

Psicologia e saúde em Angola: da necessidade de prevenção à adoção de uma política pública de saúde mental

Psychology and health in Angola: from the need for prevention to the adoption of a public policy on mental health

Psicología y salud en Angola: de la necesidad de la prevención a la adopción de una política pública en salud mental

Psychologie et santé en Angola: du besoin de prévention à l'adoption d'une politique publique de santé mentale

Nvunda Tonet

<https://orcid.org/0000-0002-8158-0785>

Psicólogo Clínico (CEP n.º 00169). Hospital Psiquiátrico de Luanda. Luanda. Angola
nvundat@gmail.com

A crise económica de certa forma afectou a gestão hospitalar e fez esmorecer alguns programas em curso no sector da saúde. Os argumentos de ordem ética que resultam na disparidade de assistência médica em saúde mental revelam não somente as condições de trabalho, mas a ineficácia das medidas preventivas. Enquanto a saúde mental for colocada a parte das resoluções, ao invés de problema de saúde pública, as autoridades sanitárias serão forçadas a gastar mais dinheiro com assistência e internamento aos cidadãos que necessitam de ajuda e as suas famílias.

Devíamos investir em fóruns comunitários para falar sobre psicologia e saúde mental, para identificar os comportamentos de risco na comunidade, a vulnerabilidade e o estabelecimento de um canal de comunicação, onde seria analisada pormenorizadamente a inerência de factores nocivos, sem esquecer os educadores naturais “pais e professores”, pilares na educação das crianças e da sociedade em geral. A compreensão da infância é essencial, tal como sustenta José Cordeiro “compreender a infância é a melhor maneira de prevenir os desequilíbrios que podem ocorrer durante a trajectória que é o ciclo da vida humana, puberdade, gravidez, crise de meia-idade, involução – e as crises acidentais [...]”

Abordar a saúde mental, significa retratar a intimidade, os caracteres de personalidade, a gerência das emoções, a vulnerabilidade social, os comportamentos desviantes, precipuamente, é analisar a pessoa humana, a família, a escola, o desenvolvimento das relações interpessoais nos locais de trabalho, os momentos de lazer, em síntese, a essência da vida humana.

Angola e os seus filhos viveram um período difícil da sua história que, felizmente, já faz parte do passado: a guerra civil. O conflito armado provocou a destruição de edifícios e cidades, separou as famílias e quebrou os laços afectivos nelas existentes. A migração para locais que ofereciam melhores condições de segurança fez com que muitas pessoas perdessem o contacto

dos seus parentes. Os traumas de perda, o estresse pós-traumático, as psicoses e outras patologias devem merecer um tratamento especial. Ou seja, ao nível dos centros de saúde comunitária, o serviço de psiquiatria e psicologia teria o registo das famílias vindas de outros pontos do país, o agregado familiar, as relações que estabelecem e o acompanhamento terapêutico aos indivíduos que directa ou indirectamente viveram o trauma da guerra.

Diariamente, assistimos a comportamentos negativos no seio das nossas famílias: pai viola a filha, filho agride o pai, madrasta queima enteado, sogra espanca nora, neto acusa avos de feiticeiro, adolescente mata amigo por causa de míseros Kwanzas. Estes exemplos ilustram a violência gratuita das relações familiares ou que partem do seio familiar, algumas que poderiam ser evitadas se cada um de nós cumprisse o seu papel social (de irmão, pai, filho, neto, colega, amigo, líder comunitário, passageiro) auxiliando, prestando atenção e promovendo actividades valorativas (literárias, culturais, recreativas, desportivas).

A nova forma de poligamia que tem sido empregue e apoiado pela sociedade (homens que vivem em três ou quatro lares, mulheres que vivem com homens casados) é uma prática que deve merecer uma reflexão alargada em torno dos seus efeitos na saúde mental¹ dos envolvidos, principalmente as crianças. Quem se sujeita a essa forma de relacionamento ou de dependência está submetido aos caprichos do detentor do poder financeiro. Ninguém tem ganhos significativos com esse tipo de relações. São crianças que crescem distantes dos pais, mulheres que não têm apoio emocional, no fundo a ausência de valores, não há tempo para transmissão de virtudes, costumes e crenças (ideológicas, culturais, políticas e familiares).

O mesmo pode-se estender aos casos de violência doméstica. É imperioso a revisão do Regime Jurídico de prevenção da violência doméstica, de protecção e de assistências às vítimas (Lei n.º 25/11, de 14 de Julho de 2011) e de mecanismos que garantam a sua aplicabilidade de forma a reduzir os casos e estimular a conduta exemplar no seio familiar para salvaguardar os interesses da sociedade.

Ao falarmos de psicologia e saúde mental na vertente familiar temos de ter em conta a complexidade das regiões do país, a composição étnica dos povos de Angola e o modo de vida das populações. Ou seja, não deve interferir nos valores culturais ou na identidade cultural destes povos, como património cultural de um povo.

De onde surgem as acusações de feitiçaria?

As sociedades africanas não encaram a morte como um fenómeno natural, ou seja, fazem atribuições sobrenaturais. Por exemplo, inveja dos colegas pela progressão profissional, ex-parceiro ou parceira, tia que desejava os seus bens, filho que entregou o espírito entre outras.

¹ Entendemos como saúde mental a capacidade do individuo em administrar a própria vida e as emoções. Podemos dizer igualmente que saúde mental é um estado de bem-estar emocional e psicológico, mediante o qual o individuo é capaz de fazer uso das suas habilidades emocionais e cognitivas e de responder às questões da vida quotidiana de modo equilibrado. Convém destacar que a ausência de uma doença mental não implica que o individuo goze de boa saúde mental. O acompanhamento do comportamento diário de uma pessoa é a melhor forma de conhecer o estado da sua saúde mental. A OMS assegura que não existe nenhuma definição oficial que diga respeito à saúde mental, tendo em referência que esta é sempre influenciada pelas diferenças culturais e pela subjectividade. Em síntese estar bem consigo próprio e com os outros. Os psicólogos defendem que a saúde mental deve ser promovida a nível individual (com a motivação dos recursos emocionais do individuo através da auto-estima), a nível comunitário (inclusão social) e a nível oficial (com planos estatais e acesso à saúde).

Estamos todos a espera dos resultados da pesquisa proposta pelo Instituto Nacional dos Assuntos Religiosos sobre a feitiçaria nas províncias de Luanda, Zaire e Uíge, pelo que as conclusões e/ou recomendações científicas desta pesquisa devem ser tomadas em consideração. As crianças acusadas de feitiçaria são negligenciadas, discriminadas e afastadas do convívio social, podendo desenvolver perturbações da primeira infância e adolescência que marcará para sempre o desenvolvimento cognitivo da criança e do futuro adulto colocando em causa o equilíbrio da própria sociedade.

Mais do que prender ou encarcerar os indivíduos que praticam crimes, é preciso prevenir, estudar porquê que estes comportamentos acontecem, o que motiva que indivíduos lúcidos, sem passado criminal ou histórico psicopatológico apresentem comportamentos reprováveis?

É fundamental investir-se nos centros de reeducação social e na formulação de uma política social que preveja a figura do psicólogo de família. Cada família devia beneficiar dos préstimos deste profissional, que faria o acompanhamento dos seus membros e apresentaria relatórios periódicos ao centro de saúde mental comunitário, trabalhando também no apoio as autoridades quando os indivíduos envolvidos tiverem problemas com as mesmas.

A Organização Mundial de Saúde define a saúde mental como estado de bem-estar no qual o indivíduo realiza as suas próprias capacidades, consegue lidar com os estresses normais da vida, consegue trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir para a sua comunidade (WHO, 2004).

Assim, percebe-se que a saúde mental deve constituir prioridade no domínio da saúde pública (tendo em conta a disposição dos comportamentos indesejáveis, repugnantes e recorrentes que acontecem) em Angola. Ao se formular uma política nacional de saúde mental, entendemos que o legislador deva considerar fundamentalmente o seguinte:

- A saúde mental é essencial para o bem-estar e funcionalidade individual.
- Uma boa saúde mental é um recurso importante para indivíduos, famílias, comunidades e nações.
- A saúde mental, como uma parte inseparável da saúde geral, contribui para as funções da sociedade e tem um efeito positivo na produtividade.
- A saúde mental abrange a generalidade da população e tem repercussões no quotidiano em todos os locais quer sejam laborais, lúdicos ou de aprendizagem.
- A saúde mental positiva contribui para o capital social, humano e económico de todas as sociedades.

Se deve lembrar que a saúde mental não se refere unicamente à presença de perturbação mental. Este estereótipo alimentado pela sociedade contribui negativamente para o progresso da harmonia e estabilidade social, ou seja, é necessário observar os comportamentos tendenciosos nos indivíduos. O trabalhador que se sente triste após a separação da esposa, a criança que não consegue ficar quieta na sala de aulas, a esposa que trabalha distante do esposo e dos filhos, o atleta que é preterido pelo técnico, o servidor público que é transferido do seu país, o indivíduo que não consegue estabelecer vínculos afectivos, os namorados que se devem separar porque um tem de seguir com os estudos fora do país, entre outras situações potencialmente

desestabilizadoras. Aos olhos das pessoas, estes indivíduos não apresentam sinais nem sintomas para ser diagnosticado com perturbação mental.

Na realidade, estes indivíduos podem passar por sofrimento psíquico e emocional que afecta as suas relações pessoais, sociais e profissionais (tendo que encontrar recursos internos para adaptação a nova fase, sentindo-se sozinho, isolado ou distante do seu meio social, rejeitado pelas condições físicas), só o bem-estar psíquico geral assemelha-se a integridade pessoal e social.

Neste contexto estar mentalmente saudável exige um esforço na adaptação da situação económica e social que vivemos no intuito de acautelar as previsões e gerenciar prudentemente as angústias em torno dos desejos e necessidades libidinais.

A prevenção em saúde mental parte do desígnio que as perturbações psicológicas e os desequilíbrios emocionais podem ser evitados. Neste sentido, falamos em prevenção primária, que compreende a profilaxia, prevenção secundária (diagnóstico precoce e tratamento adequado) e terciária (rápida inserção socioprofissional com minimização dos efeitos da doença).

De acordo com um documento das Nações Unidas lançado pelo seu secretário-geral, a pandemia de COVID-19 demonstrou a necessidade de se aumentar urgentemente o investimento em serviços de saúde mental ou arriscar um aumento maciço de condições de saúde mental nos próximos anos. O impacto da pandemia na saúde mental das pessoas já é “extremamente preocupante”, afirmou, Tedros Adhanom Ghebreyesus, Director-geral da Organização Mundial da Saúde.

Neste editorial procuramos destacar a atenção para a atitude de negligência da maioria dos profissionais de saúde, incluindo a própria população, que devido ao contexto que o país atravessou perderam-se valores morais e a própria capacidade de reflexão, altruísmo, cresceu o nível de analfabetismo e a saúde mental foi relegada para segundo plano e a mudança nas prioridades no sector de saúde.

Neste contexto, pensamos enquanto membros da comunidade académica que o Sistema Nacional de Saúde política, enfocando para a área de saúde mental, deverá merecer maior atenção. Não obstante os visíveis esforços das autoridades nacionais (no âmbito do Programa Integrado de Intervenção Municipal (PIIM), existem 311 projectos de construção, reabilitação, ampliação e apetrechamento de unidades hospitalares) na diversificação da rede sanitária (existem actualmente 3.164 unidades sanitárias onde se destacam 640 centros de saúde e 2.180 postos de saúde) e na oferta de serviços de saúde mental, incluindo na província do Huambo com o funcionamento do Hospital Psiquiátrico do Huambo e da Rede Provincial de Saúde Mental.

Para finalizar, defendemos que apostar na saúde mental deve pressupor um maior esforço na promoção de um modelo preventivo, partindo do conhecimento que existe o impacto das enfermidades psicológicas podem ser reduzidos, absorvendo a prevenção primária (profilaxia), secundária (diagnóstico e tratamento precoces), e terciária (rápida inserção socioprofissional com minimização dos efeitos da doença), baseia-se, fundamentalmente na detecção e intervenção precoce nas situações de risco para a saúde, isto, é da pessoa e das populações de

risco. Somos defensores da luta contra a discriminação, estigmatização e qualquer forma de exclusão social. **“CUIDAR SIM, EXCLUIR NÃO!”**.

Bibliografia

Decreto Presidencial N.º 25/11 de 14 de Julho de 2011 estabelece o regime jurídico de prevenção da violência doméstica, de protecção e de assistência às vítimas

World Health Organization. (2004). The World health report: 2004: Changing history. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/42891>