

DETERMINANTES EM SAÚDE MENTAL

(Contributos para a promoção da saúde mental das pessoas da região de Braga)



Universidade do Minho
Escola Superior de Enfermagem
Núcleo de Investigação em Enfermagem

Ermelinda Macedo; Isabel Lage; João Macedo & Rui Novais

INTRODUÇÃO: Os determinantes em saúde mental são uma das grandes preocupações da Organização Mundial da Saúde tendo em conta que as doenças mentais estão a aumentar significativamente no mundo e, concretamente, em Portugal. A saúde mental deve ser encarada como uma dimensão importante e imprescindível do cuidado à pessoa e comunidade. Segundo o *Relatório Mundial da Saúde - 2001* (WHO, 2001), os fatores psicológicos, nomeadamente a relação de afeto estabelecida com os cuidadores durante a infância e a necessidade de fazer face a eventos stressantes, podem ser preditores de desequilíbrio mental. A pobreza, a dependência de uma economia baseada no dinheiro, altos níveis de violência, reduzido apoio social, a migração, que resulta frequentemente em altos índices de desemprego, os conflitos, as guerras e a inquietação social são também para a Organização Mundial da Saúde fatores sociais altamente associados a taxas elevadas de problemas de saúde mental. Esta constatação justifica a importância de se aprofundar o conhecimento das relações entre os fatores sociais, biológicos e psicológicos e a saúde mental em comunidades específicas, sendo necessário perceber a informação que as pessoas possuem sobre a influência desses fatores na saúde mental de cada um, contribuindo para dar resposta ao Plano Nacional de Saúde Mental 2007-2016 que assume a redução do impacto das perturbações mentais e a contribuição para a promoção da saúde mental das populações como um dos seus objetivos. Neste sentido, este estudo *pretendeu identificar as perspetivas sobre determinantes em saúde mental das pessoas da região de Braga.*

MATERIAL E MÉTODOS

TIPO DE ESTUDO: Estudo exploratório e descritivo de natureza qualitativa.

INSTRUMENTOS: Questionário estruturado com base em variáveis de natureza biográfica e social e duas questões abertas relativas às perspetivas em saúde mental.

PARTICIPANTES: N= 60; Amostra de conveniência; Idade ≥ 18 anos.

ANÁLISE E TRATAMENTO DE DADOS: Os dados resultantes das narrativas foram tratados através de análise de conteúdo (Bardin, 2009).

RESULTADOS

Caracterização sociodemográfica

| | n(%) |
|--------------------------------|------------|
| Idade | |
| ≤45 anos | 32 (53,3%) |
| >45 anos | 28 (46,7%) |
| Sexo | |
| Feminino | 40(66,7%) |
| Masculino | 20(33,3%) |
| Escolaridade | |
| Não sabe ler nem escrever | 1(1,7%) |
| Sabe ler e escrever | 2(3,3%) |
| 1º Ciclo | 10(16,7%) |
| 2º Ciclo | 4(6,7%) |
| 3º Ciclo | 16(26,7%) |
| Secundário | 15(25,0%) |
| Licenciatura ou Bacharelato | 9(15,0%) |
| Formação Pós Graduada | 3(5,0%) |
| Estado Civil | |
| Casado(a)/união de facto | 39(65,0%) |
| Separado (a)/divorciado | 3(5,0%) |
| Solteiro (a) | 13(21,7%) |
| Viúvo(a) | 5(8,3%) |
| Situação Profissional * | |
| Desempregado | 5(8,3%) |
| Profissões do Grupo 2 | 10(16,7%) |
| Profissões do Grupo 3 | 3(5,0%) |
| Profissões do Grupo 4 | 4(6,7%) |
| Profissões do Grupo 5 | 7(11,7%) |
| Profissões do Grupo 6 | 3(5,0%) |
| Profissões do Grupo 7 | 13(21,7%) |
| Profissões do Grupo 8 | 3(3,3%) |
| Estudante | 7(11,7%) |
| Reformado(a) | 6(10,0%) |
| Concelho de residência | |
| Braga | 21(35,0%) |
| Barcelos | 15(25,0%) |
| Vila Nova Famalicão | 1(1,7%) |
| Póvoa de Lanhoso | 8(13,3%) |
| Amares | 1(1,7%) |
| Esposende | 14(23,3%) |

* Classificação Portuguesa de Profissões - 2010

| Determinantes positivos da saúde mental | | Determinantes negativos da saúde mental | | |
|---|--|--|---|--|
| CATEGORIAS | TEMAS EMERGENTES | CATEGORIAS | TEMAS EMERGENTES | |
| Fatores sociais e económicos | Ambiente laboral equilibrado e posse de bens materiais | Fatores sociais, económicos e ambientais | Ambiente laboral negativo e falta de bens materiais | |
| | Relações Familiares positivas | | Relações familiares conflituosas | |
| Fatores individuais | Fatores biológicos e hereditários favoráveis | | Fatores individuais | Ambiente social e Conjuntura social negativa |
| | Personalidade e competências de vida positivas | | | Ambiente físico desfavorável |
| | Sentimentos e emoções positivos | Aspectos biológicos e hereditários desfavoráveis | | |
| | Atividade física e mental | Personalidade e Competências de vida negativas | | |
| Fatores relacionais | Alimentação saudável | Fatores relacionais | Sentimentos e emoções negativos | |
| | Relações de amizade | | Comportamentos aditivos | |
| | Relações sociais positivas | | Ausência de relacionamento interpessoal | |
| | Aspectos comunicacionais adequados | | Comunicação ineficaz | |
| | | Eventos stressantes e transacionais | Morte | |
| | | | Desemprego | |
| | | | Fama | |
| | | | Divórcio | |

O perfil sociodemográfico dos participantes corresponde a indivíduos com idades maioritariamente acima dos 45 anos, com 12 anos de escolaridade, do Grupo Profissional 7 e do concelho de Braga. Do ponto de vista da análise das perspetivas participantes, emergiram três categorias relativamente aos fatores que influenciam positivamente a saúde mental: i) *fatores sociais*, ii) *fatores individuais* e iii) *fatores relacionais* e quatro categorias relativamente aos fatores que a influenciam negativamente: i) *fatores sociais, económicos e ambientais*, ii) *fatores individuais*, iii) *fatores relacionais* e iv) *eventos stressantes e transacionais*.

CONCLUSÕES: Genericamente, os dados sugerem que os participantes têm uma perspetiva sobre os determinantes em saúde mental, na sua maioria, coincidente com os determinantes estudados, embora não se conheçam os fatores influentes na construção dessas perspetivas (informação, experiências pessoais prévias e atuais, educação...). Os dados permitem concluir, ainda, que estes participantes referiram, com maior frequência, os fatores negativos como mais influentes na saúde mental do que os positivos. A elevada frequência de referências a fatores que interferem negativamente na saúde mental requer a continuidade do estudo(s) que permita(m) compreender, por um lado, como foram construídas essas perspetivas e, por outro, como as pessoas podem enfrentar adequadamente esses fatores/problemas e que estratégias podem adotar para os controlar. Este facto, constitui um desafio, refletindo a necessidade de uma maior atenção na compreensão das relações entre todos os fatores intervenientes na **saúde mental**, obtendo, assim, ganhos em saúde e, conseqüentemente, indicadores de **comunidades mentalmente saudáveis** em que o pensamento e as ações sejam mais dirigidos para a forma como se promove a saúde.

BIBLIOGRAFIA:

- . Bardin, L. (2009). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- . Instituto Nacional de Estatística, I.P. (2011). *Classificação Portuguesa das Profissões*. Lisboa: INE.
- . Lavall, E., Olschowsky, A., & Kantorski, L. (2009). Avaliação da família: rede de apoio social na atenção em saúde mental. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 30(2), 198-205.
- . Ludermir, A. (2000). Inserção produtiva, género e estrutura. *Cadernos de Saúde Pública*, 16(3), 647-659.
- . Ludermir, A., & Filho, D. (2002). Condições de vida e estrutura ocupacional associadas a transtornos mentais comuns. *Revista Saúde Pública*, 36(2), 213-221.
- . Macêdo, V., & Monteiro, A. (2006). Educação e saúde mental na família: experiência com grupos vivenciais. *Texto & Contexto Enfermagem*, 15(2), 222-230.
- . Martínez, M., Paraguay, A., & Latorre, M. (2004). Relação entre satisfação com aspectos psicossociais e saúde dos trabalhadores. *Revista Saúde Pública*, 38(1), 55-61.
- . Patel, V., & Kleinman, A. (2003). Poverty and common mental disorder in developing countries. *Bulletin of the World Health Organization*, 81(8), 609-615.
- . Resolução do Conselho de Ministros n.º 49/2008 de 6 de Março – Plano Nacional de Saúde Mental. *Diário da República n.º 47 – I Série*. Presidência do Conselho de Ministros. Lisboa.
- . WHO (2000). *Mental health and work: impact, issues and good practices*. Geneva. World Health Organization.
- . WHO (2001). *Mental health: new understanding, new hope*. The World Health Report. Geneva. World Health Organization.
- . WHO (2003). *Investing in mental health*. Geneva. World Health Organization.
- . WHO (2004). *Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practices*. Summary Report. Geneva. World Health Organization.

EXIGINDO dos profissionais de saúde
uma atenção redobrada.