



DECLARAÇÃO DE POSIÇÃO

A Terapia Ocupacional e a Saúde Mental

Declaração da posição a ser tomada

Os terapeutas ocupacionais atuam em contextos que promovem a saúde mental e o bem-estar, com a intenção quer de prevenir o aparecimento de problemas de saúde mental quer de facilitar a recuperação aos que experienciam dificuldades de saúde mental.

Os terapeutas ocupacionais capacitam o envolvimento e a participação das pessoas na vida do quotidiano, através do uso de uma abordagem holística, biopsicossocial e centrada na pessoa, que as incentiva a usar o seu potencial e capacidades. Os conhecimentos específicos dos terapeutas ocupacionais na construção de relacionamentos e o uso terapêutico do eu, são ferramentas importantes na determinação das atividades que motivam e incentivam a pessoa para a reabilitação e recuperação psicossocial.

Os terapeutas ocupacionais capacitam as pessoas para serem ativas e produtivas no seio da sua comunidade, através do uso de intervenções de abordagem individual e comunitária baseadas na evidência, incluindo o treino de competências, educação, trabalho em grupo, autogestão e estratégias que incentivam a inclusão comunitária e a participação.

A avaliação e adaptação do ambiente também ajudam a promover o envolvimento ocupacional e incluem a determinação de redes e apoios sociais.

A Terapia Ocupacional permite a participação na vida quotidiana enquanto influencia a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida da pessoa. Os terapeutas ocupacionais tem experiência em defender a justiça ocupacional, a igualdade de acesso ao envolvimento ocupacional e às oportunidades para todas as pessoas que enfrentam problemas de saúde mental, incluindo as suas famílias e cuidadores.

- Declaração da importância da posição ou questão na Terapia Ocupacional

A filosofia da Terapia Ocupacional reconhece que a remissão de sintomas é insuficiente para recuperar de problemas de saúde mental e que os problemas psicossociais exercem influências complexas nas experiências de recuperação, envolvimento na comunidade e qualidade de vida das pessoas.

Em algumas regiões, a falta de prestadores de serviços de saúde mental é uma oportunidade para os terapeutas ocupacionais expandirem os seus modelos de intervenção e de se identificarem como prestadores primários de serviços de saúde mental. Em países onde o número de terapeutas ocupacionais é baixo¹, os terapeutas ocupacionais poder ser empregados mais eficazmente numa abordagem de consultadoria (direcionada à população). As organizações membros da WFOT podem exigir uma avaliação das necessidades de recursos humanos para fornecer uma análise objetiva para o desenvolvimento de novos serviços ou expansão dos existentes.

A Terapia Ocupacional alinha-se com a prática centrada na recuperação, valorizando a singularidade de cada indivíduo, oferecendo o poder de escolha e decisão, promovendo a dignidade e o respeito,

adotando uma abordagem de parceria e avaliando de forma contínua o progresso, de modo a fornecer respostas eficazes e que estejam à altura dos desafios.

Declaração da importância da posição para a comunidade ou sociedade

Uma boa saúde mental permite que as pessoas percebam o seu potencial, lidem com o stress habitual da vida diária, trabalhem produtivamente e contribuam para as suas comunidades. Uma em cada quatro pessoas no mundo, é afetada por problemas de saúde mental e/ou perturbações neurológicas durante a sua vida e estima-se que quase dois terços das pessoas com um problema de saúde mental diagnosticado, nunca procurem ajuda em serviços de saúde e muitas delas possuam comorbilidades. A deteção precoce de condições de saúde ao nível da saúde mental e física pode ser identificada e tratada por terapeutas ocupacionais que trabalhem nos respetivos serviços.

De forma global, a elevada prevalência de problemas de saúde mental afeta significativamente a participação na escola, no trabalho, na família e lazer, e revela-se importante para a inclusão e contribuição, a nível socioeconómico, nas famílias e na comunidade.

O WFOT apoia o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável³ da ONU e o Plano de Ação para a Saúde Mental 2013-2020 da OMS^{5,2} e proporciona parcerias para alcançar os objetivos do plano de ação, dentro dos seus princípios, abordagens transversais e priorização da saúde mental, em todo o mundo.

Resumo e Conclusão

Os terapeutas ocupacionais reconhecem que um problema de saúde mental pode ter um impacto generalizado no indivíduo, na sua família e na rede comunitária. Como especialistas em ocupação, trabalham de forma pró-ativa, para evitar o aparecimento e instalação de problemas de saúde mental, garantindo que as necessidades e o potencial ocupacional das pessoas sejam alcançados através do envolvimento em atividades significativas e com propósito.

Referências

- (1) World Health Organization. *Mental Health Atlas 2017*, Geneva: World Health Organization 2018
- (2) World Health Organization. *Mental Health Action Plan 2013-2020*, Geneva: World Health Organization 2013.
- (3) World Health Organization. *Mental disorders affect one in four people*. Available from http://www.who.int/whr/2001/media_centre/press_release/en/ [accessed 24 April 2019]
- (4) Pathare S, Brazinova A, Levav I. *Care gap: a comprehensive measure to quantify unmet needs in mental health*. *Epidemiology and Psychiatric Sciences* 2018;27:463–7.
- (5) UN General Assembly. *Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development, 21 October 2015, A/RES/70/1*. Available at: <https://www.refworld.org/docid/57b6e3e44.html> [accessed 24 April 2019]

Contributors (listed in alphabetical order)

- E. Sharon Brintnell (Canada)
- Pradeep Gunarathne (Sri Lanka)
- Dani Hitch (Australia)
- Ritchard Ledgerd (United Kingdom)
- Lida Pérez Acevedo (Colombia)
- Anna Pettican (United Kingdom)
- Narges Shafaroodi (Iran)
- Virginia ‘Ginny’ Stoffel (United States of America)

Tradução

- Elisabete Roldão (Delegada da WFOT – Portugal)
- Iara Estrela (Estudante de Terapia Ocupacional – Portugal)
- Mariana Santos (Estudante de Terapia Ocupacional – Portugal)