SEP
SINDICATO DOS ENFERMEIROS PORTUGUESES

“Viva! Para lá da depressão”

20 Junho, 2022

Viva! Para lá da depressão” é a nova campanha para promover a saúde mental em Portugal.

Será lançada amanhã uma campanha com o objetivo de promover a saúde mental e quebrar o estigma associado à doença mental, em particular a depressão, de uma forma positiva e diferenciadora, promovendo a literacia dos portugueses sobre o tema. Para isso, e fazendo coincidir com o arranque do verão, criou um website onde estão disponíveis diversos conteúdos, incluindo uma série de *podcasts* centrados em temas ligados à superação da depressão.

“A ideia da campanha surgiu do facto de a saúde mental ter cada vez mais impacto na população em geral, em boa parte fruto do impacto psicológico da pandemia vivida nos últimos anos e de outros fatores adversos externos que vieram impactar a vida de todos nós”, explica Andrea Zanetti, diretor-geral da Angelini Pharma. “Por outro lado, resulta da ambição de a Angelini Pharma pretender ser líder na batalha contra a depressão, enquanto companhia dedicada a promover o bem-estar e a saúde mental, contribuindo para a qualidade de vida da população”, acrescenta o responsável pela empresa em Portugal.

A campanha inclui vídeos, artigos e sobretudo podcasts dedicados a temas diversos relacionados com a saúde mental, alguns mais generalistas e outros mais específicos para cada fase da vida, abordando por exemplo sinais de alerta e conselhos úteis e práticos para vencer a depressão.

Caracterizados pelo seu rigor científico e linguagem acessível, os conteúdos foram criados com o contributo de diversos especialistas de renome do panorama nacional, nas suas áreas de especialidade, tais como psicologia, psiquiatria, cuidados de saúde primários, assim como nutrição e exercício físico, enquanto áreas complementares essenciais para o sucesso do tratamento da depressão.

Há ainda testemunhos de superação contados na primeira pessoa, como é o caso de Nelson Évora e Bento Amaral, atletas portugueses, olímpico e paraolímpico, respetivamente. Além destes, são convidados especiais dos *podcasts* Daniel Sampaio e Pedro Morgado, ambos médicos psiquiatras, João Marques, Presidente da Sociedade Portuguesa de Alcoologia, Manuel Esteves, médico psiquiatra especializado em sexologia, Pedro Almeida, psicólogo do desporto e da performance, Susana Corte Real e José Pedro Antunes, especialistas em medicina geral e familiar e Conceição Calhau, Professora Catedrática na NOVA Medical School.

Os psiquiatras Daniel Sampaio e Pedro Morgado e os atletas olímpicos Nélson Évora e Bento Amaral dão a cara pela campanha participando na série de *podcasts* disponível aqui