

## Ziua Mondială a Sănătății Mintale 2022

**„Faceți din sănătatea mintală și bunăstarea pentru toți o prioritate globală”**



- Sănătatea mintală și psihologică este foarte importantă pentru fiecare dintre noi, pentru a avea o viață fericită, așa că aveți grijă de ea și nu o neglijați. O zi internațională a sănătății mintale fericită!
- Într-o viață plină de stres și tensiune, sper că ai o minte ordonată și sănătoasă! Cele mai bune urări de Ziua Mondială a Sănătății Mintale!
- Nu este nimic mai complicat decât rețeaua ta de gânduri, nu uita să meditezi și să cauți pacea.
- Cu toții avem puterea de a lupta împotriva bolii mintale și chiar putem duce cele mai grele lupte, dacă avem o minte sănătoasă.
- Ziua Mondială a Sănătății Mintale ne va aminti mereu faptul că sănătatea mintală și emoțională nu ar trebui ignorate, dar ar trebui abordate mereu cu precauție.



În timp ce pandemia are și continuă să aibă efecte asupra sănătății noastre mintale, capacitatea de a ne reconecta prin Ziua Mondială a Sănătății Mintale 2022 ne va oferi oportunitatea de a ne reactiva eforturile de a proteja și îmbunătăți sănătatea mintală.

Multe aspecte ale sănătății mintale au fost contestate; și, înainte de pandemia din 2019, se estimează că una din opt persoane la nivel global trăia cu o tulburare mintală. În același timp, serviciile, competențele și finanțarea disponibile pentru sănătatea mintală rămân insuficiente și sunt mult sub ceea ce este necesar, în special în țările cu venituri mici și medii.

Pandemia de COVID-19 a creat o criză globală pentru sănătatea mintală, alimentând stresul pe termen scurt și lung și subminând sănătatea mintală a milioane de oameni. Estimările indică creșterea atât a tulburărilor de anxietate, cât și a tulburărilor depresive la peste 25% în primul an de pandemie. În același timp,

serviciile de sănătate mintală au fost grav perturbate, iar decalajul de tratament pentru afecțiunile de sănătate mintală s-a mărit.

Creșterea inegalităților sociale și economice, conflictele prelungite, violența și urgențele de sănătate publică afectează populații întregi, amenințând progresul către îmbunătățirea bunăstării; 84 de milioane de persoane din întreaga lume au fost strămutate forțat în 2021. Trebuie să aprofundăm valoarea și angajamentul pe care le acordăm sănătății mintale ca indivizi, comunități și guverne și să potrivim această valoare cu mai mult angajament, implicare și investiții din partea tuturor părților interesate, în toate sectoarele. Trebuie să consolidăm îngrijirea sănătății mintale, astfel încât întregul spectru al nevoilor de sănătate mintală să fie satisfăcut printr-o rețea comunitară de servicii și suporturi accesibile și de calitate.

Stigmatul și discriminarea continuă să fie o barieră în calea incluziunii sociale și a accesului la îngrijirea potrivită; important, cu toții ne putem juca rolul în creșterea gradului de conștientizare cu privire la intervențiile preventive în domeniul sănătății mintale, iar Ziua Mondială a Sănătății Mintale este o oportunitate de a face acest lucru în mod colectiv. Ne imaginăm o lume în care sănătatea mintală este apreciată, promovată și protejată; în care toată lumea are șanse egale de a se bucura de sănătate mintală și de a-și exercita drepturile omului; și unde toată lumea poate avea acces la îngrijirea de sănătate mintală de care are nevoie.

OMS va colabora cu partenerii pentru a lansa o campanie în jurul temei de a face din sănătatea mintală și bunăstarea pentru toți o prioritate globală. Aceasta va fi o oportunitate pentru persoanele cu afecțiuni de sănătate mintală, avocații, guvernele, angajatorii, angajații și alte părți interesate să se reunească pentru a recunoaște progresul în acest domeniu și pentru a exprima vocea cu privire la ceea ce trebuie să facem pentru a ne asigura că sănătatea mintală și bunăstarea devin o **PRIORITATE GLOBALĂ PENTRU TOȚI**.