



DIA 3 DE OUTUBRO MÊS DA LITERACIA EM SAÚDE

03

Isabel Fragoeiro
Presidente do Conselho
Científico SPLS



LITERACIA EM SAÚDE MENTAL...RECOMENDA-SE!

O mês em que se assinala a importância da literacia em saúde é também aquele em que se assinala o dia internacional da Saúde Mental (10 de outubro), este ano (2022) sob o lema escolhido pela World Health Organization “Make mental health & well-being for all a global priority” ou traduzindo “Tornar a saúde mental e o bem estar para todos uma prioridade global”.

Neste espaço cria-se assim a oportunidade de intercorrelacionar os dois tópicos salientando que a par da necessidade da melhoria da literacia em saúde é imprescindível aumentar a literacia em saúde mental dos cidadãos e das comunidades. Este é também um imperativo da SPLS, compaginável com os de outras organizações que atuam nas diferentes regiões do país, aproximam-se dos cidadãos nas comunidades, para conjuntamente fortalecerem-nos, na construção de percursos de vida e de desenvolvimento, mais saudáveis e harmoniosos.

No conjunto dos múltiplos fatores determinantes da saúde e da saúde mental, o conhecimento, a cultura instituída, as representações sociais, as crenças e os valores, são, sem dúvida, áreas relevantes para serem trabalhadas pelos profissionais e pelas organizações que intervêm na educação, na saúde, no social, na gestão pública, entre outros. As sociedades têm mudado muito rapidamente, o que por muitos é considerado rumo ao progresso. Todavia, persistem velhos problemas, iniquidades, representações e atitudes, que há muito se esperariam ultrapassados, em parte associados à ignorância e a práticas tradicionais, rotineiras e desadequadas, face a antigas e a novas realidades, pouco eficazes, e que urge questionar.

Na confluência da literacia (neste contexto presente de insuficiente literacia para a saúde dos cidadãos) e da saúde mental subsistem estereótipos que radicam na desadequação do conhecimento das populações, reforçados por uma representação acerca da doença mental estigmatizante e desumanizada. O valor da Pessoa excede largamente a sua condição de saúde ou doença, pelo que estamos no tempo de o relevar. Invistam-se recursos e saberes na promoção da literacia em saúde e em saúde mental. Necessariamente, os ganhos advirão.

Termino solicitando a vossa reflexão sobre um extrato do artigo intitulado “A Crise do Esquecimento Global”, de Luís Pedro Nunes (Semanário Expresso. Revista):

“Neuropsiquiatras garantem que este fenómeno do esquecimento global é algo que já vinha a acontecer e que se está a agudizar em toda a sociedade contemporânea. Estamos numa sobrecarga de stresse – da pandemia, para a guerra, para a inflação, para o apocalipse, para esta dorzinha que não me larga, etc. E este “stresse cumulativo ligado à sobrevivência” tem um “consumo cognitivo” muito maior do que imaginamos” ((16 setembro 2022, p.14).

Estejamos pois disponíveis, nos vários contextos de vida dos nossos concidadãos, concedendo-lhes tempo para serem escutados nas suas dúvidas e inquietações relativas à saúde, recriando as mensagens baseadas em evidências científicas, por vezes complexas, em mensagens entendíveis, comunicando efetivamente, a fim de que todos tenhamos oportunidades equitativas de aceder, com benefício real, aos serviços e cuidados de saúde e de saúde mental. Recomenda-se sem dúvida, mais investimento na literacia em saúde mental.

