

# Uma Casa onde se (trans)formam «vidas com sentido»

Promovendo uma atuação integrada e multidisciplinar, a Casa de Alba está orientada para apoiar adultos que sofrem de perturbações mentais graves a melhorar a sua qualidade de vida. Este é um modelo pioneiro de cuidados integrados, humanizados e individualizados, na área de Saúde Mental, que tem pugnado por ser agente de conhecimento, proficiência e mudança. O ExLibris® foi conhecer os pilares de diferenciação deste projeto da Fundação Romão de Sousa e descobriu um local onde se fomenta a afetividade, a autonomia, a segurança e a integração social.

Em funcionamento desde novembro do ano passado, a concretização do projeto Casa de Alba – Comunidade Terapêutica em Saúde Mental é da responsabilidade da Fundação Romão de Sousa. Instituída e reconhecida como Instituição Particular de Solidariedade Social e Pessoa Coletiva de Utilidade Pública, a Fundação emerge do espírito filantropo de Maria de Lourdes e José Romão de Sousa, com o propósito de cumprir os objetivos de informar, apoiar e promover a Saúde Mental no país. Situada na aldeia de São Bento do Cortiço (concelho de Estremoz), a Casa de Alba destina-se a apoiar adultos que sofrem de perturbações mentais graves, em especial

de Psicoses e Esquizofrenias. Ali, em pleno Alentejo, pode-se apreciar a rara beleza natural e aproveitar o oásis de tranquilidade que esta região proporciona. Com capacidade máxima para 15 residentes, a Instituição disponibiliza um quarto individual e sete duplos com quarto de banho privativo, áreas comuns, sala de jantar, salas de terapia (individual e em grupo) e ainda um pequeno ginásio. Assim, este é o espaço ideal para que cada residente encontre o seu caminho. Fazendo jus ao lema da Fundação, aqui formam-se «vidas com sentido» que aprendem a lidar com os seus problemas e a relacionarem-se com os outros e com o mundo.



João G. Pereira, diretor clínico

Enquanto membro do International Network of Democratic Therapeutic Communities e da International Society for Psychological and Social Approaches to Psychosis, a Casa de Alba está em estreito contacto com o «Estado da Arte» neste domínio, o que muito contribui para a qualidade patenteada. Aliás, um dos vetores de diferenciação da Instituição assenta na constituição da sua equipa técnica. De carácter multidisciplinar, esta é composta por profissionais com vasta experiência hospitalar, nacional e internacional, como psicólogos clínicos, psicoterapeutas acreditados, psiquiatras, enfermeiras e uma auxiliar. Para complementar esta proficiência, a Instituição dispõe ainda de uma Comissão Consultiva que visa avaliar a atividade da Instituição, orientando-a em prol da sua melhoria. Além disso, a equipa técnica dispõe de supervisão externa, realizada por António Coimbra de Matos, distinto professor de Psicanálise.

## Abordagem terapêutica integrativa

Materializando a missão da Fundação, a Casa de Alba consubstancia-se como um projeto diferenciado em termos de gestão, organização técnica, assistência clínica e humanização dos serviços prestados. Na senda da inovação e procurando permitir um exercício atualizado, a filosofia implementada “proporciona alojamento aliado a uma intervenção terapêutica multidisciplinar, num ambiente em que se fomenta a proximidade afetiva, a individualidade, a autonomia e a segurança”. Para tal, “a intervenção é sustentada por práticas com suporte empírico e também pela evidência que surge da avaliação sistémica contínua da atividade clínica”, esclarece João G. Pereira, diretor clínico da Instituição, Doutorado em Psicoterapia pela Universidade de Middlesex em Londres. Neste sentido, o processo terapêutico implementado é “pluralista e integrativo, privilegiando a relação como principal

elemento terapêutico”, elucida o entrevistado. “Na elaboração deste plano fazemos uso dos resultados obtidos na investigação científica, nomeadamente na área das Neurociências Afetivas. Baseamo-nos, por exemplo, em estudos sobre a relação estabelecida entre mães e filhos que demonstram a importância de nos ‘sintonizarmos’ com o afeto da pessoa, pois é através desta abordagem integradora de empatia que o indivíduo se vai conhecendo e sentindo mais capaz a cada dia”, reitera.

Por outro lado, depois de conhecer a Instituição, é inequívoco que a Casa de Alba se demarca do modelo tradicional de residência para pessoas com perturbações mentais. Para ilustrar tal distinção, o especialista enuncia as alterações na gramática utilizada na Casa: “Vocabulos como doente, cantina e dormitório são substituídos por residente, cozinha e quarto de dormir. Pois, o enfoque é centrado na pessoa como um todo – enquanto ser idiossincrático, capaz, com potencialidades e limitações – e nas relações que se estabelecem entre todos”. Ou seja, “entendemos a perturbação como um problema e não como uma doença, procurando usar linguagem menos discriminatória e estanque. Temos que aceitar a diferença, mitigar o estigma e trabalhar para minimizar o problema”, esclarece o entrevistado. Esta abordagem é complementada pela psicofarmacologia, sendo a medicação e os serviços de Psiquiatria partes integrantes e fundamentais neste processo. Este é um modelo contínuo e desenvolvido quotidianamente: “Pretendemos criar um espírito de comunidade onde todos são encorajados a desempenhar um papel ativo e de entreajuda na gestão de atividades da vida diária. A participação e a partilha são, com efeito, perspetivadas como oportunidades únicas para promover a autonomia, a funcionalidade e a recuperação pessoal dos residentes, sendo também catalisadoras da mudança”, refere. Paralelamente, são desenvolvidas intervenções formais como Psicoterapia individual, de grupo e multifamiliar, Arte-terapia e diversas atividades terapêuticas como, por exemplo, a Hipoterapia (realizada em parceria com uma instituição de Alter do Chão).

Para cumprir a sua missão assistencial, a Instituição almeja proporcionar a reintegração social do residente, “estimando-se que tal seja possível ao fim de 18 meses (em média) de intervenção em residência”. Para cumprir tal desígnio, “temos, em primeiro lugar, a preocupação de envolver os residentes com o meio através de contactos encetados com a Junta de Freguesia de São Bento do Cortiço e outras entidades locais, de forma a promover a ligação e articulação entre estes e a população”. Numa fase posterior, “a Fundação tem a ambição de criar estruturas de residência de autonomia em que o acompanhamento do staff seja pontual, numa altura em que os residentes já estão aptos para construir os seus projetos de vida. Esse será, portanto, o nosso próximo passo”, assevera João G. Pereira. ◀

**FUNDAÇÃO ROMÃO DE SOUSA**

COMUNIDADE TERAPÊUTICA  
**CASA DE ALBA**

CONFERÊNCIA  
07 NOV

SAÚDE MENTAL EM PORTUGAL  
QUE RESPOSTAS?

MENTAL HEALTH IN PORTUGAL:  
WHAT AVENUES?

Organização: Fundação Romão de Sousa e Universidade de Évora

Fundação Romão de Sousa  
Casa de Alba, Cx Postal 945  
7100-630 São Bento do Cortiço  
Estremoz, Portugal  
M. +351. 935 563 377  
info@fundacaords.org  
www.fundacaords.org

### PROGRAMA PROGRAM

<p><b>09.15 SESSÃO DE ABERTURA OPENING SESSION</b></p> <p><b>José Romão de Sousa</b> - Boss/Visões / Welcome address -</p> <p><b>Álvaro de Carvalho</b> - Atualização sobre o Programa Nacional de Saúde Mental / Update on the Portuguese Mental Health Program</p> <p><b>09.45 MESA PANEL DISCUSSION 1</b> PERSPECTIVAS TEÓRICAS SOBRE PROBLEMAS GRAVES DE SAÚDE MENTAL THEORETICAL PERSPECTIVES ON SEVERE MENTAL HEALTH PROBLEMS</p> <p><b>Mário David</b> - A Perspetiva de Grupos de neuro-psicanálise / The Group Analytic perspective and the contribution of affective neuroscience and neuro-psychology</p> <p><b>Daniel Sousa</b> - A Perspetiva Fenomenológica-Evolutiva no Saúde Mental / The Existential-Phenomenological Perspective in Mental Health</p> <p><b>11.15 PAUSA BREAK</b> poster presentations</p> <p><b>11.30</b> SEMINÁRIO – “MAIS AMOR, MENOS DOENÇA” SEMINAR – MORE LOVE, LESS DISEASE</p> <p><b>António Coimbra de Matos</b></p>	<p><b>15.30 MESA PANEL DISCUSSION 3</b> COMUNIDADES TERAPÊUTICAS EM SAÚDE MENTAL (VINHO VELHO EM GARRAFAS NOVAS) THERAPEUTIC COMMUNITIES IN MENTAL HEALTH (OLD WINE IN NEW BOTTLES)</p> <p><b>João G. Pereira</b> - A experiência do Sono de Alba / The experience of Casa de Alba</p> <p><b>Francisco Ortega Bevia</b> - Consideração e Eficácia Sistémica da Comunidade Terapêutica / Considerations on the Systemic Efficacy of the Therapeutic Community</p> <p><b>João P. Albuquerque</b> - A experiência como primeiro carterista - Resultado medição / The experience as the community's leading professional</p> <p><b>John Gale</b> - Comunidade Terapêutica no Reino Unido / Therapeutic Community in the UK</p> <p>Moderador / Moderator <b>Célia Sales</b></p> <p><b>15.45 PAUSA BREAK</b> poster presentations</p> <p><b>17.00</b> SEMINÁRIO – 20 ANOS DO SISTEMA CORE: UMA BASE SÓLIDA DE AVALIAÇÃO DE MUDANÇA EM SAÚDE MENTAL POR AUTO-RELATO... E OS SEUS LIMITES SEMINAR – TWENTY YEARS OF THE CORE SYSTEM: A SOUND BASIS OF SELF-REPORT APPRAISAL OF CHANGE IN MENTAL HEALTH ... AND ITS LIMITS</p> <p><b>Chris Evans</b></p>	<p><b>17.45 MESA PANEL DISCUSSION 4</b> TEORIA, INVESTIGAÇÃO E PRÁTICA EM COMUNIDADE TERAPÊUTICAS THEORY, RESEARCH AND PRACTICE IN THERAPEUTIC COMMUNITIES</p> <p><b>Isaura Manso Neto</b> - Grupodina Multifamiliar / Multi-Family Group Analysis</p> <p><b>Simon du Plock</b> - Psicose: furto sem fogo / Psychosis: stealing without fire</p> <p><b>Célia Sales</b> - Medidas de avaliação criadas para paciente - Investigação através do paciente / Patient generated measures / Patient based research</p> <p>Moderador / Moderator <b>João G. Pereira</b></p> <p><b>19.00</b> SESSÃO DE ENCERRAMENTO CLOSING SESSION</p> <p><b>João G. Pereira</b> <b>José Romão de Sousa</b></p> <p><b>19.15</b> EVENTO CULTURAL EM ESTREMOZ (MÚSICA, ACTUAÇÃO...) CULTURAL EVENT IN ESTREMOZ (MUSIC, PERFORMANCE...)</p>
---	---	---

**19.30 ALMOÇO TÉCNICO**  
Vila e Casa de Alba / Vila e Casa de Alba

## «SAÚDE MENTAL EM PORTUGAL: QUE RESPOSTAS?»

# Conferência internacional a 7 de novembro

Para assinalar o primeiro ano de atividade, a Casa de Alba está a organizar uma conferência internacional, em conjunto com a Universidade de Évora, que se realizará no dia 7 de novembro em Estremoz. Sob o lema «Saúde Mental em Portugal: Que respostas?», este colóquio pretende ser lugar de diálogo, reflexão e promoção desta área do saber. Contando com a participação de oradores nacionais e internacionais, os temas principais a abordar são a Grupanálise, Psicoterapia Fenomenológico-existencial, intervenções hospitalares e comunitárias, comunidades terapêuticas e formas de reduzir a medicação. Além da apresentação de artigos e das mesas de discussão em que especialistas de renome internacional vão refletir sobre diversas temáticas de interesse, o simpósio contará, ainda, com dois seminários [ver programa]. Todas as informações estão disponíveis em [www.fundacaords.org/conf2014](http://www.fundacaords.org/conf2014).