

A Federação Académica de Lisboa congratula a comissão da Saúde Mental da Associação Académica de Coimbra pela escrita deste Caderno de Propostas para a promoção de Saúde Mental no Ensino Superior, considerando que este se encontra muito completo, bem estruturado e que olha para a problemática de forma ampla e procura soluções igualmente disparees que apontam alvos distintos, são inovadoras e muito relevantes.

Deixamos, no entanto, alguns comentários e propostas adicionais que acreditamos serem uma mais-valia para este documento. Tecemos também algumas questões que gostaríamos de ver esclarecidas para fazermos a correta interpretação de alguns pontos.

### **Proposta 1:**

Relativamente ao primeiro ponto da primeira proposta, gostaríamos de questionar se existe alguma justificação sobre o valor de “6 vezes mais profissionais de saúde”? Consideramos que seria conveniente adicionar uma explicação ou fonte bibliográfica que justifique o valor sugerido, de forma a suportar e dar mais força ao que é requerido.

Além disso, sugerimos a adição de um outro ponto referente à preocupação de contratar profissionais que tenham formação base específica em áreas distintas da psicologia (ex: Psicoterapia; Mindfulness, Coaching, Psicologia clínica, Formação em estudos LGBTQIA+ e sexualidade) de forma que o quadro de psicólogos das IES vá ao encontro de um maior número de problemas e realidades particulares dos estudantes, bem como, possa oferecer abordagens terapêuticas diferenciadoras consoante as necessidades.

### **Proposta 2:**

Consideramos que de forma geral, fará sentido esta proposta estar incluída no número anterior, já que a temática está inteiramente relacionada. O primeiro tópico desta proposta parece-nos particularmente próximo do primeiro ponto da proposta anterior, pelo que sugerimos a fusão.

Finalmente, o último ponto da proposta também nos causa alguma preocupação. Primeiramente, tivemos algumas dúvidas sobre o conceito de “casos massivos e/ou emergentes” que estarão aqui a ser incluídos. Posteriormente, acreditamos que a questão de representação e intervenção direta dos estudantes no processo poderá comprometer o sigilo e anonimato que a situação requer. No entanto, a participação de estruturas representativas dos estudantes pode ser útil enquanto via de divulgação e “sinalização de casos” importantes, bem como, uma forma de aproximar os estudantes dos profissionais de saúde. Por outro lado, podem e devem também estar envolvidos na organização do serviço, nomeadamente recolhendo críticas e sugestões sobre o trabalho prestado pelos profissionais de forma a este estar em continuo melhoramento.

### **Proposta 4:**

No que concerne ao primeiro ponto da proposta 4, a redação atual parece ser de alguma forma antagónica com o foco das propostas 1 e 2 que pretendiam tornar as IES totalmente capacitadas a dar resposta às necessidades dos respetivos estudantes. Todavia, consideramos que, a curto prazo, isso pode efetivamente não ser uma realidade e que,

nesse caso, a atribuição de bolsas destinadas à Saúde Mental seja uma grande mais-valia. No entanto, e de forma a esclarecer que o principal objetivo é garantir serviços adequados nas IES, sugerimos que se refira que a atribuição da bolsa deve ocorrer apenas quando se comprova que a IES não consegue dar resposta, seja pelo tempo de espera, seja por alguma especificidade da situação clínica do estudante.

Relativamente ao último ponto, congratulamos a comissão pela proposta diferenciadora. Todavia, chamamos a atenção para a maior abrangência que este suplemento pode ter, se não for dependente da Bolsa da Saúde Mental, já que, mesmo que o estudante não necessite de apoio financeiro para ter acesso aos serviços de saúde em si (por exemplo por ter acesso de forma gratuita nos serviços da IES), pode necessitar de ajudar para os encargos relacionados com a terapêutica.

### **Proposta adicional:**

Finalmente, deixamos uma sugestão de outra proposta que acreditamos ser pertinente e útil no contexto deste documento. Julgamos que uma parte importante do problema, quando se aborda a promoção da Saúde Mental, é a falta de comunicação e divulgação dos projetos que algumas IES já promovem e que, nem sempre, têm a adesão esperada por parte dos estudantes. Neste sentido, repensar estratégias de divulgação de programas de apoio e das atividades de promoção e prevenção da Saúde Mental, bem como o desenvolvimento de campanhas de sensibilização a nível nacional de forma a combater mais eficazmente o estigma, pode ser uma mais-valia relevante.

Em conclusão, a Federação Académica de Lisboa, agradece a oportunidade de ter sido auscultada sobre esta temática, reforçando que se encontra disponível para qualquer outro contributo necessário. Destacamos a importância de cada um dos pontos que foram por vós identificados como alvos a atuar para a promoção da Saúde Mental no Ensino Superior e esperamos ter dado também contributos que considerem relevantes, neste que é um tema particularmente preocupante e cuja discussão e partilha de perspetivas é, na nossa ótica, essencial.