

MINUTA^{1 2}

(Para o preenchimento desde modelo, consulta o Manual de Normas e Orientações Formais.)

ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS ESGOTADOS E SEM AJUDA

Portugal vive amarrado por um estigma que não o deixa avançar na intervenção da saúde mental dos portugueses. Portugal, conservador e preconceituoso, perpetua a sua ignorância perante uma das maiores causas de morte dos jovens portugueses, nunca assumindo a postura de resolução deste problema, pois não o percebe tal como ele é – uma problemática que apodrece a saúde de um número exponencial de jovens portugueses. Problemática esta que se alimentou da recente situação pandémica, quando Portugal, em 2020, registou um declínio nos cuidados de saúde mental com uma quebra nos hospitais de 21% quando comparada com o ano 2019, pré pandemia. Os jovens estudantes universitários, com emergentes taxas de ansiedade, depressão e mais especificamente, *burnout*, carecem de cuidados de prevenção e, mais importante, intervenção no âmbito do seu ambiente escolar. Este é o panorama atual, um país pequeno com percentagens demasiado desastrosas para o seu tamanho.

Sou estudante do segundo ano da licenciatura de psicologia da Faculdade de Psicologia e Ciências da Comunicação da Universidade do Porto, por esse motivo estou familiarizada em como a mesma presta o serviço de ajuda profissional no âmbito da saúde mental aos estudantes e resto da população. Esta disponibiliza consultas de psicologia, para os estudantes da própria faculdade, da de desporto e da de medicina dentária no valor de 7,5€ e no valor de 32€ para indivíduos externos por sessão.

Grande parte dos jovens estudantes acarreta inúmeras responsabilidades e despesas financeiras que ultrapassam o montante disponibilizado pelos familiares ou pelos empregos a que se vêm obrigados a aderir devido à constante debulhadora de dinheiro que é a atividade que apenas lhes devia fornecer conhecimento – o ensino superior. A espera nas filas do SNS por profissionais da saúde mental é quase tão grande como o dano causado em quem a procura. Segundo a Ordem dos Psicólogos Portugueses, e como presente na Moção Global de Estratégia apresentada neste Congresso Nacional,

¹ O preenchimento da Minuta não poderá ultrapassar duas páginas.

² A Moção de Resolução Política não poderá ultrapassar duas páginas, e deverá ser utilizado um tamanho de letra nunca inferior a 12.

atualmente, o SNS dispõe de 600 psicólogos, dando exatamente 1 psicólogo por 9 687 habitantes, que está exacerbadamente distanciado do rácio recomendado de 1 para 5 000 habitantes. São 4 687 habitantes a quem Portugal falha e deixa em *standby* nos tempos que correm, sendo grande percentagem desse conjunto de pessoas, os jovens de hoje e adultos de amanhã. O nosso objetivo deveria partir do princípio de que nenhum jovem se preocupe se tem dinheiro ou tempo suficiente para esperar pela ajuda de um psicólogo. É um serviço essencial, tem de ser percecionado como tal.

Apenas uma universidade não tem capacidade de resposta, nem tem capacidade de albergar todos os universitários da cidade do Porto e o problema do Porto espelha-se de norte a sul de Portugal. É necessário e urgente a disponibilização de psicólogos em todas as universidades do País tanto como é necessária a quebra do *tabu* pela procura de ajuda profissional na saúde mental. Com a realidade do aumento de psicólogos nas instituições do ensino superior, passaríamos a executar a realidade de existir uma consulta inicial de avaliação/apoio a todos os estudantes que ingressarem no ensino superior, incentivando assim à continuidade da frequência das mesmas.

A procura por ajuda em todos os parâmetros que englobam a saúde mental, tem de ser colocada no mesmo patamar a nível de facilidade de acesso e a nível de capacidade e rapidez de resposta, como quando se procura ajuda para um problema fisiológico. Enquanto o problema psíquico for observado como um problema secundário e não como parte integrante da saúde pública, haverá sempre um caminho longo a percorrer, porque enquanto existir *tabu* não há vozes suficientes a tornar normal um caso tão repetido em tantas pessoas, e enquanto não há vozes suficientes, não existem medidas com respostas urgentes face ao panorama dos tempos hodiernos. Panorama esse que enfrenta uma dura realidade de vários estudantes esgotados que se lhe vêm roubado o futuro académico. Assim estaremos sempre um passo atrás. No entanto, o passo a frente não é impossível, mas é trabalhoso. Portugal, têm de se desamarrar do estigma e responder ao grito de ajuda dos jovens.

A Juventude Socialista, neste sentido, propõe:

- Aumento do número de psicólogos disponíveis em todas as instituições do ensino superior;
- Disponibilização de consultas de psicologia em todas as instituições do ensino superior de forma gratuita.