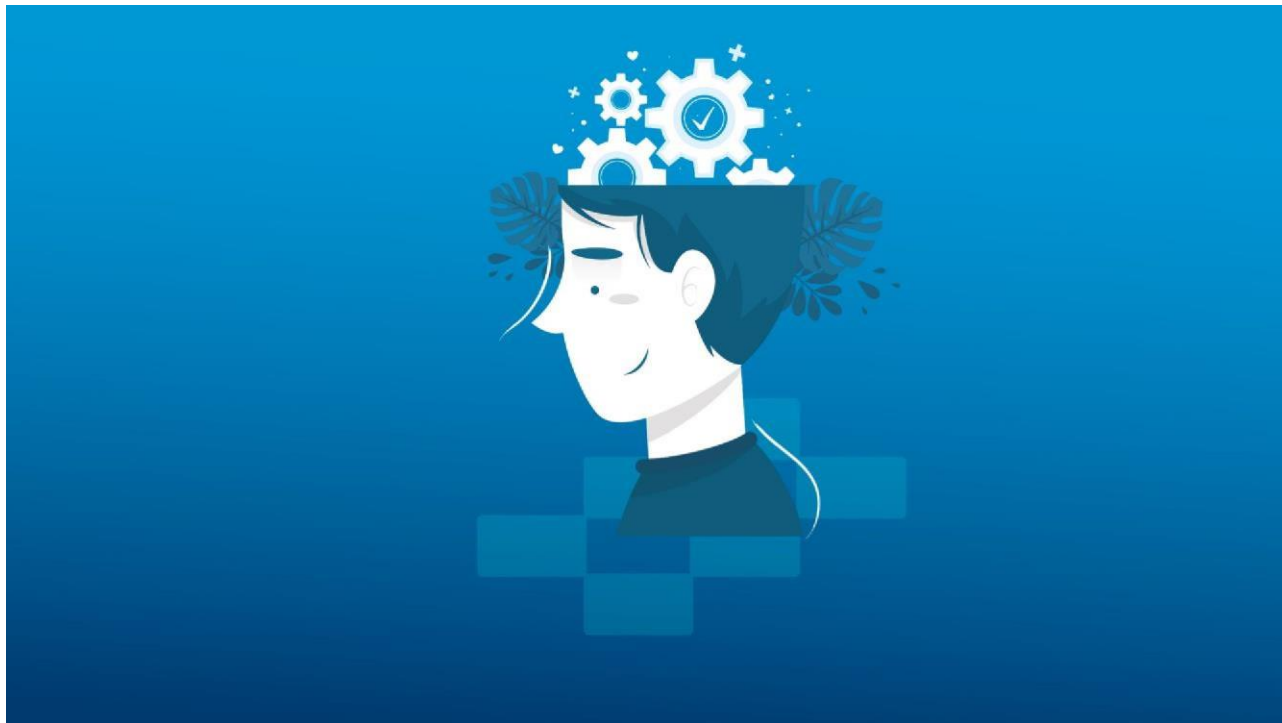


Dia Mundial da Saúde Mental, um apelo ao investimento



No dia 10 de outubro é celebrado o Dia Mundial da Saúde Mental, um dia que busca concentrar a atenção global na identificação, tratamento e prevenção de diferentes doenças. Este tópico é especialmente relevante hoje, pois milhares de pessoas tiveram consequências diretas em sua saúde mental, devido aos efeitos da crise do coronavírus.

Por esta razão, a [Organização Mundial da Saúde](#) quer colocar a saúde mental sobre a mesa, pois explicam que é uma das áreas mais negligenciadas da saúde pública. Em contraste, também tem sido uma das áreas de maior interesse durante a pandemia, com especialistas em saúde e governos [que a reconheceram](#) como um desafio durante a crise e solicitaram que se oferecesse um serviço acessível e de qualidade.



Saúde Mental em Perspectiva

A Dra. Devora Kestel, diretora do Departamento de Saúde Mental e Uso de Substâncias da Organização Mundial da Saúde, [explicou](#) que, mesmo antes da pandemia, o número de pessoas com doenças mentais era incrível.

Hoje, de acordo com as cifras da OMS, quase um bilhão de pessoas têm algum tipo de distúrbio mental, 1 em cada 4 pessoas terá sua saúde mental afetada em algum momento de sua vida, de 35 a 50% dos pacientes não recebem tratamento adequado e, em países de baixa e média renda, 75% das pessoas com distúrbios mentais não recebem um serviço de qualidade, onde seus distúrbios sejam atendidos.

Mais especificamente, o uso perigoso do álcool é responsável pela morte de 3 milhões de pessoas por ano, mais de 300 milhões de pessoas no mundo vivem com depressão, a cada 40 segundos uma pessoa morre por suicídio, e 1% da população desenvolve alguma forma de esquizofrenia. Além disso, o estigma, a discriminação, a legislação punitiva e o abuso dos direitos humanos devem ser acrescentados a esta equação.

Especificamente, durante a pandemia, o medo de ser infectado pela COVID-19, o risco de se aproximar de um local de permanência prolongada como residências e instituições psiquiátricas por causa do vírus, a redução do pessoal de saúde mental devido à emergência sanitária e o fechamento de instalações de saúde mental afetaram pacientes em todos os países do mundo.

Passos a seguir

Em comemoração ao Dia Mundial da Saúde Mental, a OMS fez um forte apelo para considerar a forma como a saúde mental está sendo abordada do ponto de vista da saúde pública, tomando como ponto de partida a necessidade de investir mais na promoção, prevenção e cuidado dos distúrbios mentais.

"Poucas pessoas em todo o mundo têm acesso a serviços de saúde mental", anunciou a Dra. Devora Kestel da OMS. "É hora de aumentar os investimentos,

nosso futuro depende disso", acrescentou. De acordo com a organização, os países gastam em média 2% do seu orçamento de saúde em serviços de saúde mental. Isto é uma cifra "muito menor à necessária para fazer frente à carga que essas doenças geram na saúde pública", anunciou a [Organização Pan-Americana da Saúde](#) (OPAS) em 2019.

O Dr. Vikram Patel, Pesquisador Principal do Wellcome Trust da Escola de Higiene e Medicina Tropical de Londres, contou à [OMS](#) que a saúde mental deve ser "reconhecida como um valor fundamental, pois é um bem público em si mesmo". Investir na saúde mental também traz benefícios econômicos, já que para cada dólar investido em tratamentos ampliados, há um retorno de 5 dólares na melhoria da saúde, bem como na produtividade de cada pessoa tratada.

No entanto, é importante levar em conta que a saúde mental vai além da doença. Para os Centros de Controle e Prevenção de Doenças (CDC), o bem-estar mental tem a ver com as pessoas terem recursos para melhorar suas vidas, portanto, os profissionais da saúde devem fornecer ferramentas para que as pessoas tenham mais controle sobre suas vidas e sua segurança, o que melhorará positivamente sua saúde mental.

Por tudo isso, é necessário passar das palavras à ação. Segundo a Dra. Ingrid Daniels, Presidente da Federação Mundial de Saúde Mental, "precisamos ver esforços concretos para construir sistemas de saúde mental que sejam apropriados e relevantes para o mundo de hoje e o do futuro".

[Das palavras à ação](#)

Este ano e, considerando que o mundo ainda está em crise devido ao coronavírus, a OMS propõe os seguintes eventos para ser uma parte ativa da conscientização e prevenção das doenças mentais.

Passeata de 24 horas pela saúde mental

No dia 9 de outubro, pessoas do mundo todo puderam participar da passeata virtual que contou com a participação de lideranças da saúde mental e



influenciadores da sociedade civil que fazem parte da campanha [Speak Your Mind](#). Além disso, aconteceram sessões sobre tópicos específicos, como a saúde mental da população LGBTQ ou das pessoas jovens.

O grande evento para a saúde mental

No dia 10 de outubro, a OMS sediou, pela primeira vez, um evento para discutir exclusivamente a saúde mental. A organização mostrou o trabalho que seu pessoal vem fazendo para reduzir os distúrbios mentais e o uso nocivo de álcool e drogas. As lideranças mundiais e os especialistas na área se juntaram à conversa para tornar a saúde mental uma questão visível, não estigmatizante e relevante.

Federação Mundial da Saúde Mental: educação e conscientização

Em 1º de setembro, a Federação iniciou sua [campanha](#) com o lançamento do Material Educacional sobre Distúrbios Mentais para o ano 2020, seguido por 45 dias de atividades de conscientização, que serão liderados pela seção de jovens da Federação. Houve ainda uma discussão global online e uma exposição de arte.

A situação atual abriu a oportunidade de pensar em soluções inovadoras para enfrentar os distúrbios de saúde mental em todo o mundo, por exemplo, através do uso de plataformas e campanhas para a visibilização dessas doenças. Agora mais do que nunca, é evidente que os sistemas de saúde precisam investir na saúde mental a longo prazo.

Em conclusão, 10 de outubro é um dia para lembrar da importância da saúde mental, mas também para pensar em estratégias para promover e chegar a todos aqueles que sofrem com as doenças mentais.



Fontes

[Cómo tratar la depresión en los lugares donde no hay profesionales de la salud mental](#)

[Doctor's Note: Coronavirus and the toll on mental health](#)

[La salud mental en cifras](#)

[OPS insta a aumentar la inversión en salud mental](#)

[Well-Being Concepts](#)

[World Mental Health Day: an opportunity to kick-start a massive scale-up in investment in mental health](#)