



Pelo reforço do investimento nos Serviços de Psicologia e Orientação

Associado à vivência de todos os estudantes que frequentam o Ensino Superior, continuam a faltar respostas aos obstáculos que colocam em causa a saúde mental e que, diariamente, afectam o seu bem-estar e normal relacionamento com os seus pares.

O estudo realizado em 2010 pelo Serviço Nacional de Saúde sobre a prevalência de doenças mentais na população adulta portuguesa, revelou que somos o país da Europa com a maior prevalência de doenças mentais na população adulta: um em cada cinco portugueses já sofreu de uma doença psiquiátrica e quase metade já teve uma destas perturbações durante a vida.¹

Oito anos depois, o Retrato da Saúde de 2018 editado pelo Ministério da Saúde designou a saúde mental como uma “parte integrante da saúde e é um fator determinante para a coesão social, progresso económico e desenvolvimento sustentável da nossa sociedade”². O director do Programa Nacional para a Área da Saúde Mental, Miguel Xavier, defendeu no mesmo ano que o investimento na saúde mental devia tornar-se uma prioridade e que por todo o país deveriam existir “equipas comunitárias de saúde mental, que integram médicos, enfermeiros especialistas, psicólogos, terapeutas ocupacionais, assistentes sociais, entre outros profissionais”³, pois esta era uma questão que precisava de ser rapidamente respondida.

No entanto, esta aparente consciencialização da importância da saúde mental não se tem reflectido em investimentos práticos que promovam e assegurem o bem-estar psicológico dos indivíduos. No caso do Ensino Superior, doenças como a ansiedade e a depressão intensificam-se face à multiplicidade de pressões sociais, familiares, académicas, entre outros, sendo a conciliação entre

¹ AFONSO, Pedro. 2010. *A saúde mental dos portugueses*. Disponível em: <https://www.publico.pt/2010/06/21/jornal/asaude-mental-dos-portugueses-19657135>. Acedido a 14 de Março de 2018.

² Ministério da Saúde. (2018). *Retrato da Saúde*. Disponível em: https://issuu.com/boletiminfcompraspublicassaude/docs/retrato_da_saude_2018_compressed. Acedido a 14 de Março 2019. Disponível em: <https://www.publico.pt/2018/10/09/sociedade/noticia/investimento-na-saude-mental-deve-serproporcional-ao-sofrimento-causado-1846692>.

todas estas esferas uma realidade cada vez mais frequente e com a qual muitos estudantes se identificam.

No ano passado, mil estudantes de universidades e politécnicos portugueses de 176 cursos diferentes responderam ao inquérito "Estigma em Saúde Mental". Cerca de 16,8% dos estudantes assumiram que lhes tinha sido diagnosticada uma doença mental durante o período de faculdade, mas apenas 22,9% desses indivíduos está a ser acompanhado por profissionais de saúde.³

Da Rede de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior (RESAPS) fazem parte, segundo dados de 2014, cerca de 40 gabinetes de psicologia e orientação, tanto em instituições de ensino universitário como politécnico, num país com mais de 200 estabelecimentos de Ensino Superior. Um largo número de IES regista ainda um aumento significativo da procura dos gabinetes de apoio psicológico, ao mesmo tempo que muitos destes serviços admitem incapacidade em providenciar um atendimento de qualidade para os seus estudantes.

Esta procura verifica-se, por exemplo, na Universidade de Aveiro, quando os Serviços de Ação Social da mesma indicaram que, em 2014, foram dadas 844 consultas de psicologia aos estudantes da instituição, um número que em 2016 subiu para 1936. Regista-se um cenário semelhante na Universidade de Coimbra, com cerca de 774 consultas dadas em 2014; 589 em 2015; 1255 em 2016 e 1411 em 2017.⁴⁵

No entanto, e como já foi referido, há uma clara limitação de recursos humanos que restringe o acesso destas sessões a todos os estudantes que se encontram vulneráveis. A par disto, assume-se também como um grande obstáculo à promoção da saúde mental a pouca ou inexistente informação que muitas instituições de Ensino Superior disponibilizam aos seus estudantes acerca dos gabinetes de psicologia e orientação, quando existentes, o que deixa transparecer a incapacidade dos seus serviços.

Veja-se o caso da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da NOVA em que há apenas uma psicóloga para 5 mil alunos e não existe sequer uma página online individual que esclareça todas as informações relativamente a este serviço, mas sim um mero tópico na secção de contactos da Área de Serviços aos Alunos.

Na ausência destes gabinetes, os estudantes procuram alternativas fora das IES, passando a ter de enfrentar outros problemas, tais como respostas desadequadas por estarem desligadas da sua realidade no Ensino Superior, tempos de espera prolongados e custos elevados por consulta, que se

³ Público. (2018). *Maioria dos universitários tem colega com doença mental*. Disponível em: <https://www.publico.pt/2018/10/24/sociedade/noticia/maioria-alunos-ensino-superior-colega-doenca-mental-1848707>.

Acedido a 14 de Março de 2019.

⁴ Diário de Notícias. (2018). *Estão a aumentar os pedidos de apoio psicológico nas universidades*. Disponível em: <https://www.dn.pt/portugal/interior/estao-a-aumentar-os-pedidos-de-apoio-psicologico-nas-universidades-.html?fbclid=IwAR1SNNyjm0TKaMvcGy-nPGnkM6BWU-hOkM2Cmc9REbeWZuCrEX77bmHRAM>.

Acedido a 14 de Março de 2019.

somam às propinas, taxas e emolumentos, despesas de transporte e alojamento, e outros encargos pesados que a inserção no percurso académico actualmente implica.

Esta precária presença de espaços dedicados à preservação mental dos estudantes, inserida no quadro de desinvestimento na Ação Social Escolar, deve ser colmatada com o reforço dos gabinetes de apoio psicológico tanto ao nível do número de profissionais, como numa formação adequada aos mesmos, que tenha como fim dar resposta às diversas situações com que se deparam.

Na nossa contemporaneidade, é notável a crescente atenção e valorização de questões de saúde mental, mas o Ensino Superior ainda sofre de um estigma em relação às dificuldades que um estudante com doenças mentais e necessidades educativas especiais sofre, tanto em contexto académico, como social.

Deste modo, queremos combater a falta de literacia em saúde mental, promover campanhas de sensibilização que sublinhem a reabilitação psicossocial do indivíduo, a sua integração na sociedade e que sentenciem discriminação, apelar a uma intervenção mais participativa do governo, com mais políticas educativas e um maior investimento na presença de gabinetes e técnicos de saúde em todas as IES. Queremos tornar visíveis estas doenças aparentemente “invisíveis”.

Por considerar esta situação uma questão de saúde pública, que é comum a todos os estudantes do Ensino Superior, as Associações e Federações Académicas de Estudantes reunidas em sede Encontro Nacional de Direções Associativas em Aveiro nos dias 16 e 17 de Março, propõem:

1. Realizar um levantamento dos Serviços de Psicologia e Orientação nas IES e a sua adequação às necessidades existentes.
2. Com base no estudo referido previamente, reforçar do investimento na Ação Social Escolar direcionado para os Serviços de Psicologia e Orientação nas instituições de Ensino Superior;
3. Permitir a referenciação para consultas de psiquiatria, nos casos de suspeita de doença mental subjacente com necessidade de avaliação médica.
4. A contratação de mais profissionais da área da psicologia, em número correspondente às necessidades das Instituições de Ensino Superior;
5. A promoção de discussões e campanhas de sensibilização nas IES de modo a consciencializar os estudantes e combater os estigmas associados à saúde mental;
6. Uma maior facilidade no acesso à informação sobre os Serviços de Psicologia e Orientação em cada IES.

Proponentes: AEFCSH, AEFLUL.

Endereçado: Ministério da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior, Ministério das Finanças, Ministério da Saúde, Grupos Parlamentares.