

ENTREVISTA: IVAN HENRIQUE VEY

Ser professor: dificuldades e recompensas

O exercício da profissão de professor e seus desafios são muito exigentes e envolvem muita responsabilidade. Ele é o profissional que forma seres críticos, aptos à uma carreira e a conviver em sociedade. Paciência, criatividade, empatia, incentivo e instigar a curiosidade são características dos mestres. No Brasil, o educador não tem o seu devido reconhecimento, tanto perante a sociedade quanto em remuneração.

O Dia do Professor, celebrado em 15 de outubro, é uma simples forma de homenagem. Pensando como forma de reconhecimento a todos, a Apusm traz a seguir uma entrevista com o professor de Ciências Contábeis da UFSM, Ivan Henrique Vey, que conta um pouco sobre os desafios da profissão. Confira:

– Por que escolheu ser professor? Como vê a profissão atualmente?

Ivan – Ser professor foi obra do destino. Após deixar o Exército, fui aprovado em uma seleção para professor substituto no Departamento de Ciências Contábeis da UFSM, em 1995. Foi onde comecei a pegar gosto pela docência. No ano seguinte, a aprovação foi em concurso no quadro permanente. Em agosto deste ano completei 25 anos de docência universitária.

Vejo hoje a profissão com um pouco de tristeza devido ao atual cenário. Dizem que só existe o médico, advogado, engenheiro entre outros, porque existe o professor. Corretíssimo, porém pouco ou quase nada se faz em termos de políticas públicas que realmente valorizem a profissão. Ainda tenho esperança de que um dia seja realmente no Brasil, assim como ocorre em países de primeiro mundo.

– Como vê o papel do professor na formação do ser humano?

Ivan – Transmitir e compartilhar conhecimento acredito ser uma das atividades mais nobres confiadas ao ser humano. Sendo assim, é uma responsabilidade muito grande, pois impacta diretamente não só na vida do aluno como também no desenvolvimento da educação no país. Com certeza impactamos na formação tanto como profissional e como ser humano, afinal, somos como um espelho para eles. Assim, procurei, durante minha trajetória, ir além de instigar o senso crítico e do compartilhamento de conhecimento, transmitir e reforçar valores como ética, senso de justiça, honestidade, responsabilidade social, solidariedade, disciplina, gratidão entre outros. Procurei formar não só profissionais, mas também cidadãos conscientes de seus deveres com a sociedade.

– Quais principais mudanças em relação à época em que iniciou e agora?

Ivan – Muitas mudanças ocorreram em



PERSISTÊNCIA Para professor Ivan, um verdadeiro educador é otimista e perseverante

25 anos, tanto na relação aluno/professor quanto no processo de ensino/aprendizagem. Destaco uma maior proximidade entre aluno e professor, a didática e metodologia no ensino e, principalmente, as novas ferramentas tecnológicas. Nesse período, a UFSM expandiu visivelmente tanto em infraestrutura quanto em ensino. Hoje, as condições de um modo geral são bem melhores que em 1995, contribuindo em muito para que a instituição esteja entre as mais conceituadas do Brasil e, também, reconhecida a nível internacional. Motivo de orgulho para nós e para sociedade de Santa Maria.

– Desenvolve outras atividades além das atribuições de docente na UFSM?

Ivan – Muitos pensam que o professor apenas se envolve com o ensino, mas não é bem assim. Sempre participei e atuei em atividades de extensão, pesquisa e tarefas administrativas, como chefe de departamento, membro de conselhos e comissões. Atividades essas que envolvem muito além da carga de trabalho diário. Sempre procurei estar envolvido com a comunidade acadêmica e com a instituição, afinal somos servidores e estamos ali para servir. Atualmente, estou afastado das salas de aula, por exigência do cargo, pois estou na função de auditor chefe da UFSM. É uma tarefa de muita responsabilidade, por outro lado um grande desafio que aceitei na minha carreira como servidor público. Também atuo como avaliador da educação superior junto ao Ministério da Educação desde 2004, o

que me proporcionou conhecer a educação superior em diferentes regiões do Brasil.

Sou muito feliz na profissão que escolhi e na instituição que trabalho, a gloriosa UFSM, da qual tenho muito orgulho. Quando me perguntam “qual seu partido, professor?”, respondo: “Meu partido é a educação”.

– Quais os principais desafios na educação brasileira? Já pensou em desistir?

Ivan – São muitos os desafios. Necessidade de maiores investimentos em recursos e otimização destes com mecanismos de governança e controle. Há de se pensar na qualidade do ensino que desejamos, e isso deve-se levar em conta a qualificação e valorização dos professores em todos os níveis educacionais. Entre outros desafios estão evasão discente, baixos índices de aprendizagem, investimentos em tecnologia, violência na escola, estrutura curricular, maior integração escola e família, fortalecimento da escola pública entre outros.

Particularmente, sou a favor da escola pública em tempo integral. Com ela, acredito que muitos dos problemas da sociedade seriam minimizados. Educação não pode ser considerada como custo ou despesa, mas sim como investimento. A educação ideal só será construída quando tivermos governos e sociedade alinhados com um grande projeto educacional. Quando realmente decidirmos que o desenvolvimento do país passa necessariamente pela educação em todos os níveis.

Desistir nunca passa na cabeça do verdadeiro educador, somos otimistas e perseverantes, esperamos dias melhores.

– Especificamente no Ensino Superior, como vê o processo ensino/aprendizagem?

Ivan – É bem complexo, pois lidamos com alunos vindos de diversos ramos da sociedade e diferentes níveis de conhecimento, variáveis que devem ser consideradas quando entramos em sala de aula. Destaco a didática como um fator crucial no processo ensino/aprendizado. Detalhe importante é que temos hoje um aluno mais crítico, e isso é bom, pois nos obriga constante atualização nos temas trabalhados em aula. Por outro lado, temos as novas tecnologias e ferramentas digitais importantes para ensino/aprendizagem também precisamos dominar. Assim, o professor precisa de elevado conhecimento da sua disciplina, constante atualização, didática, metodologia de ensino, domínio das novas tecnologias e uma enorme capacidade de adaptação às mudanças que surgem.

– Uma frase de aluno que o deixa alegre e outra que não gosta de ouvir:

Ivan Vey – “Saudades das suas aulas professor” me deixa feliz. Fico triste ao ouvir “Estou com preguiça”.

– O que gosta de ouvir quando encontra um aluno antigo?

Ivan – Graças a Deus tenho um feedback muito positivo dos alunos, até porque durante o curso tenho uma relação muito boa e próxima com eles. Não sou só professor, muitas vezes sou um pai ou irmão mais velho. Assim, muitos alunos sentem-se à vontade para me pedir conselhos e orientações.

Sempre que possível, realizamos atividades de confraternização e lazer com os alunos do semestre, um churrasquinho, um tira gosto e, também, um futebol. Tudo isso é muito gratificante, esta relação acaba criando um vínculo de amizade muito grande. Constantemente recebo palavras de carinho e apreço por parte deles, seja presencial ou nas redes sociais. Outro fato nesta relação aluno/professor são as diversas homenagens recebidas ao longo da carreira pelas turmas quando da formatura, seja como patrono, paraninfo ou homenageado. Isso é reconhecimento, isso é gratidão.

É por essas e outras que ser professor nos encanta e motiva constantemente.

– Uma mensagem para quem está iniciando na profissão:

Ivan – Ser professor exige antes de tudo vocação. Além do mais, deve-se ter comprometimento, esforço, motivação, desenvolvimento contínuo e, apesar das dificuldades, ser apaixonado pela profissão, desistir jamais.



A arte de ensinar requer paciência, perseverança, dedicação e, na maioria das vezes, força para superar os desafios impostos. Porém, ser professor também proporciona experiências incomparáveis. A seguir, alguns depoimentos de educadores sobre os desafios e as alegrias que traz a profissão, Confira:



“É muito gratificante poder acompanhar e, de alguma forma, contribuir para a transformação da vida dos alunos e alunas. A relação que se estabelece

é de uma troca preciosa e que me alegra. É perceber um pouco de mim neles e um tanto deles em mim. Crescimento, renovação e transformação resumem bem a alegria que a profissão me traz.

Também são essas alegrias que dão coragem para enfrentar os desafios diários. A retirada de investimentos da Educação e o cenário de constante descrédito da ciência instalado em nosso país são questões que, com certeza, desafiam não só os professores e as professoras, mas toda a sociedade.”

PROFESSORA PATRÍCIA PERSIGO



“Acho que uma das coisas mais incríveis da docência é sempre estar estudando, pesquisando, aprofundando metodologias. É

uma profissão que exige que estejamos sempre atualizados. E a pandemia veio a somar como mais um desafio! Aliás, um grande desafio! Novos conhecimentos, novas tecnologias, em um mundo novo! Foi necessário aprender a editar e compactar vídeos, ter uma boa internet, um bom microfone, uma boa iluminação na sala e muita ajuda da família para que o momento da aula transcorra calmamente. Para mim, que sou arquiteta e urbanista, as aulas de projeto de arquitetura tem sido as mais desafiadoras, pois a clássica lapiseira foi substituída por um mouse! Mas, como tudo, sempre temos o equilíbrio: a participação dos alunos nessas aulas tem sido incrível, superando as expectativas. Acho que para os mais tímidos, o momento oportunizou a sua colaboração mais efetiva! Um feliz Dia do Professor a todos!”

PROFESSORA ANA CLÁUDIA BÖER



“Ser professor nos dias de hoje significa ter a consciência de que não somos mais ‘donos’ das informações ou dos conteúdos. Estes estão disponíveis aos alunos.

Ser professor significa compreender que, cada vez menos, o processo de aprendizagem se dará pela memorização de conteúdo e, cada vez mais, pela conexão criativa de conhecimentos. Ou seja, pela solução de problemas para as realidades vivenciadas por cada indivíduo. Portanto, o nosso desafio atual é compreender esta mudança de paradigma e passar a ser um professor mais voltado para as potencialidades individuais dos alunos. Ser um auxiliar na transformação dos nossos alunos seguramente é a maior alegria e satisfação do professor!”

PROFESSOR NORBERTO BELMONTE



“Quando perguntada sobre os desafios de ser professora nos dias atuais, bem como as alegrias da profissão, logo minha ideia foi explorar o momento atual uma vez que entendo que preciso de coragem para dar um passo depois do outro. Afinal, quanto mais analisamos, mais vemos as disparidades. A crise sanitária e suas consequências iluminaram as enormes desigualdades em que vivemos. Mesmo tendo mais chips ativos de celulares do que cidadãos, nosso sistema de ensino ainda é analógico. A educação tem que se transformar, ser disruptiva. A tecnologia cada vez mais estará presente no nosso cotidiano. No entanto, há necessidade de termos um grande propósito transformador. Penso que falta no Brasil, enquanto Nação, um propósito de educação, uma visão e uma missão de mundo, de como sermos (re)conhecidos. Daí sim construir a educação que vai gerar a melhor ciência e as melhores possibilidades de alcançar esse propósito. Enquanto professora, com 33 anos de carreira de magistério na UFSM, ainda tenho muitos desafios e muitas alegrias. Trabalhar com jovens e pensar juntos as questões de igualdade, do acesso à informação, do respeito mútuo, das oportunidades para todos, são desafios que ainda me movem.”

A crise sanitária e suas consequências iluminaram as enormes desigualdades em que vivemos. Mesmo tendo mais chips ativos de celulares do que cidadãos, nosso sistema de ensino ainda é analógico. A educação tem que se transformar, ser disruptiva. A tecnologia cada vez mais estará presente no nosso cotidiano. No entanto, há necessidade de termos um grande propósito transformador. Penso que falta no Brasil, enquanto Nação, um propósito de educação, uma visão e uma missão de mundo, de como sermos (re)conhecidos. Daí sim construir a educação que vai gerar a melhor ciência e as melhores possibilidades de alcançar esse propósito. Enquanto professora, com 33 anos de carreira de magistério na UFSM, ainda tenho muitos desafios e muitas alegrias. Trabalhar com jovens e pensar juntos as questões de igualdade, do acesso à informação, do respeito mútuo, das oportunidades para todos, são desafios que ainda me movem.”

PROFESSORA MARIA IVETE TREVISAN FOSSÁ



“Foram muitos os motivos que me levaram a escolher ser professora. Desde a minha infância lembro de minha mãe preparando aulas e corrigindo provas. Após, em minha vida acadêmica, tive professores maravilhosos que me fizeram ter certeza da escolha correta. Sou

professora, mas, além de ensinar, sinto que meu papel na universidade também é de buscar contribuir para que nossa UFSM continue sendo referência na qualidade de pesquisa e extensão no Brasil e no mundo.

Sou grata por todas as oportunidades que essa profissão me oferece e valorizo cada dia mais os educadores de nosso país. Neste momento, são inúmeras as dificuldades que enfrentamos: medos, incertezas e, ainda, há a necessidade de nos adequarmos a novos métodos de ensino devido às restrições impostas pela pandemia.

Ainda, aproveito a oportunidade para parabenizar a todos os meus colegas pelo Dia do Professor. Espero que tenhamos cada vez mais orgulho e reconhecimento por essa linda profissão, importante na formação de uma sociedade próspera e desenvolvida.”

PROFESSORA CRISTIANE PEDRAZZI



“Falar sobre a profissão remete-nos a reflexão sobre os desafios, saberes e sabores que constituem as suas trajetórias de formação e de atuação. Essa é uma profissão que encanta pelo seu dinamismo e capacidade de transformação. O cotidiano escolar é um complexo espaço de interações entre as pessoas com as suas histórias, com sentimentos e aprendizagens. Fazer parte desse contexto rico e heterogêneo tem, ao longo dos meus 30 anos de docência, ampliado horizontes e inspirado a coragem de recomeçar, mesmo quando cansada pelo tempo já percorrido. Estar com os estudantes é um dos fatores que traz grande alegria e a eles tenho dedicado boa parte do meu trabalho.

Ser professor implica em assumir o papel articulador, crítico e reflexivo comprometido com a construção de uma sociedade mais democrática. Cabe a ele suscitar dúvidas, questionar saberes, denunciar injustiças, oportunizar uma leitura mais crítica do mundo por meio do diálogo misturado ao sentimento de amorosidade.

Enfrentar os desafios e dilemas atuais da profissão tem sido uma tarefa árdua e difícil em um contexto de tantas dificuldades sociais, políticas e estruturais que condicionam e limitam os educadores, impondo-lhes um esforço cotidiano para atuar nesse cenário, perseverar e seguir em frente.

O professor precisa estar atualizado, apresentar aulas interessantes e atrativas e ser um expert em relacionamento humano. Porém, as condições de trabalho e salário da maioria não têm colaborado para que possa se desenvolver intelectual, emocional e eticamente, bem como o projeto pedagógico das instituições onde trabalha.

Esses aspectos, somados a outras demandas almeçadas pelos professores, necessitam ser discutidas, uma vez que não se está alheio às prioridades da carreira, da profissão, bem como as da educação brasileira como um todo.

O professor tem em suas mãos possibilidades de colaborar para um mundo menos desigual, de justiça social, de luta pela valorização profissional por meio de uma ação de si, para si e para outros em seu contexto de atuação.

Um esperançoso e feliz Dia do Professor, com resiliência, coragem e protagonismo na escola, na sociedade e na vida.”

PROFESSORA ADRIANA ZAMBERLAN



“Os desafios dos últimos meses como docente foram muitos. O ensino remoto os fez aprender e descobrir outras formas de trabalhar com nossos alunos. Como sou da área do design e artes, ministro disciplinas que envolvem o trabalho prático, onde o aluno é levado a ter diferentes experiências com pesquisa de materiais, com estudos formais, com discussões coletivas, e as

experiências contribuem para o coletivo. Migrar para o virtual nós desafiou a estabelecer outras formas de trabalharmos a relação com nosso aluno, com nosso espaço físico, pois nossa casa virou nossa sala de aula.

Ainda desafiador, é manter a perseverança diante das atuais circunstâncias do cotidiano, manter a saúde mental, apoiar os alunos que também se encontram distantes, encontrar formas de mantê-los ativos com as aulas síncronas.

Enfim, existem alegrias, porque sempre temos o retorno, temos o carinho e o respeito dos alunos, o reconhecimento pelo nosso esforço. São momentos difíceis, mas que passam, e esse aprendizado e oportunidade de olharmos para o outro com mais atenção é o que fica.”

PROFESSORA CIRIA MORO



“A escolha pela docência como profissão foi e é, para mim, uma seara de realização e de desafios cotidianos. É sempre importante e necessário esclarecer que nós, professores e professoras, temos uma jornada de formação permanente e nem sempre visível e reconhecida aos olhos da sociedade. O professor se faz

em sala de aula e, também, fora dela, no trato direto com os alunos e com os colegas, em orientações de trabalhos, em grupos de projetos de pesquisa, em eventos de discussão e divulgação da produção acadêmica, em cursos de capacitação, e também em inúmeras reuniões que envolvem decisões administrativas de nossos espaços de trabalho e de gestão de pessoas. Cada uma dessas atividades requer o manuseio de determinadas experiências e habilidades que não nascem do acaso. Dependem de formação, investimento, apoio social e tempo. Para mim, o maior entusiasmo como docente vêm da possibilidade dialógica que o ensino me proporciona. É a partilha que faz a diferença. Somos instados a nos atualizar sempre que uma questão inesperada surge. E, felizmente, isso acontece com frequência em aula. Nosso improviso é sempre embasado e nosso fronte é o coletivo. Uma aula é um espaço onde a alteridade irrompe. Do meu ponto de vista, uma boa aula não deve conter a reflexão dos sujeitos em formação. Somos constantemente colocados à prova. Neste momento, em meio às condições ímpares que estamos passando com a pandemia, em que todas as nossas atividades têm sido realizadas de forma remota, é, principalmente, a presença que falta. O ruído da sobreposição de vozes e ideias que só funciona, lá, em sala de aula, e que nos proporciona uma (con)vivência mais produtiva e mais plural.”

PROFESSORA CACIANE SOUZA MEDEIROS

Totalmente online, vem aí uma nova Feira do Livro

“A leitura conecta gerações. E a Feira do Livro se conecta com você!” é o slogan da Feira do Livro de Santa Maria, que este ano ocorre em formato muito diferente do tradicional devido à pandemia do coronavírus. Entre os dias 1º a 10 de outubro, a feira será digital, com uma programação nos canais oficiais. Site, YouTube, Facebook, Instagram e Twitter serão o palco das atividades.

– Vai ter live, muita live, e vai ter Feira! A 47ª edição da Feira do Livro de Santa Maria está se adaptando aos novos tempos. Não estaremos na praça, mas os livros, escritores e atrações culturais irão até o público – garante Bebeto Badke, professor de Comunicação da UFN, integrante da Comissão Organizadora da Feira desde 2000 e coordenador da Assessoria de Comunicação.

Segundo ele, tudo foi pensando para que os leitores e apaixonados pela livros não ficassem sem poder desfrutar de uma das mais importantes realizações culturais da cidade.

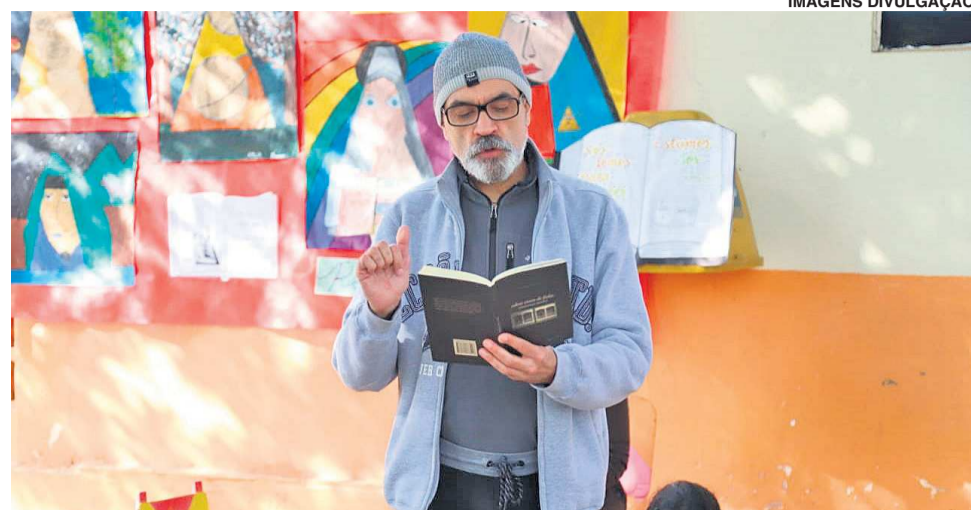
– Grandes nomes como Débora Noal, Djamila Ribeiro, Lázaro Ramos e Lauren-

tino Gomes, entre outros, participam das lives. Os lançamentos de livros e sessões de autógrafos ocorrem de duas formas: via internet ou presencial por agendamento nas livrarias e sebos participantes – destaca o professor. Há opção de receber livros em casa fazendo o pedido por tele-entrega.

As crianças não foram esquecidas: haverá programação especial de áudio livros e as sacolas itinerantes de leitura. Os talentos locais farão participações especiais de teatro e música para todos os públicos. Os homenageados da 47ª edição também serão lembrados em dias específicos. A novidade deste ano são os podcasts diários e disponíveis a partir do dia 30 de setembro no Spotify da Rádio web UFN, com entrevistas e curiosidades sobre esta e outras edições.

ADAPTAÇÃO

Foi preciso adaptação e empenho para que a iniciativa pudesse ser realizada nesse formato. Conforme o professor Bebeto Badke, a Feira só é possível porque a Co-



IMAGENS DIVULGAÇÃO

ENGAJAMENTO Bebeto Badke integra a comissão organizadora da Feira desde o ano 2000

missão Organizadora decidiu enfrentar os desafios da nova realidade e foi à luta.

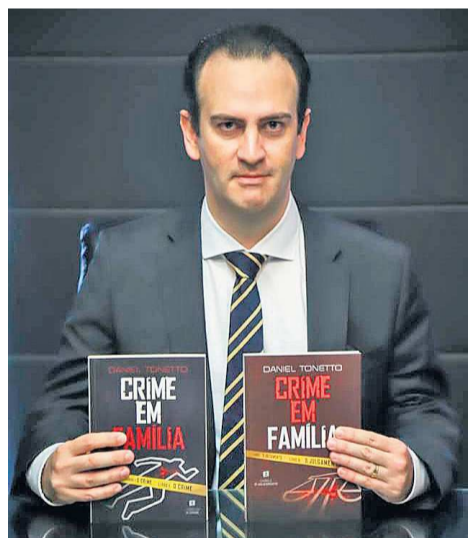
– Foram meses de reuniões e discussões para que o formato híbrido, ou seja, presencial para uns e online para outros, pudesse ser oferecido aos escritores, leitores e público amante da maior festa literária da cidade. Neste sentido o financiamento da LIC-SM foi essencial, bem como o patrocínio e apoio de instituições públicas e

privadas – destaca.

A programação completa da 47ª da Feira do Livro de Santa Maria está em www.feiradolivrosm.com.br.

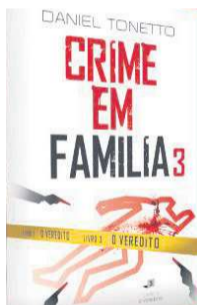
A edição deste ano tem como patrono Guido Cechella Isaia, escritor homenageado Ronai Pires da Rocha, professora homenageada Laura Maria França Fernandes, e homenageado Carlos Alberto Belinaso.

Crime e pandemia são temas de livros lançados



é o trabalho do professor e advogado Daniel Tonetto (*ao lado*). A obra ‘Crime em Família 3 – O veredito’ é o desfecho da trilogia Crime em Família, que trouxe no primeiro livro ‘O Crime’ e, no segundo, ‘O Julgamento’. Segundo Tonetto, essa terceira obra traz revelações de enigmas dos livros anteriores.

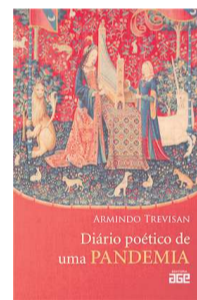
– São 272 páginas que trazem o desfecho de algumas partes que não ficaram muito bem esclarecidas no início da trilogia, como mais detalhes sobre o crime cometido, os destinos de alguns personagens que vão se cruzar, além de encerrar o enredo da série de livros – revela o autor sem adiantar mais detalhes.



O lançamento será em 21 de outubro na Apusm, com todas precauções em função da pandemia e aprovação da prefeitura.

Uma outra obra que já está disponível, inclusive no formato digital e-Book é ‘Diário Poético de uma Pandemia’ (*acima*), do professor, escritor e poeta santa-mariense e um dos fundadores da Apusm Armindo Trevisan. O título traz, conforme o escritor que hoje mora em Porto Alegre, uma coletânea de mais de 80 poemas criados durante o período de isolamento social obrigado pela pandemia de coronavírus.

– Nunca imaginei que viesse a ter ‘inspiração’ para poetizar uma crise hu-



mana tão inesperada e horrível, que já ceifou milhares de vítimas no Brasil e centenas de milhares no mundo inteiro. O que me aconteceu não sei explicar. Talvez eu tenha ficado impressionado com o ‘confinamento social’. Confesso que, ao me ver, de repente, ilhado no meu apartamento, fiquei muito impressionado com essa situação. Surpreendeu-me ainda mais o silêncio que se estendeu, sobre Porto Alegre, como uma vasta neblina acústica. Minha sensibilidade começou a exacerbar-se, e sem que eu me apercebesse do que estava se passando dentro de mim, escrevi o primeiro poema da série: ‘Lamentação com lágrimas sobre uma humanidade ferida’ e assim outros foram nascendo como flores no deserto – revela o escritor.

A obra se encontra disponível no site www.editoraage.com.br.



FAÇA SUA COTAÇÃO

Nosso Whats App **(55) 3222-8844**
(55) 9.9115-6727

- > AUTOMÓVEL
- > RESIDENCIAL
- > EMPRESARIAL

- > VIDA
- > PREVIDÊNCIA
- > CONSÓRCIO

- > AGRÍCOLA
- > TRANSPORTE
- > IMOBILIÁRIO

- > FINANCIAMENTO
- > VIAGEM
- > ESCOLA

Av. Fernando Ferrari, 2150
www.contegseguros.com.br

Segurança, o melhor mesmo é poder sentir.

Setembro Amarelo alerta para conscientização sobre saúde mental e prevenção ao suicídio

DIVULGAÇÃO

Ainda há muito a ser feito quando se fala em garantir saúde mental e prevenir o suicídio. São muitas as iniciativas realizadas em diferentes frentes nesse sentido. Desde a campanha Setembro Amarelo, que reserva neste mês, inclusive, o Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio, até ações permanentes, como as que são realizadas por entidades como o Centro de Valorização da Vida (CVV).

Sobre a importância dessa campanha de prevenção, a doutora em Psicologia Clarissa Tochetto de Oliveira (foto) especialista em psicoterapia cognitivo-comportamental considera que suicídio e comportamentos relacionados ainda são tabu. Segundo ela, os sinais de risco de suicídio costumam ser desconhecidos pela população geral ou, ainda mais grave, ignorados e minimizados. Mitos como “quem ameaça se matar só quer chamar atenção” e “falar sobre suicídio pode encorajar o ato” são prova disso e do estigma associado ao tema.

– A campanha Setembro Amarelo é uma iniciativa importante porque cria espaço para informar e instruir a comunidade sobre esse assunto que gera desconforto em muitas pessoas, justamente pela falta de conhecimento sobre suas causas e sobre como agir quando alguém próximo está em risco – afirma.

Segundo a profissional, na área de saúde mental, a prevenção costuma ocorrer por meio da transmissão de informações científicas em linguagem acessível ao público leigo.



– No caso de comportamentos suicidas, o conhecimento sobre causas, sinais de alerta, como proceder quando o risco for identificado e esclarecimento sobre mitos auxiliam na prevenção de tentativas de suicídio e na busca de ajuda profissional. A campanha Setembro Amarelo disponibiliza no seu site cartilhas, folhetos e postagens informativas. Profissionais da saúde mental também estão disseminando informações importantes nas redes sociais. Inclusive, o próprio tratamento com psicólogos e psiquiatras é uma forma de prevenir o suicídio, visto que mais de 80% das pessoas que se matam sofrem de um transtorno mental – explica Clarissa.

DE OLHO NOS SINTOMAS

É preciso estar atento a indícios de que um amigo ou familiar possa estar pensando cogitando em tirar a própria vida. De acordo com a doutora Clarissa, as pessoas que pensam em cometer suicídio, em geral, entendem que estão passando por uma situação de crise que não pode ser resolvida de outra forma ou, então, quando não enxergam mais sentido na vida.

– Dentre aqueles que se engajam em comportamentos suicidas, poucos desejariam morrer, o restante gostaria de dormir ou fugir dos problemas. Essas pessoas tentam conversar sobre isso com seus familiares e amigos de confiança. Comentários como ‘sou um peso para os outros’, ‘você estaria melhor sem mim’, ‘tenho vontade de sumir’, ‘Que-



ria dormir e não acordar mais’, costumam sinalizar sentimento de culpa e dificuldade na resolução de problemas. Inclusive, sentimentos de desespero (‘não aguento mais’), desamparo (‘ninguém pode me ajudar’) e desesperança (‘nada mais importa’), bem como tentativas prévias de suicídio da própria pessoa ou na história familiar também são preditores de comportamentos de risco que não devem ser ignorados nem minimizados – revela a psicóloga.

COMO AJUDAR

Comportamentos suicidas são um alerta de que algo não vai bem. Na presença de qualquer sinal de risco, é aconselhado conversar com a pessoa em momento e lugar apropriado, ou seja, sem pressa e com privacidade. A profissional diz que é imprescindível ouvi-la de fato, sem interrupções, sem minimizar o sofrimento (‘isso não é

nada, vai ficar tudo bem’), sem comparações (‘eu passei por coisa muito pior’) e sem julgamento.

– Perguntas sobre tentativas prévias, plano, acesso aos meios e data para executá-lo auxiliam na identificação da gravidade do risco. Guardar segredo sobre isso não é uma opção responsável. O ideal é incentivar a pessoa a buscar ajuda profissional e, inclusive, acompanhá-la se necessário. Se o risco for alto, é recomendado não deixar a pessoa sozinha e contatar um serviço de emergência imediatamente – recomenda.

Além disso, o Centro de Valorização da Vida (CVV) é um ótimo recurso para apoio emocional e prevenção do suicídio. O local conta com uma equipe de voluntários treinados que atendem gratuitamente todas as pessoas que querem e precisam conversar, com sigilo absoluto, por telefone (188), e-mail e chat (cvv.org.br) 24 horas todos os dias.

Associado: Atenção a informações da Unimed

A Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) esclareceu sobre a suspensão dos reajustes de planos de saúde no período de setembro a dezembro de 2020. A medida é válida para os reajustes por variação de custos (anual) e por mudança de faixa etária dos planos de assistência médico-hospitalar.

Especificamente, no caso da Apusm, a informação é que: Para os contratos que já tiverem sido reajustados entre janeiro e agosto de 2020, a mensalidade acrescida do percentual de reajuste não poderá ser cobrada nos meses de setembro a dezembro de 2020. É importante esclarecer ainda que, a

partir de janeiro 2021, as cobranças voltarão a ser feitas considerando os percentuais de reajuste anual e de mudança de faixa etária para todos os contratos que já tiveram a suspensão dos reajustes.

A ANS informa que a recomposição dos efeitos da suspensão dos reajustes em 2020

será realizada ao longo de 2021. A suspensão da aplicação dos reajustes não se aplica aos planos exclusivamente odontológicos.

Fonte: <http://www.ans.gov.br/aans/noticias-ans/consumidor/5916-esclarecimentos-sobre-a-suspensao-do-reajuste-de-planos-de-saude>

Viver é se planejar.
Superar este momento juntos. Esse é o plano.

Unimed
Santa Maria/RS

