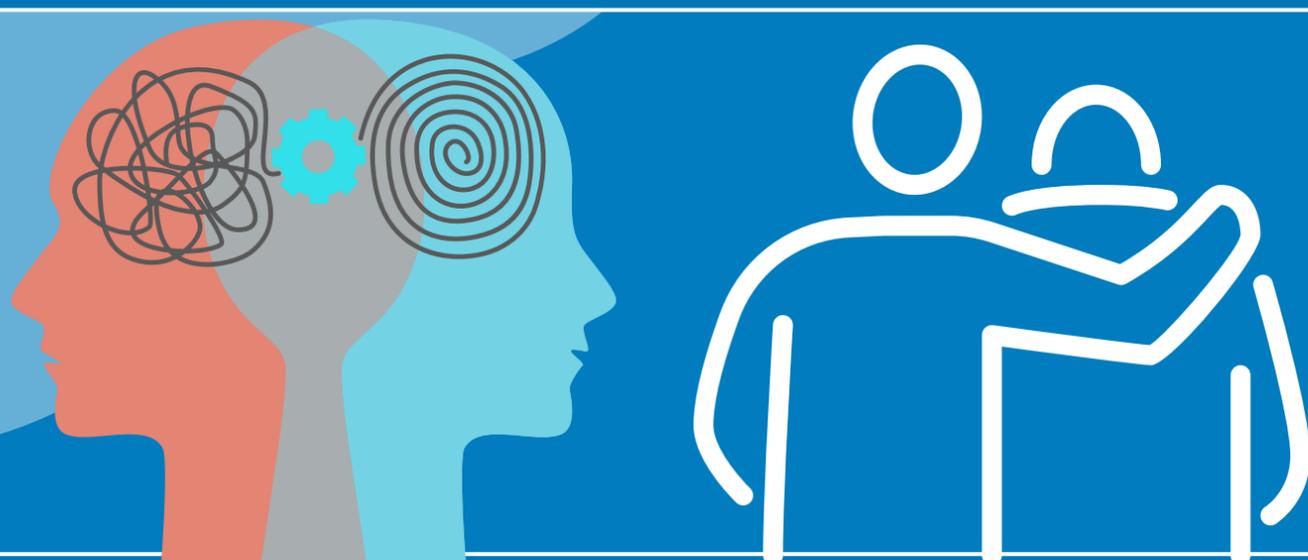


DECLARAÇÃO DE CONSENSO DA SIP SOBRE DOR E SAÚDE MENTAL

A Declaração de Consenso da SIP apresenta a posição comum das organizações participantes, no que diz respeito à dor e à saúde mental e descreve as principais recomendações a serem tomadas pelos decisores políticos da UE e nacionais para promover ações e mudanças neste domínio.



A estreita relação entre a dor e a saúde mental

As condições de saúde mental e a dor crónica ocorrem frequentemente em simultâneo devido a mecanismos neuronais partilhados e a fatores de risco, como a desigualdade social. No entanto, a dor não é avaliada nem abordada de forma rotineira em pessoas com problemas de saúde mental e pode ser ocultada pela natureza do problema de saúde mental.

A dor e as condições de saúde mental são experiências biopsicossociais

A **dor crónica** e a **saúde mental** são experiências **biopsicossociais**, envolvendo fatores biológicos, psicológicos e sociais. Uma gestão eficaz requer avaliação biopsicossocial e acesso precoce a serviços de **cuidados integrados e multidisciplinares**.

A ligação entre a dor, as condições de saúde mental e o emprego

As pessoas com dor e problemas de saúde mental têm menos probabilidade de trabalhar a tempo inteiro e relatam **maior absentismo e presenteísmo**. Na Europa, a dor músculoesquelética provoca 50% das faltas por doença e 60% das incapacidades permanentes.

Integrar a Dor na Política de Saúde Mental

A **dor** é frequentemente **ignorada** em pessoas com problemas de saúde mental e a comunicação pode ser dificultada pelo **estigma**. É crucial identificar e controlar a dor no âmbito da prevenção e intervenção precoce. É essencial integrar a **avaliação da dor** nos planos de saúde mental e promover o acesso equitativo aos cuidados para obter melhores resultados.

PRINCIPAIS RECOMENDAÇÕES:

Avaliar a interferência da dor em pessoas com condições de saúde mental como depressão, psicose e perturbações relacionadas com o consumo de substâncias.

1

2

Integrar os serviços de dor e de saúde mental em vez de funcionarem em separado.

Financiar a investigação sobre a **ligação** entre a **saúde mental** e a **dor**.

3

4

Proporcionar o acesso **precoce** a programas de gestão da dor para prevenir a dor crónica e os seus problemas relacionados com a saúde mental.

Capacitar os profissionais de saúde sobre a **relação bidirecional** entre dor e saúde mental.

5

6

Envolver as pessoas com **experiência vivenciada** no desenvolvimento de **serviços integrados**.

Promover **boas condições** de trabalho para melhorar o **bem-estar** e **apoiar a reintegração** de pessoas com dor ou problemas de saúde mental.

7

8

Abordar os fatores biológicos, psicológicos e sociais da dor nas **políticas de saúde mental**.

Apoiar a mudança cultural para **reduzir o estigma** relacionado com a saúde mental e a dor com **campanhas de sensibilização** junto dos prestadores de cuidados de saúde e do público.

9