



### Apresentação

Este número da Ficha de Reflexão bioética tem por objetivo aprofundar e analisar o Parecer sobre Bioética e Saúde Mental do Conselho Nacional de Ética para as Ciências da Vida de fevereiro de 2014.

Este parecer salienta a importância que a saúde mental tem no bem-estar das pessoas. A saúde mental é parte integral da saúde e bem-estar, tal como reflete a definição de saúde que figura na Constituição da Organização Mundial da Saúde: «A saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não somente a ausência de afeições ou enfermidades».

A saúde mental, como outros aspetos da saúde, pode ver-se afetada por uma série de fatores socio-económicos que têm que se abordar mediante estratégias integrais de promoção, prevenção, tratamento e recuperação que impliquem em tudo o governo.

A saúde mental é pois concebida, como um estado de bem-estar no qual o indivíduo realiza as suas capacidades, supera o stress normal da vida, trabalha de forma produtiva e frutífera, e aporta algo à sua comunidade. Podemos afirmar então que o bem-estar mental é uma componente fundamental da definição de saúde segundo a Organização Mundial da Saúde.

A saúde mental é importante! Não há saúde, sem saúde mental!

Mas sabemos, que existe um longo caminho a percorrer de combate ao estigma da pessoa com doença mental, das suas famílias, dos profissionais; até que se consiga este bem-estar global para todos.

### Parecer sobre Bioética e Saúde Mental

Considerando que:

A saúde mental permite a cada pessoa realizar-se, adaptar-se ao stress do dia-a-dia e contribuir para o bem das comunidades em que se integra; a saúde mental tem um valor intrínseco e uma relação direta com o desenvolvimento humano individual e a qualidade de vida coletiva; a saúde mental é inseparável da saúde - ou seja, não há saúde sem saúde mental - e influenciada por múltiplos fatores, sendo considerada como um bem individual e coletivo; a saúde mental está ligada a comportamentos, estilos de vida e à adoção de estratégias protetoras, como a adaptação, o otimismo, a resiliência, o suporte e a coesão social; através de múltiplos estudos sociocomunitários é conhecida a relação entre indicadores de pobreza e privação social e o risco de doença mental e, se prevê um forte impacto na saúde mental, resultante quer da crise financeira que vivemos, quer do envelhecimento da população e prevalência de doenças crónicas; é hoje consensual que a **saúde mental é um dos maiores desafios que enfrentamos, em Portugal e no mundo.**

Reconhecendo que:

É importante promover a saúde mental em geral, bem como a reabilitação e reinserção social das pessoas com doença mental; os enquadramentos jurídico e de política de saúde mental estão especialmente focados na proteção dos valores e dos princípios fundamentais inerentes aos direitos humanos; em Portugal, se têm vindo a conceber planos e projetos de saúde mental que privilegiam a reabilitação, a reinserção e a integração da saúde mental no sistema de saúde, os quais não estão a ser devidamente executados; **importa colocar a saúde mental como uma prioridade na intervenção em todos os setores.**

O Conselho Nacional de Ética para as Ciências da Vida emite o seguinte parecer.

1. A proteção da saúde mental deve ser assumida como uma prioridade política e social.
2. O Estado deve garantir o direito básico à proteção da saúde

mental, designadamente através da definição de uma agenda política para o setor, cientificamente sustentada.

3. A promoção da saúde mental faz parte da responsabilidade de todos os agentes sociais. Como tal, deve ser integrada em todos os níveis do sistema de saúde (prevenção primária, secundária, terciária, cuidados continuados e paliativos) e devem ser prevenidos os fatores de risco e preditores conhecidos, incluindo aqueles que emergem da educação.
4. Devem ser criados e desenvolvidos programas de promoção da saúde mental nos ambientes em que as pessoas vivem e trabalham, com a preocupação de assegurar a continuidade e a sustentabilidade das ações.
5. Em todos os setores, deve ser disseminado e promovido o estabelecimento de práticas que melhorem a literacia em saúde mental, envolvendo com particular atenção os profissionais da educação e da saúde.
6. Por ser escassa a produção científica nacional no setor, as intervenções em saúde mental e os seus resultados devem estar presentes nas linhas de apoio das entidades que suportam e financiam a investigação.
7. Devem ser incentivadas e reconhecidas práticas que assegurem o respeito pelos direitos humanos, designadamente no que se relaciona com a informação e consentimento livre e esclarecido, tanto em situações de prestação de cuidados de saúde como de investigação.
8. Os projetos, planos e grupos de trabalho que se desenvolvem em áreas intersectoriais devem sempre considerar a dimensão da saúde mental.
9. Deve ser valorizado o contributo das avaliações e auditorias da qualidade nas diversas organizações, concretamente na identificação de lacunas e de práticas de qualidade.
10. Os projetos com resultados positivos em saúde mental e os casos de coesão social devem ser valorizados, divulgados e objeto de uma discussão pública alargada, visando a redução do estigma.

Em muitas sociedades as perturbações mentais relacionadas com a marginação, o empobrecimento, a violência e os maltratos domésticos, o excesso de trabalho e o stress suscitam uma crescente preocupação para o bem-estar e para a saúde, especialmente para a saúde mental.

## Aplicação aos contextos hospitalares

No XX Documento Capitular *"Recriar a Hospitalidade: caminhos de revitalização"* menciona no n.26 que a realidade do sofrimento humano do nosso tempo, especialmente do sofrimento psíquico, continua a ser um desafio para nós. A nossa resposta a este desafio requer que façamos uma leitura carismática dos sinais dos tempos e lugares, e que nos deixemos interpelar pelas novas situações de marginalização, especialmente por aquelas em que a vida humana está mais ameaçada.

A OMS sublinha que os determinantes da saúde mental e das perturbações mentais incluem não só características individuais tais como a capacidade para gerir os pensamentos próprios, emoções, comportamentos e interações com os outros, mas também fatores sociais, culturais, económicos, políticos e ambientais, tais como as políticas nacionais, a proteção social, o nível de vida, as condições laborais ou os apoios sociais da comunidade.

Sabemos que a exposição a adversidades em idades precoces é um factor de risco que poderá ser prevenido e bem estabelecido das perturbações mentais. Dependendo do contexto local, algumas pessoas e grupos sociais podem correr um risco significativamente maior de sofrer problemas de saúde mental. Entre estes grupos vulneráveis encontram-se (ainda que nem sempre) membros de famílias que vivem na pobreza, pessoas com problemas de saúde crónicos, crianças expostas ao maltrato ou abandono, adolescentes expostos pela primeira vez ao abuso de substâncias, grupos minoritários, idosos, pessoas submetidas a discriminações e violações dos direitos humanos, presos ou pessoas expostas a conflitos, desastres naturais ou outras emergências humanitárias.

Urge desenvolver projetos que ajudem a fortalecer a saúde mental das pessoas assistidas, das suas famílias, dos colaboradores, de outras pessoas que vêm até nós. Urge desenvolver dinâmicas internas e externas de combate ao estigma e que promova a saúde mental de todos e o bem-estar global.

### Bibliografia:

CONSELHO NACIONAL DE ÉTICA PARA AS CIÊNCIAS DA VIDA -  
77/CNECV/2014



R. Prof. Luís Cunha Gonçalves, 5-1º Esq.  
1600-826 LISBOA  
Telef: 217108140  
E-mail: [instituto@irmashospitais.pt](mailto:instituto@irmashospitais.pt)  
<http://www.irmashospitais.pt>