

Cleanic: A evolução do Programa Portage

A Cleanic é uma comunidade terapêutica que integra o Programa Portage, em Portugal. Este programa destina-se a apoiar pessoas que sofrem de problemas relacionados com uso e abuso de substâncias e outros comportamentos aditivos. O Programa da Cleanic é baseado na abordagem de comunidade terapêutica, terapia cognitivo-comportamental, psicologia positiva e gestão individual de caso.

A unidade, sediada em Valadares, freguesia de Vila Nova de Gaia, oferece programas específicos para homens e mulheres e para adolescentes (rapazes e raparigas) a partir dos 15 anos. A comunidade apresenta ainda programas terapêuticos dirigidos a pessoas com perturbações psiquiátricas que não tenham consumos de álcool e/ou drogas (designado de “Sintomatologia”) e pessoas com duplo diagnóstico (ou seja, que tenham uma perturbação psiquiátrica para além dos comportamentos aditivos).

O Programa Portage assenta num modelo praticado em comunidade terapêutica, que enfatiza o conceito de auto e inter-ajuda, influência do grupo de pares e num ambiente “familiar”. Reaprender um novo estilo de vida não é fácil. Envolve desafios diários e uma auto-avaliação constante. Este processo baseia-se num sistema de recompensas que têm por base as dificuldades pessoais e o seu contexto de vida.

Dependências foi conhecer o projecto, acompanhados por Joana Alves, e Sofia Mexia Alves.

A raiz do Portage em Portugal

Joana Alves

“Eu trabalhei muitos anos nesta área, introduzindo o Programa Portage em Portugal, depois de eu própria o ter feito há 25 anos no Canadá. Trabalhei muitos anos na Clínica do Outeiro até que, a certa altura, saí por deixar de me identificar com o projecto. Apesar de acreditar no Programa Portage, tinha a noção de que era necessário proceder a uma actualização e mudar determinados aspectos. Sempre acreditei na educação pelas artes, noutros tipos de expressão, em não cingirmos a aplicação do programa numa comunidade terapêutica fechada e pouco integradora...”

Flexibilidade e acompanhamento individual

Joana Alves

“Inicialmente, era um programa muito rígido e de longa duração, algo relacionado com o tipo de população que há duas ou três décadas predominava, essencialmente no Canadá, constituída basicamente por heroinómanos muito desestruturados. Na altura, não havia grandes critérios de admissão e o programa era praticamente sempre igual, com uma duração de, pelo menos, um ano. Entretanto, as coisas foram mudando. Actualmente, existe a noção de que cada caso é um caso e há que ter em conta uma grande variabilidade de factores e avaliá-los. Claro que o Programa Portage implica que a



Equipa bem constituída

São 15 os profissionais que diariamente acompanham os utentes da Cleanic. A Comunidade Terapêutica contempla um director geral, dois gerentes, um director técnico, um director clínico, um médico de clínica geral, três psicólogos, uma técnica superior de serviço social, três monitores, uma administrativa e um chefe de cozinha.

Ferramentas Terapêuticas

Terapia de Grupo; Psicoterapia; Workshops de competências pessoais e sociais; Intervenção familiar; Prevenção primária, secundária e terciária; Assistência Médica e de Enfermagem (Clínica Geral e Psiquiatria); Expressão pela Arte; Dança; Hipoterapia; Yoga.

pessoa passe por aquelas fases pré-determinadas e algum tempo para reestruturar toda a questão comportamental e cognitiva. Obviamente, tem que haver aqui algum tempo mínimo para a pessoa reestruturar a sua vida... Nós quisemos, à partida, construir uma comunidade pequena e familiar, dotada de uma equipa extensa em que as pessoas têm um acompanhamento individual e muito especializado. Cada pessoa tem o seu próprio gestor de caso e o seu psicólogo”.

Portage: Evidência científica ou empirismo?**Joana Alves**

“Este programa já funciona há 41 anos no Canadá e o seu mentor, Peter Vamos, preside entidades internacionais que investigam e intervêm na área das toxicodependências. A Portage é um programa validado internacionalmente há muitos anos. Nós somos os representantes do programa em Portugal mas o mesmo existe em muitos países.

Antes de termos aberto a clínica, fizemos uma visita ao Canadá no sentido de percebermos a melhor forma de o reconstruirmos e replicarmos após as actualizações entretanto introduzidas. O Programa Portage, para além do modelo cognitivo-comportamental, também comporta hoje a psicologia positiva. As técnicas usadas são muito baseadas na mudança comportamental. Mesmo os instrumentos utilizados diariamente são baseados na análise do comportamento, na modificação diária do mesmo e no reforço. Entretanto, a psicologia positiva também foi sendo inserida no modelo. Não se pretende apenas que a pessoa deixe de consumir mas também que saia aberta para um determinado número de realidades, para outros interesses, para outro projecto de vida com objectivos bem delineados.

Um grupo, várias especificidades**Sofia Mexia Alves**

“Na prática, como estamos numa família ou comunidade pequena, as pessoas participam juntamente nos variadíssimos momentos do dia, desde os grupos terapêuticos, às limpezas, à terapia, às reuniões da manhã e da tarde mas existem depois grupos

específicos em que só os adolescentes ou só os adultos ou só os duplos diagnósticos participam. Desta forma, vamos tentando responder ao máximo às especificidades daqueles grupos”.

Prevenção da recaída**Sofia Mexia Alves**

“Relativamente à prevenção da recaída, quando as pessoas já estão na fase de transição, frequentando um centro de dia ou a fase pós laboral, temos iniciativas específicas. Mas a prevenção da recaída já é trabalhada ao longo do tratamento, quando alertamos e treinamos as pessoas para as futuras situações de risco”.

O peso das drogas**Sofia Mexia Alves**

“Temos tido variadíssimos casos de adolescentes que surgem porque despoletaram por exemplo psicoses devido ao consumo de haxixe. Obviamente, têm que ser desde logo estabilizados da parte médica e psiquiátrica mas depois vão entrando no programa, com os devidos ajustes. O mesmo sucedeu no ano passado com a situação das smart shops... As substâncias também estão alteradas, o que provoca situações diferentes. Depois, a eliminação da distinção que se fazia entre drogas leves e pesadas ajudou a maneira de se intervir. Já temos aqui situações de jovens cujo consumo de haxixe se revela gravíssimo face ao efeito que produz nas suas vidas”.

Dependência sem substância**Sofia Mexia Alves**

“O programa está concebido para lidar com todo o tipo de adições. Trata-se da mesma maneira, com os devidos ajustes que obedecem à especificidade de cada caso. Mas o processo de adição é o mesmo. Quando as pessoas vêm para aqui já não estão sob o efeito da substância, logo, vêm tratar a dependência e a alteração comportamental que têm. Muitas vezes, o que trabalhamos aqui é o projecto de vida. Em suma, a Cleanic está preparada para receber qualquer tipo de adição”.

Objectivos do programa

Melhorar a qualidade de vida e grau de satisfação do utente;
Treino e desenvolvimento de competências pessoais e sociais;
Promover a abstinência e controlo dos consumos de substâncias;
Diminuir o número de recaídas e de internamentos hospitalares e institucionais;
Melhorar o desempenho de papéis sociais, promovendo a inclusão social;
Promover a autonomia pessoal;
Promoção da reinserção e reabilitação social, permitindo o desenvolvimento de aprendizagens académicas, profissionais e ocupacionais.

