



A Fundação Clifford Beers — uma rede para a promoção da saúde mental

MARIA ANTÓNIA FRASQUILHO

«É chegado o tempo de os problemas de saúde mental serem vistos pela comunidade internacional como aquilo que, na verdade, são: uma ameaça ao bem-estar individual, uma ameaça à paz e ao desenvolvimento global.»

BOUTROS-GHALI
Nações Unidas, Maio de 1995

Se a promoção da saúde tem vindo a ser agendada como domínio substancial de demanda, a área específica da saúde mental congrega relevância em grande parte dos países ocidentais.

1. A promoção da saúde mental

Está bem estabelecido que 20% a 25% da população mundial tem perturbação mental bem definida e que se pode prever que um terço das pessoas venham a sofrer deste género de patologia durante as suas vidas. É incomensurável o sofrimento individual e familiar decorrente destas doenças. A carga social

□ Maria Antónia Frasilho é psiquiatra no Hospital Miguel Bombarda e assistente da cadeira de Saúde Mental da ENSP.

e económica é também das mais pesadas no território da saúde (Ustun e Sartorius, 1995).

Porém, deter boa saúde mental vai muito além do «não ter doença mental». Representa a criação e capitalização de um bem-estar emocional, bem como das competências de resolver as solicitações do quotidiano, e a capacidade de imaginar e concretizar os objectivos traçados. Entre as competências cognitivas exigidas encontram-se adequados processamentos da informação, raciocínio e decisão que viabilizem a resolução de problemas. Em termos comportamentais, focam-se a boa aptidão social, a assertividade, a gestão positiva do conflito e da frustração, as quais serão complementadas com atributos desenvolvimentistas, como o bom autoconceito, a autonomia, o discernimento, a adequação na expressão e no lidar com as emoções.

Como rapidamente se deduz, a boa saúde mental é o alicerce da boa saúde geral, uma vez que constitui o elo com a realidade, a lente que filtra a informação. Emoção e cognição medeiam as escolhas comportamentais que vão arquitectar um determinado estilo de vida.

2. A Fundação Clifford Beers

Com vista a estimular o desenvolvimento de uma saúde mental, com os atributos positivos descritos, nasceu em Abril de 1996, com o apoio da OMS, a Fundação Clifford Beers.

O nome da jovem fundação foi escolhido em reconhecimento pela actividade de Clifford Whittingham Beers (1876-1943), um humanitarista americano, que devotou parte significativa da sua vida ao movimento de higiene mental.

Clifford Beers nasceu em New Haven, Connecticut (Estados Unidos da América). Em 1900, na sequência de um distúrbio mental, esteve confinado por três anos a um hospital psiquiátrico. Já recuperado, escreveu em 1908 uma autobiografia intitulada *A Mind that Found Itself (Uma Mente Reencontrada)*. Esta obra desencadeou um debate público, e mesmo uma onda de indignação, acerca dos cuidados então prestados às pessoas doentes mentais. Para muitos este terá sido um dos embriões das perspectivas contemporâneas de saúde mental.

Em 1908 foi então criada a Sociedade para a Higiene Mental de Connecticut e em 1909 o Comité Nacional para a Higiene Mental (que em 1950 foi reconhecido nos EUA como a Associação Nacional de Saúde Mental).

Clifford Beers alargou a divulgação das suas ideias também à Europa. Participou, quer pessoal, quer financeiramente, na fundação de diversas organizações de saúde mental em vários países europeus. A Federação Mundial de Saúde Mental é a actual herdeira deste movimento.

À época, sendo as comunicações objectivamente difíceis e escassas, é fácil compreendermos quanto esforço terá sido necessário para Clifford Beers levar a bom termo o seu ideal. Hoje, dados os avanços tecnológicos e sociais, será mais fácil o sucesso se ultrapassarmos as barreiras humanas que sustentam o isolamento. É este o grande objectivo da Fundação Clifford Beers: estabelecer uma rede de centros envolvidos em programas de promoção da saúde mental, visando alcançar uma maior eficiência através da sinergia de esforços.

Mais em detalhe pretende-se:

- Estabelecer uma rede europeia de centros activos na promoção da saúde mental;

- Com base nos representantes de cada país, fomentar a disseminação local da rede e de iniciativas de promoção da saúde mental;
- Constituir um centro que organize, avalie e difunda a investigação em saúde mental;
- Actualizar a informação acerca da promoção da saúde mental através da publicação de um boletim informativo;
- Promover a organização de conferências no âmbito da saúde mental;
- Providenciar serviços de consultoria àqueles que actuem no campo da promoção da saúde mental;
- Desenvolver uma base de dados actualizada acerca da promoção da saúde mental;
- Apoiar a formação contínua no domínio da promoção da saúde mental.

3. Participação nos sectores definidos como prioridades

Na 6.ª Conferência Europeia sobre Promoção da Saúde Mental, realizada sob os auspícios da Fundação Clifford Beers (Londres, Setembro de 1996), e em que participou um elemento da cadeira de Saúde Mental enquanto centro colaborador da OMS, foram designados como prioridades estratégicas os sectores abaixo listados:

- Prevenção da depressão;
- Colaboração com os *media*;
- Directivas europeias para a promoção e prevenção em saúde mental;
- Modelos organizacionais, locais e nacionais, de promoção e prevenção em saúde mental.

Para todos eles estão a ser constituídos grupos de trabalho

internacionais com base em grupos locais de acção.

A Fundação Clifford Beers apela aos interessados em participarem que contactem com o elo local.

A representação portuguesa está a cargo de:

Maria Antónia Frasquilho
Escola Nacional de Saúde Pública
Av. Padre Cruz
1699 Lisboa Codex
Tel. 757 55 99; fax 758 27 54

Referências bibliográficas

USTUN, T., e SARTORIUS, N.
Mental illness in general health care.
Chichester: John Wiley e Sons, 1995.