



## **JOVENS PREOCUPADOS COM SAÚDE MENTAL EXIGEM MUDANÇAS**

Cerca de 200 estudantes de todo o país vestiram a pele de deputados da Assembleia da República nos dias 8 e 9 de maio, no âmbito do programa nacional Parlamento dos Jovens, incluindo o círculo de Portalegre, nomeadamente o Agrupamento de Escolas nº1 de Elvas (Boa Fé).

Como representantes do mesmo, foram eleitos os Srs. deputados João Coutinho, do 9º ano e Teresa Silva, do 6º ano, e selecionada Joana Garrido para o papel de jornalista, sendo a comitiva acompanhada pela professora Ana Isabel Canito, responsável pelo projeto.



“Saúde Mental” foi o tema escolhido este ano para o debate nas várias fases do programa Parlamento dos Jovens: escolar, distrital e nacional.

A fase escolar envolveu a formação de três listas de alunos que fizeram campanha eleitoral e tentaram obter o maior número de votos junto dos colegas da escola. Nesta fase, houve um debate sobre “Saúde mental nos jovens” que contou com a presença da psicóloga e de uma enfermeira do centro de saúde, bem como de uma psicóloga e da assistente social do agrupamento, para os alunos das listas em votação e outros interessados.



Posteriormente, realizaram-se as eleições que tiveram uma grande adesão por parte dos alunos, dando vitória à lista A e decorreu a Sessão Escolar que elegeu três alunos efetivos e um suplente, à Sessão Distrital: por ordem, foram eleitos um aluno do 9º ano, uma do 7º, uma do 6º ano e finalmente, o suplente, também do 9º ano.



Também tivemos a honra de uma das alunas apuradas ser eleita vice-presidente da mesa distrital, pelo que participaram em Portalegre um total de cinco alunos, e não apenas os quatro eleitos em sede escolar.



Na Sessão Distrital, entre as 13 escolas participantes, o nosso projeto de recomendação obteve o 2º lugar e passámos à fase seguinte igualmente em 2º lugar. Foi uma enorme alegria e orgulho, pois há alguns anos que o nosso agrupamento não passava à última fase, a Sessão Nacional.



Para terminar a Sessão Distrital, o círculo de Portalegre votou o Projeto de Recomendação que o representaria na Assembleia da República.



No dia 9 viajámos de autocarro, de Elvas para Lisboa, Palácio de Belém, juntamente com outras delegações, desde o Fundão até Évora. Fomos à desejada Sessão Nacional, onde participaram alunos do país inteiro através das delegações de cada círculo, e onde se debateram, uma a uma, as medidas trazidas para o Projeto de Recomendação final. Os representantes de cada círculo estiveram reunidos nas salas das comissões, sendo que Portalegre reuniu com as delegações de Aveiro, Porto, Lisboa, Madeira e Santarém. Apesar dos esforços dos deputados de Portalegre, a sua pergunta não reuniu votos suficientes, pelo que não foi considerada para ser respondida na sessão final.



No segundo dia, já na Sala das Sessões da Assembleia da República, sala principal, deu-se a abertura solene do Plenário pelo presidente da AR, Santos Silva, tendo também usado da palavra o atual Ministro da Educação, João Costa, seguindo-se outros deputados, um por cada partido, que responderam às perguntas das comissões.



Alguns dos deputados, chamaram mais a atenção dos deputados “escolares”, pelas intervenções claras e objetivas.

Foi o caso da deputada do PAN, Inês Corte-Real que, aos



jornalistas, disse que o investimento na área da saúde mental “tem sido tímido e insuficiente, precisamos de garantir o melhor apoio mesmo na ação social.”

Os jovens apresentaram propostas que incidiram na prevenção da saúde mental, entre elas a introdução de técnicas de *mindfulness*, “cheques psicólogo”, aulas ao ar livre, entre outras. A este respeito, a deputada

referiu que estas medidas “contribuem para o desenvolvimento da personalidade humana” e acrescentou que “As escolas devem ser mais livres e mais abertas e não apenas entre quatro paredes.”

Questionada sobre o impacto da pandemia não só nos jovens, mas também nos adultos, Inês Corte-Real sublinhou que “o isolamento foi determinante para contribuir para o agravamento de problemas no âmbito da saúde mental não só nos jovens, mas também nos mais idosos”.

Um facto importante destacado pela deputada foi “o fenómeno da violência doméstica, uma questão que se agudizou durante a pandemia”, reforçando ainda que “foi um período muito complexo pelo que temos que olhar para a saúde mental com seriedade para tirar elações, mas também encontrar respostas que possam ajudar.” Concluindo, para melhorar os índices da saúde mental, a deputada do PAN realçou que “a depressão não tem que ser um estigma, uma fraqueza, porque uma pessoa não tem de encarar como uma fraqueza.”



Participou também Alexandre Quintanilha, Presidente da Comissão de Educação e Ciência, afirmando que “houve um aumento de 25% de problemas na saúde mental, sendo que, as idades mais afetadas, foram entre os 12 e os 18 anos, ou seja, a faixa etária de maior incidência”.

Afirmou também que “as pessoas com menos condições financeiras são as mais afetadas mas, como sabemos, os países com melhores condições têm maior taxa de

suicídio”. Admitiu, ainda, que “a saúde mental tem vindo a ser negligenciada”.



Chegámos então, à conclusão do debate e votação final global da Recomendação à Assembleia da República. Logo depois, foi dada a palavra final ao porta-voz de cada delegação, momento em que todos elogiaram o trabalho feito, agradecendo aos

membros presentes, e deram um agradecimento especial aos professores que “tiram tempo do seu tempo e do pouco que têm, para podermos debater esta causa”. Foi esta a frase mais repetida pela maioria dos deputados.

A última frase proferida durante o tempo cedido aos porta-vozes foi a do deputado do círculo dos Açores, “Termina-se com muita esperança de voltar”.



O grupo de Elvas voltou de coração cheio pela experiência vivida e foi partilhar essa experiência, uma semana depois, com o presidente da Câmara que os recebeu, dando-lhes os parabéns, ouvindo-os e dando-lhes



conselhos para um futuro com voz ativa.



REPORTAGEM FEITA POR: Joana Garrido, do 7º Ano de 2022-2023, Agrupamento de Escolas nº1 de Elvas, Círculo de Portalegre.

Elvas, 10 de julho de 2023