

Investir na Saúde Mental em Portugal

A saúde mental e o bem-estar psicológico são fundamentais para uma vida plena e deverão ser uma preocupação central de uma sociedade livre e democrática. O conceito de saúde mental deve ser alargado para englobar a sua dimensão biológica, psicológica e social. Deste modo, os cuidados de saúde deverão ser assegurados por equipas multidisciplinares capazes de abarcar a multifatorialidade das perturbações mentais.

Segundo a Sociedade Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental, as perturbações mentais e do comportamento representam 11,8% da carga global das doenças em Portugal, mais do que as doenças oncológicas (10,4%) e apenas ultrapassadas pelas doenças cérebro-cardiovasculares (13,7%). Portugal é o segundo país com maior prevalência de doenças psiquiátricas na Europa, onde mais de um quinto da população sofre de uma perturbação psiquiátrica (22,9%). No entanto, apenas 15% dos doentes são acompanhados. Segundo o Conselho Nacional de Saúde (CNE) no relatório de 2019 ⁽¹⁾, os tempos médios de resposta nalgumas unidades do SNS ainda são acima dos tempos máximos estabelecidos em Psiquiatria e Psiquiatria da Infância e Adolescência. O CNE aponta ainda que os recursos humanos estão assimetricamente distribuídos geograficamente, existindo escassez de pessoal em algumas regiões do país, especialmente profissionais não-médicos, para a constituição das equipas multidisciplinares.

O Programa Nacional para a Saúde Mental (PNSM) tem nos seus objetivos "promover a implementação de programas de promoção do bem-estar e da saúde mental da população e da prevenção, tratamento e reabilitação das doenças mentais", assim como "incentivar a articulação dos cuidados especializados de saúde mental com os cuidados de saúde primários (...)". O PNSM de 2007 a 2016 ⁽²⁾ foi prorrogado até 2020 ⁽³⁾, com identificação das áreas prioritárias de intervenção. Contudo a avaliação à implementação identificou que não teve o apoio político e os meios financeiros necessários à sua concretização. A pandemia e o confinamento expuseram a população a factores desencadeantes de perturbações do foro mental a uma escala raramente experimentada, nomeadamente ao isolamento social, à incerteza, a mudanças bruscas no modo de vida e à fragilidade económica, para além dos consequentes atrasos na prestação de cuidados de saúde. Neste sentido, é essencial novo estudo epidemiológico e a elaboração de novo Plano Nacional antevendo as necessidades da próxima década.

O Plano de Recuperação e Resiliência (PRR) prevê, nas verbas destinada ao Serviço Nacional de Saúde, um montante de 85 milhões de euros para concluir a reforma da saúde mental. O investimento passa pela construção de 4 unidades de internamento em hospitais, pela criação de 15 centros de responsabilidade integrados e pela criação de estruturas residenciais para integração comunitária. Está igualmente contemplado o aumento de até mil lugares nas respostas de cuidados continuados na vertente da saúde mental. Contudo, estas verbas não contemplam o necessário reforço de apoio nos cuidados de saúde de proximidade para a saúde mental já em si deficitários. Para além disso, a perspectiva de intervenção do PRR foca-se sobretudo na resolução do problema preocupante de integração dos doentes na comunidade. Considera-se essencial alocar mais recursos financeiros e humanos) à prevenção da saúde mental, com especial atenção a populações de risco.

Considerando a eleição de um deputado para a Assembleia da República (AR) e a atual presença autárquica, o LIVRE tem a obrigação de vocalizar a defesa da saúde mental, apresentando as medidas previstas no seu Programa para as Legislativas de 2022, assim como fomentando o debate em torno de novas medidas para as quais lançamos repto nesta moção, no sentido de melhorar os cuidados primários na promoção da saúde mental, agilizar os mecanismos legais existentes, adaptando-os às especificidades da saúde mental, e introduzir inovação em cuidados.

Nesse sentido, os proponentes e subscritores desta moção apresentam perante o XII Congresso do LIVRE os seguintes compromisso do partido:

1) afirmar-se como plataforma de debate e sensibilização para a importância da promoção da Saúde Mental;

2) analisar, em sede de Círculo Temático e em grupo especializado, os seguintes aglomerados de medidas, divididos por cinco áreas de ação, com vista à sua integração no conteúdo programático do LIVRE:

a) promoção da saúde mental e prevenção da doença – programas de intervenção psicológica nas escolas e empresas, assim como de programas de promoção da saúde mental através de atividade física e da promoção de estilos de vida saudáveis; defender a flexibilidade dos horários de trabalho, o direito ao tempo e ao lazer, o "direito a desligar" e o "dever de não contacto"; incentivos a organizações que apostem em ambientes laborais saudáveis e promotores de bem-estar dos trabalhadores com investimento na criatividade e na produtividade; programas de voluntariado como ferramenta de combate ao isolamento;

b) melhoria dos cuidados primários de saúde mental – criação de unidades de apoio psicológico não dependentes da referenciação por parte do SNS; formação de profissionais e funcionários da saúde na identificação e encaminhamento de doentes com sintomas de doença mental e sofrimento psicológico; simplificação da aferição da capacidade funcional para atestar incapacidade;

c) promoção da psicologia comunitária em articulação com serviços de saúde mental – programas de integração social e reforço das comunidades locais especialmente em territórios onde são identificados fatores de risco, em populações menos resilientes e com especificidades regionais e socioculturais;

d) combate ao estigma e à discriminação – políticas públicas, aprovação de legislação avulsa e formação de funcionários públicos; educação para a saúde mental de familiares e empregadores de pessoas com doença mental; apoio, incentivo e integração, em contexto laboral, das pessoas com doença mental crónica e simplificação dos procedimentos de aferição da capacidade funcional.

e) **valorização dos profissionais de saúde mental** - diferenciação e progressividades das carreiras de psicologia dentro do SNS;

3) usar os meios necessários, no espaço público e na Assembleia da República, para garantir a implementação do PNSM em vigor e a execução das verbas do PRR destinadas à saúde mental;

4) elaborar um guião de acção política nacional e local para a promoção da Saúde Mental e prevenção de perturbações do foro psicológico e psiquiátrico;

5) organizar eventos de sensibilização para a importância da Saúde Mental, nomeadamente através da celebração das efemérides relacionadas (Dia Mundial da Saúde Mental, Dia Nacional da Luta Anti-Alcoolismo, Dia Internacional contra o Abuso e o Tráfico Ilícito de Drogas, Dia Mundial de Consciencialização Sobre o Autismo, Dia do Psicólogo, Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio, entre outros).

(1) Conselho Nacional de Saúde. Sem mais tempo a perder – Saúde mental em Portugal: um desafio para a próxima década. Lisboa: CNS, 2019

(2)

<https://saudemental.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/09/Plano-Nacional-de-Saude-Mental.pdf>

(3)

https://saudemental.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/09/RelAvPNSM2017_compressed.pdf

Primeiros Subscritores:

Ana Natário

Ana Raposo Marques

André Tenente

David Tanganho

Diogo Nogueira Leite

Mafalda Gomes

Miguel Garcia Pimenta

Rui Pereira Matias

Tânia Fonseca

Tiago Mota

Restantes Subscritores:

Ana Catarina Faria Bernardes
Ana Isabel Cardoso Moreira
Anabela Peixoto Ferreira
André Marques Spencer Coelho
Angela Marina Carvalho Marques
António Veríssimo Caneira
Carlos Manuel Guilherme Lage Teixeira
Diamantino José Videira Matos Raposinho
Diana Bastos Serrano de Almeida
Diogo Alexandre Rodrigues Almeida
Eduardo de Carvalho Viana
Fábio Cipriano Ventura
Filipe Alexandre Fernandes Honório
Florbela Martins do Carmo
Francisco João Maçãs Biscainho
Francisco Maria Abreu do Nascimento Lampreia Burnay
Graça Maria Jacinto Mendonça nazaré
Hugo Manuel Fernandes Rajão
Hugo Manuel Pinto Faria
Inês Santos Pires
Irene Maria dos Santos Gomes
Isabel Rendeiro Marques Mendes Lopes
Ivo José Melim Freitas
João David Barata Rodrigues
João Filipe Lourenço Monteiro
João Luís Silva
João Manuel Aiveca Caseiro
João Miguel Viegas Gaspar
João Pedro Adriano Gaspar
João Pedro Marafusta Bernardo
João Pedro Rebelo de Almeida
Jorge Pinto
José Alberto Alvarez de Bettencourt
José Joaquim Azevedo de Araújo
José Miguel da Costa Vaz
Julio Antonio Machado Santos
Leonardo Calé
Luís António Pinto da Silva
Luís Miguel Morais Soares
Manuel Barbosa Lopes
Manuel Cândido Nunes Mariano
Maria do Rosário da Conceição Esteves Pereira
Maria João Duarte Nobre Pereira Bernardo
Maria Teresa Braga Paixão de Almeida Leitão
Maria Teresa Janela Pinto
Mário Jorge Ramos de Almeida

Mário Rui Silva Barreira
Marta Filipa de Sousa Ramos
Martim Miguel Gomes da Costa de Brito Barreto
Michel Fernandes Lopes
Miguel Cristóvão dos Santos
Miguel João Paiva Bento
Miguel José Graça Pereira de Oliveira
Nuno Miguel Brás Rolo
Nuno Miguel Martins dos Santos Arada
Patrícia Andreia Robalo Ribeiro
Paulo Carraca
Pedro de Spínola Ruella Ramos
Pedro Diogo Duarte Alves Gonçalves
Pedro Manuel Cravino Serra
Ricardo Rogério Silva das Neves Fernandes
Rita Pedro Teixeira Soares
Safaa Rachid El Dib
Sandra Isabel Lourenço da Silva Estevam
Sandro Miguel Bento Dias Santos
Telmo Emanuel Rijo Julião
Teresa Salomé Alves da Mota
Tiago Cruz Carvalho
Tiago Filipe Viegas Correia
Tiago Miguel Martins da Silva
Valter Alexandre Santos Almeida Fernandes
Vera Gomes
Vitor Emanuel Andrade André