



Carta accesului la servicii de sănătate mintală

ALIANȚA NAȚIONALĂ PENTRU SĂNĂTATE MINTALĂ (ANPSM)

1. Sănătatea mintală ca drept fundamental

Orice persoană are dreptul la acces la servicii de sprijin pentru sănătatea mintală atunci când se confruntă cu dificultăți emoționale, psihologice sau relaționale.

Acest drept face parte din dreptul mai larg la sănătate și la bunăstare.

2. Acces echitabil pentru toate persoanele

Serviciile de sănătate mintală trebuie să fie accesibile tuturor persoanelor, fără discriminare pe criterii de: vârstă, gen, statut social sau economic, nivel de educație, religie, orientare personală, origine etnică sau culturală. Dificultățile psihologice pot afecta pe oricine, iar accesul la sprijin trebuie să reflecte această realitate.

3. Reducerea barierelor economice

Costurile ridicate ale serviciilor pot reprezenta un obstacol major pentru multe persoane.

Un sistem responsabil de sănătate mintală trebuie să dezvolte mecanisme care facilitează accesul la sprijin, inclusiv programe comunitare, servicii gratuite sau intervenții susținute de organizații profesionale și civice.

4. Informarea corectă a populației

Accesul real la servicii începe cu accesul la informație.

Populația trebuie să aibă posibilitatea de a înțelege: ce tipuri de servicii există, cui se poate adresa în funcție de dificultate, care sunt opțiunile de sprijin disponibile.

Informația clară reduce confuzia și facilitează solicitarea ajutorului.

5. Intervenția timpurie

Accesul rapid la sprijin poate preveni agravarea dificultăților psihologice.

Sistemele de sănătate mintală trebuie să încurajeze intervenția timpurie și să evite situațiile în care persoanele ajung să solicite ajutor doar în stadii severe ale suferinței.

6. Diversitatea serviciilor

Nevoile în domeniul sănătății mintale sunt variate și nu pot fi acoperite de o singură formă de intervenție. Un sistem eficient trebuie să includă o varietate de servicii, precum: psihoterapie, evaluare psihologică sau psihiatrică, consiliere, sprijin comunitar, programe de prevenție și educație.

7. Accesul geografic la servicii

Diferențele între mediul urban și rural pot crea inegalități semnificative în accesul la sprijin.

Dezvoltarea serviciilor comunitare, a intervențiilor online și a programelor locale poate contribui la reducerea acestor diferențe.

8. Colaborarea între profesioniști și comunitate

Accesul la servicii de sănătate mintală depinde nu doar de profesioniști, ci și de implicarea comunității, a organizațiilor civice și a instituțiilor publice. Cooperarea între aceste structuri poate contribui la dezvoltarea unui sistem mai accesibil și mai eficient.

Principiul fundamental

Accesul la servicii de sănătate mintală înseamnă mai mult decât existența unor specialiști. Înseamnă posibilitatea reală a fiecărei persoane de a primi sprijin atunci când are nevoie.

Un sistem de sănătate mintală echitabil este acela în care nimeni nu este lăsat singur în fața suferinței psihologice.