

COMPREENDER, PARA AGIR MELHOR

O termo "psicossocial" refere-se à estreita relação entre os aspectos colectivos e individuais de uma qualquer entidade social – dado que se influenciam mutuamente.

Os efeitos psicológicos são causadas por uma variedade de experiências que afectam a capacidade da pessoa se emocionar, se comportar, influenciar os seus pensamentos, a sua memória, bem como a aprendizagem do indivíduo. Em grande medida, os efeitos psicológicos dependem da forma em que estes acontecimentos são percebidos e do significado atribuído pelo indivíduo.

Os efeitos sociais são as experiências compartilhadas sobre eventos perturbadores que afectam as relações entre as pessoas - não só como resultado dos eventos, mas também da morte, separação e sensação de perda. Inclui-se aqui, também, uma dimensão económica e política, uma vez que muitas pessoas sofrem múltiplas consequências de, por exemplo, desastres ou conflitos armados.

Os momentos de crise têm consequências psicossociais graves. As feridas emocionais podem ser menos visível do que a destruição de casas e infra-estruturas físicas mas, muitas vezes, leva-se muito mais tempo para se recuperar emocional e psicologicamente do que para superar as perdas materiais.

O apoio psicossocial adequado e precoce pode minimizar o sofrimento e evitar o desenvolvimento de algo mais grave; o apoio psicossocial ajuda as pessoas afectadas a lidar melhor e reconciliarem-se com a vida quotidiana.

A Federação Internacional da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho (FICV), através do *Psychosocial Centre*, auxiliam as Sociedades Nacionais no desenvolvimento da capacidade de prestar serviços psicossociais baseados nos recursos comunitários.

Com o intuito de promover o apoio psicossocial cientificamente consistente e orientado pelas *guidelines* da FICV, consideramos importante a tradução de

materiais produzidos pelo *Psychosocial Centre* – os quais são úteis para o trabalho de terreno desenvolvido pela Cruz Vermelha Portuguesa.

Os folhetos psicoeducativos estão, agora, disponíveis na internet (<http://pscentre.org/topics/iec>), podem ser reproduzidos e distribuídos à comunidade, com o devido enquadramento técnico (psicoeducação).

É necessário não esquecer os objectivos de base na implementação de serviços de apoio psicossocial são:

- aumento da consciência sobre as reacções psicológicas num momento de catástrofe ou de crise;
- facilitar o apoio psicológico e psicossocial;
- promover a restauração de redes comunitárias e mecanismos de enfrentamento/*coping*;
- permitir às Sociedades Nacionais, em particular, entender e responder melhor às necessidades psicossociais, de grupos vulneráveis;
- promover a assistência emocional aos colaboradores e voluntários que lidam com esses grupos (cuidado com os cuidadores).

Para qualquer esclarecimento adicional, poderá contactar:

sgouveia@cruzvermelha.org.pt, na Sede Nacional da CVP.