



Páginas para pais:

Os ambientes em torno da criança e do adolescente

2.5 Pais com doença mental e suas consequências para a criança e adolescente

Introdução

A doença mental é um problema frequente que afeta cerca de 25% da população ao longo da vida. Pode deixar a pessoa perturbada e confusa por períodos mais ou menos longos e torna por vezes as tarefas do dia-a-dia muito difíceis de realizar.

Muitas crianças vivem e crescem com um pai, uma mãe ou ambos com uma perturbação mental.

Na maioria dos casos a perturbação é ligeira e limitada no tempo, tendo poucas repercussões sobre as crianças da família.

No entanto, em certos casos, a doença dos pais é grave e compromete não só a sua capacidade de cuidar e educar adequadamente os filhos, como também todo o funcionamento da família. De entre estas perturbações destacamos, pela sua frequência, o abuso de álcool ou outras drogas, a depressão grave e as perturbações da personalidade. A esquizofrenia e a doença bipolar são problemas muito mais raros mas que perturbam também seriamente o ambiente familiar.

Quais são as consequências destes problemas para a criança e o adolescente?

Se a perturbação dos pais for grave e prolongada, a criança pode estar em risco.

Uma propensão para desenvolver certas perturbações (esquizofrenia, doença bipolar, dependência de álcool ou drogas e depressão, entre outras) pode ser transmitida geneticamente mas, além disso, a doença mental de um dos pais perturba a organização e funcionamento da família e repercute-se negativamente no desenvolvimento e no dia-a-dia dos filhos de múltiplas formas:

- Não são cuidados adequadamente e podem assistir ou ser diretamente envolvidos em conflitos ou cenas de violência.
- Correm o risco de ser abusados, agredidos ou maltratados, em particular se o pai/mãe sofre de alcoolismo, abuso de outras drogas ou uma perturbação da personalidade.
- Podem ser repetidamente separados do pai/mãe doente, devido a internamentos deste(a) ou à sua incapacidade mais ou menos prolongada para cuidar dos filhos.
- São por vezes levados a assumir a responsabilidade pelos cuidados ao pai/mãe doente e aos irmãos mais novos de uma forma totalmente desadequada à sua idade e nível de desenvolvimento.
- São gozados, provocados ou ouvem comentários desagradáveis sobre o pai/mãe doente.

As reações e sentimentos da criança a todas estas situações variam muito:

- Pode sentir-se inseguro quanto à estabilidade do meio familiar e também na relação com o pai / mãe doente, devido à imprevisibilidade das suas reações. Tal pode contribuir para que venha a ter dificuldade em confiar nos outros mais tarde.
- Experimenta um conjunto complexo de sentimentos (medo, preocupação, perturbação, vergonha, culpa) face à doença e ao

comportamento do pai/mãe doente mas também face à possibilidade de vir ele próprio a ter a mesma doença.

- Isola-se e alheia-se perante o meio que o cerca.
- Tem dificuldade em integrar-se na escola, relacionar-se com os outros e concentrar-se na aprendizagem.
- Geralmente tem grande dificuldade em falar no que o preocupa e nos problemas que tem em casa, o que o impede de receber a ajuda de que necessita.

Como podem ser prevenidas ou diminuídas estas consequências?

Podem ser tomadas algumas medidas e salvaguardadas algumas condições para reduzir os efeitos negativos da doença mental dos pais no quotidiano e no desenvolvimento da criança:

- Explicar à criança a doença do pai/mãe e as suas implicações, de forma compreensível e aceitável para ela e responder às suas dúvidas e questões.
- Garantir-lhe que está assegurado o tratamento e continuidade de cuidados ao pai/mãe doente e que estes não são da sua responsabilidade.
- Ter um dos pais saudável, disponível, atento e caloroso ou um outro adulto próximo que possa desempenhar esse papel (outro familiar, amigo, etc.).
- Promover uma boa integração e sucesso escolares.
- Fomentar relações de amizade e contactos próximos com outras crianças.
- Incentivar outros interesses e atividades extra-escolares.

Em casos extremos e se a criança se encontrar em grande risco, pode considerar-se a hipótese de a separar temporariamente do pai/mãe doente até que a situação esteja mais compensada.

Quando e como procurar ajuda?

É importante que tanto os pais como os professores e outros adultos que rodeiam a criança, compreendam e estejam atentos ao impacto que uma doença mental dos pais pode ter sobre os filhos.

O comportamento difícil de uma criança nestas circunstâncias pode ser um pedido de ajuda e como tal deve ser entendido e respondido.

Se surgirem sinais de sofrimento e mal-estar mais intensos ou prolongados da criança, contacte o seu médico de família que, em conjunto com os serviços sociais da sua área e em articulação com o psiquiatra/médico assistente do pai/mãe doente, tomará as medidas necessárias para ajudar a criança e apoiar a família.

Pode estar indicada uma avaliação, vigilância ou tratamento da criança na consulta de saúde mental infantil e juvenil da área.