

Início (/bra/index.php?option=com\_content&view=featured&Itemid=101) / Determinantes Sociais e Riscos para a Saúde, Doenças Crônicas Não Transmissíveis e Saúde Mental (/bra/index.php?option=com\_content&view=category&layout=blog&id=845&Itemid=839)  
/ Folha informativa - Transtornos mentais

## Destaques

---

[Desenvolvimento da Cooperação Técnica \(/bra/index.php?option=com\\_content&view=category&layout=blog&id=1015&Itemid=517\)](/bra/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=1015&Itemid=517)

---

[Termos de Cooperação Técnica \(/bra/index.php?option=com\\_content&view=category&layout=blog&id=756&Itemid=610\)](/bra/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=756&Itemid=610)

---

[Relatórios Técnicos de Termos de Cooperação \(/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=3045&Itemid=806\)](/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=3045&Itemid=806)

---

[Relatórios de Avaliação Final de Termos de Cooperação \(/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5875&Itemid=1099\)](/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5875&Itemid=1099)

---

## Determinantes Sociais e Riscos para a Saúde, Doenças Crônicas não transmissíveis e Saúde Mental

---

[Página Principal \(/bra/index.php?option=com\\_content&view=category&layout=blog&id=845&Itemid=839\)](/bra/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=845&Itemid=839)

---

[Últimas notícias \(/bra/index.php?option=com\\_content&view=category&id=845&Itemid=1092\)](/bra/index.php?option=com_content&view=category&id=845&Itemid=1092)

---

[Álcool \(/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5649&Itemid=1093\)](/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5649&Itemid=1093)

---

[Câncer \(/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5588&Itemid=1094\)](/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5588&Itemid=1094)

---

[Depressão \(/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5635&Itemid=1095\)](/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5635&Itemid=1095)

---

[Doenças cardiovasculares \(/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5253&Itemid=1096\)](/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5253&Itemid=1096)

---

[Segurança no trânsito \(/bra/index.php?option=com\\_content&view=category&layout=blog&id=1248&Itemid=779\)](/bra/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=1248&Itemid=779)

---

[Saúde Mental \(/bra/index.php?option=com\\_content&view=category&layout=blog&id=1257&Itemid=826\)](/bra/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=1257&Itemid=826)

---

[Tabaco \(/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5641&Itemid=1097\)](/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5641&Itemid=1097)

---

[Transtornos do espectro autista \(/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5651&Itemid=1098\)](/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5651&Itemid=1098)

---

# Folha informativa - Transtornos mentais

---

*Folha informativa atualizada em abril de 2018*

## Principais informações

- Existem diversos transtornos mentais, com apresentações diferentes. Eles geralmente são caracterizados por uma combinação de pensamentos, percepções, emoções e comportamento

anormais, que também podem afetar as relações com outras pessoas.

- Entre os transtornos mentais, estão a depressão, o transtorno afetivo bipolar, a esquizofrenia e outras psicoses, demência, deficiência intelectual e transtornos de desenvolvimento, incluindo o autismo.
- Existem estratégias eficazes para a prevenção de transtornos mentais como a depressão. Há tratamentos eficazes para os transtornos mentais e maneiras de aliviar o sofrimento causado por eles.
- O acesso aos cuidados de saúde e aos serviços sociais capazes de proporcionar tratamento e apoio social é fundamental.

A carga dos transtornos mentais continua crescendo, com impactos significativos sobre a saúde e as principais consequências sociais, de direitos humanos e econômicas em todos os países do mundo.

## **Depressão**

A depressão é um transtorno mental comum e uma das principais causas de incapacidade em todo o mundo. Globalmente, estima-se que 300 milhões de pessoas são afetadas por essa condição. Mais mulheres sofrem de depressão que homens.

A depressão é caracterizada por tristeza, perda de interesse ou prazer, sentimentos de culpa ou baixa autoestima, sono e apetite alterados, cansaço e falta de concentração. Quem sofre com essa condição pode também ter múltiplas queixas físicas sem nenhuma causa aparente. A depressão pode ser de longa duração ou recorrente, prejudicando substancialmente a capacidade das pessoas de serem funcionais no trabalho ou na escola, assim como a capacidade de lidar com a vida diária. Em seu estado mais grave, a depressão pode levar ao suicídio.

Os programas de prevenção têm demonstrado a redução da depressão, tanto em crianças (proteção e apoio psicológico após abuso físico e sexual, por exemplo) e adultos (assistência psicossocial após desastres e conflitos, por exemplo).

Existem também tratamentos eficazes. A depressão em seu estado leve e moderado pode ser efetivamente tratada com terapias que utilizam o diálogo, como a cognitivo-comportamental e psicoterapia. Os antidepressivos podem ser uma forma eficaz de tratamento para a depressão de moderada a grave, mas não são a primeira linha de tratamento para casos de depressão leve. Eles não devem ser usados para tratar a depressão em crianças e não são a primeira linha de tratamento em adolescentes, grupo em que esses medicamentos devem ser usados com cautela.

O tratamento da depressão deve incluir aspectos psicossociais, como a identificação de fatores de estresse, tais como problemas financeiros, dificuldades no trabalho ou abuso físico/mental, assim como identificar fontes de apoio, como familiares e amigos. A manutenção ou reativação de interações e atividades sociais é importante.

## **Transtorno afetivo bipolar**

Esse transtorno afeta cerca de 60 milhões de pessoas em todo o mundo. Consiste tipicamente em episódios de mania e depressão, separados por períodos de humor normal. Os episódios de mania envolvem humor elevado ou irritado, excesso de atividade, pressão de fala, autoestima inflada e uma menor necessidade de sono. As pessoas que têm episódios de mania, mas não experimentam episódios depressivos, também são classificadas como tendo transtorno bipolar.

Estão disponíveis abordagens eficazes para o tratamento da fase aguda do transtorno bipolar e para a prevenção de novas crises. Trata-se de medicamentos que estabilizam o humor. O apoio psicossocial é um componente importante na linha de tratamento.

### **Esquizofrenia e outras psicoses**

A esquizofrenia é um transtorno mental grave que afeta cerca de 23 milhões de pessoas em todo o mundo. Psicoses, incluindo a esquizofrenia, são caracterizadas por distorções no pensamento, percepção, emoções, linguagem, consciência do “eu” e comportamento. As experiências psicóticas comuns incluem alucinações (ouvir, ver ou sentir coisas que não existem) e delírios (falsas crenças ou suspeitas firmemente mantidas mesmo quando há provas que mostram o contrário). O transtorno pode tornar difícil para as pessoas afetadas trabalhar ou estudar normalmente.

O estigma e a discriminação podem diminuir o acesso à saúde e aos serviços sociais. Além disso, as pessoas com psicose correm alto risco de exposição a violações de direitos humanos, como o confinamento de longo prazo em instituições.

A esquizofrenia geralmente tem início ao fim da adolescência ou no começo da vida adulta. O tratamento com medicamentos e apoio psicossocial é eficaz. Com o tratamento adequado e suporte social, as pessoas afetadas podem voltar a ter uma vida produtiva e integrada à sociedade. Ampliar o acesso a formas de assistência cotidiana, atenção domiciliar e suporte para a inserção no mercado de trabalho são medidas de apoio para que as pessoas que sofrem com transtornos mentais graves, como a esquizofrenia, atinjam os objetivos de sua reabilitação, já que enfrentam maiores dificuldades em acessar empregos ou residência.

### **Demência**

Em todo o mundo, cerca de 50 milhões de pessoas têm demência. A condição é geralmente de natureza crônica ou progressiva, na qual há deterioração da função cognitiva (isto é, a capacidade de processar o pensamento) para além do que se poderia esperar no envelhecimento normal. Ela afeta memória, pensamento, orientação, compreensão, cálculo, capacidade de aprendizagem, linguagem e julgamento. O comprometimento da função cognitiva é comumente acompanhado, e ocasionalmente precedido, pela deterioração do controle emocional, comportamento social ou motivação.

A demência é causada por uma variedade de doenças e lesões que afetam o cérebro, como o Alzheimer ou acidente vascular cerebral.

Embora não haja atualmente tratamento disponível para curar a demência ou para alterar seu curso progressivo, muitos tratamentos estão em vários estágios de ensaios clínicos. Muito pode ser feito, no entanto, para apoiar e melhorar as vidas das pessoas com demência, seus cuidadores e famílias.

### **Distúrbios de desenvolvimento, incluindo o autismo**

O termo transtorno de desenvolvimento abrange deficiência intelectual e transtornos invasivos de desenvolvimento, incluindo o autismo. Os distúrbios de desenvolvimento geralmente têm início na infância, mas tendem a persistir na idade adulta, causando comprometimento ou atraso nas funções relacionadas à maturação do sistema nervoso central. Eles geralmente seguem um curso constante, em vez de os períodos de alternância entre estabilizações e crises que caracterizam muitos outros transtornos mentais.

A deficiência intelectual é caracterizada pela diminuição de habilidades em várias áreas de desenvolvimento, como o funcionamento cognitivo e o comportamento adaptativo. Essa condição diminui a capacidade de adaptação às exigências diárias da vida.

Os sintomas de transtornos invasivos de desenvolvimento, como o autismo, são comportamento social, comunicação e linguagem prejudicados e uma estreita faixa de interesses e atividades, que são únicas para o indivíduo e realizadas repetidamente. Os transtornos de desenvolvimento frequentemente se originam na infância ou na primeira infância. As pessoas com esses transtornos ocasionalmente possuem algum grau de deficiência intelectual.

O envolvimento da família no cuidado de pessoas com essa condição é fundamental. É importante conhecer as situações e atividades que causam tensão e bem-estar ao indivíduo, assim como descobrir quais ambientes são mais apropriados para uma melhor aprendizagem. O estabelecimento de rotinas diárias (horários para alimentação, brincadeiras, contato com outras pessoas e sono) ajuda a prevenir estresse desnecessário. É essencial também que os serviços de saúde façam um acompanhamento regular de crianças e adultos com transtornos de desenvolvimento e se mantenham em contato com seus cuidadores.

A comunidade em geral tem um papel a desempenhar no que diz respeito aos direitos e necessidades das pessoas com deficiência.

### **Quem está em risco de desenvolver transtornos mentais?**

Os determinantes da saúde mental e transtornos mentais incluem não apenas atributos individuais, como a capacidade de administrar os pensamentos, as emoções, os comportamentos e as interações com os outros, mas também os fatores sociais, culturais, econômicos, políticos e ambientais, como as políticas nacionais, a proteção social, padrões de vida, as condições de trabalho e o apoio comunitário.

Estresse, genética, nutrição, infecções perinatais e exposição a perigos ambientais também são fatores que contribuem para os transtornos mentais.

### **Saúde e apoio**

Os sistemas de saúde ainda não responderam adequadamente à carga dos transtornos mentais. Como consequência, a distância entre a necessidade de tratamento e sua oferta é ampla em todo o mundo. Em países de baixa e média renda, entre 76% e 85% das pessoas com transtornos mentais não recebem tratamento. Em países de alta renda, entre 35% e 50% das pessoas com transtornos mentais estão na mesma situação.

Um outro problema é a má qualidade dos cuidados prestados a muitos que recebem tratamento.

Além do apoio dos serviços de saúde, pessoas com transtornos mentais precisam de apoio e cuidados sociais. Frequentemente necessitam também de ajuda para acessar programas educativos que se adaptem às suas necessidades e encontrar emprego e moradia que lhes permitam viver e ser ativos nas suas comunidades locais.

### Resposta da OMS

O *Plano de Ação Integral sobre Saúde Mental 2013-2020 da OMS*, aprovado pela Assembleia Mundial da Saúde em 2013, reconhece o papel essencial da saúde mental na consecução da saúde para todas as pessoas. O plano inclui quatro grandes objetivos:

- Liderança e governança mais eficazes para a saúde mental;
- Prestação de serviços abrangentes e integrados de saúde mental e assistência social em contextos comunitários;
- Implementação de estratégias de promoção e prevenção; e
- Sistemas de informação reforçados, evidências e pesquisas.

O Programa de Ação da OMS para Reduzir as Lacunas em Saúde Mental (mhGAP), lançado em 2008, utiliza orientações técnicas, instrumentos e módulos de capacitação baseados em evidência para ampliar a prestação de serviços nos países, especialmente naqueles com recursos escassos. O programa foca em uma série de condições prioritárias, direcionando a capacitação para provedores de cuidados de saúde não especializados em uma abordagem integrada que promova a saúde mental em todos os níveis de cuidados.



([https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5652:folha-informativa-transtornos-mentais&Itemid=839](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5652:folha-informativa-transtornos-mentais&Itemid=839))  
american- format=feed&type=rss&option=com\_content

## health- organization)

### Ajuda e serviços

- Oportunidades (/bra/index.php?option=com\_content&view=article&id=5411&Itemid=850)
- Política de privacidade (/hq/index.php?option=com\_content&view=article&id=3201%3Apaho-website-privacy-policy&catid=6822%3Acorporate-pages&Itemid=2410&lang=es)
- Contatos (/hq/index.php?option=com\_content&view=article&id=938%3Afor-general-enquiries&catid=8038%3Aarchive&Itemid=4017%3Acontact)
- Intranet OPAS/OMS no Brasil (http://intranet.paho.org/bra/default.aspx)
- Collective Travel Authorization (https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\_docman&task=doc\_details&gid=1492&Itemid=965)
- Espaço dos Fornecedores (/bra/index.php?option=com\_content&view=article&id=4669&Itemid=832)
- Webmail (https://bramail.paho.org/owa/auth/logon.aspx?replaceCurrent=1&url=https%3a%2f%2fbramail.paho.org%2fowa%2f)

### Recursos

- PALTEX (http://www.paho.org/paltex)
- Red de Centros Colaboradores (https://www.paho.org/bracolab/)
- Outros sites da ONU (http://www.unsystem.org)
- OEA (http://www.oas.org/pt/default.asp)
- Banco de Imagens (/bra/index.php?option=com\_content&view=article&id=3069&Itemid=2374)
- Associações de Saúde Pública (https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\_content&view=article&id=3069&Itemid=2374)

### Conecte-se com a OPAS

- Feed RSS (https://www.paho.org/hq/index.php?format=feed&type=rss&lang=en)
- Facebook OPAS/OMS no Brasil (https://www.facebook.com/pages/OPAS-OMS-Brasil-PAHO-WHO-Brazil/159409967565663?ref=tn\_tnmn)
- Twitter (http://www.twitter.com/pahowho)
- LinkedIn (http://www.linkedin.com/company/pan-american-health-organization)
- YouTube (http://www.youtube.com/pahopin)
- Vimeo (http://vimeo.com/paho)