



4% da população adulta em Portugal sofre de uma doença mental grave

“Reabilitação Psicossocial na Doença Mental”. Ordem dos Psicólogos Portugueses lança novo documento com perguntas e respostas

Lisboa, 20 de maio de 2025 – A Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) lança esta segunda-feira, no âmbito da Semana Europeia da Saúde Mental, o documento “Perguntas e Respostas sobre Reabilitação Psicossocial na Doença Mental”. O objetivo é alertar e esclarecer sobre as causas, o estigma associado e as respostas que existem quando falamos de uma doença mental grave.

Em Portugal, 4% da população adulta sofre de uma doença mental grave, estimando-se, por exemplo, que 1 em cada 100 pessoas viva com esquizofrenia e que 2 em cada 100 viva com perturbação bipolar.

As pessoas com doença mental grave têm uma expectativa de vida média 12.5 anos menor que a da população geral, dificuldades no funcionamento diário e desempenho de papéis sociais. São alvo de discriminação e estigma, fatores que agudizam o seu isolamento e exclusão social.

A prevalência de problemas de Saúde Mental (22%) em Portugal é das mais altas da União Europeia (UE), onde a média é de 16.7%. As perturbações psiquiátricas representam 12% da carga global de doença.

A doença mental não encontra respostas adequadas no Serviço Nacional de Saúde (SNS) em virtude do escasso número de profissionais e longas listas de espera. Em 2023, cerca de 20 mil pessoas aguardavam consulta e mais de metade tinha já ultrapassado o Tempo Máximo de Resposta Garantido.

“É necessário que estas pessoas tenham respostas em tempo útil. E para isso tem de se aumentar o número de psicólogos no SNS, e colocar no terreno as 40 Equipas Comunitárias de Saúde Mental previstas pelo governo, de forma a assegurar que estes profissionais conseguem prestar cuidados de reabilitação psicossocial, incluindo os cuidados de proximidade na comunidade”, defende a Bastonária da Ordem dos Psicólogos Portugueses, Sofia Ramalho. “Numa altura em que Portugal avança com medidas estruturantes de desinstitucionalização, é essencial que se aumente o investimento em serviços de Saúde Mental de base comunitária”, acrescenta.

No documento é possível ver respondidas questões como:

- **Quais são as doenças mentais graves?**
- **O que causa uma doença mental grave?**
- **O que é a reabilitação psicossocial e como pode ajudar pessoas com doença mental grave?**
- **Quem pode beneficiar da reabilitação psicossocial?**

- **Onde posso encontrar serviços de reabilitação psicossocial?**

O documento “Perguntas e Respostas sobre Reabilitação Psicossocial na Doença Mental” está disponível aqui.

Para mais informações ou pedidos de entrevista, contactar:

Patrícia Batista, Assessora de Imprensa

patricia.batista@ordemdospsicologos.pt

965 646 667