Plano acima referido consagra a Saúde Mental como “uma prioridade de saúde pública” .

No entanto, criou-se a lei mas esta ainda não foi operacionalizada de forma eficaz. Existem, de facto, alguns programas pontuais, mas não existe um conjunto de intervenções generalizadas que dêem resposta aos três níveis de prevenção.

- A utilização da CIPE na realidade dos cuidados de Saúde Mental estimula a reflexão sobre as nossas práticas, enfatizando as intervenções autónomas e procurando dar visibilidade ao domínio específico do Enfermeiro Especialista.

FÓRUM – ENFERMAGEM DE SAÚDE MENTAL E PSIQUIATRIA
17.04.2010

- O novo modelo do exercício profissional tutelado bem como a certificação de competências do enfermeiro previsto pela Ordem também aqui foi debatido. Ainda sem reunir consensos, serviu este debate para ajudar a reflectir neste novo percurso da Carreira de Enfermagem.

- O enfermeiro, como elemento de referência na equipa multidisciplinar, tem um âmbito de acção alargado onde se realça, mais uma vez, a importância das intervenções autónomas. Devemos, pois, focalizar a nossa atenção na pessoa de forma mais homogénea, não esquecendo a sua família e o ambiente onde este se insere; como tal, todo o processo de alta deve ser preparado atempadamente, referenciando os doentes que necessitem de um encaminhamento mais específico.

- Ouvimos falar de novos e interessantes projectos implementados pelos enfermeiros que trabalham na Casa de Saúde do Bom Jesus em Braga. E,

- ainda, de diferentes questões relacionadas com os aspectos éticos inerentes ao cuidado da pessoa, porque está doente e porque sofre.

Neste fórum devemos salientar, ainda, a exposição de algumas experiências interessantes que os alunos desenvolveram em contexto académico:

Ao nível da prevenção primária:

- Foi dado especial enfoque à SAÚDE MENTAL POSITIVA; foi um aspecto trabalhado quer a nível dos doentes quer dos próprios profissionais.

- Trabalharam-se as Famílias dos doentes, desenvolvendo dinâmicas familiares em diferentes contextos. A aplicação do modelo conceptual de enfermagem de Calgary orientou as práticas de cuidados em contexto formativo.

- O trabalho em contexto escolar foi, também, privilegiado; daí ter sido desenvolvido um levantamento de indicadores de saúde mental e propostas estratégias de intervenção numa escola.

FÓRUM – ENFERMAGEM DE SAÚDE MENTAL E PSIQUIATRIA
17.04.2010

- A Promoção de Estilos de Vida Saudável é, sem dúvida, um factor essencial para a garantia do ciclo vital da pessoa. Desenvolveu-se um projecto para “Prevenir o consumo de substâncias psicoactivas, nos jovens em meio escolar” pela necessidade de se desenvolver competências pessoais e sociais num grupo-alvo de risco ou de potencial risco. Para desenvolver este projecto optou-se pelo Projecto Integrado de Apoio à Comunidade (PIAC) da Delegação Regional do Norte (DRN) do Instituto da Droga e da Toxicoddependência (IDT).

- A área dos idosos também foi trabalhada pelos enfermeiros em **(PSICO)GERIATRIA**. No sentido de contribuir no apoio ao idoso com demência e seus prestadores de cuidados, foram concretizadas diversas actividades; nos cuidados de saúde primários, o trabalho desenvolvido centrou-se na identificação das necessidades dos idosos e cuidadores, bem como a construção de uma nova visão na consulta do idoso, dando ênfase à importância do despiste precoce da doença de Alzheimer, e dos factores de protecção da demência.

Ao nível da prevenção secundária:

- Realizou-se a abordagem ao atendimento do doente com perturbações mentais no SU dum hospital geral; também aqui, este deve ser avaliado por um profissional com competência para categorizar a real prioridade de intervenção por parte da equipa multidisciplinar. É isso que é efectuado pelo enfermeiro que aplica o Fluxograma "Doença Mental" da Triagem de Manchester.

- Foi elaborado um projecto de consulta de enfermagem, na área de Saúde Mental e Psiquiatria, na ET Braga. Apesar de não ter sido implementado, contribuiu-se para o alargamento de horizontes, autonomia, perspectivas e motivação para a mudança.

- Realizaram-se projectos cujo enfoque foi colocado na relação de ajuda e na intervenção familiar em âmbito de internamento de agudos.

- A implementação de novos métodos e intervenções psicoterapêuticas e psico farmacológicas ao doente do foro alcoólico foi uma necessidade sentida.

FÓRUM – ENFERMAGEM DE SAÚDE MENTAL E PSIQUIATRIA
17.04.2010

Assim, foi elaborado um novo Programa Terapêutico, no serviço de internamento da Unidade de Alcoologia-Norte que contempla a Entrevista inicial de Colheita de dados, a aplicação das Escalas de Avaliação da Dependência Alcoólica (SADD) e de Avaliação da Abstinência Alcoólica (CIWA-AR), Entrevista motivacional e Relaxamento autogénico, a Prevenção da Recaída bem como Momentos psicopedagógicos.

- Na psicogeriatría desenvolveram-se intervenções específicas, nomeadamente a massagem terapêutica e o treino do auto-cuidado.

Ao nível da prevenção terciária:

- A problemática do suicídio é considerada como a primeira causa de morte prematura e evitável. Avaliou-se o risco, através da aplicação de uma escala de medição de risco das doentes internadas durante um período de tempo definido com o objectivo de implementar medidas de intervenção para cada nível de risco.

- A “Adesão do doente com perturbação mental ao regime terapêutico” É uma problemática muito patente quer em regime de internamento, quer na experiência do exercício comunitário; foi implementado um programa específico de intervenção na Casa de Saúde do Bom Jesus Braga.