



**EU HIGH-LEVEL CONFERENCE
“TOGETHER FOR MENTAL HEALTH AND WELLBEING”
BRUSSELS, 12-13 JUNE 2008**

European Pact for Mental Health and Well-being

Portuguese version



Slovensko predsedstvo EU 2008
Slovenian Presidency of the EU 2008
La Présidence slovène de l'UE 2008



Versão Portuguesa



Conferência Europeia de Alto Nível
“Juntos pela Saúde Mental e Bem-estar”
Bruxelas, 12-13 Junho 2008

Pacto Europeu para a Saúde Mental
e Bem-Estar

Pacto Europeu para a Saúde Mental e Bem-Estar

Nós, os participantes da Conferência Europeia de Alto Nível “Juntos pela Saúde Mental e Bem-Estar”, em Bruxelas a 13 de Junho de 2008, reconhecemos a importância e relevância da Saúde Mental e Bem-Estar para a União Europeia, os seus Estados-Membros, representantes e cidadãos.

I. Reconhecemos que:

- A saúde mental é um direito humano. Permite que os cidadãos usufruam de bem-estar, qualidade de vida e saúde. Promove a formação, o trabalho e a participação na sociedade.

- O nível de saúde mental e bem-estar da população é uma componente chave para o sucesso da UE como sistema económico e social baseado no conhecimento. É um factor importante para a realização dos objectivos da estratégia de Lisboa, no crescimento e no emprego, na coesão social e no desenvolvimento sustentável.

- As doenças mentais na Europa estão a aumentar. Hoje, estima-se que quase 50 milhões de cidadãos (cerca de 11% da população europeia) tenham alguma forma de doença mental, com homens e mulheres a desenvolver e a evidenciar sintomas por vezes diferentes. A Depressão já é em muitos Estados-Membros da UE o problema de saúde com maior prevalência.

- O suicídio permanece como uma causa muito significativa de morte na UE. Na UE ocorrem cerca de 58.000 suicídios por ano, dos quais 3/4 são cometidos por homens. Oito dos Estados-Membros da UE estão entre os quinze países com a taxa de suicídio masculina mais alta do mundo.

- As doenças mentais e o suicídio causam um enorme sofrimento para os indivíduos, as famílias e as comunidades. Ao mesmo tempo, as doenças mentais são uma das causas mais frequentes de incapacidade, exercendo um impacto muito marcado nos sistemas sanitários, educacionais, económicos, laborais e sociais em toda a UE.

- Acções complementares e um esforço conjunto a nível da UE podem ajudar os Estados-Membros a abordar estes desafios, promovendo uma boa saúde mental e o bem-estar da população, fortalecendo acções preventivas e apoiando as pessoas que têm problemas de saúde mental e as suas famílias, isto para além das medidas que os Estados Membros possam tomar através dos seus serviços sanitários e sociais.

II. Concordamos que:

- É necessário tomar uma atitude política decisiva de modo a considerar a saúde mental e o bem-estar como prioridades chave.

- As acções em prol da saúde mental e do bem-estar ao nível da UE deverão ser desenvolvidas conjuntamente com os agentes políticos e parceiros relevantes das áreas da saúde, educação, sector social e justiça, bem como de outras organizações da sociedade civil e de associações de pessoas com problemas de saúde mental.

- A saúde mental e o bem-estar dos cidadãos e grupos, independentemente da idade, género e origem étnica, necessitam de ser promovidos com base em intervenções específicas que são sensíveis à diversidade da população Europeia.

- É necessário aumentar o conhecimento sobre saúde mental, através da colheita sistemática de dados na população e do incentivo à investigação epidemiológica sobre causas, determinantes, implicações da saúde e doença mental, intervenções e boas práticas, tanto dentro como fora dos sectores sanitário e social.

III. Apelamos aos Estados-Membros a agir em cinco áreas prioritárias:

1. Prevenção da Depressão e Suicídio

A depressão é uma das doenças mais graves e comuns, sendo de igual forma um dos principais factores de risco para o suicídio. Em cada 9 minutos morre por suicídio uma pessoa na EU, estimando-se que o número de tentativas de suicídio seja 10 vezes mais elevado. As taxas de suicídio na Europa variam numa razão de 1:12.

Os políticos, parceiros sociais e outros intervenientes são convidados a agir na prevenção da Depressão e Suicídio, através de medidas como:

- Melhoria da formação em saúde mental dos profissionais de saúde e de outros intervenientes dentro do sector social;
- Restrição do acesso a meios potenciais de suicídio;
- Aumento da visibilidade da saúde mental na população em geral, nos profissionais de saúde e em outros sectores relevantes;
- Redução dos factores de risco de suicídio, tais como o consumo excessivo de álcool, o consumo de substâncias, a exclusão social, a depressão e o stress.
- Disponibilização de mecanismos de apoio depois de tentativas de suicídio, assim como para os que sofrem com a perda de alguém por suicídio.

2. Saúde Mental na Juventude e Educação

Os pilares para uma vida com saúde mental assentam nos primeiros anos de vida. Mais de 50% das doenças mentais têm o seu início durante a adolescência. Os problemas de saúde mental podem ser encontrados em 10% a 20% dos jovens, com taxas mais altas nos grupos mais desfavorecidos da população.

Os políticos, parceiros sociais e outros intervenientes são convidados a agir na saúde mental dos jovens e na educação, através de medidas como:

- Desenvolvimento de mecanismos para a detecção precoce no contexto do sistema educativo;
- Disponibilização de programas que promovam as competências parentais;
- Promoção da formação para os profissionais envolvidos na saúde, educação, juventude e outros sectores relevantes da saúde mental e bem-estar;
- Desenvolvimento de programas de prevenção do abuso, intimidação e violência ('bullying') para com os jovens, assim como da sua exposição ao risco de exclusão social.
- Promoção da participação dos jovens na educação, cultura, desporto e trabalho.

3. Saúde Mental no Local de Trabalho

O trabalho é benéfico para a saúde física e mental. A saúde mental e o bem-estar de uma força de trabalho são recursos fundamentais para a produtividade e a inovação na UE.

O ritmo e a natureza do trabalho estão a mudar, causando pressões na saúde mental e no bem-estar das pessoas. É necessário lidar com o aumento consolidado do absentismo e da incapacidade, de modo a aproveitar o potencial de produtividade que não é utilizado devido ao stress e às doenças mentais. Os locais de trabalho têm um papel central na inclusão social das pessoas com problemas de saúde mental.

Os políticos, parceiros sociais e outros intervenientes são convidados a agir na saúde mental no emprego, através de medidas como:

- Melhoria da organização no trabalho, da cultura organizacional e das práticas de liderança para promover o bem-estar e a saúde mental no trabalho, incluindo a reconciliação do trabalho com a vida familiar;
- Implementação de programas de saúde mental e bem-estar com avaliação do risco, assim como de programas de prevenção para situações potencialmente adversas para a saúde mental dos trabalhadores (stress, violência ou assédio no trabalho, consumo de álcool e drogas) e ainda de mecanismos de intervenção precoce nos locais de trabalho;
- Disponibilização de medidas de apoio ao recrutamento, retenção e regresso ao trabalho para pessoas com problemas ou doenças mentais.

4. Saúde Mental dos Idosos

A população da UE está a envelhecer. Envelhecer pode implicar alguns riscos para a saúde mental e para o bem-estar, como a perda de apoio social da família e amigos e o aparecimento de doenças físicas ou neuropsiquiátricas, como a demência. As taxas de suicídio são mais altas nos idosos. A promoção do envelhecimento activo e saudável é um dos objectivos políticos fundamentais da UE.

Os políticos, parceiros sociais e outros intervenientes são convidados a agir na saúde mental dos idosos, através de medidas como:

- Promoção da participação activa dos idosos na vida comunitária, incluindo a promoção da actividade física e de oportunidades educacionais;
- Desenvolvimento de estratégias flexíveis de reforma que permitam aos idosos permanecer a trabalhar até mais tarde, quer a tempo inteiro quer a tempo parcial;
- Disponibilização de medidas para promover a saúde mental e o bem-estar nos idosos que recebem cuidados (médicos ou sociais), tanto na comunidade como em contexto institucional.

5. Combater o Estigma e a Exclusão Social

O estigma e a exclusão social são tanto factores de risco como consequências de doenças mentais, podendo criar muitas barreiras quer na procura de ajuda, quer no próprio processo de recuperação.

Os políticos, parceiros sociais e outros intervenientes são convidados a agir no combate ao estigma e à exclusão social, através de medidas como:

- Apoio a campanhas anti-estigma e actividades nos meios de comunicação social, escolas e empregos, de modo a promover a integração de pessoas com doenças mentais;
- Desenvolvimento de serviços de saúde mental que estejam bem integrados na sociedade, considerem a pessoa como prioridade e trabalhem de uma forma que evite o estigma e a exclusão;

- Promoção da inclusão activa de pessoas com problemas de saúde mental na sociedade, incluindo a melhoria de acesso a emprego, formação e oportunidades de educação;
- Envolvimento das pessoas com problemas de saúde mental, das suas famílias e cuidadores nas políticas e processos relevantes de decisão.

IV. Lançamos o Pacto Europeu para a Saúde Mental e o Bem-estar:

Este pacto reconhece que a principal responsabilidade para a acção nesta área pertence aos Estados Membros. Contudo, o Pacto assenta no potencial da UE para informar, promover as boas práticas e encorajar acções dos Estados Membros e parceiros sociais, ajudando a abordar desafios comuns e a enfrentar as desigualdades na saúde.

O contexto de referência para o Pacto é a política global da UE sobre saúde mental e bem-estar, a qual emergiu de iniciativas em todas as políticas Comunitárias ao longo dos últimos anos, juntamente com os compromissos que os Ministros da Saúde dos Estados Membros fizeram através da Declaração Europeia para a Saúde Mental da OMS de 2005, em Helsínquia.

O Pacto congrega Instituições Europeias, Estados Membros, parceiros sociais, representantes dos sectores relevantes (incluindo pessoas em risco de exclusão devido a doença mental) e a comunidade científica, com o objectivo de apoiar e promover a saúde mental e o bem-estar. É um reflexo do seu compromisso para um processo a longo prazo de colaboração, partilha de experiências e coordenação em desafios fundamentais.

O Pacto deve facilitar a monitorização das tendências e actividades nos Estados Membros e dos diferentes parceiros sociais e outros intervenientes. Baseado na melhor prática Europeia, deverá ajudar a divulgar as recomendações sobre as acções mais eficazes na resposta aos temas prioritários.

V. Assim, convidamos:

- Os Estados Membros, com os demais elementos relevantes dos vários sectores, a sociedade civil da UE e as organizações internacionais para se juntarem ao Pacto Europeu para a Saúde Mental e Bem-estar, contribuindo para a sua implementação;
- A Comissão Europeia e os Estados Membros, em conjunto com as organizações internacionais, parceiros sociais e intervenientes relevantes:
 - a estabelecerem um mecanismo para a partilha de informação;
 - a trabalharem em conjunto na identificação de boas práticas e factores de sucesso das políticas e acções dirigidas aos temas prioritários do Pacto, desenvolvendo as recomendações apropriadas e os planos de acção;
 - a comunicarem os resultados desse trabalho através de uma série de conferências sobre os principais temas do Pacto, ao longo dos próximos anos;
- A Comissão Europeia, a apresentar uma proposta para uma Resolução do Conselho em Saúde Mental e Bem-Estar, durante o ano de 2009;
- A Presidência, a informar o Conselho de Ministros dos procedimentos e resultados desta Conferência.