

“  
“A saúde  
mental  
é um direito  
de todos.”  
”

*Promover o bem-estar  
psicológico, garantir cuidados  
de qualidade e construir  
comunidades que acolhem é o  
caminho para uma sociedade  
mais justa e humana.*

**GIRA**  
GRUPO INTERVENÇÃO  
E REABILITAÇÃO  
ACTIVA  
A DOENÇA MENTAL **NÃO É LIMITE**



## CONTACTOS

(+351) 213 544 535  
(+351) 936 027 570

Sede - Rua Luciano  
Cordeiro, 34 - 1º  
1150-216 Lisboa

[gira@gira.org.pt](mailto:gira@gira.org.pt)



PROJETO SER

# SAÚDE MENTAL EM PORTUGAL

DOS HOSPITAIS À  
COMUNIDADE

# PERCURSO DA SAÚDE MENTAL EM PORTUGAL

Da Institucionalização à Integração Comunitária:

- Até ao final do século passado os cuidados de saúde mental estavam centrados em **hospitais psiquiátricos** e em **longos internamentos**.
- Despacho Conjunto nº 407/98, marcou o início da transição dos cuidados hospitalares para respostas na comunidade, **promovendo a integração social e a reabilitação**.
- Em 2010 a Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados (RNCCI) inclui uma componente de Saúde Mental que procura assegurar continuidade de cuidados com o Decreto-Lei nº 8\_2010.
- A Nova Lei de Saúde Mental (Lei nº 35/2023, de 21 de julho) **reforça**:
  - Os **direitos** das pessoas com doença mental;
  - O **tratamento na comunidade** sempre que possível;
  - A **participação ativa** das pessoas e famílias nas decisões.

## DESAFIOS ATUAIS

Apesar dos avanços, persistem grandes desafios para uma verdadeira reforma da saúde mental.



## OPORTUNIDADES

A Reforma da Saúde Mental em Portugal propõe um modelo mais **humano, descentralizado e inclusivo**:

- Reforçar as equipas comunitárias de saúde mental, assegurando **proximidade** e **acompanhamento contínuo**.
- Criar **novas respostas residenciais** diversificadas, com diferentes níveis de **apoio**.
- Garantir **cuidados centrados** na pessoa, respeitando o seu ritmo e autonomia.

Além da **reforma de saúde mental**, cabe à **sociedade civil** e a todos nós:

- Fomentar movimentos de Cidadania e Participação Ativa, empoderar as pessoas com doença mental, apoiando grupos de autorrepresentação e participação social;
- Valorizar o Papel das Famílias, oferecendo apoio emocional, informação e formação;
- Sensibilizar para uma Mudança Cultural e Maior Consciencialização Social, com o aumento do debate público sobre saúde mental e a redução do estigma.

Consulte toda a legislação aqui:

