

**Dia Mundial da Saúde Mental 2025**

**Mensagem do Director Regional da OMS para a África, Dr. Mohamed Janabi**

No Dia Mundial da Saúde Mental 2025, juntamo-nos à comunidade mundial para chamar a atenção para a saúde mental como uma pedra basilar da resiliência, dignidade e bem-estar humanos. O tema deste ano, “*Acesso aos serviços: Saúde mental em catástrofes e emergências”,* recorda-nos a urgente responsabilidade de salvaguardar a saúde mental antes, durante e depois das crises.

As emergências – sejam surtos, conflitos ou catástrofes naturais – podem devastar vidas e comunidades. Provocam deslocações de pessoas, rupturas no apoio social, separação de famílias, luto e angústia. A maior parte das pessoas sofre de estresse psicológico, mas uma em cada cinco pessoas terá um problema de saúde mental que exigirá cuidados profissionais.

No entanto, a integração da saúde mental e do apoio psicossocial na preparação e resposta a emergências na região continua a ser inadequada.

A Região Africana possui o maior fardo de emergências de saúde pública em todo o mundo, com mais de 100 eventos importantes por ano, desde o Ébola à cólera, passando pelas cheias e os conflitos armados. Estas situações de emergência sobrecarregam os frágeis sistemas de saúde, causam perturbações nas economias e exercem uma enorme pressão sobre a saúde mental e o bem-estar.

Em Maio de 2024, a Assembleia Mundial da Saúde aprovou uma resolução histórica que apela à plena integração da saúde mental e do apoio psicossocial (SMAPS) nos esforços de preparação, resposta e recuperação, assegurando que os serviços cheguem mesmo aos locais mais frágeis e afectados por conflitos. O Quadro Regional para a Saúde Mental fornece orientações adicionais, incentivando os Estados-Membros a integrar a SMAPS na redução do risco de catástrofes e no reforço dos sistemas de saúde.

Não nos faltam soluções.

Onze países da nossa Região já incluem a SMAPS nos planos nacionais de preparação para catástrofes, ao passo que vários estão a integrar estes serviços nos cuidados de saúde primários. A OMS está a trabalhar no sentido de intensificar estes esforços, tendo como objectivo que 80% dos países disponham de sistemas robustos de SMAPS até 2030.

No entanto, o investimento financeiro continua a ser extremamente baixo; apenas 10 países dispõem de orçamentos dedicados à saúde mental, sendo que as despesas regionais são inferiores a 0,50 USD *per capita*. Para proteger verdadeiramente a nossa população, os governos devem afectar mais recursos e acelerar a integração da SMAPS nos quadros de emergência.

Para acelerar os progressos, a OMS exorta os Estados-Membros a:

* estabelecerem mecanismos de coordenação multissectorial relativos à SMAPS para a preparação e a resposta a emergências;
* reforçarem os sistemas de apoio comunitário e social para aumentar a resiliência;
* darem formação aos membros das equipas de resposta em matéria de primeiros socorros psicológicos para que possam prestar apoio imediato e salvaguardar o seu próprio bem-estar;
* expandirem os serviços de saúde mental através da formação dos profissionais de saúde em abordagens baseadas em dados factuais, como o Guia de Intervenção Humanitária mhGAP da OMS; e
* defendam os direitos e a dignidade das pessoas com problemas graves de saúde mental, sobretudo em contextos de crise.

Os cuidados de saúde mental não são um luxo. São uma tábua de salvação, sobretudo em tempos de crise.

Neste Dia Mundial da Saúde Mental, apostemos em sistemas mais fortes, maior investimento e acções coordenadas. Juntos, podemos garantir que o apoio à saúde mental está disponível quando é mais necessário, oferecendo esperança e cuidados a todas as comunidades em África.

**Para saber mais:**

* [10 de Outubro é o Dia Mundial da Saúde Mental](https://www.who.int/campaigns/world-mental-health-day) (em inglês)
* [Intervenções de SMAPS](https://wkc.who.int/our-work/health-emergencies/knowledge-hub/mental-health-psychosocial-support-%28mhpss%29/mhpss-interventions) (em inglês)
* [A OMS apela a soluções com uma boa relação custo-benefício para as doenças não transmissíveis e a saúde mental num contexto de abrandamento dos progressos](https://www.who.int/news/item/18-09-2025-who-urges-cost-effective-solutions-on-ncds-and-mental-health-amidst-slowing-progress) (em inglês)
* [É necessária acção urgente para acelerar os progressos em matéria de saúde mental na Região Africana](https://www.afro.who.int/news/urgent-action-needed-accelerate-mental-health-progress-african-region) (em inglês)
* [Relatório de progresso sobre o Quadro para o reforço da implementação do plano de acção abrangente para a saúde mental 2013–2030 na Região Africana da OMS](https://www.afro.who.int/sites/default/files/2025-08/AFR-RC75-INF-DOC-5%20Progress%20report%20on%20the%20Mental%20Health%20Regional%20Framework.pdf) (em inglês)
* [Dar prioridade à saúde mental e ao bem-estar em tempos de crise no escritório da OMS no Uganda](https://www.afro.who.int/countries/uganda/news/prioritizing-mental-health-and-wellbeing-during-times-crisis-who-uganda-resilience-face-change) (em inglês)