

COMUNICADO DE IMPRENSA

Lisboa, 13 de janeiro de 2021



**PROMOVER
A SAÚDE MENTAL
NA COMUNIDADE**

PROGRAMA DA MANIFESTAMENTE
PARA A CAPACITAÇÃO
DE DINAMIZADORES LOCAIS
NAS AUTARQUIAS

CÂMARA MUNICIPAL DE LISBOA ADERE A PROGRAMA PARA PROMOVER SAÚDE MENTAL

Começa amanhã o programa desenvolvido pela associação
ManifestaMente, com o patrocínio
do Programa Nacional para a Saúde Mental/DGS

Os colaboradores da Câmara Municipal de Lisboa foram convidados para começar, esta quinta-feira, um programa de ensino à distância que visa aumentar a sua literacia em saúde mental e capacitá-los para implementar projetos concretos e com impacto nas comunidades locais. Estas sessões de “Capacitação de Dinamizadores Locais” estão inseridas no programa “Kit Básico de Saúde Mental para as Autarquias”, liderado pela [Associação ManifestaMente](#) com patrocínio do **Programa Nacional para a Saúde Mental da Direção-Geral da Saúde** e em parceria com a Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo.

Durante dois dias, os participantes irão debruçar-se sobre conceitos avançados de saúde mental e analisar de forma teórico-prática várias estratégias para intervir na comunidade. O programa inclui também uma sessão em grupo para reflexão sobre as dificuldades encontradas no terreno, discussão das estratégias de resolução e acompanhamento das atividades.



COFINANCIAMENTO:



DGS desde 1899
Direção-Geral da Saúde



Programa Nacional
para a Saúde Mental

Ana Mina, Presidente da Manifestamente, disse: “O lançamento do Kit Básico de Saúde Mental em outubro de 2020 foi um sucesso que superou todas as nossas expectativas. Mais de 7600 pessoas inscreveram-se e já mais de 1400 completaram este curso online e gratuito. O programa com as autarquias já estava planeado e é no fundo um aprofundamento mais detalhado dos princípios deste Kit Básico. Queremos, acima de tudo, facilitar o trabalho das autarquias em várias zonas do país para que possam melhorar a saúde mental da sua comunidade, mesmo que não tenham formação prévia em saúde, rentabilizando o facto de conhecerem as suas comunidades locais melhor do que ninguém.”

Estes colaboradores - futuros ‘Dinamizadores Locais’ - serão acompanhados em proximidade pela ManifestaMente durante três a seis meses, que está disponível para os apoiar na implementação prática das iniciativas escolhidas para a sua comunidade e ajudar a resolver problemas e obstáculos que possam encontrar, assim como na divulgação das iniciativas que forem desenvolvidas.

O programa já está a decorrer em nove autarquias do Alentejo, contando com o apoio da Administração Regional de Saúde do Alentejo.

Beatriz Lourenço, Coordenadora do programa, disse: “Os Dinamizadores Locais que estão já a trabalhar no Alentejo são um grupo dinâmico que abraçou o Programa de Capacitação com entusiasmo. Têm estado dedicados a conhecer ainda melhor as suas comunidades, as suas necessidades em termos de saúde mental, e a estabelecer parcerias com alguns recursos locais já existentes.”

Miguel Xavier, médico psiquiatra e diretor do Programa Nacional para a Saúde Mental da Direção-Geral da Saúde afirma que: “As nossas vidas mudaram drasticamente com a COVID- 19, fazendo sobressair ainda mais a necessidade que temos de cuidar da nossa saúde mental. O Programa de Capacitação de Dinamizadores Locais é o resultado de muitos meses de trabalho para garantir que as autarquias têm acesso aos recursos mais úteis para que possam efetivamente trazer melhorias à saúde mental das suas comunidades, com o apoio dedicado da equipa da ManifestaMente. O desenvolvimento de estratégias de proximidade para promover a saúde mental das populações é uma das apostas do Programa Nacional de Saúde Mental, com a qual a ManifestaMente está em sintonia, merecendo por isso o nosso apoio no desenvolvimento deste programa, que acreditamos poder fazer uma enorme diferença. Ficamos muito satisfeitos com a adesão da Câmara Municipal de Lisboa a esta proposta.”

O programa inclui um manual detalhado que explica várias problemáticas de saúde mental que os Dinamizadores Locais podem vir a encontrar no terreno, com sugestões de como implementar iniciativas diversas e uma definição clara dos seus limites de intervenção. Este e outros materiais de apoio ao programa foram desenvolvidos por uma **equipa multidisciplinar** que inclui psicólogos, psiquiatras, enfermeiros e outros especialistas em saúde e comunicação.

Segundo o estudo do Barómetro da Escola Nacional de Saúde Pública, 82% dos participantes reportaram efeitos negativos na sua saúde mental durante o confinamento em março e abril de 2020. São as mulheres, as pessoas em teletrabalho e os trabalhadores que suspenderam a atividade profissional os grupos que suscitam maior preocupação.



COFINANCIAMENTO:



DGS desde
1899
Direção-Geral da Saúde



Programa Nacional
para a Saúde Mental

Mais do que nunca, a saúde mental é um tema que precisa da nossa atenção. Por isso a ManifestaMente disponibilizou, no passado mês de outubro, o **Kit Básico de Saúde Mental**, um curso online e gratuito de uma hora e meia que ajuda qualquer cidadão a identificar sinais de alerta e a encontrar soluções.

MAIS INFORMAÇÕES

- Imagens e mais informações disponíveis em <https://www.manifestamente.org/jornalistas>
- Mais informação e acesso ao Kit Básico de Saúde Mental em <https://www.manifestamente.org/kit-baacutesico-de-sauacutede-mental.html>
- Hashtag oficial: #juntospelasaudemental

ASSESSORIA DE IMPRENSA

comunicacao@manifestamente.org