



Conselho da  
União Europeia

Bruxelas, 8 de junho de 2023  
(OR. en)

9870/23

SAN 296  
PHARM 92  
COVID-19 24  
RECH 275  
JEUN 158  
EDUC 245  
SOC 430  
EMPL 298  
RELEX 702

CYBER 150  
DIGIT 110  
ENV 647  
MIGR 197  
COPEN 197  
FIN 621  
ECOFIN 578  
CORDROGUE 58

#### NOTA DE ENVIO

---

|                  |                                                                                                                                                                             |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| de:              | Secretária-geral da Comissão Europeia, com a assinatura de Martine DEPREZ, diretora                                                                                         |
| data de receção: | 8 de junho de 2023                                                                                                                                                          |
| para:            | Thérèse BLANCHET, secretária-geral do Conselho da União Europeia                                                                                                            |
| n.º doc. Com.:   | COM(2023) 298 final                                                                                                                                                         |
| Assunto:         | COMUNICAÇÃO DA COMISSÃO AO PARLAMENTO EUROPEU, AO CONSELHO, AO COMITÉ ECONÓMICO E SOCIAL EUROPEU E AO COMITÉ DAS REGIÕES relativa a uma abordagem abrangente à saúde mental |

---

Envia-se em anexo, à atenção das delegações, o documento COM(2023) 298 final.

Anexo: COM(2023) 298 final

Bruxelas, 7.6.2023  
COM(2023) 298 final

**COMUNICAÇÃO DA COMISSÃO AO PARLAMENTO EUROPEU, AO  
CONSELHO, AO COMITÉ ECONÓMICO E SOCIAL EUROPEU E AO COMITÉ  
DAS REGIÕES**

**relativa a uma abordagem abrangente à saúde mental**

**A saúde mental é parte integrante da saúde.** É um estado de bem-estar em que as pessoas concretizam o seu potencial e conseguem lidar com o *stress* do dia-a-dia, trabalhar de forma produtiva e contribuir para a vida em comunidade. A saúde mental é condição prévia para uma economia produtiva e uma sociedade inclusiva e vai além de questões individuais ou familiares.

Os problemas de saúde mental não surgem sem precedentes, sendo condicionados por fatores pessoais e externos. São influenciados e refletem o estado da nossa sociedade, bem como a nossa economia, o nosso ambiente e também o atual contexto internacional. A União Europeia (UE) e o mundo atravessaram crises sem precedentes, tais como a pandemia de COVID-19, a guerra de agressão da Rússia contra a Ucrânia, bem como a crise energética e a inflação, que abalaram a realidade quotidiana, as expectativas e a confiança das pessoas. A tripla crise planetária (alterações climáticas, perda de biodiversidade e poluição) está a agravar-se. A par das oportunidades proporcionadas pelo aumento da digitalização, pelas alterações demográficas e as mudanças radicais no mercado de trabalho, surgem igualmente desafios. Para além de enfrentar estas crises, é fundamental dar resposta aos desafios em matéria de saúde mental para reforçar a resiliência das pessoas e da população.

Uma melhor saúde mental é simultaneamente um imperativo social e um imperativo económico. Antes da pandemia de COVID-19, os problemas de saúde mental afetavam cerca de 84 milhões de pessoas na UE (uma em cada seis pessoas), representando um custo de 600 mil milhões de EUR ou mais de 4 % do PIB<sup>1</sup>, com desigualdades regionais, sociais, de género e etárias significativas. No que diz respeito ao local de trabalho, 27 % dos trabalhadores declararam ter sofrido de *stress* relacionado com o trabalho, depressão ou ansiedade nos últimos doze meses, o que aumenta as possibilidades de absentismo, com graves repercussões na vida dos trabalhadores e nas empresas. O **custo da inação** em matéria de saúde mental já é significativo e, infelizmente, prevê-se que aumente ainda mais, em consonância com os fatores de *stress* mundiais. Já em 2019, mais de 7 % das pessoas na UE sofriam de depressão<sup>2</sup> e 13 % sentiam-se sozinhas na maior parte do tempo.

A pandemia constituiu uma grave ameaça para a saúde mental, especialmente entre os jovens e as pessoas com problemas de saúde mental preexistentes. Durante a pandemia, os habitantes na UE afetados pela solidão duplicaram em comparação com os anos anteriores à pandemia, atingindo 26 % em algumas regiões<sup>3</sup>. O aumento do sentimento de solidão e a redução das interações sociais, as preocupações com a própria saúde e com a saúde dos entes queridos, a incerteza quanto ao futuro e a ansiedade causada pelo medo e pela perda<sup>4</sup> são fatores que deram origem a perturbações de *stress* pós-traumático.

---

<sup>1</sup> [Health at a Glance: Europe 2018](#).

<sup>2</sup> [Eurostat News, Eurostat \(europa.eu\)](#).

<sup>3</sup> [New report: Loneliness doubles in Europe during the pandemic \(europa.eu\)](#).

<sup>4</sup> [«The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice», European Psychiatry, Cambridge Core](#).

O suicídio é a segunda principal causa de morte entre os jovens (dos 15 aos 19 anos)<sup>5</sup>, depois dos acidentes rodoviários. Na UE, o valor anual relativo à perda de saúde mental nas crianças e nos jovens está estimado em 50 mil milhões de euros<sup>6</sup>.

Por trás destas estatísticas encontram-se milhões de histórias de vida reais. Histórias de crianças e adolescentes para quem os táboles e telemóveis inteligentes, juntamente com as plataformas de redes sociais e aplicações de mensagens, se tornaram parte integrante das suas vidas, por vezes em detrimento da sua saúde física e mental. Histórias de pessoas socialmente excluídas que são vítimas de discriminação. Histórias de pessoas idosas que se sentem sozinhas e de trabalhadores em situação de esgotamento profissional. Pais que se encontram sem saber como lidar com as situações e pessoas que se sentem isoladas devido a quem são ou ao local onde vivem.

De acordo com a Carta dos Direitos Fundamentais da UE, **todas as pessoas têm direito ao acesso a cuidados preventivos e de beneficiar de tratamento médico** nas condições estabelecidas pelas legislações e práticas nacionais. Em conformidade com o Pilar dos Direitos Sociais da UE, todos têm direito a aceder, em tempo útil, a cuidados preventivos e curativos a preços comportáveis e de boa qualidade.

Numa sociedade saudável as pessoas devem saber que é possível encontrar ajuda, bem como aceder ao apoio e tratamento a preços comportáveis e de elevada qualidade. Um dos principais **objetivos das políticas públicas** deve ser garantir que ninguém é deixado para trás, que os cidadãos gozam de igualdade de acesso aos serviços preventivos e de saúde mental em toda a UE e que a reintegração e a inclusão social orientam a ação coletiva em matéria de doenças mentais. São necessárias orientações, coordenação, apoio reforçado e ações específicas eficazes para aproximar a Europa desse objetivo. A análise das alterações demográficas pode servir de base a intervenções específicas, uma vez que os fatores demográficos podem ajudar a identificar os grupos de alto risco que podem necessitar de apoio ou recursos específicos, servindo assim para adaptar as políticas em conformidade.

Em resposta a esta realidade e ao apelo dos cidadãos à adoção de medidas em matéria de saúde mental no contexto da Conferência sobre o Futuro da Europa, a presidente Ursula von der Leyen anunciou uma nova iniciativa sobre a saúde mental na UE. No âmbito da prioridade da Comissão «Promoção do Modo de Vida Europeu», esta iniciativa marca um ponto de viragem na forma como tratamos a saúde mental na UE. A Comissão está também a dar resposta ao apelo à ação do Parlamento Europeu na sequência da sua resolução de 2022 sobre a saúde mental no mundo do trabalho digital<sup>7</sup>, que insta as instituições da UE e os Estados-Membros a reconhecerem a dimensão dos problemas de saúde mental relacionados com o trabalho na UE e a agirem em conformidade. A presente comunicação constitui o início de uma nova abordagem estratégica à saúde mental, de natureza intersetorial, que vai além da política de saúde. Centra-se na forma de prestar apoio às pessoas que sofrem de problemas de

---

<sup>5</sup> *The State of the World's Children 2021: On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health, Regional brief: Europe*, UNICEF, 2021.

<sup>6</sup> [SOWC-2021-Europe-regional-brief.pdf \(unicef.org\)](#).

<sup>7</sup> [https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/TA-9-2022-0279\\_EN.html](https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/TA-9-2022-0279_EN.html).

saúde mental e nas políticas de prevenção. Baseia-se em **três princípios orientadores que devem ser aplicados a todos os cidadãos da UE**: i) ter acesso a uma prevenção adequada e eficaz, ii) ter acesso a tratamentos e cuidados de saúde mental de elevada qualidade e a preços comportáveis, e iii) ser capaz de se reintegrar na sociedade após a recuperação.

Estes princípios orientadores servem de base a todos os aspetos da presente iniciativa e refletem-se diretamente nos respetivos capítulos.

A abordagem abrangente atual à saúde mental apela a um trabalho conjunto dos intervenientes nacionais e regionais, dos setores de intervenção da saúde e não relacionados com a saúde, e das partes interessadas pertinentes, desde as organizações de doentes e da sociedade civil até ao meio académico e à indústria. Visa criar instrumentos que permitam promover mudanças, incluindo ao nível mundial, impulsionar as estruturas existentes e monitorizar as ações.

A referida abordagem apoiará os Estados-Membros nos seus esforços para alcançar as metas da Organização Mundial da Saúde (OMS) para as doenças não transmissíveis até 2025<sup>8</sup> e os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS)<sup>9</sup> até 2030, nomeadamente em matéria de saúde mental.

#### ***a. Integrar a saúde mental em todas as políticas***

Uma **abordagem abrangente** deve reconhecer a influência dos fatores biológicos e psicológicos, bem como a importância da família, da comunidade, da sociedade, do ambiente e da segurança. Tal inclui o papel da conciliação do trabalho e da prestação de cuidados, os contextos escolar e do local de trabalho, bem como o mundo digital e os determinantes sociais (p. ex., os níveis de violência, o género, o comportamento, a educação<sup>10</sup>), económicos (p. ex., a instabilidade, a inflação, a pobreza e o desemprego) e comerciais (p. ex., a pressão das práticas comerciais agressivas) da saúde.

Por conseguinte, as políticas nos domínios da educação, da juventude, das artes e da cultura, do ambiente, do emprego, da coesão, da investigação e inovação, da proteção social, do desenvolvimento urbano sustentável e do mundo digital são necessárias para melhorar a saúde mental e estimular a resiliência em matéria de saúde mental. Não é possível ultrapassar os obstáculos a uma boa saúde mental unicamente no âmbito do sistema de saúde<sup>11</sup>.

Os determinantes da saúde mental interagem com as desigualdades existentes na sociedade, aumentando o risco de algumas pessoas sofrerem de problemas de saúde mental em comparação com outras. Tendo em conta que a **discriminação** baseada no género, na raça ou na origem étnica, na religião ou na crença, na deficiência, na idade ou na orientação sexual, na

---

<sup>8</sup> [On the road to 2025 \(who.int\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/non-communicable-diseases).

<sup>9</sup> Meta 3.4 dos ODS | Doenças não transmissíveis e saúde mental: até 2030, reduzir em um terço a mortalidade prematura por doenças não transmissíveis através da prevenção e do tratamento, e promover a saúde mental e o bem-estar.

<sup>10</sup> «Education: a neglected social determinant of health», *The Lancet Public Health*.

<sup>11</sup> «Fitter Minds, Fitter Jobs: From Awareness to Change in Integrated Mental Health, Skills and Work Policies», *Mental Health and Work*, OECD iLibrary ([oecd-ilibrary.org](https://oecd-ilibrary.org/)).

**violência e no ódio** contribuem para o desenvolvimento de problemas de saúde mental, a promoção da igualdade nas nossas sociedades constitui um importante instrumento de prevenção. A Comissão adotou cinco estratégias em matéria de igualdade<sup>12</sup>, em 2020 e 2021, no sentido de avançar rumo a uma **União da Igualdade**. Todas as estratégias salientam o risco de a discriminação poder conduzir à degradação da saúde mental. A infância é uma fase fundamental da vida que condiciona a saúde mental no futuro, tal como salienta a **Estratégia da UE sobre os Direitos da Criança**<sup>13</sup>, que apela a uma abordagem abrangente para prevenir e proteger as crianças de todas as formas de violência.

O **Ano Europeu da Juventude** de 2022 centrou-se no restabelecimento de uma perspetiva positiva para os jovens e incluiu atividades de apoio à saúde mental e ao bem-estar dos jovens. O **Ano Europeu das Competências** promoverá, em 2023, o investimento na formação e na melhoria das competências, no sentido de aumentar as oportunidades de vida e melhorar a adaptabilidade das pessoas e dos trabalhadores à mudança, o que é importante para a promoção de uma abordagem abrangente à saúde mental.

Uma política em matéria de saúde mental que dê resposta às necessidades de todos deve funcionar em todos os domínios de intervenção pertinentes. Por exemplo, existe um volume crescente de investigações que apontam para o facto de a interligação e a reaproximação à natureza terem um impacto positivo na saúde mental. Ao mesmo tempo, é amplamente reconhecido o impacto da poluição na saúde mental, nomeadamente através da poluição atmosférica ou da exposição dos cidadãos a produtos químicos tóxicos. As metas e as ações previstas no **Pacto Ecológico Europeu**, que promovem um ambiente limpo, a renaturalização e reabilitação das minas e a ecologização urbana, têm um efeito positivo a nossa saúde física e mental.

A fim de atenuar os riscos relacionados com a utilização de serviços digitais, incluindo os riscos relacionados com a saúde mental, o **Regulamento dos Serviços Digitais**<sup>14</sup> (RSD) cria um vasto conjunto de obrigações de devida diligência aplicáveis aos prestadores de serviços intermediários em linha. Para possibilitar soluções específicas e dar respostas eficazes às preocupações de ordem pública, o RSD identifica os riscos específicos relacionados com os efeitos negativos graves **no bem-estar físico e mental de uma pessoa**, bem como as consequências para o **desenvolvimento físico e mental das crianças**, potencialmente decorrentes da utilização destas plataformas. As maiores plataformas e motores de pesquisa, ou seja, os que têm mais de 45 milhões de utilizadores na União, são obrigados a avaliar os

---

<sup>12</sup> [Estratégia para a Igualdade de Género](#); [Estratégia para a Igualdade de Tratamento das Pessoas LGBTIQ](#); [Quadro Estratégico da UE para os Ciganos](#); [Estratégia sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência](#).

<sup>13</sup> [Estratégia da UE sobre os Direitos da Criança e a Garantia Europeia para a Infância \(europa.eu\)](#).

<sup>14</sup> Regulamento (UE) 2022/2065 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 19 de outubro de 2022, relativo a um mercado único para os serviços digitais e que altera a Diretiva 2000/31/CE (Regulamento dos Serviços Digitais), <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PT/TXT/?uri=celex%3A32022R2065>.

riscos sistêmicos que os seus serviços representam para a saúde mental e a adotar medidas para mitigar os riscos identificados<sup>15</sup>.

A Comissão já está a dar apoio à **transferência das boas práticas pertinentes** dos Estados-Membros e das partes interessadas, para promover a saúde mental em todas as políticas nas comunidades<sup>16</sup>, através do grupo de peritos em saúde pública<sup>17</sup>.

Está em curso um estudo para analisar a **eficácia da expansão das políticas em matéria de saúde mental** e de bem-estar nos Estados-Membros<sup>18</sup>, a fim de proporcionar um melhor apoio à elaboração de políticas.

## INICIATIVAS EMBLEMÁTICAS

### 1. INICIATIVA EUROPEIA DE REFORÇO DE CAPACIDADES EM MATÉRIA DE SAÚDE MENTAL

- Em 2023, a Comissão afetará 11 milhões de EUR no âmbito do Programa UE pela Saúde para apoiar os Estados-Membros no **reforço de capacidades para uma abordagem que promova a saúde mental em todas as políticas**, juntamente com a OMS<sup>19</sup>.
- Atribuirá igualmente 10 milhões de EUR<sup>20</sup> para apoiar o papel das partes interessadas na **promoção da saúde mental nas comunidades**, com um foco em grupos vulneráveis, incluindo crianças, jovens e populações de migrantes/refugiados.
- Em 2024, a Comissão estabelecerá um **plano (conjunto de ferramentas) para uma abordagem multidisciplinar ao reforço de capacidades em matéria de saúde mental**<sup>21</sup>.

Os Estados-Membros são instados a adotar uma abordagem que promova a **saúde mental em todas as políticas**. Deve ser dada especial atenção à **promoção e prevenção**<sup>22</sup>, à **intervenção**

<sup>15</sup> Essas medidas poderão incluir, por exemplo, a atenuação dos efeitos negativos das recomendações personalizadas e a correção dos critérios utilizados nas suas recomendações, a suspensão das receitas publicitárias de informações específicas ou a adaptação da visibilidade das fontes de informação fidedignas.

<sup>16</sup> Tal como o [Modelo de boas práticas da Aliança Europeia contra a Depressão \(EAAD\)](#) para melhorar os cuidados em matéria de depressão e prevenir os comportamentos suicidas na Europa, financiado no âmbito do 3.º Programa de Saúde: 2 milhões de EUR.

<sup>17</sup> [https://health.ec.europa.eu/non-communicable-diseases/expert-group-public-health\\_pt](https://health.ec.europa.eu/non-communicable-diseases/expert-group-public-health_pt).

<sup>18</sup> Apoio financeiro no âmbito do [programa de trabalho de 2021 do UE pela Saúde](#): DP-g-07.2.1 *Collection and support for implementation of innovative best practices and research results on non-communicable diseases* - reforço do orçamento através da redistribuição de fundo: 1 milhão de EUR.

<sup>19</sup> Através de um acordo de contribuição celebrado com a OMS (orçamento reforçado através da redistribuição de fundos: 11 milhões de EUR) no âmbito do [programa de trabalho de 2022 do UE pela Saúde](#) - DP-g-22-07.02 *Addressing mental health challenges*.

<sup>20</sup> Apoio financeiro no âmbito do [programa de trabalho de 2022 do UE pela Saúde](#): DP-g-22-07.01/03/04 *Call for proposals on promoting mental health*: 10 milhões de EUR.

<sup>21</sup> [Reforço de capacidades em matéria de saúde mental](#): Programa de formação multidisciplinar e programa de intercâmbio para profissionais de saúde: 9 milhões de EUR.



**precoce**, à luta contra o **estigma** e à garantia de **inclusão social** das pessoas que sofrem de problemas de saúde mental. Além disso, os Estados-Membros devem apoiar os programas destinados a ajudar as pessoas a regressar ao trabalho. O domínio digital, nomeadamente no local de trabalho, acarreta **riscos psicossociais** que afetam significativamente as pessoas, as organizações e as economias<sup>23</sup>. É necessário prestar especial atenção à promoção do equilíbrio entre a vida profissional e a vida familiar.

### ***b. Promoção da saúde mental e prevenção e deteção de problemas de saúde mental***

**As pessoas afetadas por problemas de saúde mental precisam de saber onde encontrar ajuda.** Atualmente, os serviços e instrumentos disponíveis estão dispersos e variam muito em toda a UE. Além disso, não têm visibilidade suficiente nem são conhecidos pelas pessoas. Esta situação tem de mudar.

A promoção de uma boa saúde mental, a prevenção dos problemas de saúde mental e as intervenções precoces são mais eficazes e económicas do que os tratamentos. As **provas de carácter económico** relativas aos investimentos através deste tipo de abordagem revelam uma maior eficácia das **intervenções precoces** centradas na saúde materna e infantil, nas crianças e nos adolescentes, na saúde mental no local de trabalho [ver capítulo e)] e na prevenção do suicídio e das lesões autoinfligidas<sup>24</sup>. A investigação deve ser reforçada neste domínio, a fim de detetar melhor os sinais de preocupação precoces e o Horizonte Europa dispõe de um orçamento dedicado para o efeito<sup>25</sup>.

A saúde das pessoas é influenciada pelas suas experiências e pelos ambientes em que vivem. Os **determinantes da saúde**, como a nutrição e a atividade física, o consumo nocivo de álcool, tabaco e drogas, bem como os **determinantes ambientais, sociais e comerciais**, incluindo as condições de vida, a melhoria da habitação, o ar limpo, o acesso ao desporto, à cultura e às zonas verdes, um melhor equilíbrio entre a vida profissional e a vida familiar, bem como os riscos de violência têm um impacto importante na saúde mental.

A atividade física e o desporto desempenham um papel importante na promoção de uma boa saúde mental. A UE continuará a promover o **desporto e a atividade física benéfica para a saúde**, através do plano de trabalho da UE para o desporto e da Semana Europeia do Desporto.

**A intervenção precoce pode assegurar um apoio atempado** e evitar uma maior deterioração do bem-estar e da saúde mental, especialmente entre os jovens<sup>26</sup>. Por exemplo, a

---

<sup>22</sup> [Portal do conhecimento sobre promoção da saúde e prevenção das doenças do Centro Comum de Investigação \(prevenção da depressão, do stress associado ao trabalho e da demência\).](#)

<sup>23</sup> A comunicação sobre um [«Quadro Estratégico da UE para a Saúde e Segurança no Trabalho 2021-2027»](#) reconhece a importância de abordar os riscos psicossociais no trabalho, nomeadamente à luz da transição para a digitalização.

<sup>24</sup> <https://www.annualreviews.org/doi/full/10.1146/annurev-publhealth-040617-013629>.

<sup>25</sup> [Convites à apresentação de candidaturas no domínio da saúde de 2023 no âmbito do Horizonte Europeu - «Pacto Grisalho» - Saúde e cuidados centrados nas pessoas nas regiões da Europa \(Destino 1\) \(europa.eu\).](#)

<sup>26</sup> [Preventive psychiatry: a blueprint for improving the mental health of young people \(nih.gov\).](#)



intervenção precoce pode ser fundamental para identificar os fatores de risco e os sinais de várias formas de sofrimento que podem afetar as pessoas, bem como para lhes fazer face. Além disso, vários contextos, tais como as escolas, os locais de trabalho, os lares de idosos e as prisões, são fundamentais para a promoção da saúde mental, a prevenção e a identificação e intervenção precoces. **Os programas escolares** destinados a promover a saúde mental e o bem-estar que envolvem vários intervenientes e serviços<sup>27</sup> da comunidade, por exemplo, podem identificar e solucionar problemas numa fase precoce.

Em 2023, a Comissão lançará um convite à apresentação de **boas práticas em matéria de promoção, prevenção, deteção precoce e intervenção precoce no domínio da saúde mental** destinado aos Estados-Membros e às partes interessadas, através do portal de boas práticas da UE<sup>28</sup>. Em conjunto com os Estados-Membros, elaborará iniciativas destinadas a abordar os principais determinantes comportamentais, económicos, sociais, ambientais (incluindo a poluição), transgeracionais e comerciais da saúde mental, através do trabalho colaborativo no âmbito da iniciativa «Mais Saudáveis Juntos»<sup>29</sup>. Apoiará igualmente a elaboração de **orientações sobre a deteção e intervenção precoces** e o rastreio de grupos vulneráveis em contextos-chave, a testar pelos Estados-Membros<sup>30</sup>. A Comissão intensificará o seu trabalho em matéria de **investigação sobre o cérebro** com o lançamento de novos projetos, nomeadamente através da utilização de dados de saúde digitais<sup>31</sup> e de infraestruturas de computação e simulação<sup>32</sup>.

## INICIATIVAS EMBLEMÁTICAS

### 2. INICIATIVA EUROPEIA DE PREVENÇÃO DA DEPRESSÃO E DO SUICÍDIO

- A Comissão investirá 6 milhões de EUR na redução do risco de as pessoas serem afetadas por problemas graves de saúde mental, apoiando a elaboração e a aplicação de **políticas de prevenção da depressão e do suicídio** nos Estados-Membros, com base no intercâmbio de boas práticas (2023).

### 3. INICIATIVA MAIS SAUDÁVEIS JUNTOS – SAÚDE MENTAL

- A Comissão afetará 8,3 milhões de EUR ao **reforço da vertente de saúde mental da iniciativa da UE para as doenças não transmissíveis «Mais saudáveis juntos»**, com o objetivo de apoiar as ações dos Estados-Membros em matéria de promoção da

<sup>27</sup> Em linha com a Recomendação do Conselho sobre [percursos para o sucesso escolar](#).

<sup>28</sup> [Portal de boas práticas \(europa.eu\)](#).

<sup>29</sup> Através de ações financiadas no âmbito do [Programa UE pela Saúde \(2021-2027\)](#).

<sup>30</sup> Através de financiamento no âmbito do [programa de trabalho do UE pela Saúde 2022](#) (assistência técnica para grupos de peritos).

<sup>31</sup> A [Proposta de Regulamento relativo ao Espaço Europeu de Dados de Saúde](#) visa proporcionar um melhor acesso aos dados de saúde para fins de investigação e inovação, nomeadamente no domínio da investigação sobre o cérebro.

<sup>32</sup> [Infraestruturas Europeias de Investigação \(europa.eu\)](#).

saúde mental, criação de ambientes e políticas favoráveis, reforço da inclusão social e combate ao estigma e à discriminação associados aos problemas de saúde mental<sup>33</sup>.

#### 4. VIA DE ACESSO PARA PESSOAS AFETADAS POR PROBLEMAS DE SAÚDE MENTAL

- A Comissão criará um repositório da UE no âmbito do portal de boas práticas da UE<sup>34</sup> que reunirá as **boas práticas** dos Estados-Membros, a fim de fomentar a aprendizagem mútua e direcionar as pessoas para os cuidados de saúde eficazes (linhas diretas, pontos de ajuda, etc.).
- Para ajudar as pessoas a compreender os vários serviços de apoio disponíveis, os Estados-Membros serão incentivados<sup>35</sup> a criar sítios Web nacionais para que estas pessoas possam ter um ponto de referência a fim de **melhorar o acesso ao tratamento, ao apoio e aos cuidados de saúde**.

#### 5. CÓDIGO EUROPEU DE SAÚDE MENTAL

- A Comissão afetará 2 milhões de EUR<sup>36</sup> para **capacitar as pessoas** afetadas por problemas de saúde mental a cuidarem melhor da sua saúde mental, bem como da saúde mental das suas famílias e dos seus cuidadores, através do fornecimento de um conjunto de recomendações baseadas em provas que serão ativamente promovidas e disponibilizadas em linha.

#### 6. DESENVOLVIMENTO DE UM ECOSISTEMA COMUM PARA A INVESTIGAÇÃO SOBRE O CÉREBRO

- A Comissão estimulará a investigação sobre a saúde do cérebro, incluindo a saúde mental, trabalhando em estreita colaboração com os Estados-Membros para criar um ecossistema de investigação. Este ecossistema reunirá investigadores e partes interessadas de modo a viabilizar e coordenar atividades, a fim de maximizar os investimentos em investigação da UE e dos Estados-Membros.

Os Estados-Membros são instados a tirar partido das oportunidades de financiamento da UE e a colaborar para **implementar iniciativas e boas práticas** em matéria de promoção da saúde mental e de prevenção, a fim de abordar a relação entre as **desigualdades e a saúde mental**, intensificando os esforços para combater o estigma, a discriminação, o discurso de ódio e a violência, e de proporcionar formação adequada, melhoria de competências e requalificação dos profissionais de saúde e de segurança social no domínio da promoção da saúde mental e do bem-estar. Os países devem também dar resposta aos desafios relacionados com a prevenção dos problemas de saúde mental das comunidades vulneráveis, reforçar a identificação precoce dos problemas de saúde mental, proporcionar apoio e intervenções precoces e debruçar-se sobre a relação entre a **exclusão, as desigualdades e a saúde mental**, intensificando os esforços para combater a discriminação, o discurso de ódio e a violência.

<sup>33</sup> [Grupo de Peritos em Saúde Pública](#).

<sup>34</sup> Portal de boas práticas da UE: [Portal de boas práticas \(europa.eu\)](#).

<sup>35</sup> No âmbito do subgrupo sobre saúde mental do grupo de peritos em saúde pública.

<sup>36</sup> [Programa UE pela Saúde 2023 \(europa.eu\)](#).

### ***c. Promover a saúde mental das crianças e dos jovens***

A Europa está a assistir a um **agravamento da saúde mental das gerações mais jovens**. Durante a pandemia de COVID-19, a maioria das crianças foi mantida fora das salas de aula e privada de interação social e de atividade física, e a depressão entre os jovens mais do que duplicou<sup>37</sup>. A solidão, uma componente importante do bem-estar e da saúde mental, atingiu níveis alarmantes. Em 2022, uma em cada cinco pessoas com idades compreendidas entre os 16 e os 25 anos afirmou sentir-se sozinha na maior parte do tempo<sup>38</sup>.

A pobreza infantil pode ter efeitos prejudiciais na saúde mental. A Recomendação do Conselho que estabelece uma **Garantia Europeia para a Infância**<sup>39</sup> dá resposta a alguns desses desafios. Os programas de prevenção da intimidação (*bullying*) nas escolas<sup>40</sup> são uma forma eficaz de apoiar o bem-estar psicológico das crianças e dos jovens.

Os jovens lidam cada vez mais com a ansiedade, a tristeza ou o medo, as lesões autoinfligidas, a baixa autoestima, a intimidação e os distúrbios alimentares. As crianças migrantes e deslocadas à força, incluindo as crianças forçadas a fugir da guerra de agressão da Rússia contra a Ucrânia, bem como as crianças vítimas de exploração sexual e de outros crimes e maus tratos, estão especialmente em risco.

As crianças são afetadas por diferentes determinantes de saúde, ambientais, sociais e comerciais interligados, bem como pelas consequências dos crimes em linha, tal como o abuso sexual de crianças em linha. Existem casos em que as crianças e os jovens enfrentam adversidades durante **os anos formativos e de maior vulnerabilidade, o que pode influenciar a sua saúde física e mental ao longo de toda a vida**.

Os jovens estão também seriamente preocupados com as alterações climáticas e com a perda de biodiversidade. Um inquérito recente<sup>41</sup> concluiu que 75 % das crianças e dos jovens inquiridos veem o seu futuro como «assustador». O estudo revelou ainda que a ecoansiedade e a angústia relacionada com as alterações climáticas estavam correlacionadas com a perceção de inadequação das respostas governamentais e com os sentimentos de deslealdade associados. Os compromissos da UE no sentido de alcançar a neutralidade climática até 2050 e com o Acordo de Kunming-Montreal (Quadro Mundial para a Biodiversidade) são, por conseguinte, igualmente importantes para a saúde mental das nossas crianças.

As **ferramentas digitais** podem ter um impacto positivo na saúde mental (p. ex., facultando o acesso à informação, a grupos de apoio e a serviços de terapia), mas podem também afetar negativamente a saúde mental. Tem de haver uma mudança para que **o espaço digital se torne mais seguro e saudável** para as crianças<sup>42</sup>. Para tal é necessário: protegê-las contra os conteúdos inadequados, a recolha intrusiva de informações e as práticas comerciais agressivas

---

<sup>37</sup> Dos níveis pré-pandémicos (2019 ou o ano mais próximo) até aos níveis pandémicos (abril de 2020 – agosto de 2021): [Health at a Glance: Europe report, 2022](#).

<sup>38</sup> [Publicações sobre a solidão \(europa.eu\)](#).

<sup>39</sup> [Recomendação do Conselho relativa à criação de uma Garantia Europeia para a Infância](#).

<sup>40</sup> [Bem-estar na escola - Espaço Europeu da Educação \(europa.eu\)](#).

<sup>41</sup> <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2542519621002783>.

<sup>42</sup> [Criar uma Internet melhor para crianças. Construir o futuro digital da Europa \(europa.eu\)](#).

em linha em matéria de álcool e tabaco e de alimentos, bebidas e padrões de beleza prejudiciais para a saúde, bem como assegurar uma utilização prudente das redes sociais, combater o abuso sexual de crianças em linha e o acesso a drogas ilícitas e a novas substâncias psicoativas, com salvaguardas contra a ciberintimidação (*cyberbullying*), o discurso de ódio, a exposição excessiva aos ecrãs e a edição digital de imagens; promover uma utilização equilibrada dos jogos, o que contribui para evitar a sua utilização compulsiva e os seus efeitos negativos no quotidiano.

No que diz respeito ao desenvolvimento físico e mental das crianças<sup>43</sup>, o **Regulamento dos Serviços Digitais**<sup>44</sup> (RSD) identifica determinados riscos sistémicos decorrentes da conceção ou do funcionamento dos serviços e dos sistemas, nomeadamente os sistemas algorítmicos, das «plataformas em linha de muito grande dimensão» ou dos «motores de pesquisa em linha de muito grande dimensão». Tais riscos podem surgir, por exemplo, em relação à conceção de interfaces em linha que, de forma intencional ou involuntária, explorem as vulnerabilidades e a in experiência dos menores ou possam causar comportamentos aditivos.

Para as plataformas que não são designadas como «muito grandes», o RSD impõe igualmente medidas específicas para melhor **proteger os menores em linha**, por exemplo concebendo a sua interface ou partes da mesma com o mais elevado nível de privacidade, segurança e proteção dos menores por defeito, adotando normas de proteção ou participando em códigos de conduta pertinentes. Além disso, o RSD proíbe os fornecedores de plataformas em linha de exibirem publicidade em linha na sua interface se tiverem conhecimento, com uma certeza razoável, de que o destinatário do serviço é um menor.

A estratégia para uma Internet melhor para as crianças (BIK+)<sup>45</sup>, que complementa o RSD, presta apoio à saúde mental das crianças que utilizam a Internet através dos **Centros Internet Segura** e do portal BIK, que oferece um manancial de recursos adequados à idade para crianças, famílias e professores. Estas linhas de apoio dos Centros Internet Segura oferecem apoio prático e aconselhamento às crianças que enfrentam problemas em linha, tais como a ciberintimidação, o aliciamento de menores e os conteúdos perturbadores, bem como aos seus pais ou tutores.

As crianças encontram-se numa situação mais vulnerável do que os adultos para poderem expressar as suas preocupações. Em conformidade com a Estratégia da UE sobre os Direitos da Criança, a Comissão apresentará, em 2024, uma iniciativa sobre os sistemas integrados de proteção das crianças, que instará todas as autoridades e serviços pertinentes a melhor colaborarem num sistema que se centre nas crianças. As crianças serão consultadas durante a sua elaboração, nomeadamente no que diz respeito à dimensão da saúde mental, no âmbito da recém-criada Plataforma da UE para a Participação das Crianças. As **crianças devem ser ouvidas** e, para o efeito, são necessários instrumentos e iniciativas específicos. A Comissão apoiará a implementação da **estratégia da UE para uma luta mais eficaz contra a**

---

<sup>43</sup> Artigo 34.º, n.º 2, alíneas b) e d).

<sup>44</sup> [Regulamento dos Serviços Digitais](#).

<sup>45</sup> Uma Década Digital para as crianças e os jovens: a nova Estratégia europeia para uma Internet melhor para as crianças (BIK+) COM/2022/212 final.

**exploração e o abuso sexual de crianças**<sup>46</sup>, melhorando a prevenção, a assistência às vítimas, bem como os esforços de investigação e ação penal. A fim de dar resposta aos **desafios específicos das crianças e dos jovens** que vivem em zonas rurais ou remotas, especialmente afetados pela insuficiência de serviços de apoio à saúde mental, a Comissão incluirá ações dedicadas no âmbito do plano de ação da UE para zonas rurais. Garantirá também a continuidade do apoio prestado pelo **Corpo Europeu de Solidariedade** às atividades relacionadas com a prevenção, a promoção e o apoio no domínio da saúde, em consonância com a campanha HealthyLifeStyle4All<sup>47</sup>, com especial destaque para o apoio a grupos populacionais vulneráveis ou desfavorecidos.

**A prevenção e as intervenções precoces** levadas a cabo por profissionais em contacto com as crianças, como os professores, podem promover a resiliência das crianças e dos jovens em termos de saúde mental e atenuar potenciais consequências nocivas, dando-lhes, nomeadamente, a possibilidade de se exprimirem. As creches e as escolas representam um contexto ideal para dotar as crianças das competências necessárias para controlarem as suas emoções e compreenderem do que se trata a saúde mental, desenvolvendo competências como a empatia e reforçando a autoconsciência e a autoconfiança. Para tal é necessário pessoal devidamente formado e um investimento considerável que possa ajudar a reduzir o estigma em torno dos problemas de saúde mental e a construir uma sociedade mais resiliente e coesa. Está demonstrado que as iniciativas em contexto escolar, incluindo as abordagens holísticas à saúde mental, permitem melhorar a saúde mental dos alunos, bem como as suas competências cognitivas, a capacidade de concentração, os resultados académicos e a resiliência aos fatores de *stress*<sup>48</sup>. A Child **Helpline** International<sup>49</sup> presta apoio no domínio da saúde mental das crianças, o que pode incluir apoio emocional, psicológico e, por vezes, jurídico às crianças que contactam a linha de apoio.

A Comissão apoiará os Estados-Membros na aplicação da **Garantia Europeia para a Infância**, em consonância com os seus planos de ação nacionais e através do apoio dos fundos da UE, em especial o Fundo Social Europeu Mais, e facilitando o intercâmbio de boas práticas entre os coordenadores da Garantia para a Infância. Os países serão também apoiados nos seus esforços para reforçar as capacidades nacionais dos cuidados de saúde e de profissionais de outros serviços, e serão convidados a tirar partido das oportunidades de financiamento do orçamento da UE para intensificar a ação em matéria de prevenção e intervenções precoces fora do setor da saúde, nomeadamente no contexto educativo. A Comissão **monitorizará igualmente os progressos** realizados através do Semestre Europeu.

---

<sup>46</sup> [Estratégia da UE para Uma Luta mais eficaz contra o Abuso Sexual das Crianças \(europa.eu\)](https://europa.eu/european-council/en/strategy-2015-2020/strategy-2015-2020).

<sup>47</sup> [Iniciativa HealthyLifestyle4All - Desporto \(europa.eu\)](https://europa.eu/european-council/en/strategy-2015-2020/strategy-2015-2020).

<sup>48</sup> [How school systems can improve health and well-being: topic brief: mental health \(who.int\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-school-systems).

<sup>49</sup> [Home - Child Helpline International: financiado no âmbito do programa Cidadãos, Igualdade, Direitos e Valores](https://www.childhelplineinternational.org/).

A Comissão continuará a implementar a **Estratégia da UE para a Juventude (2019-2027)**<sup>50</sup>, para melhorar a saúde mental e o bem-estar e pôr termo à estigmatização.

Reforçará a promoção da saúde mental em contextos educativos, apoiando a implementação da iniciativa **Percursos para o Sucesso Escolar**<sup>51</sup>. O grupo de peritos da Comissão em ambientes propícios à aprendizagem para grupos em risco de insucesso escolar e apoio ao bem-estar na escola elaborará, em 2024, orientações sobre uma **abordagem escolar sistémica e holística ao bem-estar** destinadas aos decisores políticos a nível local, regional e nacional e às escolas<sup>52</sup>. A Comissão proporá um conjunto de ferramentas de autoavaliação e de autoaperfeiçoamento **sobre o bem-estar escolar** e apresentará recomendações para atividades de sensibilização a nível nacional e da UE. Serão disponibilizadas oportunidades de financiamento para projetos através do Erasmus + e do Corpo Europeu de Solidariedade, a fim de promover a saúde mental e o bem-estar dos jovens, e a atividade de formação e cooperação a longo prazo Erasmus + sobre «**Saúde mental no trabalho com jovens**» continuará a desenvolver a literacia e a promover a sensibilização no domínio da saúde mental.

## INICIATIVAS EMBLEMÁTICAS

### 7. REDE DE SAÚDE MENTAL PARA CRIANÇAS E JOVENS

- Em 2024, a Comissão apoiará a criação de uma rede de saúde mental para crianças e jovens destinada ao intercâmbio de informações, ao apoio mútuo e à sensibilização através de embaixadores da juventude<sup>53</sup>.

### 8. SAÚDE DOS JOVENS 360

- Em 2023, a Comissão elaborará um **conjunto de ferramentas de prevenção** centrado na prevenção e na intervenção precoce junto de crianças em risco e que se debruçará sobre a relação entre a saúde mental e a saúde física e os principais determinantes da saúde<sup>54</sup>. Será dada especial atenção aos riscos de intimidação (*bullying*) nos contextos de ensino.

### 9. INICIATIVA EMBLEMÁTICA YOUTH FIRST (UMA INICIATIVA EMBLEMÁTICA DO INSTRUMENTO DE ASSISTÊNCIA TÉCNICA DE 2023)<sup>55</sup>

- Em 2023, a Comissão desenvolverá **ferramentas para crianças e jovens** que permitam solucionar ativamente, por exemplo, questões relacionadas com os estilos de vida

<sup>50</sup> [EUR-Lex - 42018Y1218\(01\) – PT – EUR-Lex \(europa.eu\)](#).

<sup>51</sup> [EUR-Lex - 32022H1209\(01\) – PT – EUR-Lex \(europa.eu\)](#).

<sup>52</sup> Estas orientações devem incluir o bem-estar mental e a prevenção da intimidação (*bullying*), apresentando igualmente soluções para fazer face ao *stress* dos professores associado ao trabalho e à violência e intimidação contra os professores, no âmbito de uma abordagem escolar holística. Ligação: <https://osha.europa.eu/en/publications/occupational-safety-and-health-and-education-whole-school-approach#:~:text=A%20Whole%2DSchool%20Approach%20to,pupils%20in%20school%20safety%20management>.

<sup>53</sup> No âmbito da iniciativa Mais saudáveis juntos e financiada pelo [Programa UE pela Saúde](#).

<sup>54</sup> No âmbito da iniciativa Mais saudáveis juntos e financiada pelo [Programa UE pela Saúde](#).

<sup>55</sup> 2 milhões de euros no âmbito do [programa de trabalho do IAT de 2023](#): o projeto será lançado no outono de 2023.



saudáveis e a prevenção de problemas de saúde mental, em estreita cooperação com as crianças e os jovens<sup>56</sup> (2 milhões de EUR).

#### 10. ECRÃS SAUDÁVEIS, JOVENS SAUDÁVEIS

A Comissão apoiará as seguintes atividades:

- Continuação da aplicação da estratégia para uma Internet melhor para as crianças (BIK+)<sup>57</sup>;
- Orientações práticas destinadas às autoridades competentes sobre como melhorar a **proteção das crianças no mundo digital**, complementadas pela monitorização do impacto da transformação digital no bem-estar das crianças através do portal Internet Melhor para as Crianças;
- **Código de conduta sobre uma conceção adequada à idade**<sup>58</sup>, a ser viabilizado pela Comissão, com base nas novas regras do RSG;
- Viabilização da continuação e intensificação dos trabalhos no âmbito do **código de conduta para a luta contra os discursos ilegais de incitação ao ódio em linha**, no âmbito do RSD<sup>59</sup>.

A Comissão encoraja os Estados-Membros a colaborarem em políticas e iniciativas que visem os desafios específicos relacionados com a **saúde mental das crianças e dos jovens** e a abordarem a relação entre os problemas de saúde mental e os determinantes da saúde e a utilização de ferramentas digitais. A Comissão incita os Estados-Membros a identificarem as crianças como um grupo-alvo prioritário nas suas estratégias nacionais em matéria de saúde mental e a criarem redes com famílias, escolas, jovens e outras partes interessadas e instituições envolvidas na saúde mental das crianças. Os Estados-Membros são instados a assegurar que as **crianças** tenham um melhor acesso aos serviços de saúde mental, bem como um acesso fácil e equitativo à alimentação saudável e à atividade física regular, que vivam em ambientes seguros e favoráveis e sejam protegidas contra o consumo nocivo do álcool, do tabaco e das drogas e contra os impactos negativos da utilização das tecnologias digitais. Os Estados-Membros são convidados a **aplicar as abordagens inovadoras e as boas práticas** identificadas na iniciativa Mais saudáveis juntos relativas à saúde mental das crianças e dos jovens, e a participar no trabalho colaborativo da referida iniciativa a fim de **abordar o impacto dos determinantes da saúde**, incluindo os determinantes económicos, comerciais, sociais e ambientais, e o impacto da transformação digital na saúde mental e no bem-estar das crianças e dos jovens.

<sup>56</sup> A Comissão prestará [assistência técnica](#), juntamente com a UNICEF, ao Chipre, à Itália, à Eslovénia e à Andaluzia, a fim de reforçar a colaboração entre diferentes setores: saúde, educação, serviços sociais e sistemas de proteção das crianças.

<sup>57</sup> [Estratégia para uma Internet melhor para as crianças](#).

<sup>58</sup> O código de conduta sobre uma conceção adequada à idade apoiará a aplicação do artigo 28.º do Regulamento dos Serviços Digitais e será reconhecido como um código nos termos do artigo 45.º do RSD.

<sup>59</sup> Está prevista a participação do Comité Europeu dos Serviços Digitais para qualquer código de conduta relacionado com o RSD.



#### ***d. Ajudar os que mais precisam***

As doenças mentais estão associadas a muitas formas de desigualdade, pelo que deve ser prestada especial atenção às pessoas em **situações vulneráveis**. As pessoas podem pertencer a um ou mais grupos vulneráveis em simultâneo, como, por exemplo, mães solteiras em situação de pobreza ou pessoas com deficiência a recuperar de doenças graves.

No contexto das desafiantes alterações demográficas, os **serviços de saúde mental, os serviços sociais e os serviços de cuidados de longa duração** devem ser acessíveis, comportáveis em termos de preços, fáceis de utilizar, integrados<sup>60</sup>, bem como ser disponibilizados num contexto de proximidade. **Os idosos**<sup>61</sup> devem sentir-se capacitados para adotar um estilo de vida ativo e saudável, gerir a sua própria saúde mental, aumentar as suas interações sociais<sup>62</sup> e reduzir a solidão. As soluções criativas, tais como a habitação intergeracional, devem ser incentivadas.

A Comissão promove a sensibilização para a necessidade de combater **a solidão e o isolamento social**, a fim de promover uma boa saúde mental<sup>63</sup>, e apoiará os Estados-Membros através da recolha e transferência de boas práticas por intermédio do Portal de Boas Práticas da UE.

As **mulheres** são quase duas vezes mais suscetíveis de sofrer uma depressão do que os homens. Esta diferença deve-se a uma multiplicidade de fatores, tais como a biologia, as condições de vida e os fatores de *stress* culturais<sup>64</sup>.

As vítimas de **violência baseada no género (VBG)** são particularmente vulneráveis. A Comissão reforçará a proteção e o apoio dados às **vítimas de violência baseada no género**, nomeadamente a ciberviolência, através da aplicação das futuras obrigações da UE nos termos da **Convenção de Istambul**<sup>65</sup> e da futura diretiva da UE em matéria de **violência contra as mulheres e violência doméstica**<sup>66</sup>. A Comissão apresentará soluções para a prevenção e o combate às **práticas nocivas contra as mulheres e as raparigas**<sup>67</sup> e criará uma rede da UE para a prevenção da **violência baseada no género** e da violência doméstica. É necessário fazer face à **depressão pós-parto** e a outros problemas de saúde mental que podem surgir durante e depois da gravidez, a fim de proteger a saúde mental tanto das crianças como das mulheres<sup>68</sup>. O projeto HappyMums<sup>69</sup> (Mães felizes), financiado pela UE, dedicar-se-á ao estudo dos mecanismos fisiológicos, com vista à realização de intervenções clínicas eficazes

---

<sup>60</sup> Um sistema de cuidados integrado para idosos significa que estes recebem os cuidados de saúde de que necessitam, onde e quando necessitam deles: [Ageing and Health unit \(who.int\)](#).

<sup>61</sup> Em 2021, mais de 20,8 % da população da UE tinha mais de 65 anos, prevendo-se que aumente para 30,3 % até 2058: [Conclusões do Conselho sobre a integração do envelhecimento nas políticas públicas](#).

<sup>62</sup> [Conclusões do Conselho sobre Direitos Humanos, Participação e Bem-estar das Pessoas Idosas na Era da Digitalização](#).

<sup>63</sup> [Solidão \(europa.eu\)](#).

<sup>64</sup> [WMH REVIEW FINAL \(who.int\)](#).

<sup>65</sup> Convenção de Istambul: [combate à violência contra as mulheres e à violência doméstica](#).

<sup>66</sup> [EUR-Lex — 52022PC0105 - PT — EUR-Lex \(europa.eu\)](#).

<sup>67</sup> [Programa de trabalho da Comissão para 2023](#).

<sup>68</sup> <https://cordis.europa.eu/project/id/101057390>.

<sup>69</sup> [Projeto HappyMums](#).

cientificamente comprovadas. É igualmente necessário encontrar soluções para outros desafios enfrentados pelas mulheres, tais como a desigualdade no acesso ao emprego, nomeadamente no que diz respeito aos contratos a termo e/ou igualdade de remuneração, a partilha desigual das responsabilidades domésticas e dos cuidados prestados à família, bem como as pressões e dependências económicas. A Comissão contribuirá para melhorar a situação, assegurando que os Estados-Membros transpõem e aplicam plena e corretamente a legislação da UE em matéria de igualdade de oportunidades e igualdade de tratamento entre homens e mulheres no emprego e na atividade profissional, de conciliação entre a vida profissional e a vida familiar dos progenitores e cuidadores, bem como de transparência salarial.

**A discriminação em razão da orientação sexual, da identidade de género, da expressão de género ou das características sexuais** pode também ter um impacto na saúde mental, especialmente junto dos jovens. O sofrimento psicológico decorrente de experiências de marginalização, discriminação e estigmatização («*stress* das minorias») aumenta o risco de comportamentos suicidas, lesões autoinfligidas ou depressão, problemas aos quais a Estratégia para a Igualdade de Tratamento das Pessoas LGBTIQ 2020-2025<sup>70</sup> procurará dar resposta.

A violência física e sexual e as ameaças sofridas pelas **vítimas de tráfico de seres humanos** têm consequências a longo prazo na saúde mental<sup>71</sup>. A diretiva relativa à prevenção e luta contra o tráfico de seres humanos reconhece as necessidades especiais das vítimas com problemas de saúde mental e prevê serviços de saúde especializados e apoio de longo prazo em termos de recuperação e reabilitação. A Comissão viabiliza e promove programas de apoio às vítimas durante a sua recuperação e reintegração<sup>72</sup>, tais como serviços de saúde e de apoio psicológico, através do Fundo para o Asilo, a Migração e a Integração<sup>73</sup>.

Muitos problemas de saúde podem provocar ou agravar problemas de saúde mental, por exemplo, entre os **doentes oncológicos**, tendo em conta que se trata da segunda principal causa de morte. O cancro não afeta apenas o corpo, afeta também a mente e os nossos sentimentos, pelo que conduz frequentemente a depressão, ansiedade e medo.

As deficiências podem muitas vezes expor as pessoas a um maior risco de desenvolvimento de problemas de saúde mental, o que pode exigir uma adaptação das abordagens em consonância com a estratégia sobre os direitos das **pessoas com deficiência**<sup>74</sup>, que faz referência a ações especialmente relevantes para as pessoas com deficiências mentais e

---

<sup>70</sup> [União da Igualdade: Estratégia para a Igualdade de Tratamento das Pessoas LGBTIQ 2020-2025](#).

<sup>71</sup> [Study on the economic, social and human costs of trafficking in human beings within the EU](#), Serviço das Publicações da UE (europa.eu).

<sup>72</sup> [Em consonância com a Estratégia da UE em matéria de Luta contra o Tráfico de Seres Humanos de 2021-2025](#).

<sup>73</sup> [Fundo para o Asilo, a Migração e a Integração \(2021-2027\) \(europa.eu\)](#).

<sup>74</sup> Em 2021, a Comissão Europeia adotou a [Estratégia sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência 2021-2030](#), em consonância com a Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, na qual são partes a UE e os seus Estados-Membros.

intelectuais, tal como a promoção da aplicação de boas práticas de desinstitucionalização no domínio da saúde mental pelos Estados-Membros.

A autonomia, independência e participação na sociedade estão relacionadas com a saúde mental, o que é especialmente relevante para os idosos e para as pessoas com deficiência. Por conseguinte, é crucial assegurar a acessibilidade física, social e financeira, nomeadamente melhorando o acesso das pessoas ao mercado de trabalho e facilitando o seu regresso ao trabalho. Duas das orientações do Pacote para o Emprego das Pessoas com Deficiência destinadas aos empregadores são dedicadas aos trabalhadores com doenças crónicas e ao regresso ao trabalho<sup>75</sup>. A Comissão emitirá igualmente orientações destinadas aos Estados-Membros, no que diz respeito a **viver de forma independente e à inclusão** na comunidade, antes do final de 2023 e, em 2024, apresentará um quadro para criar serviços sociais de excelência para as pessoas com deficiência, que incluam a saúde mental.

Os sintomas da **síndrome pós-COVID-19**, comumente conhecida como COVID prolongada, foram apontados como tendo um impacto negativo na saúde mental<sup>76</sup> e os problemas de saúde mental podem, por sua vez, aumentar o risco de desenvolvimento de COVID prolongada. Em 2023, a Comissão criará uma **rede dedicada à COVID prolongada com peritos dos Estados-Membros**.

Os **refugiados e as pessoas deslocadas**, nomeadamente as que fogem da guerra, da perseguição ou das zonas de conflito (como as pessoas deslocadas da Ucrânia), são mais propensos a desenvolver problemas de saúde mental<sup>77</sup>, sendo necessárias respostas precoces para reduzir o seu sofrimento. Neste contexto, a Comissão continuará a contribuir para reforçar o apoio psicossocial prestado às pessoas deslocadas, em especial no que diz respeito à prestação de primeiros socorros psicológicos às pessoas afetadas pela guerra de agressão russa contra a Ucrânia<sup>78</sup>.

A Comissão lançará um convite à apresentação de propostas no âmbito do Fundo para o Asilo, a Migração e a Integração<sup>79</sup>, com o objetivo de reduzir os obstáculos ao acesso dos migrantes aos serviços de saúde, nomeadamente os serviços de saúde mental e o apoio psicológico.

Os problemas de saúde mental são comuns entre os **sem-abrigo**<sup>80</sup>, sendo agravados, a par das deficiências, pela reincidência de situações de sem-abrigo a longo prazo. A **Plataforma**

---

<sup>75</sup> [Pacote relativo ao emprego das pessoas com deficiência](#).

<sup>76</sup> [«Long COVID and mental health correlates: a new chronic condition fits existing patterns», PubMed \(nih.gov\)](#).

<sup>77</sup> De acordo com a OMS, estima-se que, nos próximos dez anos, uma em cada cinco pessoas que estão atualmente a passar pela devastação da guerra terá de lidar com um problema de saúde mental, e que uma em cada dez pessoas venha a sofrer de uma doença grave, tais como a perturbação de *stress* pós-traumático ou a psicose.

<sup>78</sup> Ver a ação emblemática sobre o apoio à saúde mental para as pessoas da Ucrânia deslocadas e afetadas pelo conflito.

<sup>79</sup> [Fundo para o Asilo, a Migração e a Integração \(2021-2027\) \(europa.eu\)](#).

<sup>80</sup> Pleace, N., *Social and healthcare services for homeless people: a discussion paper forthcoming in European Platform on Combatting Homelessness*, 2023.

**européia de combate à situação de sem-abrigo** procura soluções para fazer face aos problemas de saúde mental.

Os **ciganos romes** podem estar expostos a um risco mais elevado de problemas de saúde mental, dada a sua situação muitas vezes difícil decorrente das más condições socioeconómicas, da falta de acesso à educação e ao emprego, da habitação inadequada, da segregação, da exclusão e da discriminação, incluindo em aspetos relacionados com a saúde. O quadro estratégico da UE para a igualdade, a inclusão e a participação dos ciganos inclui o objetivo setorial de melhorar a saúde dos ciganos romes e aumentar a sua igualdade efetiva de acesso a cuidados de saúde e serviços sociais de qualidade<sup>81</sup>.

As **vítimas de crimes**, em especial as que sofreram danos consideráveis devido à gravidade do crime ou às suas características pessoais, tais como as vítimas do terrorismo, as vítimas de tráfico de seres humanos, as vítimas de crimes de ódio, as crianças vítimas ou qualquer outra vítima que necessite de ajuda psicológica, devem ter acesso a essa ajuda gratuitamente e durante o tempo que for necessário. No âmbito da futura **revisão da Diretiva Direitos das Vítimas**<sup>82</sup>, a Comissão está a trabalhar no sentido de reforçar o acesso das vítimas à ajuda psicológica, nomeadamente tornando a assistência psicológica gratuita durante o tempo que for necessário para todas as vítimas que dela necessitem.

As pessoas **que vivem em zonas rurais ou remotas**, como os agricultores, enfrentam desafios específicos em matéria de saúde mental associados ao risco de alheamento dos serviços de saúde mental e à falta de acesso aos mesmos. As taxas de suicídio entre os agricultores são 20 % superiores à média nacional em determinados Estados-Membros<sup>83</sup>, razão pela qual será proporcionada assistência no sentido de reforçar a sua resiliência. Os fundos da Política Agrícola Comum (PAC) podem apoiar ações de sensibilização, nomeadamente no domínio da saúde mental, por exemplo através de serviços de aconselhamento agrícola. Além disso, podem também ser mobilizados outros fundos, tais como o Fundo Social Europeu + ou o Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional, a fim de reforçar os investimentos nos serviços de apoio social nas zonas rurais e remotas, garantindo assim que sejam acessíveis aos agricultores e aos trabalhadores agrícolas necessitados, independentemente do seu local de residência.

---

<sup>81</sup> [https://commission.europa.eu/system/files/2021-01/eu\\_roma\\_strategic\\_framework\\_for\\_equality\\_inclusion\\_and\\_participation\\_for\\_2020\\_-\\_2030\\_0.pdf](https://commission.europa.eu/system/files/2021-01/eu_roma_strategic_framework_for_equality_inclusion_and_participation_for_2020_-_2030_0.pdf).

<sup>82</sup> Diretiva 2012/29/UE do Parlamento Europeu e do Conselho, de 25 de outubro de 2012, que estabelece normas mínimas relativas aos direitos, ao apoio e à proteção das vítimas da criminalidade e que substitui a Decisão-Quadro 2001/220/JAI do Conselho (JO L 315 de 14.11.2012, p. 57).

<sup>83</sup> Relatório de 2018 da Saúde Pública, França.

## INICIATIVAS EMBLEMÁTICAS

### 11. PROTEÇÃO DAS VÍTIMAS DA CRIMINALIDADE

- Até ao 2.º trimestre de 2023, a Comissão procurará melhorar o acesso das vítimas da criminalidade ao apoio psicológico e à saúde mental através da revisão da diretiva que estabelece normas mínimas relativas **aos direitos, ao apoio e à proteção das vítimas da criminalidade**.

### 12. MISSÃO CONTRA O CANCRO: PLATAFORMA PARA JOVENS SOBREVIVENTES DE CANCRO

- A Comissão colocará à disposição dos **jovens sobreviventes de cancro** uma plataforma que os ajudará a fortalecer a sua saúde mental, através da Missão contra o Cancro<sup>84</sup> do Horizonte Europa.
- O trabalho de colaboração entre os Estados-Membros para prestar apoio psicológico aos doentes oncológicos, aos seus cuidadores e às suas famílias será apoiado pela Comissão (8 milhões de EUR)<sup>85</sup>.

A Comissão incentiva os Estados-Membros a melhorar o acesso dos idosos às ferramentas digitais de utilização comprovadamente intuitiva, a fim de melhorar a sua saúde mental e ajudá-los a ter uma vida socialmente ativa. Os Estados-Membros são igualmente incentivados a recolher dados sobre o estado de saúde mental das pessoas em situações vulneráveis, incluindo os sem-abrigo, e sobre a acessibilidade dos serviços em zonas marginalizadas, remotas e desfavorecidas. A Comissão insta os Estados-Membros a garantir a igualdade de acesso sem obstáculos a cuidados de saúde e serviços sociais de qualidade e a preços comportáveis, especialmente para os grupos de maior risco ou os que vivem em localidades marginalizadas ou remotas<sup>86</sup>, e a dar resposta à situação específica dos ciganos romes, melhorando o seu acesso aos serviços de saúde mental e às medidas de prevenção primária, por exemplo, através de campanhas de sensibilização. Além disso, a Comissão solicita aos Estados-Membros que apliquem as boas práticas de desinstitucionalização, nomeadamente para as crianças, e que reforcem a transição para cuidados de proximidade.

#### *e. Combater os riscos psicossociais no trabalho*

As pessoas passam uma parte significativa do seu tempo no trabalho e, por essa razão, um bom ambiente de trabalho é fundamental para a saúde. O *stress* e os riscos psicossociais no trabalho podem ter impacto na saúde mental e conduzir à diminuição da satisfação profissional, a conflitos, a uma menor produtividade, ao esgotamento profissional, ao

<sup>84</sup> [Missão da UE contra o Cancro \(europa.eu\)](https://europa.eu/mission-cancer/).

<sup>85</sup> Apoio financeiro no âmbito do programa de trabalho de 2023 do UE pela Saúde: *CR-g-23-19.01 action grants on mental health challenges for cancer patients and survivors*.

<sup>86</sup> Por exemplo, tal como estabelecido na [Recomendação do Conselho relativa à igualdade, à inclusão e à participação dos Ciganos](#).

absentismo e à rotatividade excessiva. A saúde mental é uma condição prévia para se ser capaz de trabalhar, de forma competente e produtiva. Contudo, cerca de metade dos trabalhadores europeus considera o *stress* uma situação comum no local de trabalho, e o *stress* contribui para cerca de metade dos dias de trabalho perdidos. Ao mesmo tempo, os riscos psicossociais e o *stress* relacionado com o trabalho estão entre as questões mais difíceis em matéria de saúde e segurança no trabalho.

As novas formas de trabalho decorrentes da **digitalização** e aceleradas pela **pandemia de COVID-19** (tais como o trabalho em plataformas digitais e o trabalho à distância) afetaram a saúde mental dos trabalhadores, mesmo que a flexibilidade dessas formas de trabalho também se possa revelar benéfica. Os trabalhadores essenciais, em especial os profissionais de saúde e de assistência social, afiguravam-se como tendo o maior risco de exposição aos riscos psicossociais relacionados com o trabalho no contexto pós-pandemia<sup>87</sup>.

As entidades patronais desempenham um papel fundamental na garantia da segurança e da saúde dos trabalhadores, tal como definido na legislação da UE em matéria de **saúde e segurança no trabalho** (SST)<sup>88</sup>. Ao longo dos anos, a Comissão abordou os riscos psicossociais e a saúde mental no trabalho nos seus quadros estratégicos de SST<sup>89</sup>. A Comunicação intitulada «Quadro estratégico da UE para a saúde e segurança no trabalho 2021-2027» dá especial atenção à saúde mental e aos riscos psicossociais<sup>90</sup>.

Além disso, a necessidade de refletir sobre o rumo a seguir no que diz respeito ao **direito a desligar**, como parte integrante da redução do *stress* relacionado com o trabalho e da promoção de um melhor equilíbrio entre a vida profissional e a vida familiar, ao **direito de regressar ao trabalho** após uma doença mental, bem como aos ambientes de trabalho psicologicamente seguros, afigura-se essencial para promover a saúde mental e criar uma sociedade mais inclusiva.

A Comissão congratula-se com o programa de trabalho dos parceiros sociais intersetoriais europeus para 2022-2024 e com a negociação em curso de um novo acordo sobre o teletrabalho e o direito a desligar, que se prevê que seja apresentado para adoção sob a forma de um acordo juridicamente vinculativo aplicado através de uma diretiva. A Comissão continuará a **apoiar os parceiros sociais** nos seus esforços para negociar um novo acordo sobre o teletrabalho e o direito a desligar, viabilizando os debates e a identificação de boas práticas, e avaliando as práticas e regras existentes relacionadas com o direito a desligar. As negociações em curso entre os parceiros sociais estão relacionadas com a resolução do

---

<sup>87</sup> Ver <https://osha.europa.eu/en/publications/osh-pulse-occupational-safety-and-health-post-pandemic-workplaces>.

<sup>88</sup> [Legislação em matéria de segurança e saúde | Segurança e saúde no trabalho EU-OSHA \(europa.eu\)](#). A Diretiva-Quadro 89/391/CEE relativa à SST estabelece a obrigação de a entidade patronal avaliar os riscos para a segurança e a saúde dos trabalhadores, incluindo os riscos psicossociais, e adotar medidas de proteção. A Diretiva 90/270/CEE relativa aos equipamentos dotados de visor, a Diretiva 89/654/CEE relativa aos locais de trabalho e a Diretiva 2010/32/UE relativa à prevenção de ferimentos provocados por objetos cortantes nos setores hospitalar e da saúde são também dedicadas aos aspetos do trabalho relevantes para os riscos psicossociais.

<sup>89</sup> Por exemplo, COM(2002) 118; COM(2007) 62; COM(2014) 332.

<sup>90</sup> COM(2021) 323 final.



Parlamento Europeu, de janeiro de 2021, sobre o direito a desligar, à qual a Comissão se comprometeu a dar seguimento.

A Comissão garantirá que a Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho (EU-OSHA)<sup>91</sup> finaliza o relatório de síntese em matéria de SST e **digitalização**, que abrange a saúde mental no trabalho e efetua uma análise da SST em matéria de saúde psicossocial e mental no trabalho, incluindo informações sobre boas práticas de regresso ao trabalho e sobre os trabalhadores com doenças mentais, bem como uma análise da SST nos setores da saúde e da prestação de cuidados. A Comissão assegurará igualmente que a EU-OSHA proporciona orientações atualizadas na sequência da publicação de 2018 intitulada «Trabalhadores saudáveis, empresas prósperas – guia prático para o bem-estar no trabalho»<sup>92</sup> e elabora um projeto, com a apresentação de um relatório até 2024, sobre boas práticas de apoio aos trabalhadores com problemas de saúde mental relacionados ou não com o trabalho, no sentido de manterem o seu emprego ou regressarem com sucesso ao trabalho na sequência de uma ausência por doença.

A Cimeira sobre Saúde e Segurança no Trabalho (SST), realizada em 15 e 16 de maio de 2023 pela Presidência sueca e pela Comissão Europeia, identificou os riscos psicossociais e a saúde mental no trabalho como problemas de SST de importância crescente, que necessitam de uma análise mais aprofundada<sup>93</sup>. A Comissão dará seguimento a estas conclusões da cimeira para melhorar a saúde mental no trabalho, respeitando plenamente o princípio da estrutura tripartida. Prosseguirá também os **trabalhos de revisão** da diretiva relativa aos locais de trabalho (89/654/CEE)<sup>94</sup> e da diretiva relativa ao trabalho com equipamentos dotados de visor (90/270/CEE)<sup>95</sup>. Por último, a Comissão apoiará a aplicação da **Estratégia Europeia de Prestação de Cuidados**<sup>96</sup> com ações que contribuam para o bem-estar mental dos cuidadores e dos beneficiários desses cuidados.

#### INICIATIVAS EMBLEMÁTICAS <sup>97</sup>

##### 13. INICIATIVA AO NÍVEL DA UE SOBRE OS RISCOS PSICOSSOCIAIS

- A Comissão realizará uma revisão pelos pares das abordagens legislativa e de aplicação da lei para fazer face aos **riscos psicossociais no trabalho** nos Estados-Membros, tendo em vista, em função dos seus resultados e do contributo dos parceiros sociais, a apresentação de uma iniciativa ao nível da UE sobre os riscos psicossociais, a médio prazo.

##### 14. CAMPANHAS DA UE SOBRE OS LOCAIS DE TRABALHO

- **Campanha da EU-OSHA ao nível da UE «Locais de Trabalho Seguros e Saudáveis – trabalho seguro e saudável na era digital»**, com destaque para a saúde

<sup>91</sup> [Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho \(europa.eu\)](https://european-agency-for-safety-and-health.eu/).

<sup>92</sup> [Trabalhadores saudáveis, empresas prósperas – guia prático para o bem-estar no trabalho](#).

<sup>93</sup> <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=en&catId=89&furtherNews=yes&newsId=10582#navItem-1>.

<sup>94</sup> [Diretiva do Conselho relativa às prescrições mínimas de segurança e de saúde para os locais de trabalho](#).

<sup>95</sup> [Diretiva do Conselho relativa ao trabalho com equipamentos dotados de visor](#).

<sup>96</sup> [Estratégia Europeia de Prestação de Cuidados](#).

<sup>97</sup> Apoio financeiro proporcionado pelo orçamento da EU-OSHA.



mental no trabalho (2023-2025);

- **Campanha da EU-OSHA ao nível da UE «Locais de Trabalho Seguros e Saudáveis – riscos psicossociais e saúde mental no trabalho»**, com destaque para áreas de atividade, setores e grupos profissionais novos e negligenciados, nomeadamente a agricultura e a construção, e os grupos constituídos por trabalhadores pouco qualificados, migrantes e jovens trabalhadores (2026-2027/28).

**Os Estados-Membros são incentivados** a aumentar a sensibilização para as questões de saúde mental **dos agricultores e das populações das zonas rurais**, com o apoio da política agrícola comum, e a elaborar e aplicar políticas e boas práticas para ajudar a centrar a atenção na prevenção e **reforçar a resiliência** dos trabalhadores essenciais, nomeadamente os profissionais de saúde, os professores e os agricultores. Para ajudar os Estados-Membros, a Comissão assegurar-se-á de que a EU-OSHA elabora um relatório **dedicado aos riscos psicossociais no setor agrícola**.

Os Estados-Membros também são incentivados a continuar a promover a utilização do Guia CARIT<sup>98</sup> no que diz respeito à prevenção dos riscos psicossociais para aumentar a eficácia da monitorização e das inspeções das obrigações em matéria de SST a este respeito, bem como a participar em ações de formação do CARIT destinadas aos responsáveis da inspeção do trabalho.

#### ***f. Reforço dos sistemas de saúde mental e melhoria do acesso ao tratamento e aos cuidados de saúde***

Os sistemas de saúde devem reforçar a sua capacidade de liderar as ações em matéria de saúde mental, desde a prevenção à intervenção precoce, ao diagnóstico, ao tratamento e à gestão dos cuidados de saúde, bem como ao apoio à reintegração dos doentes. O reforço dos sistemas de saúde mental e a melhoria do acesso ao tratamento e aos cuidados de saúde são, por conseguinte, um objetivo fundamental.

O direito de todas as pessoas ao acesso atempado a cuidados preventivos e curativos a preços comportáveis e de boa qualidade é um dos princípios fundamentais do Pilar Europeu dos Direitos Sociais. As pessoas que sofrem de problemas de saúde mental na UE não têm muitas vezes um acesso fácil e equitativo ao apoio, sendo que este implica frequentemente custos que não são comportáveis para muitas delas. Existem disparidades entre os Estados-Membros e no seio de cada um deles no que diz respeito à capacidade dos sistemas de saúde para fazer face às necessidades das pessoas com problemas de saúde mental<sup>99</sup>. As desigualdades relacionadas com o género, a etnia, a localização geográfica, incluindo a clivagem entre zonas urbanas e rurais, a educação, a idade e a orientação sexual, a identidade ou expressão de género e as

<sup>98</sup> <https://osha.europa.eu/en/legislation/guidelines/labour-inspectors-guide-assessing-quality-risk-assessments-and-risk-management-measures-regard-prevention-msds>.

<sup>99</sup> *Health at a Glance: Europe 2022 report* (ver nota de rodapé 37 na página 8).

características sexuais têm um impacto importante na saúde mental da população e no seu acesso aos cuidados adequados.

É essencial **identificar boas práticas e soluções inovadoras** para melhorar a disponibilidade, a qualidade, o acesso e a comportabilidade em termos de preços dos cuidados de saúde mental. Para combater as **desigualdades**, devem ser prestados cuidados personalizados às pessoas em situações vulneráveis, incluindo as pessoas deslocadas, os refugiados, os migrantes, as pessoas com deficiência e as pessoas LGBTIQ. Deve igualmente ser dada resposta às necessidades de cuidados de saúde especiais das pessoas com comorbilidades, no sentido de facilitar o acesso a tratamentos eficazes, em especial para as pessoas com problemas de consumo de drogas, em consonância com a Estratégia da UE em matéria de Drogas 2021-2025 e o respetivo plano de ação.

O reforço da **formação dos profissionais da saúde** será essencial para continuar a melhorar as suas competências e a qualidade dos cuidados, mas também para reduzir o estigma e a discriminação e aumentar a resiliência de um dos setores mais pressionados da população ativa. O Ano Europeu das Competências constitui uma oportunidade única para as partes interessadas promoverem a formação de profissionais no domínio da saúde mental.

A **utilização de ferramentas digitais** (p. ex., a telemedicina e as linhas diretas de aconselhamento) deve ser explorada para as pessoas que necessitam de melhores informações e cuidados de saúde, incluindo nas zonas rurais.

A **prescrição social** é uma abordagem inovadora destinada a melhorar o bem-estar e a saúde, incluindo a saúde mental. A nível individual, a prescrição social dá a cada um o conhecimento, a motivação e a confiança para gerir melhor e reforçar a sua saúde e bem-estar<sup>100</sup>. Esta abordagem pode ser aplicada no contexto dos cuidados de saúde primários, em que os médicos ou outros profissionais de saúde podem prescrever atividades correspondentes às necessidades e aos interesses da pessoa, tais como passar tempo na natureza, fazer desporto, ioga ou participar em atividades de cariz social e cultural<sup>101</sup>.

A Comissão continuará a desenvolver ações para apoiar os Estados-Membros na resposta às **necessidades não satisfeitas de medicamentos** e analisará o **potencial da telemedicina** para melhorar o acesso aos serviços de saúde mental<sup>102</sup>. Incluir-se-á uma **secção relativa à saúde mental nos perfis de saúde por país de 2023**, no âmbito do projeto «Estado da Saúde na UE». Além disso, a Comissão lançará um processo de colaboração voluntária com os Estados-Membros (através do **método aberto de coordenação**), a fim de reforçar a relação entre a cultura e a saúde mental. Por último, o **potencial das novas tecnologias** para a

---

<sup>100</sup> «Global developments in social prescribing», PubMed (nih.gov).

<sup>101</sup> «Systematic review of social prescribing and older adults: where to from here?», PubMed (nih.gov).

<sup>102</sup> EUR-Lex — 52012SC0414 - EN — EUR-Lex (europa.eu).

prevenção e o tratamento das doenças mentais será alvo de estudo pelo **Grupo de Peritos para a Avaliação do Desempenho dos Sistemas de Saúde**<sup>103</sup>.

Deve reforçar-se a **recolha de dados e a monitorização** a fim de facilitar a tomada de decisões informadas. Devem ser desenvolvidos novos indicadores e estatísticas a ser gradualmente integrados na elaboração de políticas, a fim de refletir questões como as desigualdades, a saúde física e mental e a importância da natureza para as pessoas, e de avaliar o impacto das ações e do financiamento. Tal contribuirá para monitorizar o progresso realizado para alcançar o bem-estar, bem como para viabilizar a comunicação dos desafios políticos e das opções para lhes fazer face, de forma centrada nas pessoas e no planeta<sup>104</sup>.

Os **Estados-Membros** já identificaram a forte necessidade de apoio nos domínios do planeamento e/ou do reforço das capacidades dos profissionais de saúde mental, da monitorização e da avaliação das políticas em matéria de saúde mental, bem como da promoção da saúde mental e prevenção (Figura 1)<sup>105</sup>.

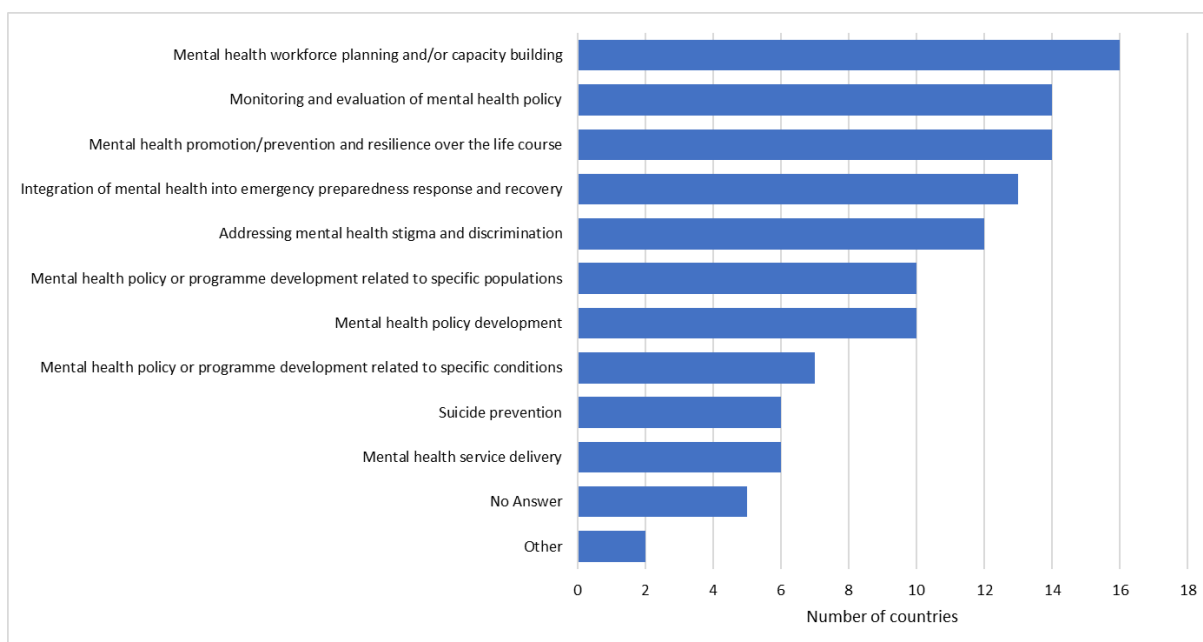


Figura 1 – Necessidades prioritárias dos Estados-Membros para o reforço de capacidades (27 Estados-Membros da UE, Noruega e Islândia).

<sup>103</sup> O relatório do grupo de peritos intitulado «Mapping metrics of health promotion and disease prevention for health system performance assessment» inclui um estudo de caso sobre a saúde mental e as boas práticas em matéria de prescrição social.

<sup>104</sup> [Prospetiva Estratégica \(europa.eu\)](http://europa.eu).

<sup>105</sup> No sentido de apoiar os investimentos e as reformas nos Estados-Membros através do reforço de capacidades específicas, realizou-se um inquérito, em abril de 2023, com base no trabalho colaborativo entre a Comissão, a OMS e a Organização de Cooperação e de Desenvolvimento Económicos (OCDE), com o intuito de apresentar uma panorâmica das políticas em matéria de saúde mental nos Estados-Membros.

Para dar resposta a estas necessidades, será mobilizado apoio financeiro ao nível da UE para permitir que os Estados-Membros reforcem a sua capacidade de ação. Tal incluirá mais profissionais com melhor formação para lidar com os problemas de saúde mental. Implicará igualmente uma transição dos cuidados institucionalizados para os cuidados de proximidade.

Vários Estados-Membros incluíram, nos seus **Planos de Recuperação e Resiliência**, medidas destinadas a reforçar os cuidados de saúde mental para as suas populações. Esta tendência vai ao encontro das **recomendações específicas por país** adotadas no âmbito do **Semestre Europeu** de 2020, que apelam a todos os Estados-Membros para que reforcem a resiliência dos seus sistemas de saúde. Na primavera de 2023, a Comissão propôs recomendações específicas por país que defendem a reforma dos cuidados de saúde para seis Estados-Membros. Os relatórios por país relativos a seis outros Estados-Membros identificaram a necessidade de continuar a melhorar os sistemas de saúde para complementar os Planos de Recuperação e Resiliência. Além disso, todos os relatórios por país adotados no âmbito do Semestre Europeu contêm uma secção temática sobre a saúde da população e os sistemas de saúde nos Estados-Membros, destacando, em determinados casos, os desafios em matéria de saúde mental e as reformas previstas. O Semestre Europeu continuará a monitorizar a evolução dos cuidados de saúde ao nível nacional.

## INICIATIVAS EMBLEMÁTICAS

### 15. INICIATIVA PARA MAIS PROFISSIONAIS E UMA MELHOR FORMAÇÃO NA UE

- A partir de 2023, a Comissão impulsionará a **formação** de profissionais de saúde e outros profissionais, como professores e assistentes sociais. Será igualmente lançado um novo programa de intercâmbio transfronteiriço para profissionais de saúde mental através de apoio financeiro específico no âmbito do programa UE pela Saúde (9 milhões de EUR). Estas ações deverão permitir a formação de cerca de 2000 profissionais em toda a UE até 2026, bem como a realização de 100 intercâmbios por ano, em média.

### 16. ASSISTÊNCIA TÉCNICA ÀS REFORMAS DA SAÚDE MENTAL EM VÁRIOS SETORES

A Comissão irá:

- Em 2024, aumentar a disponibilidade e a comportabilidade em termos de preços dos serviços de saúde mental para as pessoas, proporcionando **apoio técnico** aos Estados-Membros, mediante pedido, na conceção e aplicação de reformas que melhorem a disponibilidade de serviços de saúde mental integrados transetoriais através do instrumento de assistência técnica<sup>106</sup>.

### 17. RECOLHER DADOS SOBRE A SAÚDE MENTAL

- A partir de 2025, a Comissão certificar-se-á de que o Inquérito Europeu de Saúde por Entrevista (EHIS) inclui dados adicionais sobre a saúde mental, a fim de assegurar a monitorização e avaliação rigorosas dos progressos em matéria de saúde mental em

<sup>106</sup> [Iniciativa Embleática IAT 2024 - Saúde mental: Promover o bem-estar e a saúde mental \(europa.eu\)](#)

toda a UE.

A Comissão incentiva os Estados-Membros a garantir o acesso a cuidados de saúde mental a preços comportáveis, nomeadamente através da telemedicina e em contextos transfronteiriços. As autoridades nacionais devem colaborar no desenvolvimento e na execução de projetos com vista a melhorar os serviços de saúde mental e os cuidados de proximidade e a promover a **desinstitucionalização**<sup>107</sup>, sendo incitadas a criar vias de referência para os profissionais de saúde mental, tendo igualmente em conta o trabalho de outros prestadores de serviços.

### ***g. Combater o estigma***

O **estigma e a discriminação** agravam os impactos pessoais e económicos das doenças mentais. A discriminação em relação às pessoas com problemas de saúde mental é comum, especialmente nas redes sociais, mas também nos locais de trabalho, onde 50 % dos trabalhadores consideram que anunciar uma doença mental teria um impacto negativo na sua carreira<sup>108</sup>.

Os princípios da reintegração e da inclusão social das pessoas afetadas por problemas de saúde mental têm de orientar a nossa ação. Investir na **melhoria da sensibilização e da compreensão da saúde mental**, incluindo a formação em matéria de saúde mental e de empatia nos programas escolares, é fundamental para melhorar a situação, com a participação de todas as partes interessadas.

A realização anual da Semana Europeia da Saúde Mental (que tem lugar em maio) e o Dia Mundial da Saúde Mental<sup>109</sup> (10 de outubro) são ocasiões para combater especificamente o estigma a nível da UE.

**As artes e a cultura** são importantes para promover uma boa saúde mental e o bem-estar dos indivíduos e da sociedade em geral, apoiando a inclusão social e reduzindo o estigma associado à saúde mental<sup>110</sup>. Podem complementar o apoio mais tradicional prestado em caso de problemas de saúde mental, bem como contribuir para a prevenção de problemas de saúde mental e para combater o estigma associado à saúde mental. A Comissão apoiará os Estados-Membros na sensibilização para o papel positivo das atividades culturais e artísticas na melhoria da saúde mental e do bem-estar geral, por exemplo, através de um evento específico que divulgue as **artes e a cultura** como novos instrumentos para o bem-estar e a saúde mental.

---

<sup>107</sup> Em consonância com a [Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência](#) (CNUDPD).

<sup>108</sup> OSH Pulse (inquérito Eurobarómetro Flash, 2022): [Occupational safety and health in post-pandemic workplaces](#). O relatório inclui os resultados de um questionário sobre os riscos psicossociais e as fichas informativas por país, bem como um artigo especializado de análise sobre a saúde mental e o impacto da pandemia de COVID-19.

<sup>109</sup> [Dia Mundial da Saúde Mental \(who.int\)](#).

<sup>110</sup> [C4H\\_SummaryReport\\_V11LP\\_shortsmall.pdf \(europa.eu\)](#).

## INICIATIVAS EMBLEMÁTICAS

### 18. COMBATER O ESTIGMA E A DISCRIMINAÇÃO

A Comissão afetará 18 milhões de EUR para<sup>111</sup>:

- Melhorar a qualidade de vida dos doentes, incluindo os doentes oncológicos, das suas famílias e dos seus cuidadores formais e informais, com especial **destaque para a luta contra o estigma e a discriminação**, prestando apoio aos Estados-Membros na **identificação e aplicação de boas práticas**;
- Com o mesmo objetivo, apoiar as partes interessadas na execução de projetos, tais como **atividades de sensibilização** destinadas a combater o estigma e a discriminação, assegurar a **inclusão social** e **proteger os direitos dos doentes**, centrando-se nos grupos vulneráveis;
- Elaborar **orientações da UE para combater o estigma e a discriminação**, em conjunto com os Estados-Membros, no âmbito do Grupo de Peritos em Saúde Pública e dos grupos de partes interessadas;
- Introduzir atividades de comunicação que visem **promover a sensibilização** para a luta contra o estigma.

A Comissão incentiva os Estados-Membros a desenvolver **campanhas de comunicação** destinadas a desmistificar e combater o estigma, bem como a **criar medidas de combate ao estigma e à discriminação**, ajudando as pessoas a reintegrarem-se no mercado de trabalho, capacitando os doentes para acederem aos serviços que melhor satisfazem as suas necessidades e divulgando informações sobre a utilização de instrumentos jurídicos de combate à discriminação. **Importa promover a sensibilização** (de decisores, entidades patronais, profissionais de saúde, outros profissionais e do público em geral) em matéria de saúde mental e de estigma, especialmente no que diz respeito às pessoas em situação vulnerável, e fomentar **atividades comunitárias** (desporto, artes, natureza) que contribuam para combater o estigma e apoiar a reabilitação da saúde mental. Os Estados-Membros devem apoiar políticas que incentivem a integração das pessoas com problemas de saúde mental na comunidade e no mercado de trabalho, nomeadamente através de atividades de economia social.

#### ***h. Promover a saúde mental a nível mundial***

A salvaguarda e a promoção da saúde mental não são apenas prioridades da UE, constituindo igualmente **questões mundiais** relativamente às quais a UE pode dar o exemplo, oferecendo contributos específicos a nível internacional e promovendo a convergência, quando necessário.

---

<sup>111</sup> Financiado no âmbito do [Programa UE pela Saúde](#) (18,36 milhões de EUR: orçamento relativo ao programa de trabalho para 2023 dedicado às atividades no domínio da saúde mental).

No **Conselho de Comércio e Tecnologia UE-EUA** de 30 e 31 de maio de 2023, a UE e os Estados Unidos expressaram a opinião comum de que as plataformas em linha devem assumir uma maior responsabilidade para garantir que os seus serviços contribuem para um ambiente em linha que proteja, capacite e respeite as crianças e os jovens, devendo também tomar medidas responsáveis para fazer face ao impacto dos seus serviços na saúde mental e no desenvolvimento das crianças e dos jovens<sup>112</sup>.

A **Estratégia da UE para a Saúde a Nível Mundial**<sup>113</sup> prevê ações a nível mundial, nacional e regional destinadas a facilitar a consecução dos ODS das Nações Unidas relacionados com a saúde, com especial ênfase em três prioridades inter-relacionadas: 1) Melhorar a saúde e o bem-estar das pessoas ao longo da vida; 2) Reforçar os sistemas de saúde e promover a cobertura universal de saúde; e 3) Garantir a segurança da saúde pública, incluindo a saúde mental e o apoio psicossocial. A ênfase deve ser colocada no reforço dos cuidados de saúde primários, sempre que a disponibilidade de serviços de saúde mental seja essencial.

O **Plano de Ação para a Juventude no âmbito da ação externa da UE (2022-2027)**<sup>114</sup> reconhece a saúde e o bem-estar como condições prévias para que os jovens concretizem todo o seu potencial e participem ativamente na sociedade. Coloca a saúde, o bem-estar mental e físico no cerne do seu « pilar de capacitação ». Paralelamente, os **cuidados de saúde mental e apoio psicossocial (MHPSS)** devem ser parte integrante das medidas destinadas a reforçar os sistemas nacionais de saúde nos países parceiros, se for caso disso, apoiando as intervenções de saúde pública a nível mundial, por exemplo, o Fundo Mundial de Luta contra a Sida, a Tuberculose e o Paludismo<sup>115</sup>, a iniciativa « Spotlight » sobre a violência baseada no género<sup>116</sup> ou no contexto da ajuda humanitária da UE. Segundo a OMS, mais do que uma em cada cinco pessoas em situações de pós-conflito sofre de depressão, ansiedade ou perturbação de *stress* pós-traumático<sup>117</sup>. As necessidades de saúde mental surgem também em situações de deslocação forçada e de catástrofes naturais. Por conseguinte, a questão dos cuidados de saúde mental e apoio psicossocial é um elemento essencial de uma resposta abrangente às situações de crise, integrado nas operações de ajuda humanitária financiadas pela UE, com **111 milhões de EUR** dedicados a esta prioridade desde 2019.

A UE também incita outros intervenientes a agir, mobilizando e **sensibilizando os doadores e os parceiros** para a importância de proporcionar cuidados de saúde mental e apoio psicossocial de qualidade em situações de emergência humanitária. Na sequência da experiência bem sucedida na região do Médio Oriente e Norte de África, serão organizadas **sessões de divulgação e de reforço de capacidades** noutras regiões, a começar pela América Latina e Caraíbas, antes do final de 2023.

---

<sup>112</sup> Declaração conjunta do Conselho de Comércio e Tecnologia UE-EUA de 30 e 31 de maio de 2023.

<sup>113</sup> [Estratégia da UE para a saúde a nível mundial para melhorar a segurança sanitária a nível global e assegurar a prestação de melhores cuidados de saúde a todos \(europa.eu\).](#)

<sup>114</sup> [Plano de Ação para a Juventude \(europa.eu\).](#)

<sup>115</sup> [Fundo Mundial de Luta contra a Sida, a Tuberculose e o Paludismo.](#)

<sup>116</sup> [The Spotlight Initiative, What we do: Ending violence against women and girls, UN Women – Headquarters.](#)

<sup>117</sup> [«New WHO prevalence estimates of mental disorders in conflict settings: a systematic review and meta-analysis», The Lancet.](#)



Além disso, a Comissão está a reforçar as capacidades das partes interessadas através de formação e da divulgação do pacote de serviços mínimos relativos aos cuidados de saúde mental e apoio psicossocial<sup>118</sup> do Comité Permanente Interagências (IASC). Este instrumento de referência fundamental foi desenvolvido pela comunidade de ajuda humanitária para definir a qualidade mínima e facilitar a implantação de intervenções de saúde mental com impacto e em tempo útil em situações de crise.

Na **Ucrânia**<sup>119</sup>, a Comissão já se encontra a dar assistência aos centros comunitários para crianças deslocadas e seus cuidadores, bem como às crianças em instituições de acolhimento, a fim de os ajudar a restabelecer um certo nível de normalidade e rotina. Contudo, a longa duração da agressão e o seu efeito devastador estão a acentuar os impactos na saúde mental das pessoas que fogem da guerra na UE e das pessoas deslocadas no interior da Ucrânia, o que exige um apoio determinado e ambicioso.

As crianças ucranianas estão atualmente expostas ao trauma da guerra, o que as deixa muitas vezes com mazelas psicológicas profundas. A Comissão, juntamente com a Ucrânia, criará um programa especializado de aprendizagem em linha para pediatras e pessoal médico dos cuidados primários. Através desta iniciativa, os profissionais de saúde passarão a dispor das competências necessárias para prestar cuidados pós-traumáticos e melhorar as condições de saúde mental das crianças. Serão também oferecidos serviços de reabilitação especializados a crianças em dificuldades, tanto na Ucrânia como na UE.

A Comissão apoia igualmente os parceiros humanitários no sentido de aumentarem da sua **capacidade de resposta às necessidades de saúde mental das populações afetadas pelo conflito**, nomeadamente nas províncias de Zaporíjia, Carcóvia, Dnipro e Micoláieve. Em 2022, no âmbito do programa UE pela Saúde, foi celebrado um acordo de contribuição com a Federação Internacional das Sociedades da Cruz Vermelha que atribuiu 28,4 milhões de EUR à prestação de primeiros socorros psicológicos, estando em curso quatro projetos<sup>120</sup> (num total de 3 milhões de EUR) realizados pelas partes interessadas que aplicam as boas práticas para melhorar a saúde mental e o bem-estar psicossocial nas populações de migrantes e refugiados. Em 2023, está prevista a afetação de um montante superior a 10,6 milhões de EUR no âmbito do Programa UE pela Saúde para melhorar o acesso aos cuidados de saúde e para a prevenção de doenças não transmissíveis, em especial problemas de saúde mental. A Comissão também apoiará os Estados-Membros e as partes interessadas na aplicação da boa prática «iFightDepression»<sup>121</sup>, que inclui um programa de gestão pessoal em linha que pode ajudar as pessoas deslocadas, incluindo as provenientes da Ucrânia, a gerir os seus próprios sintomas.

Uma vez que a ajuda humanitária não pode, por si só, satisfazer as potenciais necessidades a longo prazo das pessoas deslocadas à força, incluindo os cuidados de saúde, a Comissão apoia

---

<sup>118</sup> [Pacote de Serviços Mínimos do IASC](#): saúde mental e apoio psicossocial

<sup>119</sup> Apoio financeiro no âmbito do [Programa Regional da Parceria Oriental do IVCDI](#) para prestar apoio psicológico na Ucrânia.

<sup>120</sup> [Projetos UE pela Saúde](#) para prestar apoio no domínio da saúde mental aos refugiados ucranianos.

<sup>121</sup> <https://ifightdepression.com/pt/start>: disponível em ucraniano e adaptado culturalmente.

os seus países parceiros na **integração das comunidades deslocadas à força** nas estruturas nacionais de prestação de serviços existentes. Esta integração é feita de forma a garantir um acesso justo e equitativo dos refugiados aos serviços que dão resposta às suas necessidades, nomeadamente em matéria de saúde mental, *stress* pós-traumático e violência baseada no género. A assistência substancial da UE para dar resposta às necessidades dos migrantes inclui também o apoio psicossocial, em especial para os mais vulneráveis, nomeadamente crianças, vítimas de guerra, vítimas de tráfico de seres humanos, migrantes bloqueados e repatriados.

A Comissão apoia uma abordagem abrangente de promoção e proteção da saúde mental e do bem-estar psicossocial dos alunos e dos seus professores e cuidadores através de ações educativas. É um dos principais doadores do programa **A Educação não pode esperar**, que considera os cuidados de saúde mental e apoio psicossocial uma prioridade fundamental do seu trabalho, e da **Parceria Global para a Educação**, que investe no reforço da relação entre os setores da saúde e da educação.

A Comissão continuará a **integrar a saúde mental** nas medidas destinadas a reforçar os sistemas de saúde a nível regional, nacional e mundial, em consonância com os esforços envidados no sentido da localização e da relação tripla entre a ajuda humanitária, o desenvolvimento e a paz, e assegurará que os refugiados, as pessoas em deslocação e as já deslocadas em situações de pós-emergência em países parceiros tenham acesso aos cuidados de saúde mental e apoio psicossocial ao mesmo nível que as comunidades de acolhimento.

## INICIATIVAS EMBLEMÁTICAS

### 19. PRESTAR APOIO EM MATÉRIA DE SAÚDE MENTAL AOS UCRANIANOS DESLOCADOS E AFETADOS PELA GUERRA

- A Comissão contribuirá para a prestação de **primeiros socorros psicológicos** às pessoas afetadas pela guerra de agressão da Rússia contra a **Ucrânia**, intensificando o trabalho de colaboração com a Federação Internacional das Sociedades da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho<sup>122</sup> (28 milhões de EUR). A Comissão procurará aumentar o seu apoio financeiro para reforçar o apoio psicossocial às pessoas deslocadas durante a guerra. Serão igualmente exploradas opções de formação (em linha) de equipas de primeira intervenção, professores e assistentes sociais em matéria de primeiros socorros psicológicos e de apoio psicossocial, a fim de melhor ajudar as pessoas necessitadas. Será afetado um montante adicional de 0,5 milhões de EUR para reforçar o apoio psicossocial às pessoas afetadas em situações de emergência.
- A Comissão, juntamente com a Ucrânia, criará um programa especializado de aprendizagem em linha para pediatras e pessoal médico de cuidados primários para apoiar as **crianças ucranianas** que sofrem de *stress* e ansiedade devido à guerra. Através desta iniciativa, os profissionais de saúde passarão a dispor das competências necessárias para prestar cuidados pós-traumáticos e melhorar as condições de saúde mental das crianças.
- A Comissão colaborará com os Estados-Membros na prestação de apoio psicossocial a

<sup>122</sup> Orçamento: 28,4 milhões de EUR mobilizados no âmbito do [programa de trabalho de 2022 do UE pela Saúde](#).

preços comportáveis às pessoas que fugiram da guerra, a fim de complementar os cuidados de saúde já oferecidos ao abrigo da Diretiva Proteção Temporária.

## **20. APOIAR A DIVULGAÇÃO DO PACOTE DE SERVIÇOS MÍNIMOS RELATIVOS AOS CUIDADOS DE SAÚDE MENTAL E APOIO PSICOSSOCIAL DO COMITÉ PERMANENTE INTERAGÊNCIAS<sup>123124</sup>:**

- A Comissão continuará a apoiar a divulgação de um **Pacote de Serviços Mínimos** destinado a ajudar os intervenientes humanitários a prestar cuidados de qualidade em situações de emergência humanitária. O referido pacote fornece orientações sobre a forma de integrar os serviços de saúde mental na resposta humanitária global, de forma atempada, coordenada e com base em dados concretos.

### ***Financiamento da UE para a saúde mental***

O orçamento destinado a apoiar a saúde mental deve corresponder à dimensão do desafio. A UE e os Estados-Membros devem consagrar recursos adequados para garantir que as pessoas necessitadas são ajudadas, enquanto imperativo social e económico.

A Comissão está a mobilizar todos os instrumentos financeiros pertinentes do orçamento da UE no âmbito do Quadro Financeiro Plurianual (QFP) 2021-2027 para dar resposta aos principais desafios em matéria de saúde mental e apoiar as iniciativas emblemáticas e as ações identificadas na presente comunicação. Além disso, os Estados-Membros podem beneficiar dos fundos disponíveis através do Mecanismo de Recuperação e Resiliência<sup>125</sup> para financiar reformas e investimentos no domínio da saúde, incluindo a saúde mental.

No total, foram contabilizados **1,23 mil milhões de EUR** de apoio da UE a atividades no domínio da saúde mental, que estão disponíveis para financiar atividades de promoção **direta ou indireta** da saúde mental, desde a investigação às campanhas de sensibilização, desde o reforço de capacidades e a transferência de boas práticas em matéria de saúde ao apoio psicológico aos doentes oncológicos e aos refugiados ucranianos. O impacto destes projetos e programas será monitorizado regularmente. Para tal, não só é necessário dispor de dados fiáveis, comparáveis e recentes, mas também de indicadores e sistemas de monitorização e avaliação, a fim de assegurar o seguimento e a responsabilização.

Em 2022 e 2023, foram afetados 69,7 milhões de EUR a ações que promovem a boa saúde mental, através do Programa UE pela Saúde<sup>126</sup>. Esta soma contabiliza 51,4 milhões de EUR no âmbito do programa de trabalho de 2022<sup>127</sup>, para apoiar iniciativas de reforço das capacidades nos Estados-Membros e abordar a saúde mental dos grupos vulneráveis, e 18,3 milhões de EUR no âmbito do programa de trabalho de 2023 do Programa UE pela

<sup>123</sup> Orçamento: 750 000 EUR financiados no âmbito do [Programa Capacidade de Resposta Reforçada](#).

<sup>124</sup> OMS, UNICEF, ACNUR e FNUAP <https://mhpsmsmp.org/en>.

<sup>125</sup> [Mecanismo de Recuperação e Resiliência \(europa.eu\)](#).

<sup>126</sup> [Regulamento \(UE\) 2021/522 relativo ao Programa UE pela Saúde](#).

<sup>127</sup> [com\\_2022-5436\\_annex2\\_en.pdf \(europa.eu\)](#).

Saúde para apoiar a colaboração entre os Estados-Membros e prestar apoio psicológico aos doentes oncológicos, aos seus cuidadores e às famílias<sup>128</sup>.

Será mobilizado um financiamento de 765 milhões de EUR através do Horizonte 2020 e do programa Horizonte Europa<sup>129</sup> com vista a apoiar projetos de investigação e inovação no domínio da saúde mental.

As autoridades nacionais, regionais e locais também podem utilizar os fundos da política de coesão, em especial o Fundo Social Europeu Mais (FSE+) e o Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional (FEDER), a fim de reforçar a igualdade de acesso aos cuidados de saúde, investindo, por exemplo, em infraestruturas e equipamentos pertinentes, assistentes pessoais, equipas móveis, linhas de ajuda e assistentes sociais<sup>130</sup>. O Instrumento de Assistência Técnica (IAT) está disponível para prestar assistência técnica aos Estados-Membros em projetos no domínio da saúde mental (2 milhões de EUR, em 2023). Em 2024, a Comissão tenciona mobilizar mais recursos do IAT para apoiar o reforço das capacidades em matéria de saúde mental nos Estados-Membros, mediante pedido.

Foi disponibilizado financiamento (3,3 milhões de EUR) no âmbito do «Programa Europa Criativa» da UE para projetos nos domínios da cultura, do bem-estar e da saúde mental, tendo sido mobilizados 28 milhões de EUR para apoiar atividades no domínio da saúde mental e de apoio psicossocial em contextos de emergência e de crise humanitária (Proteção Civil e Operações de Ajuda Humanitária Europeias). O Programa Cidadãos, Igualdade, Direitos e Valores<sup>131</sup> (2023-2024) também proporciona oportunidades de financiamento<sup>132</sup> para ações no domínio da saúde mental das crianças e das vítimas de violência baseada no género<sup>133</sup>. Será disponibilizado financiamento através da Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho (EU-OSHA) para ajudar a combater os problemas de saúde mental no local de trabalho.

## ***Conclusão e próximas etapas***

Os desafios atuais em matéria de saúde mental podem afetar a generalidade da população e exigem ações concertadas e o total compromisso de todos os intervenientes envolvidos. A saúde mental é **parte integrante da saúde das pessoas**. Permite que os indivíduos concretizem o seu potencial, enfrentem o *stress* do dia-a-dia, socializem, trabalhem e contribuam para a vida em comunidade.

---

<sup>128</sup> [wp2023\\_annex\\_en.pdf \(europa.eu\)](#).

<sup>129</sup> [Horizonte Europa \(europa.eu\)](#).

<sup>130</sup> Está disponível um orçamento global de 7,2 mil milhões de EUR no âmbito do FEDER para infraestruturas e equipamentos de saúde, que pode incluir medidas para a saúde mental e a inclusão social.

<sup>131</sup> [Cidadãos, Igualdade, Direitos e Valores \(CERV\) \(europa.eu\)](#).

<sup>132</sup> DAPHNE e os direitos da criança: [c\\_2022\\_8588\\_1\\_en\\_annexe\\_acte\\_autonome\\_cp\\_part1\\_v2.pdf \(europa.eu\)](#).

<sup>133</sup> Um montante de 22,9 milhões de EUR no âmbito do convite à apresentação de propostas DAPHNE de 2024 para prevenir e combater a violência baseada no género e a violência contra as crianças, com vista a financiar ações de apoio específico a vítimas e sobreviventes e continuar a desenvolver sistemas integrados de proteção das crianças.

Todas as instituições e todos os níveis de governo podem, e devem, desempenhar o seu papel para ultrapassar os obstáculos que se colocam à boa saúde mental. São necessários esforços coordenados, no seio dos sistemas de saúde e para além deles, a fim de mobilizar a sociedade no seu conjunto e adotar uma abordagem ao longo da vida, com ênfase na igualdade e na não discriminação.

A Comissão insta o Parlamento Europeu e os Estados-Membros a trabalharem em conjunto para fazer avançar as iniciativas apresentadas na presente comunicação estratégica, que estabelecem as bases para uma ação sustentada a nível nacional e da UE com vista a uma abordagem abrangente, orientada para a prevenção e multilateral, em matéria de saúde mental. Estas iniciativas promovem a universalidade dos cuidados de saúde para as pessoas que sofrem de problemas de saúde mental dentro e fora da UE.

A prevenção dos problemas de saúde mental, o acesso à ajuda e a reintegração na sociedade são parte integrante do direito aos cuidados de saúde e, através desta iniciativa, a UE define um nível altamente ambicioso no que diz respeito ao auxílio prestado aos mais frágeis e vulneráveis nas nossas sociedades, em consonância com o modo de vida europeu, em que cada pessoa é tida em conta e em que cada um deve ter uma perspetiva de vida próspera.

A presente comunicação constitui o ponto de partida para uma nova abordagem estratégica que visa colocar a saúde mental ao mesmo nível da saúde física. Acrescenta outro pilar à arquitetura da União Europeia da Saúde, reforçando os trabalhos em curso e abrindo novas vertentes de trabalho, desenvolvidas com todos os parceiros e que incluem ações de execução. Estas serão acompanhadas de perto com os Estados-Membros no âmbito do Grupo de Peritos em Saúde Pública e, em especial, do seu subgrupo sobre saúde mental. As partes interessadas terão a possibilidade de colaborar e coordenar o seu contributo conjunto para o desenvolvimento e a execução das ações definidas através da Plataforma para a Política de Saúde da UE. Estes esforços concertados abrirão caminho ao desenvolvimento e aplicação de uma abordagem nova e ambiciosa à saúde mental, com vista a uma sociedade mais resiliente que coloque as pessoas em primeiro lugar.