



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
DIRECȚIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ A JUDEȚULUI BISTRITĂ-NĂSĂUD

1. **Str. Grănicerilor nr. 5, 420095, Bistrița** ☎ Director executiv, Director ex. adj. economic, Secretariat: 0263 - 232601, 231592; Fax: 0263 - 231137
2. **Str. Zimbrului, nr. 5, 420075, Bistrița** ☎ Supraveghere în Sănătate Publică, Control în sănătate publică, Autorizări, Administrativ, Secretariat : 0263-217337; 217309; Fax: 0263-212934

Campania Promovarea Sănătății Mintale
„Nu lăsa depresia să-ți controleze viața! Sănătatea ta mintală contează!”

Februarie 2024

Sănătatea mintală reprezintă o componentă fundamentală a sănătății individuale și a „stării de bine”, descriind nu numai absența bolii, ci și capacitatea unui individ de a se integra cu succes în viața familială, socială și profesională. Spre deosebire de afecțiunile somatice, identificarea și intervenția timpurie în cazul tulburărilor neuropsihice sunt mai dificile din cauza unor factori precum natura subiectivă a acuzelor și teama stigmatizării. Tulburările mintale constituie una dintre cauzele principale ale poverii bolii și ale anilor de viață sănătoasă pierduți, afectând calitatea vieții.

Sănătatea mintală este un lucru vital și ne afectează viața în multe feluri. Ne permite să funcționăm și să prosperăm ca indivizi, membri ai familiei și ai comunității. Ne ajută să facem față stresului și să ne adaptăm la schimbare. Ne permite să construim relații sănătoase și să ne conectăm cu alți oameni. Ne sprijină în procesul de învățare și ne ajută să lucrăm productiv.

Tulburarea depresivă majoră este una dintre cele mai frecvente tulburări psihiatrice ale copilăriei și adolescenței, dar din cauza variației simptomelor privind criteriile de diagnostic, această tulburare este adesea nerecunoscută și netratată.

Tulburarea depresivă majoră la copii și adolescenți este adesea subdiagnosticată, doar 50% dintre adolescenți sunt diagnosticați înainte de a ajunge la vârsta adultă. Este o afecțiune comună, cronică, recurentă și debilitantă, care conduce la afectarea funcționării din punct de vedere educațional, profesional și social. O treime dintre adolescenții care se prezintă la medicul de familie prezintă o tulburare emoțională, iar 14% sunt diagnosticați cu depresie. La nivel global, unul din șapte tineri de 10-19 ani se confruntă cu o tulburare mintală, reprezentând 13% din povara globală a bolii la această grupă de vârstă.

Depresia, anxietatea și tulburările de comportament sunt printre principalele cauze de îmbolnăvire și dizabilitate în rândul adolescenților. Sinuciderea este a patra cauză de deces în rândul tinerilor de 15-29 de ani.

Depresia afectează aproximativ 2,5% dintre copii și 8,3% dintre adolescenți, în regiunea europeană a OMS. De asemenea, 30% dintre adolescenți sunt estimați a avea simptome subclinice de depresie. Un raport al UNICEF din 2021 arată că aproape unul din cinci băieți europeni cu vârsta între 15 și 19 ani suferă de tulburări mintale, urmat de mai mult de 16% dintre fetele de aceeași vârstă. Nouă milioane de adolescenți din Europa (cu vârste cuprinse între

10 și 19 ani) trăiesc cu tulburări mintale, anxietatea și depresia reprezentând mai mult de jumătate din toate cazurile.

În România, potrivit unui raport al UNICEF, aproape 33% dintre adolescenții români cu vârste cuprinse între 11 și 15 ani au raportat o dispoziție tristă de mai multe ori într-o săptămână, comparativ cu 13% în medie, în cele 45 de țări incluse într-un studiu al Organizației Mondiale a Sănătății. Într-un studiu realizat în România în anul 2020, cu 10.114 adolescenți din toate județele țării (vârsta medie 17 ani), 48,9% dintre tineri au avut cel puțin o dată gânduri de suicid, 27,1% erau triști tot timpul și nu puteau scăpa de tristețe, 21,5% au avut perioade în care s-au simțit depresivi în ultimele șase luni. Într-un alt studiu comparativ se sublinia faptul că rata suicidului în România la adolescenții sub 15 ani este mai mare decât media europeană.

Direcția de Sănătate Publică Bistrița-Năsăud, în parteneriat cu medicii de familie organizează în luna februarie campania cu tema: Sănătatea mintală – Depresia la adolescenți.

Scopul campaniei este creșterea nivelului de informare și conștientizare a adolescenților și aparținătorilor acestora, privind problematica sănătății mintale (depresiei). La nivel județean se vor organiza evenimente de informare despre problematica tulburărilor mintale, a depresiei în special și de conștientizare a necesității realizării unui management adecvat al acestora. Ministerul Sănătății asigură coordonarea organizării campaniei.

**Director executiv,
Dr. Anca Andrițoiu**