

# Vamos ajudar no stress pós-traumático



**T**endo em conta o protocolo celebrado em 21 de Novembro de 2007 entre o Ministério da Defesa Nacional e a Liga dos Combatentes, no âmbito da Rede Nacional de Apoio (RNA) aos militares e ex-militares portadores de perturbação psicológica crónica resultante da exposição a factores traumáticos de stress durante a vida militar, passou a prestar serviço na Liga dos Combatentes o Major António Correia. Este Oficial Superior da Força Aérea, licenciado em Psicologia Clínica e Mestrado em Estudos da Paz e da Guerra nas Novas Relações Internacionais, irá coordenar e dinamizar o Centro de Estudos e Apoio Médico, Psicológico e Social (CEAMPS) da Direcção Central da Liga dos Combatentes.

Faz parte da equipa de apoio social e coordenação uma Técnica Superior de

**Todos os membros da LC devem preencher o inquérito.**

## REDE NACIONAL DE APOIO (RNA) – O que é a RNA?

A Lei n.º 46/99, de 16 de Junho, institui o regime de apoio às vítimas de stress pós-traumático de guerra, materializando o reconhecimento que a Nação confere aos que, no cumprimento dos seus deveres militares, foram expostos a situações causadoras de trauma psicológico, que se reflectem em sofrimento generalizado e que em determinados casos evolui para a cronicidade. A referida Lei possibilita que os portadores de perturbação psicológica crónica resultante da exposição a factores traumáticos de stress durante a vida militar vejam o seu caso avaliado por uma junta de Saúde

de 21 de Janeiro. De acordo com a mesma lei, o Decreto-Lei n.º 50/2000, de 7 de Abril, veio criar a Rede Nacional de Apoio (RNA) aos militares e ex-militares portugueses portadores de perturbação psicológica crónica resultante da exposição a factores traumáticos de stress durante a vida militar.

O objectivo da RNA é prestar informação, identificação e encaminhamento dos casos e a necessária prestação de serviços de apoio médico, psicológico e social, em articulação com o Serviço Nacional de Saúde (SNS).

## O que será?

As actividades a desenvolver no âmbito da RNA - Stress Pós-Traumático e Cuidados de Saúde obrigam a Liga e o conjunto dos seus Núcleos a constituir uma rede funcional de serviços de apoio médico, psicológico e social para dar respostas concretas aos ex-combatentes e às suas famílias.

Para além da Estrutura de Coordenação Central (CEAMPS), numa primeira fase (a implementar a partir de Janeiro de 2009) serão dinamizadas 4 Estruturas Regionais de Resposta:

- Região Norte – Porto em coordenação com o HMR Porto;
- Região Centro – Coimbra em coordenação com o HMR Coimbra;
- Região de Lisboa – Em coordenação com o HM Principal;
- Região Sul e Algarve – A funcionar a partir do Posto Médico do Núcleo de Loulé.

As estruturas serão dotadas com meios humanos, equipamentos, meios de transporte e principalmente médicos, psicólogos, assistentes sociais, ou técnicos de reabilitação, que permitam identificar, apoiar e acompanhar ou encaminhar para o SNS ou para a RNA, os ex-combatentes e suas famílias, principalmente os que se encontram em sofrimento na sequência do stress-pós traumático ou sintomatologia associada.

O funcionamento da RNA no âmbito da LC, depende do envolvimento dos seus Núcleos, sobretudo na dinamização efectuada junto das Instituições do SNS e outras Instituições locais que possam colaborar com a RNA/LC, na divulgação, identificação e encaminhamento de casos para a sua possível inserção na Rede e respectivo acompanhamento médico, psicológico e social. ■

## CEAMPS

### Centro de Estudos e Apoio Médico, Psicológico e Social da Liga dos Combatentes

Gostaríamos de contar com a sua colaboração para a realização de um estudo destinado a avaliar a situação psicossocial e a presença ou ausência de Stress Pós-Traumático nos antigos combatentes do Ultramar e nos militares que tenham participado em missões de paz internacionais.

Será garantida a confidencialidade e o anonimato dos dados recolhidos. Tente responder a todos os itens com sinceridade. Para cada uma das questões assinale com uma cruz a sua opção de resposta.

Não existem respostas certas nem erradas.

Destaque as páginas 17, 18 e 19 do inquérito da sua revista e preencha-as. Gostaríamos que respondesse no período de tempo máximo de 60 dias. Se tiver dúvidas, não hesite em contactar-nos.

Após preenchimento do questionário enviar para:

Dr. António Correia  
 acorreia.ceamps.lc@gmail.com  
 Coordenação do CEAMPS  
 Rua João Pereira da Rosa, 18  
 1249-032 LISBOA  
 Tel. 213468245

Ou entregar nos Núcleos que farão chegar à coordenação do CEAMPS da LC.

Serviço Social, pelo que os Núcleos poderão obter esclarecimentos ou ajuda no âmbito do Stress de Guerra ou outra informação de carácter clínico e social. Para contactar directamente a coordenação do CEAMPS, os Núcleos deverão fazê-lo para o CEAMPS.

Militar e que, em consequência da gravidade da sua situação clínica, venham a receber o tratamento necessário e, eventualmente, a ser considerados Deficientes das Forças Armadas (D.F.A.), integrando esta patologia no regime de protecção aos das D.F.A. consagrado no Decreto-Lei n.º 43/76,



## QUESTIONÁRIO

17

--	--	--	--

### DADOS SÓCIO-DEMOGRÁFICOS

1. **Situação militar:**       Activo       Reserva       Reforma
2. **Localidade da sua residência:** \_\_\_\_\_
3. **Ramo das Forças Armadas:**       Exército       Força Aérea       Marinha
4. **Especialidade militar:** \_\_\_\_\_      **Nº Sócio** \_\_\_\_\_ (opcional)
5. **Idade:** \_\_\_\_\_ anos      **Sexo:** Masculino  Feminino
6. **Estado civil:**  
 Solteiro       Casado/União de facto       Divorciado/Separado       Viúvo
7. **Situação familiar:**  
 Vive só       Vive com a esposa/companheira       Vive com os filhos (Quantos: \_\_\_\_\_)  
 Vive com outros familiares       Vive com outras pessoas
8. **Habilitações literárias:**  
 Primário       Secundário incompleto       Secundário completo  
 Curso profissional       Curso médio ou superior
9. **Profissão:**  
 Funcionário Público       Indústria       Comércio       Agricultura       Empresário  
 Aposentado      Outra Qual: \_\_\_\_\_
10. **Cumpriu serviço militar na guerra colonial?**      Sim  Não   
Onde? \_\_\_\_\_ Por quanto tempo: \_\_\_\_\_
11. **Participou em Missões de Paz Internacionais?**      Sim  Não   
Onde? \_\_\_\_\_ Por quanto tempo: \_\_\_\_\_
12. **Sentiu orgulho em servir Portugal?**      Sim  Não
13. **Vantagens de ter cumprido serviço militar:**      Sim  Não
14. **Tem ligações com outros camaradas:**      Sim  Não   
Como? \_\_\_\_\_
15. **É beneficiário da ADM?**      Sim  Não  Outra: \_\_\_\_\_
16. **Já recorreu a Serviços de Saúde Mental (Psiquiatria, Psicologia,...) em consequência de ter prestado serviço militar?**      Sim  Não  Quando: \_\_\_\_\_ Onde? \_\_\_\_\_  
Motivo: \_\_\_\_\_

(Se respondeu SIM a esta questão, preencha o questionário PTSD)



**QUESTIONÁRIO PTSD<sup>1</sup>**

*(Preenchimento obrigatório)*

Ramo das FAA \_\_\_\_\_ Especialidade \_\_\_\_\_ Posto \_\_\_\_\_

*(Preenchimento de acordo com a vontade do próprio)*

Nome \_\_\_\_\_

Morada \_\_\_\_\_

**PARTE I**

Alguma vez se sentiu confrontado com alguma (ou algumas) das situações seguintes e, em caso afirmativo, com que idade?

- |  |                             |                          |            |
|--|-----------------------------|--------------------------|------------|
| 1. Acidente grave (com arma, viatura, ...)     | Situação de paz             | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
|  | Situação de guerra/conflito | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
| 2. Perigo e ameaça de elevado risco            | Situação de paz             | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
|  | Situação de guerra/conflito | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
| 3. Perigo de lesões físicas e morte            | Situação de paz             | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
|  | Situação de guerra/conflito | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
| 4. Testemunha de acidente grave ou morte       | Situação de paz             | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
|  | Situação de guerra/conflito | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
| 5. Morte violenta de familiar ou amigo         | Situação de paz             | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
|  | Situação de guerra/conflito | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
| 6. Ataque (emboscadas, minas, ...)             | Situação de guerra/conflito | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
|  | Situação de guerra/conflito | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
| 7. Confronto e combate                         | Situação de guerra/conflito | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
|  | Situação de guerra/conflito | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
| 8. Outra situação de ameaça ou risco:<br>_____ | Situação de paz             | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
|  | Situação de guerra/conflito | <input type="checkbox"/> | _____ anos |
| 9. Orgulho pela sua participação na missão     |                             | <input type="checkbox"/> | Sim        |
|  |                             | <input type="checkbox"/> | Não        |

Comentários:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

<sup>1</sup> Escala Abreviada de Sintomas, elaborada por Breslau et. al., que constitui uma forma abreviada da *National Institute of Mental Health Diagnostic Interview Schedule (DIS)* e da *WHO - Composite International Diagnostic Interview* (versão 2.1), no sentido de determinar a presença ou ausência de PTSD. Albuquerque, A. (et. al.) - Perturbação Pós-Traumática do Stress (PTSD) - Avaliação da Taxa de Ocorrência na População Adulta Portuguesa. A. M. P., 16 (2003) 309-320.

*(Se houver uma ou mais respostas positivas/afirmativas passar à Parte II do questionário, em caso contrário terminou)*



## **PARTE II**

*(Responder só se deu uma ou mais respostas positivas/afirmativas na Parte I)*

Situação ou situações traumáticas: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

10. Evita recordar-se dessas experiências afastando-se de certos locais, pessoas ou actividades?  
Sim  Não
11. Perdeu interesse por actividades que antes tinham sido importantes ou agradáveis?  
Sim  Não
12. Começou a sentir-se mais isolado ou distanciado em relação às outras pessoas?  
Sim  Não
13. Sofreu maior dificuldade em sentir amor ou afecto, em relação às outras pessoas?  
Sim  Não
14. Começou a pensar que não valeria a pena planear o futuro?  
Sim  Não
15. Após essa(s) experiência(s) notou mais dificuldades do que antes em adormecer ou manter o sono?  
Sim  Não
16. Tornou-se mais nervoso ou mais facilmente assustado por barulhos ou movimentos?  
Sim  Não
17. Os sintomas identificados encontram-se presentes actualmente?  
Sim  Não

*[Se deu quatro ou mais respostas positivas (SIM) passa à Parte III, em caso contrário terminou]*

## **PARTE III**

*[Responder apenas se deu quatro ou mais respostas afirmativas (SIM) na Parte II]*

18. Estes sintomas levaram-no a consultar o médico de família, o psiquiatra ou outro profissional de saúde?  
Sim  Não
19. Estes sintomas levaram-no a tomar medicamentos por mais do que uma vez?  
Sim  Não
20. Estes sintomas interferiram com as suas actividades e relações do dia-a-dia?  
Muito  Alguma coisa  Pouco  Nada

Comentários \_\_\_\_\_