

O ENFERMEIRO DE SAÚDE MENTAL E A SUA INTERVENÇÃO

Muitas conversas e momentos têm sido proporcionados no sentido de clarificar o que realmente faz um enfermeiro de Saúde Mental. Os mais leigos, perspetivam-nos como meros "estafetas" de entrega de medicamentos, outros minimamente mais esclarecidos, afirmam que cuidamos pela palavra e pelas conversas com os utentes. Como de uma conversa de amigos se tratasse.

Na realidade, se fosse assim tão fácil qual seria a percentagem de doença mental em Portugal e no mundo? Tendencialmente nula?

É aqui que vale apenas desmistificar certos paradigmas, sobre a nossa atuação, aceites como certos na sociedade dos nossos dias.

Primeiramente, no meu ponto-de-vista, para cuidarmos em enfermagem de Saúde Mental precisamos de uma tendência ou predisposição para o gosto pela área. E vocês perguntam, não é assim em todo lado? Claro que sim, daí eu "gabar" constantemente quem adora, por exemplo, trabalhar em urgências. Tiro-lhes o chapéu pelo que fazem mas, na verdade, é uma área que nunca me cativou. Já dizia o ditado...o que era de nós se todos gostássemos do azul...

Depois, a empatia natural para estar com o outro. Ter a capacidade de descentrar - se da vertente do corpo físico e centrar-se naquele ser humano munido de histórias e que nos chega em momentos de crise, de sofrimento psíquico.

Daí passamos para o real enfoque, deste texto... A intervenção...

Como faço? Basta apenas falar? Perguntar apenas como se sente? Ler os *guidelines* dos livros de terapia e aplicar como se de bíblias sagradas se tratassem? Por falar com a pessoa que nos procura já estou a ajudar e a fazer terapia? A resposta a estas perguntas resume-se a uma palavra. Não....

Não é possível intervir bem em Saúde mental se apenas falarmos, sem saber o foco ou a nossa própria intencionalidade na intervenção. Não é por eu indiscriminadamente aplicar um conjunto rígido de perguntas/*guidelines* de livros que vou poder ajudar o outro.

Na minha humildade, consigo reconhecer que, algumas destas questões assombravam os meus primeiros tempos como enfermeiro em Saúde Mental. Dava por mim a ler livros para saber, como atuar como fazer.

Contudo, foram nestas leituras e pesquisas que surgiu a oportunidade de fazer diferente...de fazer uma escolha que mudaria a minha vida e forma de intervir.

A escolha por uma formação e modelo de intervenção na sociedade portuguesa de psicoterapias breves.

Não é um modelo de Enfermagem como devem calcular, contudo...A possibilidade de formação no curso de técnicos de aconselhamento aliado à escolha de realização de uma psicoterapia individual didática marcou a minha vida e a minha forma de olhar a saúde mental. Descobri um rumo de intervenção que ainda vai sendo alinhavado com momentos de supervisão, mas acima de tudo aclarou a escuridão que, nos primeiros tempos, senti quando realizava um simples turno.

Poderão questionar se apenas o modelo de intervenção das breves faz sentido? Obviamente que não, como todos os outros, tem os seus prós e contras, contudo, para mim é com o qual mais me identifico. Não sou de todo um fanático por apenas um modelo...ao longo dos tempos fui procurando outras formações que, aqui e ali foram dando contributos ao ecletismo da minha ação.

Em suma, creio ser fundamental o enfermeiro nesta área munir -se de formação complementar. Independentemente da vertente ou nome "cognitivo... comportamental.... psicanalítica... etc" acima de tudo que seja uma ferramenta que vos preencha enquanto enfermeiros... e que possibilite uma intervenção diferenciada a quem cuida.

Eu sei, sai caro, mas compensa....



André Maravilha | Enfermeiro

