



ID: 44048812

03-10-2012

Envolvidos sete agrupamentos da região

Coimbra está no topo do para suicídio no sexo feminino

Projeto +Contigo quer prevenir comportamentos suicidários na escola

●●● Em Portugal, as taxas de suicídio em jovens têm sido mais baixas que os dados internacionais. Contudo, analisando os dados disponíveis para os comportamentos para suicidários, segundo um estudo efetuado pela Consulta de Prevenção do Suicídio do Serviço de Psiquiatria dos Hospitais da Universidade de Coimbra (HUC-CHUC), verifica-se que Coimbra ocupa os lugares cimeiros particularmente em jovens do género feminino, comparando com os dados do estudo multicêntrico do para suicídio da Organização Mundial de Saúde (OMS), destaca José Carlos Santos.

O perfil do para suicida em Portugal caracteriza-se por ser do género feminino, jovem, com baixo nível de educação ou com dificuldades escolares, com problemas psicossociais, embora frequentemente não aparente doença psiquiátrica anteriormente diagnosticada.

A vivência da escola aparece como fator importante nesta definição de perfil. Por outro lado, a escola assume-se como centro promotor de saúde mental quando associa à sua função educacional uma educação para as emoções sociais e habilidades para a vida. O Programa Nacional de Saúde Escolar, publicado no Despacho 12045/2006, define como prioridade a saúde mental, definindo que “os projetos de promoção da saúde mental baseiam-se no desenvolvimento de competências pessoais e sociais, aumento da resiliência, promoção da auto-estima e visam prevenir comportamentos de risco.

Da experiência no terreno da equipa do +Contigo é possível concluir que se encontram, entre a população escolar, “sintomatologia depressiva e comportamentos para suicidários”, refere José Carlos Santos. Em caso de necessidade, os adolescentes podem ser encaminhados para os centros de saúde, para a Consulta de Prevenção do Suicídio ou para a Pedopsiquiatria do CHUC ou para o Hospital de Aveiro.

A equipa de intervenção do Projeto +Contigo atua nas escolas da região para prevenir comportamentos que possam levar ao suicídio



Em média, por cada suicídio existem 20 a 30 comportamentos para suicidários, número que é maior nas cidades universitárias

●●● Em Coimbra realiza-se hoje o 1.º Encontro do Projeto +Contigo, que visa a prevenção de comportamentos suicidários nas escolas.

O Projeto +Contigo, fruto de uma parceria entre a Administração Regional de Saúde do Centro e a Escola Superior de Enfermagem de Coimbra, iniciou-se há quatro anos, mas apenas no último ano letivo chegou à fase de intervenção nas escolas. Conta também com o apoio da Direção Regional de Educação do Centro e da Unidade de Investigação em Ciências da Saúde.

Atualmente, o projeto abrange um total de 741 alunos, do 7.º ao 12.º ano, de vários agrupamentos de escolas da região: Anadia, Avanca, Alhadas (Figueira da Foz), Secundária Bernardino Machado (Figueira da Foz), Mealhada, Gândara-Mar (Tocha) e Agrupamento de Escolas Florbela Espanca de Esmoriz (Ovar).

No ano letivo que agora se iniciou o projeto de prevenção de comportamentos suicidários prosseguirá nestas escolas. Mas o objetivo “é incluir outras escolas, que já manifestaram o desejo de aderir ao projeto”, referiu ao DIÁRIO AS BEIRAS José Carlos Santos, professor da Escola Superior de Enfermagem de Coimbra e um dos responsáveis do +Contigo.

Promover a saúde mental

Os objetivos gerais do projeto são promover a saúde mental e bem-estar em jovens do 3.º ciclo e secundário, prevenir comportamentos auto-destrutivos e o suicídio, combater o estigma em saúde mental e criar uma rede de atendimento nesta área.

Nas várias escolas, o Projeto +Contigo desenvolve-se em três níveis de intervenção. Numa primeira fase, desenvolve-se a formação dos téc-

nicos de saúde dos centros de saúde da área onde se insere a escola alvo de intervenção. Segue-se a fase de formação de professores e assistentes operacionais da respetiva escola. O envolvimento dos assistentes operacionais “é importante, porque são eles que acompanham os alunos nos intervalos e podem observar determinados comportamentos que poderão não se manifestar na sala de aula”, sublinha José Carlos Santos.

A terceira fase abarca a formação e sensibilização dos encarregados de educação, com o objetivo de “combater mitos e desenvolver estratégias de proteção dos fatores de risco e desenvolver fatores de proteção”, acentua o especialista.

Avaliar a intervenção

Em seguida, na intervenção na sala de aula, é feito o diagnóstico da situação junto dos adolescentes – ava-

liando-se o auto-conceito, o bem-estar, níveis de pressão e estratégias de coping, isto é, os processos desenvolvidos para resolver os problemas – e dá-se início à intervenção junto dos adolescentes para melhorar estes parâmetros. Este trabalho de intervenção é depois avaliado.

De acordo com José Carlos Santos, na primeira avaliação efetuada no passado ano letivo, após a intervenção, “verificou-se que melhoraram os níveis de auto-estima, de coping, de bem-estar e diminuíram os sintomas depressivos”. Mas na avaliação posterior, realizada seis meses depois, constatou-se que “nem todas as variáveis se mantêm, o que mostra que este é um projeto que tem que ser realizado de forma continuada no tempo”, destaca o responsável.

Escolas no encontro

Por isso, entre as temáticas a debater no encontro que

“
discurso direto

► O objetivo é incluir outras escolas, que já manifestaram o desejo de aderir ao projeto

► Este é um projeto que tem que ser realizado de forma continuada no tempo



José Carlos Santos

hoje se realiza será proposto que a intervenção do Projeto +Contigo se “realize de forma sistemática ao longo do ano”. Um objetivo que depende também de outros fatores, “como os recursos disponíveis e a própria reformulação dos tempos letivos, que fez diminuir os horários disponíveis para desenvolver outras atividades na escola, uma decisão que não vai no bom sentido”, considera José Carlos Santos.

O 1.º Encontro do Projeto +contigo decorre hoje na Escola Superior de Educação de Coimbra - Polo B, e destina-se a profissionais de saúde e da educação. Conta com a participação de profissionais de saúde, de todas as escolas que participam no Projeto +Contigo e a presença de Álvaro Carvalho, coordenador nacional do Plano Nacional de Saúde Mental.

Dora Loureiro
dora.loureiro@asbeiras.pt



Coimbra está no topo do para suicídio entre os jovens do sexo feminino

O Projeto + Contigo desenvolve intervenções em escolas da região Centro para prevenir comportamentos suicidários entre os jovens. Atualmente o projeto desenvolve-se em sete agrupamentos de escolas da região mas poderá vir a alargar-se. Resultados do +Contigo são apresentados hoje >Pág 4