

2017-04-10 19:26:18

<http://justnews.pt/noticias/depressao-equipas-funcionais-na-comunidade-deviam-estar-mais-disseminadas-no-pais>

## Depressão na adolescência: «equipas funcionais na comunidade fazem toda a diferença»

“A depressão afeta cada vez mais adolescentes e as equipas comunitárias de Psiquiatria e Saúde Mental têm um papel muito importante no combate a esta doença”, segundo José Flores. O psiquiatra do Hospital Fernando Fonseca (Amadora-Sintra) abordou o papel dos cuidados psiquiátricos de proximidade num evento sobre depressão na adolescência, no âmbito do Dia Mundial da Saúde.

Foi na Biblioteca Municipal Fernando Piteira Santos, na Amadora, que José Flores falou para um grupo de profissionais de saúde e de professores sobre a importância da prevenção das doenças mentais que “costumam surgir na adolescência, sendo essencial que toda a população esteja atenta aos sinais, principalmente a família e os professores”.



Os mais comuns e que não devem ser desconsiderados são, segundo o médico, sentimentos de tristeza que podem incluir ataques de choro sem motivo aparente, irritabilidade, frustração e raiva, perda de interesse, nomeadamente, pelas atividades do quotidiano, mas também a dificuldade de concentração e em tomar decisões, a falta de memória, insónias ou excesso de sono, as alterações no apetite e os pensamentos frequentes sobre morte e suicídio.

Para o psiquiatra, “a sensibilização e a formação nesta área são essenciais para se evitar o diagnóstico e tratamento tardio da depressão ou de outras patologias tão ou mais graves que começam, regra geral, na adolescência e que vão repercutir-se na fase adulta”. José Flores realçou também a necessidade de se lutar contra “o estigma que ainda existe em torno da doença mental, ao considerar-se a pessoa como fraca e maluca”.



### **Um acompanhamento que "faz toda a diferença"**

Na sua opinião, "as equipas funcionais na comunidade deviam, perante o flagelo destas doenças, estar mais disseminadas no país". Considerando que nem sempre existem os recursos necessários para que haja este acompanhamento, não tem dúvidas em assegurar que "faz toda a diferença", afirmou à Just News.



### **Apoio nos cuidados de saúde primários**

No âmbito da área de influência do Hospital Fernando Fonseca, José Flores mostrou-se satisfeito por este tipo de resposta estar disponível nos cuidados de saúde primários há pelo menos 20 anos. "O espaço físico do apoio na comunidade, nesta região, está sediado em centros de saúde, contando com dois psiquiatras, duas enfermeiras, uma psicóloga e uma assistente social", observou.



José Flores, Carla Tavares e Vanessa Pereira de Gouveia.

Vanessa Pereira de Gouveia, diretora executiva do ACES Amadora, revelou-se igualmente satisfeita: “Este trabalho conjunto com o Serviço de Psiquiatria e Saúde Mental do HFF, que existe há duas décadas, é muito importante para todos. Não nos podemos esquecer que a depressão é uma patologia que pode ser bastante grave, afetando muitas pessoas, que chegam ao ponto de não conseguirem levantar-se da cama.”



Na mesma sessão esteve Carla Tavares, presidente da Câmara Municipal da Amadora, que frisou “o papel de todos os intervenientes – profissionais de saúde, professores, familiares – para que se detete o mais cedo possível sinais de uma possível doença mental”.