

JOSÉ CARLOS PEREIRA DOS SANTOS, PROFESSOR DA ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DE COIMBRA,



PROJETO + CONTIGO

ENTIDADES PROMOTORAS:

Escola Superior de Enfermagem de Coimbra e Administração Regional de Saúde do Centro. Entidades parceiras: DREC, Direção Regional de Educação do Centro; Centro Hospital e Universitário de Coimbra, Consulta de Prevenção de Suicídio. Hospitais da Universidade de Coimbra; Departamento de Pedopsiquiatria do Hospital Pediátrico; Hospital Infante D. Pedro, Serviço de Pedopsiquiatria.

ENQUADRAMENTO:

A prevenção do suicídio é uma tarefa global e prioritária da OMS e recentemente ratificada pela EU, no Pacto Europeu para a Saúde Mental e Bem-estar, como a primeira de cinco prioridades em saúde mental (2008). A nível nacional o Plano Nacional de Saúde Mental 2007-2016 elege como um dos seus quatro objetivos um programa de prevenção da depressão e suicídio.

O perfil do indivíduo com comportamentos autolesivos na região centro caracteriza-se por ser do género feminino, jovem, baixo nível de educação ou com dificuldades escolares, com problemas psicossociais, embora frequentemente não aparente doença psiquiátrica anteriormente diagnosticada (Saraiva, 1997; Santos, 2006).

A escola aparece como centro promotor de saúde mental quando associada à sua função educacional uma educação para as emoções sociais e habilidades para a vida (Social Emotional Learning e Skills for Life) num estudo de análise sistemática conduzido por Diekstra (2008). A inclusão de toda a escola (pessoal docente e não docente) nas estratégias definidas e duração superior a seis meses otimizam os resultados alcançados a curto e médio prazo, nomeadamente aprendizagem ou melhoria de habilidades sociais, atitudes positivas em relação a si e aos outros, redução de comportamento antissocial, prevenção ou identificação precoce de doença mental, melhoria dos resultados escolares.

METODOLOGIA:

Para a concretização do projeto + contigo, utilizamos para o seu planeamento o modelo PRECED / PROCEED (Green & Kreuter, 2005). No sentido do diagnóstico e avaliação de resultados serão utilizados instrumentos psicométricos validados para a população portuguesa com maior incidência no bem-estar, autoconceito, coping e depressão, assim como entrevistas com os atores definidos como prioritários. O público-alvo são jovens estudantes do 7º ao 12º ano nos estabelecimentos públicos. Os objetivos gerais são: Promover a saúde mental e bem-estar em jovens do 3º ciclo e secundário; Prevenir comportamentos autodestrutivos; Prevenir o suicídio; Combater o estigma em saúde mental; Criar uma rede de atendimento de saúde mental.

DESENLORA-SE EM CINCO ETAPAS:

Uma primeira de formação dos profissionais de saúde do programa saúde escolar das USP e equipas da



José Carlos Pereira dos Santos, Professor da Escola Superior de Enfermagem de Coimbra, Enfermeiro, Doutorado em Saúde Mental e Investigador da UICISA-E, Adjunto da Presidência para as Relações Internacionais, Presidente da Sociedade Portuguesa de Suicidologia e Membro do Painel de Peritos da Horatio.

área onde se insere a escola alvo de intervenção; Segunda etapa de formação e identificação de sentinelas junto da comunidade educativa da escola alvo de formação;

Terceira etapa de formação / sensibilização junto dos encarregados de educação;

Na quarta etapa, ao longo do ano letivo, as equipas de saúde escolar fazem a avaliação e realizam a intervenção com os alunos, em sala de aula, com base num guião de intervenção (metodologia expositiva, interrogativa e interativa, role-play e jogos socioterapêuticos) e articula com as entidades envolvidas (ex: equipa de saúde do aluno) na orientação dos casos identificados.

Na quinta etapa faz-se a avaliação da intervenção através da parametrização de variáveis como o coping, bem-estar, autoconceito e depressão. Para avaliar a efetividade da intervenção recorreremos a um grupo de controlo com características idênticas à amostra em estudo.

RESULTADOS:

O projeto + contigo envolveu, no ano letivo 2011/2012, 66 profissionais de saúde (incluindo os que frequentaram as formações e todos os que estiveram envolvidos na sua implementação) 228 professores e/ou assistentes operacionais, 153 encarregados de educação, 741 estudantes do 3º ciclo. Com os profissionais e encarregados de educação foi combatido o estigma em saúde mental, aumentada a literacia e identificados fatores protetores e de risco para os comportamentos de risco e, particularmente

da esfera suicidária. Com os estudantes foi combatido o estigma, treinada a comunicação assertiva, o reforço do autoconceito, da capacidade de resolução de problemas, combatida a sintomatologia depressiva, feito o diagnóstico precoce de situações de risco. O projeto ajudou a cumprir o planeado no plano nacional de saúde escolar, o plano nacional de saúde mental e pela avaliação oral efetuada pelos profissionais envolvidos contribuiu para uma maior proximidade entre as equipas de saúde escolar e a escola e ainda entre os cuidados de saúde primários e serviços de especialidade na área da pedopsiquiatria e consultas de prevenção do suicídio.

Na globalidade, a intervenção parece incrementar o bem-estar, diminuir a sintomatologia depressiva, aumentar o coping e o auto conceito. Os resultados positivos têm tendência a manter-se após seis meses, sendo mais evidente no domínio do aumento do bem-estar e diminuição da depressão. No corrente ano letivo estão em projeto 1699 estudantes distribuídos por vários agrupamentos de escolas e 9 agrupamentos de centros de saúde da região centro.

Equipa coordenadora

José Carlos Santos (ESEnFC, Investigador Responsável)

Jorge Façanha (CHUC, HSC)

Maria Pedro Erse (CHUC, HSC)

Rosa Simões (CSRSI)

Lúcia Amélia (ARSC, IP)