

# SAÚDE MENTAL

## CONTEXTO IBERO-AMERICANO

POLICY  
BRIEF

No mundo estima-se que 970 milhões de pessoas (1 em cada 8) vivam com problemas de saúde mental.

Os problemas de saúde mental interferem com o modo como pensamos, sentimos e agimos.

Esta realidade tem implicações graves não só para a pessoa e sua família, mas também na sociedade em geral, pelo que a saúde mental é fundamental para promover o desenvolvimento económico e a coesão social. Sem saúde mental não há Saúde.

A saúde mental impacta e é impactada por muitos dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) pelo que, sem priorizar a saúde mental, muitos desses objetivos serão difíceis de atingir. Assim, este tema emerge como uma problemática de grande relevo no espaço iberoamericano.

Enquanto especialistas no comportamento humano e dos processos mentais, os/as profissionais da Psicologia são essenciais ao funcionamento e sustentabilidade dos sistemas de saúde.

**970 M**  
PESSOAS VIVEM C/  
DOENÇA MENTAL

**52.4%**  
MULHERES

**47.6%**  
HOMENS

## RECOMENDAÇÕES PARA ACÇÃO

2% do PIB é o valor que vários governos pelo mundo alocam aos seus orçamentos de saúde para o tratamento e prevenção de problemas de saúde mental.

Sugere-se a alocação de mais recursos para serviços de saúde mental no sentido de construir um sistema de saúde robusto e sustentável.

**TODO O CICLO DE VIDA.** Recomenda-se a integração de serviços de saúde mental nos cuidados de saúde primários no sentido de alcançar uma abordagem da saúde mental ao longo de todo o ciclo de vida e garantir intervenções mais precoces e custo-efetivas.

**ARTICULAÇÃO INTEGRADA.** A intervenção em saúde mental ultrapassa a redução dos sintomas. Uma abordagem eficaz implica uma articulação multisetorial, para que num esforço coletivo se mobilizem recursos para responder de forma mais abrangente, resultando num ecossistema de saúde mental mais sustentável e inclusivo. Meta para 2030: 80% dos países com o mínimo de 2 programas em funcionamento.

**12 MIL MILHÕES DE DIAS DE TRABALHO PERDIDOS TODOS OS ANOS.** Depressão e ansiedade são as causas. A sustentabilidade das empresas depende da promoção e proteção da saúde mental dos seus trabalhadores.

**MAIS LITERACIA.** Sugere-se o desenvolvimento de programas comunitários para promover maior literacia, educação e prevenção, no sentido de reduzir o estigma, aumentar a compreensão sobre o tema e estimular uma atitude preventiva.

**TELESAÚDE.** Os serviços permitem o acesso à distância a profissionais de saúde mental, reduzindo barreiras em áreas geográficas com carência de serviços e/ou recursos, melhorando a acessibilidade aos serviços.

**APENAS 4.6% DA INVESTIGAÇÃO MUNDIAL EM SAÚDE INCIDE SOBRE SAÚDE MENTAL.** As políticas devem apoiar a investigação para processos de tomada de decisão mais informados e intervenções baseadas em evidência científica. Meta 2023: Duplicar a investigação em Saúde Mental



**4.6%**  
INVESTIGAÇÃO MUNDIAL EM SAÚDE  
INCIDE SOBRE SAÚDE MENTAL

**86% PAÍSES TÊM PLANOS E POLÍTICAS DEDICADAS À SAÚDE MENTAL.** Mas só 51% os consideram ajustados e exequíveis e destes, apenas 21% estão a implementá-lo. Desenvolver parcerias, compromissos e ferramentas globais.

	BAIXO NÍVEL DE RENDIMENTOS	RENDIMENTOS MÉDIO-BAIXOS	RENDIMENTOS MÉDIO-ALTOS	ALTO NÍVEL DE RENDIMENTOS	GLOBAL
PAÍSES COM PLANO E/OU POLÍTICA	83%	78%	89%	87%	86%
PAÍSES COM PLANO E/OU POLÍTICA EXEQUÍVEL	45%	45%	50%	60%	51%
PAÍSES COM PLANO E/OU POLÍTICA IMPLEMENTADO/A	3%	14%	32%	25%	21%



FIAPI

FEDERACIÓN IBEROAMERICANA  
DE AGRUPACIONES Y COLEGIOS DE PSICOLOGÍA