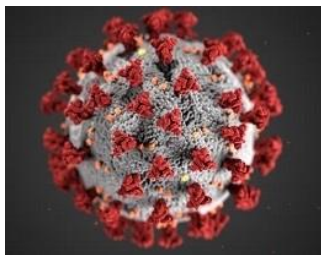




Recolha de dados decorre entre maio e julho

## Instituto Ricardo Jorge promove estudo sobre saúde mental e bem-estar em tempos de pandemia



O Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) está a promover um estudo para avaliar o impacto da COVID-19 na saúde mental e bem-estar dos profissionais de saúde e de outros profissionais que estão na primeira linha de combate à pandemia, assim como da população em geral. Os dados obtidos permitirão produzir recomendações que contribuam para a melhoria de respostas dos serviços de saúde aos problemas de saúde mental das populações.

**Lisboa, 22 de maio de 2020**

Coordenado pelo Departamento de Promoção da Saúde e Prevenção de Doenças Não Transmissíveis do INSA, o projeto "Saúde Mental em Tempos de Pandemia (SM-COVID19)" pretende avaliar dimensões consideradas relevantes em saúde mental, tais como bem-estar geral, auto-percepção do estado de saúde, stress, ansiedade, depressão, stress pós-traumático, consumos e adições, resiliência, presentismo, *burnout* e acesso aos serviços.

Desenvolvido em colaboração com o Instituto de Saúde Ambiental da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa (ISAMB) e com a Sociedade Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental (SPPSM), este estudo vai também identificar fatores de proteção e/ou fragilização da saúde mental e bem-estar, através de questões sobre a situação individual face à pandemia, conciliação trabalho-família, situação face ao

trabalho e rendimento, desempenho profissional e segurança laboral, atividades de lazer e estilos de vida e expectativas face ao futuro.

A recolha de dados do projeto será realizada em três momentos distintos, entre maio e julho de 2020, através do preenchimento de um questionário online, disponível em <https://smcovid19.limequery.com/286988?lang>. Composto por 52 itens, o questionário demora cerca de 20 minutos a preencher, sendo garantida a confidencialidade e a anonimização de todas as respostas. Ao longo do trabalho, serão disponibilizados dados e análises preliminares no site do projeto (<https://sm-covid19.pt/>).

A pandemia COVID-19 tem impacto na saúde mental (SM) e bem-estar (BE), podendo conduzir a ansiedade e depressão ou eventualmente ao suicídio, assim como ao aumento de vulnerabilidade social. De entre os fatores que conduzem à fragilização da SM incluem-se medo, isolamento, frustração, falta de bens essenciais, informação desadequada, perda de rendimentos ou do emprego e estigma.

No contexto atual, os doentes e os profissionais de saúde estão mais vulneráveis a potenciais impactos emocionais, bem como cidadãos em isolamento, quarentena ou distanciamento social. Torna-se assim fundamental avaliar o impacto da pandemia em diferentes dimensões da SM e tomar medidas promotoras de BE e reforço da SM positiva, mitigando o sofrimento psicológico identificado na comunidade e nos profissionais dos serviços de saúde e outros.

*Fundado em 1899 pelo médico e humanista Ricardo Jorge, o Instituto Ricardo Jorge desenvolve uma tripla missão como laboratório do Estado no sector da saúde, laboratório nacional de referência e observatório nacional de saúde. O Instituto tem por missão contribuir para ganhos em saúde, para a definição de políticas de saúde e para o aumento da qualidade de vida da população.*

**Para mais informações contactar:**

**Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge**

Gabinete de Comunicação, Marketing e Relações Externas

Tel.: (+351) 217 519 200

Mail: [comunicacao@insa.min-saude.pt](mailto:comunicacao@insa.min-saude.pt) | Internet: [www.insa.min-saude.pt](http://www.insa.min-saude.pt)



**SNS** SERVIÇO NACIONAL  
DE SAÚDE

**120**  
anos

1899/2019

INSTITUTO RICARDO JORGE

