Janeiro branco promove a Cultura da Saúde Mental na Fundação de Saúde de Vitória da Conquista

Date : 15-01-2019

A tarde dessa segunda–feira (14) aconteceu no auditório da Fundação de Saúde de Vitória da Conquista (FSVC) – Hospital Esaú Matos, o lançamento da segunda edição do Janeiro Branco. O evento tem por objetivo aprimorar a “cultura da saúde mental” e o combate aos problemas emocionais, preparando profissionais de saúde ao atendimento do público em geral e também para os cuidados com a própria saúde.

“De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), o Brasil é o 5º país do mundo com o maior número de pessoas com depressão e líder mundial em transtornos de ansiedade. É um dado preocupante, pois, já ultrapassa, em quantidade, doenças como diabetes. Isso depreende uma preocupação em fomentar e manter as políticas públicas de saúde mental” é o que explica o Psicólogo e palestrante do evento, Eli Samuel. Ele ainda complementa que o combate ao preconceito a esses tipos de transtornos é essencial para dar o devido tratamento ao problema: “temos que combater o preconceito com os problemas psicológicos, pois são cada vez mais comuns em nossa sociedade”.

Segundo o palestrante, “o Janeiro Branco foi criado no ano de 2014, pelo também psicólogo, Leonardo Abraão, em Uberlândia (MG)”. Para ele, a ideia da campanha faz menção às festividades de final de ano, em que as pessoas costumam a vestir o branco e estabelecer metas para o ano seguinte. “A meta, neste caso, é a de começar o ano com os devidos cuidados com o emocional”, esclarece Eli.

Para a Psicóloga do Hospital Esaú Matos, Sabrina Aguiar, há uma preocupação muito grande com a saúde mental: “em um ambiente de estresse, como o de um hospital, é essencial preparar e dar assistência aos seus profissionais. É importante também, em nosso caso enquanto maternidade, saber conduzir nossas pacientes que sofrem de problemas de ordem psicológica, muito comuns durante a gestação e o parto, ao atendimento adequado”. Sabrina ainda ressalta que é imprescindível buscar entender o que a pessoa está sentindo, “às vezes subestimamos emoções e pensamentos negativos, tratando esses sentimentos como sintomas corriqueiros. Faço um alerta para que as pessoas não negligenciem essas sensações e que procurem sempre a ajuda de um profissional”, considera a psicóloga.

Doula Voluntária do Hospital e participante do evento, Alessandra Almeida, diz que o evento é essencial para perceber os sinais psicológicos durante o acompanhamento a gestantes. “Eventos desse tipo são necessários para absorver o conhecimento durante a doulagem. No

período da gestação, as questões emocionais da mulher vêm muito a tona e é preciso estar atento a esses sinais”, finaliza a voluntária.