

DIA MUNDIAL DA PREVENÇÃO DO SUICÍDIO

O Ministério da Saúde lançou no Dia Mundial da Prevenção do Suicídio, uma campanha nacional que visa reduzir a taxa de suicídio em Portugal, onde diariamente três pessoas se suicidam e muitas outras tentam fazê-lo.



“O suicídio um problema de saúde pública que representa um grande desafio em todo o mundo. Em Portugal, cerca de três pessoas morrem por suicídio em cada dia e muitas mais tentam fazê-lo”, disse a psiquiatra Sónia Farinha Silva na apresentação da campanha num ‘webinar’ promovido pelo Ministério da Saúde.

É um fenómeno que «não escolhe classes, género, idade ou região geográfica», sendo um problema particularmente importante em homens, em pessoas mais velhas, em zonas rurais, como o Alentejo.

Mas também é um problema importante em alguns grupos mais específicos como, por exemplo, os adolescentes, a população LGBTI, em algumas profissões de risco, como os profissionais de saúde ou as forças de segurança, a população prisional ou pessoas que vivem em condição de sem abrigo, apontou a psiquiatra.

Perante esta realidade, e à semelhança do que já acontece em outros países, surgiu “a necessidade de se criar uma resposta nacional e coordenada para combater este problema”, defendeu uma das coordenadoras do projeto, sublinhando que “cerca de 90% das pessoas que morrem por suicídio tinham uma doença mental”.

A Campanha Nacional de Prevenção do Suicídio foi apresentada pelo psiquiatra Paulo Barbosa, também coordenador da iniciativa, que explicou que a campanha pretende “reduzir a taxa de suicídio em Portugal e “juntar toda a sociedade nesta missão”.

“Desenvolvemos esta campanha com três desafios em mente: alcançar a população, mudar as atitudes das pessoas em relação ao suicídio e à doença mental e promover mudanças na sociedade que sejam significativas e duradouras e permitam melhor qualidade de vida e melhor saúde”, sublinhou.

Trata-se de uma campanha multicêntrica assente numa ação coordenada de entidades parceiras a nível local e regional, sob a liderança do Programa Nacional para Saúde Mental.

O objetivo é “chegar às pessoas” através dos parceiros locais e regionais que conhecem as necessidades de cada população específica, de cada grupo, e podem disponibilizar-lhes informação, para “aumentar a literacia destas pessoas em saúde mental e para lutar contra o estigma”.

“Queremos que as pessoas saibam que há uma opção, que é pedir ajuda, encontrar tratamentos para a sua doença mental e melhorar a sua qualidade de vida, fazendo com que o suicídio não seja uma opção”, disse, destacando “o papel importante” que os amigos, a família, os colegas de trabalho ou mesmo desconhecidos podem ter nesta missão e que são chamados de “porteiros sociais”.

“São pessoas que no seu dia a dia podem encontrar-se com alguém que está em risco e que podem encaminhar essa pessoa para os serviços” de saúde e “salvar uma vida”.

A campanha tem como públicos-alvo a comunidade, os profissionais de saúde e os jornalistas e é assente em três eixos: o mês da Prevenção do Suicídio (setembro), a formação de uma rede parceiros e um website (suicidio.pt) que já está disponível.

“Queremos chegar aos profissionais de saúde para capacitá-los para esta resposta dos serviços de saúde e também queremos chegar aos jornalistas que têm uma missão muito importante na prevenção do suicídio, porque através do seu trabalho podem ter um impacto positivo ou negativo na vida das pessoas”, salientou Paulo Barbosa.

Presente no ‘webinar’, a diretora-geral da Saúde afirmou que “numa altura em que as consequências da pandemia sobre a saúde mental são um dado adquirido toda esta questão se torna ainda mais premente”.

“Os dispositivos de saúde são fundamentais no planeamento, mas por si só são insuficientes na implementação das medidas de prevenção”, disse Graça Freitas.

No seu entender, serviços de atendimento telefónico de linha direta, programas de prevenção de suicídio, grupos de apoio, entre outros, são respostas igualmente importantes, juntamente com “a limitação do acesso a meios letais e a continuidade de cuidados após a alta hospitalar”.

“Foi um compromisso do Programa Nacional para a Saúde Mental da Direção-Geral reativar o Plano Nacional de Prevenção do Suicídio e mesmo neste ano tão difícil conseguimos avançar com a organização desta campanha nacional de prevenção do suicídio”, frisou.



PORTUGAL PARTICIPA EM CAMPANHA CONTRA DEPRESSÃO DE JOVENS UNIVERSITÁRIOS



Três jovens, com 13 e 14 anos, nas Honduras, que foram vítimas de assédio.

A Missão de Portugal nas Nações Unidas participa da campanha "I am with you", ou "Estamos Juntos", contra casos de depressão na juventude.

A campanha é uma iniciativa do The Master Plan, o maior grupo mundial de jovens Líderes para promoção dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, ODSs.

Objetivos

Em entrevista à ONU News, o embaixador de Portugal, Francisco Duarte Lopes, explicou o objetivo da iniciativa.

"É uma campanha criada por um grupo de estudantes da cidade de Nova Iorque, estudantes estrangeiros em Nova Iorque e outros norte-americanos, que se dirige à população jovem universitária para lhes transmitir mensagens positivas, especialmente em relação àquela franja da juventude, que se sente afetada pela depressão e por outras questões de saúde mental."

A campanha pretende chamar a atenção para os milhões de jovens em todo o mundo que sofrem de depressão, solidão e ideias suicidas e angariar fundos para o seu tratamento. O objetivo está enquadrado no ODS 3 sobre assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades.

Importância

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, OMS, cerca de 20% dos adolescentes em todo o mundo sofrem de transtornos mentais. O suicídio é a segunda principal causa de morte entre as pessoas de 15 a 19 anos de idade.

"Cerca de 20% dos adolescentes sofrem de transtornos mentais"

"Suicídio é a segunda principal causa de morte entre adolescentes de 15 a 19 anos"

Em 2016, mais de 62 mil pessoas entre 10 e 19 anos de idade cometeram suicídio. Segundo a campanha, "o desespero emocional dos jovens é uma crise de saúde global."

A iniciativa estará presente nas redes sociais, mostrando que as ligações na internet são insuficientes para uma vida feliz e incentivando a criação de relações na vida real com jovens, professores e pais.

Segundo a campanha, esses dois últimos grupos, em particular, "têm a responsabilidade de ajudar não apenas a desenvolver as capacidades dos jovens, mas também o seu bem-estar emocional."

Estratégia

O embaixador Francisco Duarte Lopes contou que Portugal se envolve nesta área há vários anos. Em 2017, o país juntou-se ao Brasil para apresentar, no Conselho de Direitos Humanos, em Genebra, um projeto de resolução sobre saúde mental, que foi adotado.

"Temos continuado a trabalhar nessa área, quer com o Brasil quer com os outros países da Cplp. E temos também, quer aqui em Nova Iorque, quer em Genebra, quer noutras instituições multilaterais, das Nações Unidas e não só, temos sido sempre muito ativos nas questões relacionadas com a juventude e na aproximação da juventude às organizações multilaterais e, neste caso, às Nações Unidas."

Além de Portugal, participam na campanha as Missões do Botswana, Marrocos, Costa Rica e Noruega além de ativistas independentes.

