

Em evento realizado pelo **Correio**, autoridades e especialistas ressaltaram a relevância de um olhar do Estado para a qualidade de vida da população, além da responsabilidade coletiva da sociedade em ajudar uns aos outros

“Saúde mental não é tema secundário”

Fotos: Ed Alves/CB/DA Press



“É prioridade absoluta do governo com o fortalecimento da rede de atendimento à saúde mental”

Fernanda Falcomer, subsecretária de Saúde Mental do DF

As autoridades que estiveram no CB Debate Janeiro Branco: diálogos sobre a saúde mental no Brasil destacaram a importância da atuação do Estado, tanto no fortalecimento da rede de atenção à saúde mental, como no engajamento da sociedade na causa. A abertura do evento, ontem, no auditório do Correio Braziliense, contou com as apresentações da comandante-geral da Polícia Militar do Distrito Federal, Ana Paula Habka e da subsecretária de Saúde Mental do Distrito Federal, Fernanda Falcomer. O presidente do Correio Braziliense, Guilherme Machado, destacou o cenário preocupante na rede pública do Distrito Federal, no que diz respeito à saúde mental. Nesse contexto, Machado elogiou a criação da Subsecretaria de Saúde Mental dentro da estrutura da Secretaria de Saúde do DF.

Fernanda Falcomer afirmou que é “prioridade absoluta” do governo o fortalecimento da rede de atendimento à saúde mental. “Trabalhamos para que as pessoas possam ter o acesso necessário à saúde mental conforme demanda. Para nós, entretanto, é um desafio cuidar da rede de atendimento, porque, infelizmente, o tema é carregado de preconceito e estigma e as pessoas têm dificuldade de pedir ajuda”, disse Fernanda. “Precisamos promover uma reflexão e uma alerta de que o tema demanda investimento e cuidado o ano inteiro e não somente no Janeiro Branco. A saúde mental não pode ser tratada como um tema secundário”, completou.

Falcomer informou que os atendimentos nos Centros de Atenção Psicosocial (Caps) têm aumentado entre 300% e 400% a cada ano no DF. Ressaltou que é necessário o empenho de toda a sociedade para que haja uma conscientização quanto à importância de cuidados com o psicológico. “A saúde mental não se faz só com política pública, é um dever de todos e uma responsabilidade coletiva”, defendeu.

Segundo ela, a busca por atendimento em saúde mental pode ser feita também nas Unidades Básicas de Saúde (UBS). “Registraramos procura de atendimento em todos os níveis de atenção. Temos equipes de saúde da família e especialistas que podem ajudar a compreender o processo de sofrimento e orientar”, assegurou. “Para os casos mais agudos, temos a rede de urgência e emergência, as Unidades de Pronto Atendimento (UPAs) e hospitais também estão preparados para atender as pessoas. O Samu do DF tem um núcleo de saúde mental que é referência no Brasil”, afirmou.

Cinco novos Caps serão entregues neste ano. “O investimento tem sido intenso por parte do governo. Dois serão inaugurados no primeiro trimestre, mais dois terão as obras iniciadas”, anunciou Fernanda Falcomer.

A subsecretária mencionou o cenário global em que, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), mais de 1 bilhão de pessoas no mundo vivem com algum agravo de saúde mental. “A perspectiva é que, a cada oito pessoas, uma desenvolva algum agravo de saúde mental ao longo da vida. Todos nós, em algum momento, podemos estar necessitando de um cuidado e pedir ajuda é essencial”, citou.

Além disso, no Brasil, segundo o Instituto Nacional do Seguro Social (INSS), entre 2024 e 2025, houve um aumento de 143% na quantidade de pessoas afastadas do trabalho por transtornos mentais, um cenário que pede atenção e responsabilidade por parte do governo e sociedade.

A gestora ressaltou os diferentes determinantes sociais de saúde, que podem afetar a saúde mental e a importância de políticas públicas integradas. “É importante

trabalhar na integração de políticas para que possamos prevenir e realizar a promoção do cuidado à saúde mental. Intervir nas condições de vida, de renda, de trabalho e no fim das violências e desigualdades estruturais é investir também em saúde mental”, salientou. “No GDF, temos políticas de assistência social em andamento, além de programas desenvolvidos pela Secretaria da Mulher, iniciativas de cultura, esporte e lazer que, de forma integrada, vão estar promovendo a saúde mental”, acrescentou.

No Brasil, transtornos como ansiedade e depressão são os mais frequentes. “Aqui, no Distrito Federal, não é diferente”, lamentou. “É importante trabalhar na perspectiva de que o sofrimento mental é inerente ao ser humano. Todos nós vivemos processos de sofrimento, sim. Reconhecer isso é quebrar a barreira do estigma de só quem tem problemas de saúde mental são pessoas consideradas doidas”, aconselhou.

“Precisamos compreender que o momento de busca ajuda é quando esse processo de sofrimento começa a trazer prejuízos funcionais e relacionais”, orientou.

O presidente do Correio, Guilherme Machado, destacou, na abertura do evento, um dado preocupante no DF. “Em conversa com a vice-governadora Celina Leão, ela informou que 30% dos atendimentos em postos de saúde são por questões psiquiátricas”, afirmou. Ele ressaltou a importância de reunir especialistas para debater caminhos para a promoção e cuidado da saúde mental. “É a primeira vez que o Correio se propõe a discutir um tema tão importante”, destacou.

Ação coletiva

A comandante da PMDF, Ana Paula Habka, enfatizou a importância do cuidado com a saúde mental dos policiais, e comentou sobre ações tomadas para melhorar o enfrentamento a esse mal dentro do batalhão. Além disso, frisou que é importante mudar a cultura militar de “ser sempre forte e não pedir ajuda”.

A promoção de mudanças no protocolo de saúde mental da corporação teve início após uma tragédia que marcou os primeiros dias de Ana Paula no Comando-Geral da Polícia Militar do DF. Ela relembra que, poucos dias após assumir o cargo, um



“30% dos atendimentos em postos de saúde do DF são por questões psiquiátricas”

Guilherme Machado, presidente do Correio Braziliense

policial o cometeu suicídio após um surto. “Tomei posse em uma terça-feira, no domingo um policial cometeu suicídio. A partir desse momento, eu disse a mim mesma: não posso perder nem mais um segundo, nós não vamos mais perder nenhuma pessoa por causa disso”, afirmou.

Ana Paula conta que, na época do ocorrido, a Polícia Militar possuía apenas uma psiquiatra à disposição da corporação. Ela relatou que, no momento em que assumiu o comando das equipes, iniciou um protocolo de foco na saúde mental. “Comecei a procurar recursos humanos e profissionais para conseguir melhorar a estrutura de atendimento para a corporação”, comentou.

Uma das iniciativas feitas foi uma parceria entre a Polícia, o Sesc e a Secretaria de Saúde (SES-DF). “Esse acordo de cooperação técnica nos disponibilizou 10 psicólogos, mais uma psiquiatra. Com a secretaria, conseguimos mais uma psiquiatra que está conosco até hoje”, acrescentou.

Além das parcerias, a PMDF também conta com uma rede credenciada para o atendimento aos policiais.

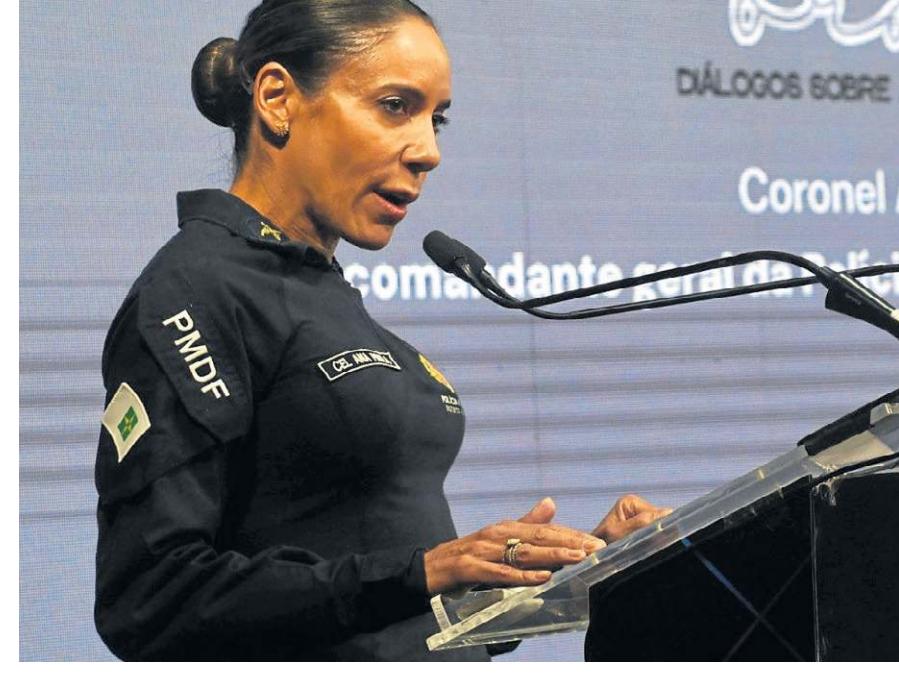
Outro ponto importante, segundo Ana Paula, foi estabelecer uma comunicação clara com toda a corporação, de soldados a comandantes. “Durante o dia, eu gosto de estar com os policiais, isso faz uma diferença muito grande. É importante chamar os comandantes e alertá-los para que estejam ao lado das tropas. Observem, deem apoio”, frisou.

O Comando-Geral também fez um programa de policiais guardiões/sentinelas, que receberam instruções de como agir para ajudar companheiros de farda. “Esses policiais visitam os quartéis para observar as tropas e estabelecer uma comunicação maior entre o comando e as equipes”, explicou a coronel.

Além de conversas e tratamento especializado, o comando também investiu em ajuda espiritual, desenvolvendo a

“Não posso perder nem mais um segundo, nós não vamos mais perder nenhuma pessoa por causa disso”

Comandante-geral da PMDF, Ana Paula Habka, sobre autoextermínio de policiais



capelania, acessível para policiais de qualquer religião. “Essa parte do projeto não exclui nenhuma religião. Ela sempre está disponível para orientar, estar do lado e dar apoio ao policial e à família dos agentes”, comentou.

“Lembre-se que a senhora pode precisar disso tudo que está arrumando”. Essa frase, segundo ela, foi um conselho de uma equipe composta por um médico, psicólogo e psiquiatra, o que a fez sentir na pele a importância dos cuidados com a saúde mental. “Quando eles me falaram isso, eu pensei que era forte e corajosa demais para isso”, afirmou. Passado um mês dessa conversa, na madrugada, ela acordou com uma angústia muito grande, que a fez repensar sua postura diante do conselho. “Assim que acordei com a angústia, me lembrei imediatamente daquela conversa. Liguei para a equipe e falei que estava precisando de ajuda. Tenho 32 anos de corporação e foi a primeira vez que precisei admitir e ceder a uma consulta com um psicólogo”, acrescentou.

Com essa mudança de paradigma, ela decidiu que a corporação também deveria superar o preconceito com psicólogos. “Eu quebrei essa barreira e entendi que meus policiais também precisavam enfrentar isso”, disse. Diversas opções de acolhimento são oferecidas para deixar os policiais confortáveis, como atendimento por ligação, atendimento no próprio quartel e sempre com a privacidade garantida.

Onde pedir ajuda?

Unidades Básicas de Saúde (UBS)

- Localize a unidade mais próxima em seu bairro para orientações iniciais;

Emergências

- Ligue para o número 192 para atendimento e orientação em casos de crise;

Rede de Atendimento Psicosocial

- Atendimento especializado em saúde mental por meio dos CAPS disponíveis no DF;

Internações psiquiátricas

- Hospitais de Base, HCB e HUB