



“É importante que a sociedade compreenda a necessidade de investir na Saúde Mental”

Marisa Marques é Psicóloga Clínica e, em entrevista à Revista Pontos de Vista, contou-nos os motivos que fazem com que esta seja uma área que lhe preenche o coração e de que forma cumpre, diariamente, o seu compromisso de fazer a diferença na Psicologia.

Sabemos que a Marisa Marques é Psicóloga Clínica e da Saúde de formação. Gostáramos de começar por conhecer melhor a sua história. O que nos pode contar?

Até ao momento de candidatura para o acesso ao ensino superior, não tinha bem a certeza do que queria seguir. Apenas sabia que gostava de ingressar na área da saúde, pois sempre senti uma certa adrenalina com tudo o que está relacionado com saúde e pessoas. No 12º ano, o interesse em Biologia, despertou ainda mais esta minha paixão e foi nesse momento que decidi que o meu futuro passaria pela saúde.

Dado que o meu interesse na saúde sempre foi muito específico para a área das Neurociências/ neurologia – Cérebro e Pediátrica. Foi assim que, em 2009, ingressei no Mestrado Integrado em Psicologia na Universidade do Minho. Nos primeiros dois anos estava um pouco perdida e sem saber se era bem isto que eu queria, pois em nada o curso me parecia fazer alguma ponte de ligação com a minha paixão. Entretanto, nas partilhas com colegas acerca da minha insatisfação, surgiu a oportunidade de ingressar num grupo de investigação na área das neurociências, mais especificamente, Neuromodulação (sob orientação de duas pessoas especiais e a quem devo parte do que sou hoje, Dra. Sandra Carvalho e Dr. Jorge Leite), onde além de conhecer um mundo ainda mais fantástico do que aquele que eu pensava que era, descobri que o nosso cérebro é a fonte de tudo. Desenvolvi também a minha Tese de Mestrado nesta área e tive a oportunidade de publicar um artigo numa das revistas científicas internacionais mais conceituadas (Transcranial Direct Current Stimulation Based Metaplasticity Protocols in Working Memory Publicado a Novembro de 2014 na Brain Stimulation).

Posteriormente em 2013 entro pela primeira vez em contacto com o mundo externo, ingressando na Unidade de Neonatologia do Hospital de São João, sob a orientação da Dra. Sara Almeida Girão (Psicóloga no Hospital de São João). Esta foi uma das minhas maiores escolas de vida, a nível curricular e profissional. Aqui consegui fundir e ancorar as duas áreas que, nesta altura, me faziam sentir uma mulher-menina realizada e feliz: Pediatria



MARISA MARQUES

e Neurociências. Foi assim que tomei consciência do caminho profissional que queria trilhar.

Apesar dos obstáculos que a vida me foi impondo, fui lutando diariamente para o conseguir. Fiz ainda uma Especialização em Psicologia Clínica, Psicologia da Infância, Psicologia da Gravidez e Parentalidade, Terapia Familiar... provavelmente questionam porque estas áreas que parecem distintas, mas a realidade é que cada vez mais de acordo com estudos realizados na área sabemos que a Saúde mental e o Neurodesenvolvimento é um contínuo que inicia na gravidez e termina com a nossa morte. E como tal para que consigo fazer a diferença no meu trabalho e conseguir o melhor tenho de estar inteirada no TODO da criança ou do meu paciente, desde o seu nascimento, desenvolvimento, ambiente familiar...

Afirma que o que a faz realmente feliz é a profissão que exerce. Como define esta paixão? Por que motivos é uma área que a preenche enquanto pessoa e profissional?

Podia usar o cliché que muito ouvimos diariamente de que gosto porque gosto do contac-

to com as pessoas acima de tudo; porque me preocupo com o bem-estar das pessoas, porque gosto de conhecer histórias de vida, porque gosto de mostrar que tudo na vida tem duas faces da moeda. Mas na realidade isto é só 1/6 daquilo que me faz apaixonar pela minha profissão e me faz acordar diariamente apaixonada pelo meu trabalho é aquela lágrima daqueles pais e/ou daquelas crianças que mais tarde são substituídas por sorrisos e palavras bonitas cheias de amor e gratidão, é ver aquela lesão e aquela perturbação que deixa de ser uma limitação e passa a ser uma bênção e uma aprendizagem... É poder fazer a diferença na vida de alguém da forma mais genuína que possa existir.

Sabem, não há nada de mais bonito nesta vida do que viver com a dose certa de paixão e como tal para ser assim apaixonada eu trabalho a conquista, que exige paciência, muita paciência, muita resiliência e um exercício diário por parte de mim quer no equilíbrio entre eu pessoa e profissional como o exercício diário que exige de mim ser mais e melhor que o dia anterior.

Olhando para a carreira que já traçou e para as conquistas que arrecadou, que sentimento fica?

Neste momento, aos 33 anos sinto que já travei muitas lutas e já fiz muito mais ainda não estou satisfeita, pois acredito que poderei fazer e trazer ainda mais para a Psicologia Clínica e para a Psicologia Pediátrica decidi embarcar num grande desafio que em Portugal ainda está agora a dar os primeiros passos.

E como tal, terminei os estudos avançados em duas áreas em crescimento e que eu acredito que será o sucesso do futuro da saúde mental-Neuromodulação- Neurofeedback e Estimulação Transcraniana por corrente Contínua (tDCS). Pois será através destas técnicas diferenciadas que conseguirei resultados terapêuticos significativos e mais eficazes a curto prazo quando comparada com as intervenções que utilizamos apenas a Psicologia convencional isolada. Pois as novas técnicas de neuromodulação não-invasiva são para mim um fator de diferenciação e de inovação nas abordagens terapêuticas que utilizo diariamente e que me permite complementar com o acom-

panhamento de excelência que garanto a quem me procura.

A nível futuro pretendo continuar o meu caminho de procura e evolução constante no sentido de permitir as melhores e mais diferenciadores nomeadamente na área da Psicologia e Neuropsicologia| Neuromodulação; Avaliações de Desenvolvimento, Avaliações Psicológicas Infantil; Perturbações de Neurodesenvolvimento; Perturbações Emocionais, Comportamentais e Cognitivas na Primeira Infância e na Idade Pediátrica; Avaliação e Acompanhamento Psicológico Materno-Infantil. E neste sentido continuo a contar e a receber o melhor que é trabalhar no Grupo Trofa Saúde. Que além de ser um orgulho imenso, ter sido recibo o maior voto de confiança deles... é algo que hoje me tem permitido projetar o futuro profissional com um brilho nos olhos. E que diariamente me faz acreditar que além desta ainda curta caminhada que já fizemos, ainda temos muitos mais passos firmes na evolução e diferenciação da Psicologia, Saúde Mental.

Falando da atividade mais profundamente, dentro daquilo que são as áreas a que se dedica, como a Psicologia da Infância e Adolescência, Psicologia do Desenvolvimento, Perturbações do Neurodesenvolvimento, entre outras, quais são aquelas que lhe causam maior preocupação a nível social e económico?

Todas elas são bastante preocupantes, não consigo diferenciar nenhuma como a mais ou menos preocupante ou menos impactante quer na nossa sociedade quer a nível económico. Isto porque a maioria destes problemas têm impacto no desenvolvimento da criança, tornando-as também mais vulneráveis a vir a sofrer de doenças mentais na adolescência e na vida adulta. Ou seja, aparece na infância e proclama-se até à idade adulta. E como tal irá interferir em todas as esferas da vida (desenvolvimento e crescimento, académico, pessoal, relacional, familiar, profissional, etc...)

Cuidar do bem-estar psíquico/psicológico dos mais pequenos é estar a investir no desenvolvimento da geração de amanhã. Neste sentido, quão importante e urgente é falar sobre saúde mental na infância e adolescência? Considera que é um tema suficientemente debatido na esfera pública?



“TODOS NÓS TEMOS O DIREITO AO BEM-ESTAR MENTAL, ACOMPANHANDO O BEM-ESTAR FÍSICO E O BEM-ESTAR SOCIAL. ESTAS TRÊS COMPONENTES SÃO ABSOLUTAMENTE INDISSOCIÁVEIS”

Sendo que Segundo a Associação Americana de Psiquiatria da Infância e da Adolescência (AACAP) uma em cada cinco crianças apresenta evidência de problemas mentais e esta proporção tende a aumentar. De entre as crianças que apresentam perturbações psiquiátricas apenas 1/5 é que recebe tratamento apropriado. As perturbações psiquiátricas da infância e da adolescência trazem grandes encargos à sociedade, quer em termos humanos quer financeiros, e muitas delas podem ser precursoras de perturbações na idade adulta

Torna-se uma PRIORIDADE a dedicação e o investimento do SNS e é importante que a sociedade compreenda a necessidade de investir na saúde mental. Pois em pleno século XXI, ainda existe um estigma associado à doença mental que é preciso eliminar. O diagnóstico e acompanhamento dos doentes é fundamental para que ganhem

anos de vida, e que para que mantenham a sua participação ativa na sociedade.

Pois todos nós temos o direito ao bem-estar mental, acompanhando o bem-estar físico e o bem-estar social. Estas três componentes são absolutamente indissociáveis, pois a doença mental muitas vezes surge associado a uma doença/lesão física/orgânica, em que os doentes sofrem psicologicamente com isso e que, por isso, é essencial garantir que têm o acompanhamento e o apoio necessários.

A Psicologia é uma área que requer constante dedicação e atenção. Sabemos que a Marisa Marques faz várias formações e participa em congressos no que respeita à área clínica, saúde mental e mais recentemente na área psicoeducacional. Que impacto isto tem na atividade em si?

Como disse acima “eu trabalho a conquista, que exige paciência, muita paciência, muita resiliência e um exercício diário por parte de mim quer no equilíbrio entre eu pessoa e profissional como o exercício diário que exige de mim ser mais e melhor que o dia anterior.” E para dar o meu melhor tenho de estar em constante aprendizagem e atualização sobre o estado da Psicologia/ neuropsicologia / pediatria, etc.... para poder dar as melhores respostas e claramente é o que me permite utilizar metodologias de intervenção e reabilitação inovadoras comprovadas cientificamente como sendo ferramentas adicional imprescindível para a Saúde mental e neurodesenvolvimento (exemplo: neuromodulação).

Tendo em conta este caminho de sucesso e de forte dedicação, qual o próximo passo a dar da Psicóloga Clínica Marisa Marques? Que novidades podemos esperar?

Neste momento, não posso acrescentar ainda muito acerca dos próximos passos, mas acrescento que será nas novas técnicas de neuro-modulação não-invasiva são para mim um fator de diferenciação e de inovação nas abordagens terapêuticas nomeadamente nas áreas da neuroreabilitação e no Neurodesenvolvimento, nas perturbações de desenvolvimento e no âmbito da Psicologia da infância e adolescência.

Mas prometo continuar como meu DESEJO DE FAZER A DIFERENÇA na psicologia. ■



MARISA MARQUES

PSICÓLOGA CLÍNICA E DE DESENVOLVIMENTO

Hospitais Grupo Trofa Saúde
(Barcelos, Braga, Guimarães e Famalicão)
como Psicóloga Clínica Infantil.
PODEM ENCONTRAR-ME EM ALGUMAS CLÍNICAS NA ZONA DE BRAGA E BARCELOS

- +351 961 900 179
- marisa.marquespsi@gmail.com
- Travessa Nova do Corujo, N° 5
- 4750-347 Arcozelo - Barcelos
- gabinetedesaudeMarisaMarques
- psicologa.marisamarques

