



---

# SAÚDE MENTAL NOS JOVENS

QUE DESAFIOS? QUE RESPOSTAS?

BEATRIZ VIEIRA | EDIÇÃO 2022/2023

Círculo de Santarém

# UMA VOZ, UMA OPORTUNIDADE

O escritor Victor Hugo afirmava que “a escola é um lugar onde as portas do conhecimento são abertas e os horizontes se expandem”, sendo esse o local onde o nosso futuro se começa a desenhar e a nossa consciência cívica a despertar. Não só na escola, mas também nela e através dela, adquirimos ferramentas que nos auxiliam na nossa construção e na construção da nossa comunidade e do mundo em que queremos viver.

É um dado da experiência comum que, enquanto seres humanos, temos uma tendência vital para nos organizarmos em comunidades e essa tendência incumbe-nos também da tarefa essencial de sermos atentos na identificação de obstáculos e limitações individuais e coletivas, capazes e conscientes na procura de soluções que nos auxiliam a delinear e a desenvolver um mundo mais harmonioso para nós e para todos, um mundo onde pretendemos existir com todo potencial e na melhor versão. Enquanto jovens, não podemos menosprezar a importância do nosso papel e da nossa voz, sobretudo, se pudermos oferecer a nossa perspetiva sobre temas que afetam diretamente a juventude. É um dever para com as gerações antepassadas que não tiveram oportunidade, mas também uma responsabilidade para com as gerações vindouras que lograrão receber a nossa herança comunitária.

**“Enquanto jovens, não podemos menosprezar a importância do nosso papel (...). O Parlamento dos Jovens surge, pela escola e através da escola, como uma plataforma onde os jovens são os reais protagonistas na busca de respostas e apoio para as suas necessidades...”**

A inclusão e a participação dos jovens no processo democrático são essenciais para garantir uma sociedade mais justa, inclusiva e representativa de todos os cidadãos, evitando que se perpetuem desequilíbrios e potenciem declínios. Perante o cenário atual em que os desafios da saúde mental têm despertado uma crescente preocupação, o Parlamento dos Jovens surge, pela escola e através da escola, como uma plataforma onde os jovens são os reais protagonistas na busca de respostas e apoio para as suas necessidades, dando-lhes uma realística oportunidade não só de descomplicar a visão abstrata que têm sobre o funcionamento do sistema que rege o dia a dia, mas também uma oportunidade vital de discutir e propor soluções representativas.

John Stuart Mill declarava que “a Democracia é um processo de aprendizagens constante, em que a comunidade se desenvolve através do debate, da troca de ideias e da busca pelo consenso”. Sabendo que a Democracia concede a liberdade fundamental de nos expressarmos e que é através dela que possuímos a possibilidade constante de desenvolvimento, experienciar o Parlamento dos Jovens é uma forma de proclamarmos ao mundo que somos parte e que fazemos parte e que a nossa voz não é somente um sussurro ou um grito no vazio.

## NOS CORREDORES DA ESCOLA

Pelas escolas do país era anunciada a nova edição do Parlamento dos Jovens, uma iniciativa educacional e cívica que busca o envolvimento dos estudantes de todo o país no processo democrático e na discussão de temas pertinentes para a sociedade. Na Escola Secundária de Alcanena foi a empolgante iniciativa dos professores, a curiosidade e a oportunidade de apresentar e defender ideias sobre a saúde mental, bem como a possibilidade de aprender sobre o funcionamento do sistema político, que funcionaram como estímulo impulsionador levando à criação de duas listas.

A ideia de representatividade entusiasmou-nos imenso e motivou-nos a consciencialização. Era necessário formularmos um conjunto de medidas com conteúdo realístico e consciente. Cada um tomou para si o desafio de procurar informação sobre o tema da saúde mental. Constantemente partilhávamos algo que achássemos relevante, assim como oferecíamos a nossa experiência pessoal, as nossas histórias, os nossos desafios individuais. Rapidamente também compreendemos que a magnitude dos desafios que a saúde mental coloca necessitavam de respostas ampliadas e consertas entre vários agentes sociais. Cumprida a pesquisa, surgiam as medidas que cada lista esperava ser o reflexo dos anseios da comunidade escolar. Seguidamente, desenrolou-se a etapa de divulgação e sensibilização para que os estudantes votassem nas medidas com que mais se identificavam. Talvez por nunca ter participado numa experiência destas e talvez porque a ideia de ir à Assembleia da República me parecia tão distante, confesso que não esperava os resultados que se apresentaram: a minha lista viria a ser eleita pelos alunos com maioria absoluta. Perceber que os restantes colegas se identificavam com aquilo que pretendíamos defender foi uma sensação extasiante!

A experiência foi-se tornando cada vez mais real. Decorrido um curto espaço de tempo, recebemos a visita do deputado Hugo Costa na nossa escola, que nos transmitiu conhecimentos extremamente relevantes: tivemos a oportunidade de ouvir um deputado explicar-nos, em primeira pessoa, o modo de funcionamento e organização da Assembleia da República, como também recebemos conselhos bastante úteis sobre o discurso político.



*Representantes da Escola Sec. Alcanena*

Para terminar, tal como acontece na formulação de uma proposta de lei, à aprovação na generalidade sucede a aprovação e o debate na especialidade através do qual é possível fazer propostas, emendas, adições e supressões. Apesar de no início terem sido duas listas distintas, com ideias diferentes, a verdade é que nesta etapa, a formulação do texto final e a eleição dos representantes da Escola Secundária de Alcanena foi um processo bastante consensual.

Estava, então, delineado o caminho para a Sessão Distrital, na qual a Escola Secundária de Alcanena seria representada pelos deputados João Confraria, Tiago Gameiro e Beatriz Vieira (suplente).



## TÃO LONGE E TÃO PERTO...

A Sessão Distrital realizou-se na Casa do Campino em Santarém e estiveram presentes 18 escolas representadas pelos seus respetivos estudantes, ansiosos por expôr as suas propostas para a resolução de um problema que se impõe a todos.

Na sessão de abertura do círculo eleitoral estiveram presentes o Presidente da Câmara Municipal de Santarém (Ricardo Gonçalves), o Delegado Regional da Educação Lisboa e Vale do Tejo (Bruno Santos), a Diretora Regional do IPDJ (Eduarda Marques) e a deputada da Assembleia da República, Inês Barroso. Além de discursarem sobre a essencialidade do tema da saúde mental nos jovens e a sua importância no presente e no futuro, também discursaram sobre o quão fundamental era a nossa intervenção, a nossa voz, a nossa experiência de vida, terminando com um agradecimento à nossa presença. Foi emocionante e inesquecível consciencializarmos que a nossa voz importa!



*Sessão distrital – Escolas do distrito de Santarém*

Durante o período da manhã, foi realizada a apresentação das medidas defendidas pelas várias escolas, seguindo-se o debate e votação na generalidade, cuja proposta vencedora foi a do Centro de Estudos de Fátima. O mérito das medidas aprovadas na generalidade não elimina, contudo, a exigência e o rigor pelo qual se deve pautar o debate na especialidade, de forma a que sejam corrigidos pontos menos sólidos e fortalecidos outros. Era necessário encontrarmos pontos de convergência e de consenso e foi isso que procurámos fazer.

Seguiu-se depois a eleição dos deputados. A Escola Secundária de Alcanena, a Escola Secundária Marquesa de Alorna e o Centro de Estudos de Fátima foram escolhidas como escolas efetivas para representar a proposta de recomendação do distrito de Santarém. Pela excelente capacidade de argumentação, João Confraria da Escola Secundária de Alcanena foi eleito, unanimemente, como o porta-voz do distrito de Santarém.



*Deputados eleitos - Círculo de Santarém*

---

## NA CASA DA DEMOCRACIA

Sá Carneiro dizia que “a Democracia aprende-se pelo exercício e constrói-se por meios democráticos”. Não se trata, pois, de algo teórico, mas sim algo que se aprende e que se desenvolve na prática por meio da participação ativa de todos.

Desde a primeira etapa até à Sessão Distrital, a experiência já tinha sido algo único, mas nada se igualou aos dias 29 e 30 de maio, que marcaram o início da Sessão Nacional do Parlamento dos Jovens. O dia começou com a chegada das várias delegações. Seria, provavelmente, a primeira vez que muitos de nós iria ter a oportunidade de conhecer a casa da Democracia!



*Chegada das delegações à A.R*



Todos fomos recebidos com enorme amabilidade. Durante alguns momentos, as várias delegações puderam conhecer-se e socializar, seguindo-se uma breve explicação sobre a história e apresentação dos vários locais da Assembleia da República aos jornalistas que acompanhavam as várias delegações.



Durante a tarde, realizaram-se os trabalhos das Comissões. Os deputados eleitos reuniam-se para dar o seu contributo, apresentando as suas propostas de recomendação, sendo essa exposição acompanhada pelo olhar atento dos jornalistas. Questionaram-se ideias e esgrimiram-se argumentos. Foi impressionante presenciar algo tão produtivo e foi com orgulho enorme que vi os meus colegas defender as propostas representativas do distrito de Santarém!



Reuniões das Comissões – Intervenções do distrito de Santarém





No dia seguinte ocorreu a abertura solene da Sessão Plenária com a intervenção do Presidente da Assembleia da República, Augusto Santos Silva, seguindo-se a intervenção de Ana Catarina Mendes (Ministra Adjunta e dos Assuntos Parlamentares) e Alexandre Quintanilha (Presidente da Comissão de Educação e Ciência). Observarmos este tipo de intervenção em casa é completamente diferente de o presenciarmos. Marca-nos de uma maneira notável, inesquecível. Sentimo-nos próximos, sentimos o realismo de que fazemos realmente parte de algo e que podemos contribuir para a construção de um mundo melhor.



Sessão Plenária



Tendo a oportunidade única de estar ali a representar a sua geração, foi dado espaço aos jovens representantes de cada distrito a possibilidade de questionar os deputados dos vários partidos com assento parlamentar sobre desafios urgentes que a saúde mental coloca.



*Intervenção do círculo eleitoral de Santarém no plenário*





Terminada a Sessão Plenária, dava-se seguimento a uma Conferência de Imprensa com Alexandre Quintanilha. Aqui, os jornalistas tiveram oportunidade de aprofundar um pouco mais o tema da saúde mental e conhecer a opinião do Presidente da Educação e da Ciência sobre os eixos fundamentais que devem ser trabalhados para que sejam dadas respostas adequadas a um desafio tão grande. Demonstrada uma grande simpatia e empatia, todos sentimos uma enorme liberdade para conversar e colocar questões, bem como uma enorme vontade de ouvirmos e escutarmos.



Finda a Conferência de Imprensa, foi tirada uma fotografia de grupo na sala das sessões, seguindo-se um almoço no Refeitório dos Monges onde fomos agradavelmente surpreendidos com a presença da principal impulsionadora da criação do Parlamento dos Jovens, Julieta Sampaio.



Parlamento dos Jovens - Edição 22/23



Durante a tarde, pudemos acompanhar o debate e a votação final global da Recomendação. Ali, naquele momento e naquele espaço, as vozes encontravam-se e fortaleciam-se em prol da saúde mental.



*Votação da Proposta de Recomendação*



O final desta jornada memorável selou-se com a entrega dos diplomas de participação e com a entoação do Hino Nacional, símbolo representativo da união.



*Representantes do distrito de Santarém*



*Entrega dos diplomas*

No final da tarde, cada delegação seguiu o seu caminho de volta. Embarcar nesta jornada concedeu-nos a oportunidade de conhecer pessoas diferentes de sítios diferentes, trocar perspetivas, partilhar histórias e criar laços. Concedeu-nos a oportunidade única de nos fazermos representar e de expormos as nossas propostas, bem como a oportunidade de conhecer a Assembleia da República e de perceber que a realidade democrática, o seu exercício, não é algo assim tão longínquo e distante, nem os deputados são figuras tão inatingíveis. Também eles já foram jovens estudantes como nós, cheios de ideias e convicções, com vontade de se fazer ouvir e também de ouvir os outros na procura de consensos para a construção de um mundo mais harmonioso, mais inclusivo e representativo.

Aldous Huxley dizia que a “experiência não é o que acontece; é o que se faz com o que acontece”. Embora o nosso caminho ainda não esteja completamente delineado e tendo a certeza que nem todos irão optar por seguir uma carreira política, todos nós somos irremediavelmente transformados pelas experiências que vivemos. Cada um de nós, de uma maneira ou de outra, tornou-se um pouco mais consciente sobre o que é ter uma voz e como essa voz pode modificar o mundo à nossa volta se assim o quisermos.

Termino com agradecimento, a título pessoal, aos professores da minha escola que nos motivaram a embarcar nesta experiência e recorrendo às palavras de Clarice Lispector, incentivo todos os jovens a participar nas futuras edições do Parlamento dos Jovens: “rendam-se como eu me rendi, mergulhem naquilo que não conhecem... viver ultrapassa qualquer entendimento”.

**Jornalista: Beatriz Domingos Vieira, Escola Secundária de Alcanena.**