



Carta Compromisso

**SAÚDE
MENTAL
MUNICÍPIO
DE ALMADA
2021**



Índice

1. Enquadramento	5
2. Almada Município Saudável	7
3. VISÃO	9
4. MISSÃO	9
5. Valores e Princípios	11
6. Governação	12
7. Parceria	14
8. O Compromisso Municipal	15



1. Enquadramento

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define a saúde como um estado de completo desenvolvimento físico, mental e bem-estar social e não simplesmente a ausência de doença. Este conceito coloca a saúde mental no mesmo patamar que a saúde física, uma vez que a saúde mental é igualmente importante para o bem-estar dos indivíduos. Não obstante, só uma pequena minoria de pessoas, crianças, jovens ou adultos, que apresentam perturbações mentais e comportamentais está a receber tratamento.

A evidência científica mostra que, como muitas doenças físicas, as perturbações mentais resultam de uma complexa interação de fatores biológicos, psicológicos e sociais e que é possível reduzir o peso que estas perturbações representam para as pessoas e para as comunidades, sendo fundamental a intervenção atempada e adequada, na infância ou na idade adulta.

Nas sociedades atuais, as perturbações psiquiátricas e os problemas de saúde mental tornaram-se a principal causa de incapacidade e uma das principais causas de morbilidade.

A depressão, a dependência do álcool as doenças mentais graves, como a esquizofrenia e a doença bipolar, são exemplos de perturbações mentais que têm sido negligenciadas, pelo facto de as abordagens tradicionais relevarem apenas os índices de mortalidade, ignorando o número de anos vividos com incapacidade. Por sua vez sabe-se que das 10 principais causas de incapacidade, 5 são perturbações psiquiátricas.

O Estudo Nacional de Saúde Mental, realizado no âmbito do World Mental Health Survey Initiative, e mencionado no Plano Nacional de Saúde Mental revela que:

- a)** Em Portugal existe uma das mais elevadas prevalências de doenças mentais da Europa;
- b)** Uma percentagem importante das pessoas com doenças mentais graves permanece sem acesso a cuidados de saúde mental;

c) Muitos dos que têm acesso a cuidados de saúde mental continuam a não beneficiar dos modelos de intervenção (programas de tratamento e reabilitação psicossocial) hoje considerados essenciais.

Embora a análise do Sistema de Saúde Mental em Portugal mostre alguma evolução positiva em relação ao passado existe, ainda, um longo caminho a percorrer no acesso e adequação geral dos cuidados de saúde mental, e em especial no domínio dos dirigidos aos muito jovens e aos muito idosos.

A criação de serviços descentralizados melhorou significativamente a acessibilidade e qualidade dos cuidados, permitindo maior proximidade nas respostas e uma maior articulação entre os serviços de saúde e a comunidade.

Outros aspetos positivos a realçar são o desenvolvimento de programas e estruturas de reabilitação psicossocial e da legislação de apoio ao emprego. Embora com um âmbito limitado, existe aqui um claro salto qualitativo tendo em conta que estruturas como residências na comunidade para doentes mentais graves eram totalmente inexistentes em Portugal.

Apesar desta evolução, verifica-se falta de planeamento, de financiamento e de apoio consistente à melhoria dos serviços de saúde mental. Vários estudos mostram que os serviços de saúde mental sofrem de insuficiências graves, a nível da acessibilidade, da adequação, da equidade e da qualidade de cuidados.

A OMS e outras organizações internacionais defendem que os serviços de saúde mental devem organizar-se de acordo com os seguintes princípios:

- Garantir a acessibilidade a todas as pessoas com problemas de saúde mental;
- Assumir a responsabilidade de um sector geo-demográfico, com uma dimensão tal que seja possível assegurar os cuidados essenciais sem que as pessoas se tenham que afastar significativamente do seu local de residência (dimensão estimada entre 200.000 e 300.000 habitantes);
- Integrar um conjunto diversificado de unidades e programas, incluindo o internamento em hospital geral, de modo a assegurar uma resposta efetiva às diferentes necessidades de cuidados das populações;

- Ter uma coordenação comum;
- Envolver a participação de utentes, familiares e diferentes entidades da comunidade, incluindo o meio escolar e de inserção laboral;
- Estar estreitamente articulados com os cuidados primários de saúde;
- Colaborar com o sector social e organizações não governamentais na reabilitação psicossocial e prestação de cuidados continuados a doentes mentais graves.
- Prestar contas sobre a forma como cumprem os seus objetivos.

2. Almada Município Saudável

Ser um município saudável pressupõe estar continuamente atento ao seu próprio contexto, replicar boas práticas globais e concretizar ações direcionadas de modo a elevar a saúde e qualidade de vida dos seus habitantes. Os municípios desempenham, assim, um papel fundamental para a obtenção de ganhos em saúde da população, tendo igualmente responsabilidade na criação de espaços e projetos promotores de saúde e prevenção da doença.

A carta de Ottawa surge em 1986, no Canadá, e defende a promoção da saúde como fator basilar na qualidade de vida, considerando que a capacitação da comunidade é fundamental neste processo, referindo que esta questão ultrapassa o setor da saúde e que deverá envolver todos os setores da comunidade pois todos têm um papel a desempenhar.

Realça a necessidade de a saúde ser entendida pelos setores políticos, económicos, culturais, sociais, ambientais e comportamentais como um dos maiores recursos para o desenvolvimento de uma comunidade.

Defende a mediação, por via de uma ação coordenada, entre o governo, setores sociais e económicos, serviços de saúde, organizações não-governamentais, comunicação social, com o envolvimento dos diferentes atores da comunidade.

Assim sendo, a carta de Ottawa define 5 áreas para implementar a estratégia de promoção de saúde a nível local:



Modelo dos Determinantes Sociais da Saúde proposto por Dahlgren e Whitehead e adotado pela OMS

O modelo dos determinantes sociais de saúde realça a importância da criação de ambientes favoráveis para o desenvolvimento pessoal, criando oportunidades e recursos igualitários para a população, no intuito de proporcionar o acesso aos diferentes recursos comunitários para que, independentemente do seu estatuto social, todas as pessoas possam fazer escolhas conscientes e dessa forma alterarem o seu estilo de vida com ganhos significativos em saúde.

Face ao exposto, a Câmara Municipal de Almada e os seus parceiros comprometem-se a desenvolver a área da saúde mental da população que reside no concelho de Almada, sustentando a sua intervenção, tanto nas orientações emanadas pela OMS, como pelo Plano Nacional de Saúde Mental.

3. VISÃO

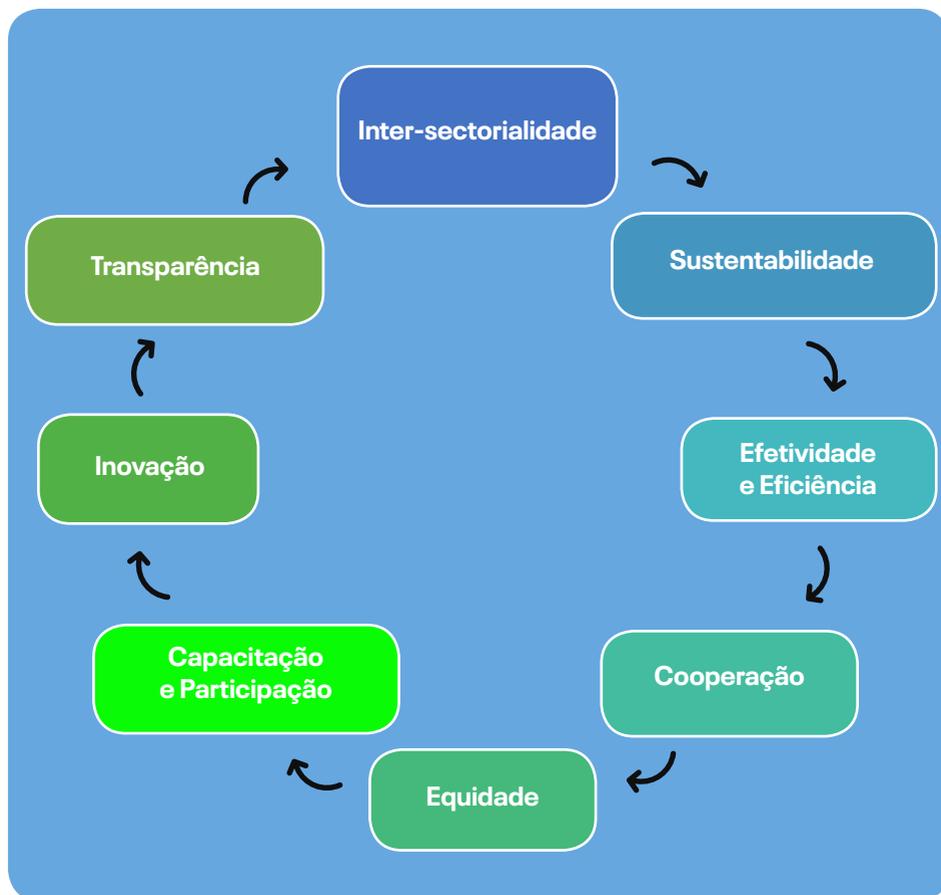
A visão do município alinha-se com a visão nacional e visa assegurar a toda a população do concelho de Almada o acesso a serviços habilitados de promoção de saúde mental, prestar cuidados de qualidade e facilitar a reintegração e a recuperação das pessoas com doença mental e respetiva inclusão social.

4. MISSÃO

- Desenvolver a área da saúde mental regidos pelos nossos valores e princípios;
- Assegurar o acesso equitativo a cuidados de qualidade da população do município de Almada com problemas de saúde mental, incluindo as que pertencem a grupos especialmente vulneráveis;
- Promover e proteger os direitos humanos das pessoas com problemas de saúde mental;
- Reduzir o impacto das perturbações mentais e contribuir para a promoção da saúde mental e prevenção da doença da população que reside em Almada, em todos os grupos etários através de ações de promoção de saúde mental o mais precoces possível, intervindo junto de crianças e adolescentes no sentido de capacitar estes públicos com competências protetoras da doença mental. A escola deve ser um parceiro importantíssimo a considerar, pois o seu contexto tem tanto de promotor de doença como de fatores protetores. Este trabalho deve ser concertado entre saúde, escola, sector social e contextos familiares;
- Promover a descentralização dos serviços de saúde mental, e a flexibilização das formas de prestação de cuidados, de modo a permitir a prestação de cuidados mais próximos das pessoas e a facilitar uma maior participação da comunidade, dos utentes e das famílias;

- Promover a integração dos cuidados de saúde mental no sistema geral de saúde, tanto a nível dos cuidados de saúde primários (ACES AS), como do Hospital Garcia de Orta e dos cuidados continuados, de modo a facilitar o acesso e a diminuir a institucionalização;
- Promover o desenvolvimento de cuidados de saúde mental de proximidade e de qualidade à população;
- Desenvolver respostas/equipamentos diversificados e integrados, em face das necessidades identificadas;
- Promover a articulação intersectorial por via de um bom entendimento entre as diversas instituições do concelho de Almada, bem como com as instituições de referência a nível nacional;
- Promover ações de combate ao estigma associado à Doença Mental, com impacto na comunidade, pois só a normalização desta doença vai proporcionar a rápida procura de cuidados de saúde especializados e diminuir os impactos da mesma.
- Encetar todos os esforços para não deixar ninguém para trás, seja quem for e onde estiver.

5. Valores e Princípios



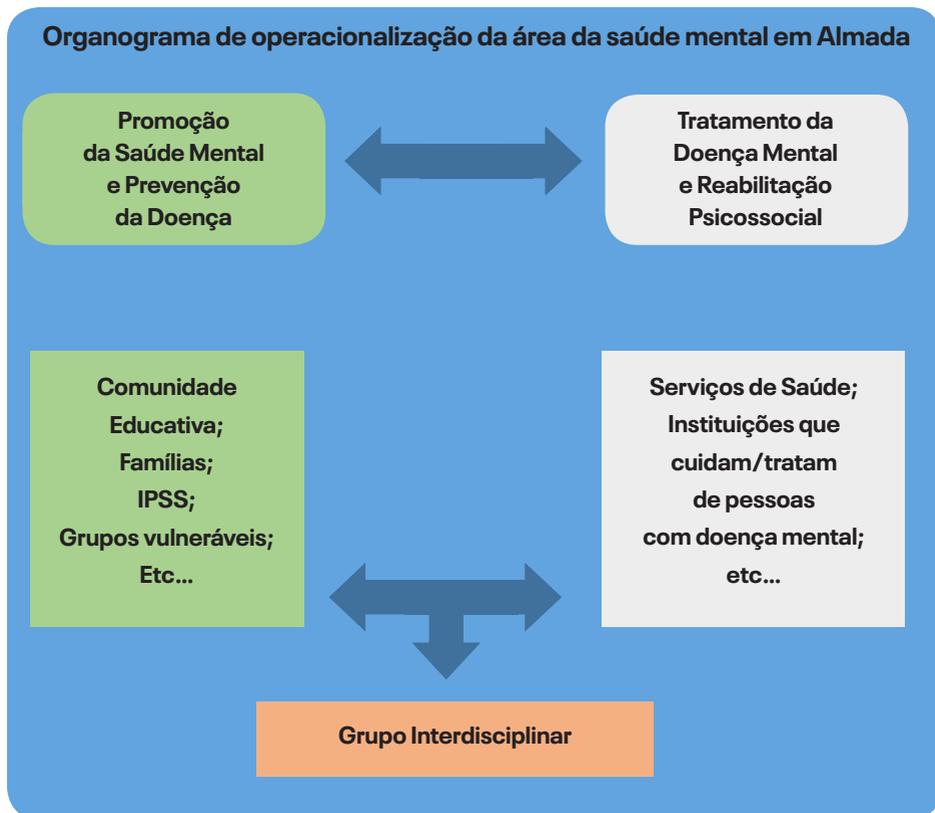
Fonte: Adaptado de UNPD in Kickbusch; Gleicher, 2012
Ana Isabel Santos – ENSP, 2018

6. Governação



Todas as pessoas devem participar nos processos de tomada de decisão, quer seja diretamente ou através de instituições representativas. A orientação para consensos configura a mediação dos diferentes interesses.

Organograma de operacionalização da área da saúde mental em Almada



Pretende-se que a área de desenvolvimento da saúde mental de Almada se implemente de uma forma diferenciada na definição de estratégias quer para a promoção da saúde mental e prevenção da doença, quer para o tratamento e reabilitação psicossocial da doença mental. Para a operacionalização deste modelo será fundamental a mobilização destas duas vertentes que possam ser trabalhadas por uma estrutura integradora.

7. Parceria

- Agrupamento de Centros de Saúde Almada-Seixal
- Associação Vale D'Acor
- Câmara Municipal de Almada
- Centro de Resposta Integradas
 - Equipa Técnica Especializada de Tratamento de Almada
- Cooperativa de Ensino Superior Egas Moniz
- FMH - Faculdade de Motricidade Humana
- GIRA - Grupo de Intervenção e Reabilitação Ativa
- Hospital Garcia de Orta
- ISJD - Instituto São João de Deus/ Casa do Telhal
- ISS - Instituto da Segurança Social
- NPISAA

Este grupo de parceiros é dinâmico e pode ser alargado com a inclusão de qualquer instituição/associação que se mostre interessada em contribuir para a promoção da saúde mental em Almada.

8. O Compromisso Municipal

Conhecimento Territorial

As políticas baseadas no conhecimento da realidade proporcionam respostas mais adequadas, devendo o governo local dispor de informação precisa sobre a situação e as condições de vida dos seus habitantes e do território.

O envolvimento das universidades é imprescindível no desenho do perfil de saúde mental do município, através da elaboração de estudos e da atualização constante deste conhecimento.

A criação de um Observatório de Saúde Mental de Almada permitirá conhecer quantos homens e mulheres sofrem de doença mental, bem como a especificidade de cada patologia, onde é que estas pessoas vivem, se a saúde mental poderá ser georreferenciada ou se existem, neste território, locais mais vulneráveis do que outros e quais são os seus determinantes.

Planeamento, Acompanhamento e Melhoria Contínua

Um bom planeamento é indispensável para o alcance das metas e objetivos propostos, mas também prepara e estrutura de forma mais consistente a estratégia a seguir.

Para o efeito, deverá criar-se uma plataforma que promova a articulação com os Serviços de Saúde e as diversas estruturas comunitárias para definir a estratégia municipal de saúde com integração da área de saúde mental em Almada.

Paralelamente, criar um grupo de trabalho que integre os serviços de saúde, a Câmara Municipal de Almada e outras estruturas comunitários nomeadamente, segurança social, IPSS, associações, escolas etc.. Este grupo de trabalho deverá ter um regulamento com as tarefas específicas para a definição da estratégia municipal de saúde com integração da saúde mental.

Este grupo de trabalho deverá ter em conta um conjunto de estratégias que promovam a articulação entre as várias estruturas nacionais e locais, que se configuram como fundamentais para a prossecução dos nossos objetivos.

Informação de Qualidade e Acessível

Uma boa gestão da comunicação e da informação é fundamental para o envolvimento dos cidadãos e das instituições no tratamento da doença mental e reabilitação psicossocial, mas também na promoção da saúde mental e prevenção da doença.

O Município deve garantir a comunicação de uma informação credível e compreensível, bem como incentivar os cidadãos e as instituições a, por um lado, disponibilizar informação e, por outro, usufruir dessa mesma informação, sabendo com clareza onde encontrar respostas adequando-as às suas necessidades.

Deverão ser disponibilizados meios de informação, através de guias de recursos em suporte de papel e digitais, aplicações informáticas, newsletter digitais, etc... assegurando-se a existência de canais permanentes de comunicação com indivíduos e instituições.

Equidade e Acesso Adequado aos Serviços de Saúde Mental

O equilíbrio entre uma resposta abrangente e uma resposta especializada promove a equidade e o acesso à saúde e, portanto, a utilização mais eficiente dos recursos disponíveis.

A criação de serviços descentralizados melhora significativamente a acessibilidade e qualidade dos cuidados, permitindo maior proximidade nas respostas e uma maior articulação entre os serviços de saúde e as agências da comunidade.

A este respeito, o Hospital Garcia de Orta, cujo Serviço de Psiquiatria já funciona de forma relativamente descentralizada, quer na articulação com o ACES AS, quer através da sua Unidade de Dia que funciona no Seixal, está em vias de, com o apoio da CMA, aprofundar o modelo de Hospital de dia de Psiquiatria, alternativo ao internamento, de forma a inovar na adequação da oferta de cuidados de saúde mental à população, e estão a ser aprofundadas parcerias e projetos

comuns para a criação de uma resposta de qualidade na continuidade da reabilitação e a reintegração das pessoas com doença mental controlada, bem como a aposta no serviço domiciliário para pessoas com doença mental promovendo a empregabilidade e a inclusão social.

Promoção da Saúde Mental e Participação dos Cidadãos

A promoção da saúde mental reflete-se na adaptação, na satisfação e na qualidade de vida das populações, dela depende a capacidade que cada pessoa dispõe para resolver adversidades. A intervenção precoce previne complicações futuras, mas também facilita a recuperação e a reinserção social nas situações mais crónicas.

Apostar na prevenção da doença mental reverte-se em ganhos significativos de saúde, pelo que é imprescindível desenvolver ações no âmbito dos programas de promoção da saúde mental e de prevenção das doenças mentais nas escolas municipais bem como para a população em geral, que combatam a solidão e o estigma destas doenças nas suas diferentes formas.

Sustentabilidade

A Câmara Municipal de Almada e os seus parceiros comprometem-se a promover ativamente a participação e corresponsabilidade desta parceria na adoção de medidas e estratégias resilientes e sustentáveis sob os princípios da suficiência, distribuição de meios, consumo justo, tomando-se sempre as devidas precauções para proteger bens comuns que assegurem uma sobrevivência longa dos recursos criados para responder, com equidade e justiça social, às necessidades de saúde mental da população, com o objetivo máximo de não deixar ninguém para trás .

Esta Carta exprime o compromisso das instituições que a subscrevem com todos os valores e princípios nela manifestados, com a missiva de desenvolver a área da saúde mental no município de Almada.

Apresenta-se aberta à sua própria reformulação e revisão. Deverá ser complementada com todos os contributos que reforcem a sua evolução, adaptando-a aos desafios que se apresentem e encetando todos os esforços para não deixar ninguém para trás, seja quem for e onde estiver.

Ficha Técnica

CARTA COMPROMISSO

SAÚDE MENTAL MUNICÍPIO DE ALMADA 2021

Câmara Municipal de Almada

Design e Conceção Gráfica CMA/DCOM

Março de 2021

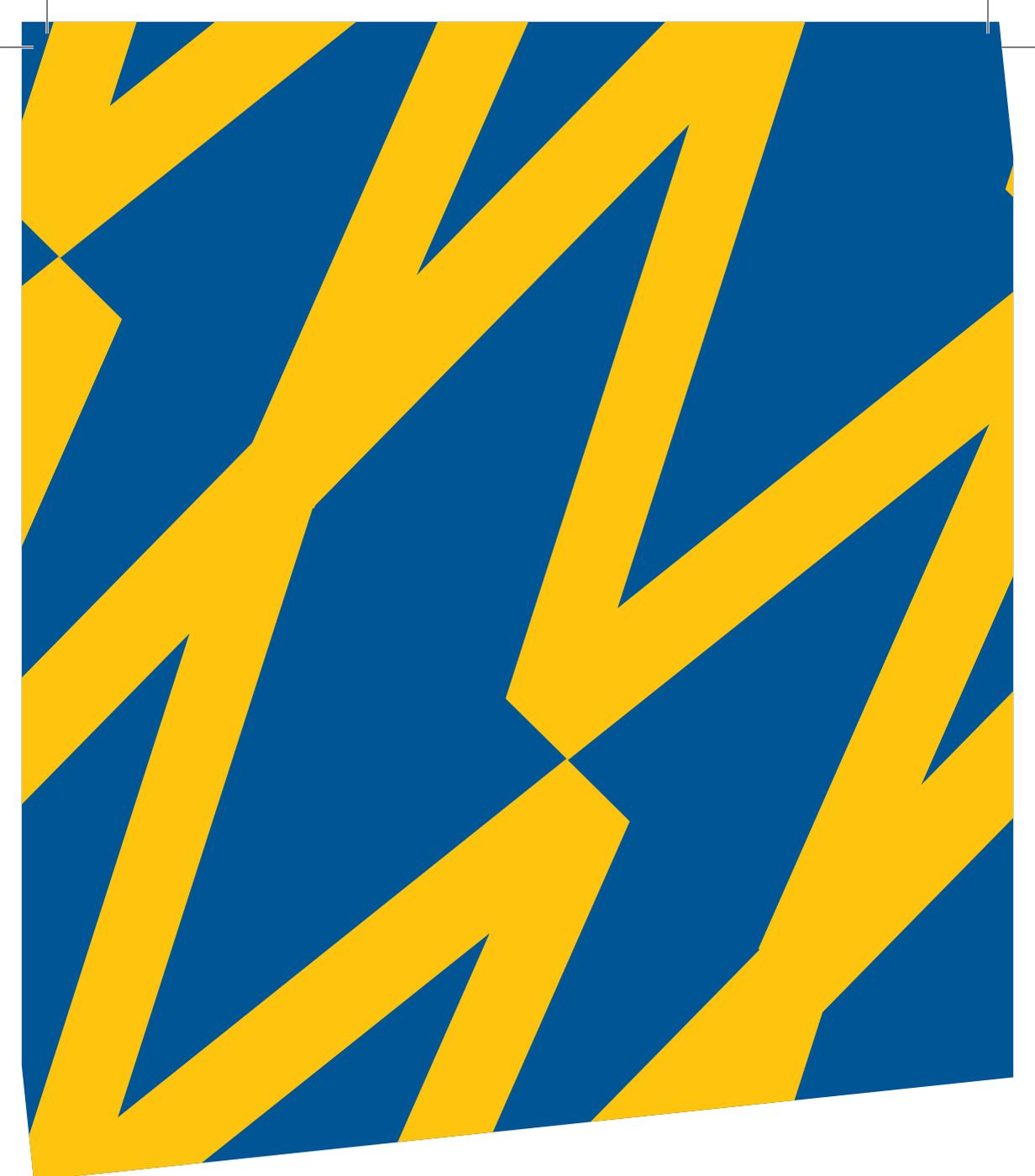
Documentos de suporte à elaboração desta Carta Compromisso:

<https://www.sns.gov./programa-nacional-para-a-saude-mental>

<http://pns.dgs.pt/files/2015/06/Plano-Nacional-de-Saude-Revisao-e-Extensao-a-2020.pdf.pdf>

<https://observatorio-lisboa.eapn.pt/ficheiro/Plano-Regional-SM-RLVT.pdf>





CMA —
CÂMARA
MUNICIPAL
DE ALMADA