

?Há muito a ser feito para mostrar às pessoas o valor que a vida tem?

UMA VOZ DE APOIO

São voluntários de uma linha telefónica de apoio emocional, A VOZ DE APOIO. Tendo o telefone como meio, o seu trabalho, dizem, funciona como um penso rápido. Estancam depressões, solidões, desesperos. Ou pelo menos assim tentam. ?Há muito a ser feito para mostrar às pessoas o valor que a vida tem?, garante Ezequiel, nome fictício que deixa anónimo o ?anjo?.

Vitória, outro nome fictício. Outra voluntária. Algumas vezes deixou-se vencer pela tristeza de alguém que lhe telefonara. Não durante o atendimento. Nesses momentos há que manter a serenidade. ?Temos de estar concentrados no que a pessoa nos diz.? Mas no regresso a casa, depois de ter terminado mais um turno. ?Já me aconteceu ficar lavada em lágrimas?, confessa quem também é de carne e osso. Faz parte da condição de ser voluntário nesta área a estabilidade emocional. ?Se não nos sentimos bem connosco não podemos estar a ouvir os problemas dos outros?, conclui Vitória. Por isso, há alturas, dizem, em que é preciso fazer um exame de consciência e avaliar se ?realmente? vale a pena continuar. Num desses balanços, Ezequiel decidiu deixar de fazer atendimento. Acabou por ser apenas uma interrupção. Aconteceu após se ter deparado com uma tentativa de suicídio em curso durante uma chamada. ?A pessoa não queria falar de suicídio, apenas despedir-se da vida??, recorda. ?Quando o apelante diz claramente que se o voluntário tentar explorar outras opções ele desliga, nada mais se pode fazer a não ser companhia nos últimos momentos?. E esperar que não o sejam.

Estigmas

Não é novidade que os anti-depressivos são os medicamentos mais vendidos em Portugal e os principais beneficiários da comparticipação estadual. Este cenário, criticam as vozes que dão apoio, poderia ter já levado o Estado à criação de medidas mais eficazes no que toca à depressão, como doença, e à prevenção do suicídio. Até porque, confirmam os voluntários da Voz de Apoio, os dados conhecidos sobre taxas de suicídio podem esconder um número maior de casos. Ezequiel lembra o ?estigma? que ainda existe sobre o suicídio: ?foi encoberto durante muito tempo pela Igreja e as seguradoras ainda não pagam indemnizações?.

Dar outra perspectiva

A abordagem telefónica não passa pelo aconselhamento. Pretende-se proporcionar a quem liga um momento de reflexão. Paulo acredita que ?toda a gente já passou pela sensação de ter resolvido um problema apenas por ter conversado sobre ele com um amigo e o ter estruturado.? E é precisamente essa a função da Voz de Apoio: escutar.

?Não podemos dar sugestões ou induzir o apelante a fazer alguma coisa?, explica Vitória que reconhece ainda assim que quem liga procura soluções. Algo que a Voz de Apoio não dá. O que se pode esperar então de quem atende? Vitória responde: ?Às vezes só repetimos aquilo que as pessoas dizem, dizendo-o de outra maneira?. Ou seja, ?se a pessoa diz que partiu uma perna, nós podemos lembrar-lhe que não partiu as duas?. Esta forma de ?abordar a vida?, dizem-nos, treina-se através da formação que é dada ao voluntário antes de iniciar o atendimento. A capacidade de escutar é também algo que se adquire: ?Treinamos o ouvir e deixar as pessoas falar e visualizar o problema?, conclui Vitória.

Nome da Instituição: Voz de Apoio

Contactos: 225506070

Horário: 21h/24h

Site: <http://sapp.telepac.pt/escutar>