



Suporte aos participantes do Centro Comunitário durante a pandemia de Covid-19

INTRODUÇÃO

Numa altura em que vivemos uma situação de emergência nacional ocasionada pela pandemia da doença COVID-19, e as respetivas medidas de prevenção que requerem o distanciamento social dos cidadã@s, torna-se imperativo a adequação do formato de funcionamento dos serviços prestados na área da saúde mental.

Perante este cenário é urgente adaptar as intervenções de saúde mental, focalizando mais em modelos comunitários ecológicos que têm por objetivo a promoção do bem-estar da pessoa no seu contexto natural de vida. Desta forma, procura-se também evitar as hospitalizações e/ou a utilização de medicação excessiva. Os serviços de saúde mental devem assim implementar uma intervenção multidimensional e multinível, identificando e potenciando os fatores e recursos individuais, familiares, sociais e comunitários presentes na vida das pessoas, de forma a contribuir para a sua qualidade de vida.

Neste sentido, a AEIPS reorganizou toda a sua intervenção, mantendo as suas práticas orientadas para a promoção do processo de *recovery* das pessoas com experiência de doença mental. A AEIPS adoptou, durante a fase de pandemia, uma intervenção digital, utilizando as novas tecnologias, que permitam o estabelecimento de uma relação ecológica e colaborativa.

SUPOORTE INDIVIDUAL

Reuniões de suporte individual online, utilizando as aplicações Zoom, Skype, Whatsapp ou o telefone, tendo como base, um plano individual de *recovery*. O foco é colocado no apoio à estruturação de uma nova rotina, nas medidas de proteção a tomar nesta fase, na criação de pontes com a rede de suporte (família, amigos e pares), na concretização de objetivos e na prevenção de situações de crise.

REUNIÃO DE EMPOWERMENT

A reunião de empowerment manterá a sua periodicidade semanal, à terça-feira de manhã, promovendo a participação de todos/as os/as participantes. Esta atividade estrutura-se em torno do tema de interesse do momento, possibilitando dar voz aos/às participantes na definição dos objectivos e avaliação da situação atual.

GRUPO DE AJUDA-MÚTUA

O Grupo de Ajuda-mútua, continuará com a sua periodicidade semanal, às quintas-feiras da parte da tarde, estritamente desenvolvido por participantes e em formato online, constituindo uma oportunidade de partilha/ troca de experiências, resultantes da vivência da doença mental durante o distanciamento social, continuando a promover o suporte interpares em grupo.

FORMAÇÃO E EMPREGO APOIADO

O grupo de formação e de emprego apoiado, possibilita um apoio semanal aos seus formandos e trabalhadores à quarta-feira da parte da tarde. Esta atividade garante a disponibilização de informação prática sobre a temática do emprego em tempo da pandemia.

CENTRO DE EMPOWERMENT E AJUDA-MÚTUA

O grupo do CEAM e dos líderes, tem o seu funcionamento à segunda-feira de manhã com o objectivo de facilitação do suporte interpares, via telefone e via Zoom. Assim como, para dar continuidade ao projeto da capacitação de liderança e de empoderamento das pessoas com experiência de doença mental em tempo de pandemia.

ATIVIDADE DESPORTIVA

A AEIPS promove uma atividade desportiva semanal online, à sexta-feira de manhã, com um profissional da área do desporto, de forma aos participantes e familiares manterem o seu bem-estar.

SUORTE ÀS FAMÍLIAS

A AEIPS realiza uma reunião quinzenal, esta reunião é dirigida a todos os familiares dos participantes. As temáticas abordadas serão referentes ao papel dos familiares no *recovery* e na prevenção da crise em tempo de pandemia. É ainda assegurada a presença e o apoio aos familiares durante a reunião de suporte individual para mediação das relações no contexto habitacional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesta fase de prevenção da propagação da COVID-19, as pessoas com experiência de doença mental devem ser consideradas cidadã@s iguais às outr@s, com os mesmos direitos e deveres. Neste sentido, também fará parte da intervenção da AEIPS, o *advocacy*, ou seja, a promoção do acesso a informação útil para a resolução dos seus problemas, da expressão das suas opiniões e perspectivas, da defesa dos seus direitos e deveres, bem como, do combate à discriminação e ao estigma.

Neste novo formato de intervenção é assegurado as linhas éticas e deontológicas que sempre nos caracterizaram. A AEIPS continuará a trabalhar em conjunto com os/as seus/suas participantes, familiares e parceiros na promoção do *recovery* e nas mudanças transformativas da saúde mental.