



## **Ventos de mudança: O papel dos enfermeiros especialistas em enfermagem de saúde mental e psiquiátrica em tempos de crise climática**

Francisco Sampaio<sup>1,2</sup> <https://orcid.org/0000-0002-9245-256X>

<sup>1</sup>Escola Superior de Enfermagem do Porto, Rua Dr. António Bernardino de Almeida, 830, 844, 856, 4200-072 Porto, Portugal.

<sup>2</sup>RISE-Health, Escola Superior de Enfermagem do Porto, Rua Dr. António Bernardino de Almeida 830/844/856, 4200-072 Porto, Portugal.

Autor de Correspondência:

Francisco Sampaio, [franciscosampaio@esenf.pt](mailto:franciscosampaio@esenf.pt)

### **Introdução**

As alterações climáticas constituem um dos maiores desafios globais da atualidade, com implicações transversais nos domínios ambiental, económico, social e, inevitavelmente, na saúde. Embora amplamente discutidos os efeitos físicos das alterações climáticas, os impactos na saúde mental começam agora a ganhar maior atenção por parte da comunidade científica. Neste contexto, é imperativo reconhecer o papel essencial dos enfermeiros especialistas em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica (ESMP), não apenas na intervenção direta junto das populações afetadas, mas também na investigação e elaboração de políticas que mitiguem os efeitos psíquicos e psicossociais associados à crise climática. Este editorial reflete sobre a relevância dos enfermeiros especialistas em ESMP neste cenário em constante evolução, destacando as suas competências e o seu potencial de liderança em tempos de crise climática.



## A saúde mental em Portugal e na Europa

De acordo com estimativas de prevalência do Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME), mais de 2,25 milhões de pessoas em Portugal apresentavam doença mental em 2019, o que representa 22% da população. As perturbações de ansiedade eram as mais prevalentes, afetando aproximadamente 9% da população, seguidas pelas perturbações depressivas, com 6%, e pelas perturbações relacionadas com o consumo de álcool e drogas, com 4%. A nível europeu, ainda que os dados obtidos fossem tendencialmente mais positivos do que os verificados em Portugal, a prevalência de doença mental era igualmente elevada, com uma média europeia cifrada nos 16,7% (Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico [OCDE] / Observatório Europeu dos Sistemas e Políticas de Saúde, 2023).

A elevada prevalência de doenças mentais em Portugal afeta significativamente o bem-estar dos cidadãos e tem implicações profundas para a economia. Com base nas estimativas supramencionadas, as doenças mentais resultaram, em 2019, na perda de cerca de 310 mil anos de vida produtiva (IHME, 2024). Adicionalmente, em 2015, os custos totais associados aos problemas de saúde mental em Portugal foram estimados em aproximadamente 3,7% do Produto Interno Bruto, sendo que mais de 40% desses custos estavam associados à redução da participação e produtividade no mercado de trabalho (OCDE / União Europeia [UE], 2018).

Para além disso, tendo por base dados de um *survey* de autorrelato, a prevalência de perturbações depressivas em Portugal foi superior a 12% em 2019. Este valor excedeu a média da UE em 5 pontos percentuais, tornando Portugal o país com a maior taxa reportada de perturbações depressivas entre todos os Estados-Membros da União Europeia. Tal como noutros países da UE, os homens em Portugal reportaram taxas mais baixas de depressão (7,5%) em comparação com as mulheres (16,3%). Contudo, os dados de Portugal revelaram a maior disparidade entre sexos na prevalência de perturbações depressivas em toda a UE, com 2,2 mulheres a relatar sofrer de uma perturbação depressiva por cada homem, em comparação com a média da UE de 1,6 mulheres por cada homem. Este desequilíbrio significativo entre sexos resulta, provavelmente, de uma combinação de fatores, incluindo o estigma internalizado entre os homens, que dificulta o reconhecimento da condição e a procura subsequente de ajuda (Eurostat, 2019).

A Europa enfrenta um desafio significativo com os problemas de saúde mental. Em 2019, na região europeia da Organização Mundial da Saúde (OMS) mais de 125 milhões de pessoas apresentava alguma doença mental. Este facto conduz ao dispêndio de biliões de euros em custos com cuidados de saúde (Bellis et al., 2019). Para muitos países europeus, o desafio da saúde mental está a mostrar uma tendência ascendente (OMS, 2022). No entanto, os programas de saúde mental estão sistematicamente subfinanciados nos países europeus, representando apenas 1% do total dos gastos com saúde na região europeia da OMS (OMS / Europa, 2019).



## O impacto das alterações climáticas na saúde mental

As alterações climáticas são um fator-chave para o crescente desafio da saúde mental. Os custos sociais adicionais das doenças mentais relacionadas com as alterações climáticas, a poluição atmosférica e o acesso inadequado a espaços verdes, a nível global, são estimados em quase 45 mil milhões de euros anualmente até 2030. Estes custos devem aumentar significativamente para 509 mil milhões de euros, até 2050, se os fatores ambientais se mantiverem nos níveis de 2020 (Kumar et al., 2023). A previsão atual é que os fatores ambientais piorem, o que significa que os custos provavelmente serão ainda mais elevados.

Os eventos climáticos extremos podem causar traumas físicos (por exemplo, lesões, mutilações e morte) e mentais, podendo resultar em episódios agudos, e potencialmente graves, de ansiedade, depressão e perturbação de stress pós-traumático. Tais efeitos da crise climática na saúde mental podem ser duradouros. Existe evidência de que os incêndios florestais aumentam a taxa de perturbação de stress pós-traumático, perturbações depressivas e perturbação de ansiedade generalizada nas populações expostas até vários anos após o incêndio (To et al., 2021); as ondas de calor diminuem o bem-estar mental e aumentam o risco de problemas relacionados com a saúde mental, como distúrbios do humor e comportamentais (European Climate and Health Observatory, 2022).

Evidências empíricas recentes associam um aumento de 1°C na média das temperaturas máximas a um aumento de 2 pontos percentuais na prevalência de problemas de saúde mental (Obradovich et al., 2018). O Intergovernmental Panel on Climate Change (IPCC) revelou que a crise climática representa uma ameaça crescente para a saúde mental e para o bem-estar psicossocial (IPCC, 2022), podendo repercutir-se em sofrimento emocional, ansiedade, depressão, luto e comportamentos suicidários. Os desafios relacionados com a saúde mental estão já associados ao aumento das temperaturas, aos traumas causados por eventos climáticos extremos, à perda de meios de subsistência e cultura, e à preocupação com os impactos futuros (Cianconi et al., 2020; Cuijpers et al., 2023). Estes desafios irão aumentar com as alterações climáticas em curso em todo o mundo, especialmente para grupos vulneráveis como crianças, adolescentes, idosos, e pessoas com problemas de saúde subjacentes.

Indiretamente, as alterações climáticas também podem afetar a saúde mental ao gerar potenciais alterações emocionais (Ágoston et al., 2022; Stanley et al., 2021). Vários termos têm sido utilizados para definir essas emoções, como ecoansiedade, ansiedade climática, preocupação com as alterações climáticas, luto ecológico, stress ecológico, paralisia ecológica, sofrimento ambiental e solastalgia (Ramadan et al., 2023). Entre essas, uma das emoções mais estudadas tem sido a ecoansiedade, mas há uma falta de clareza concetual sobre o termo, e a maior parte dos estudos foram realizados em países



ocidentais (Coffey et al., 2021). De acordo com um *survey* global a 10 mil adolescentes e jovens adultos com idades entre os 16 e os 25 anos, mais de 45% dos inquiridos afirmaram que a sua ansiedade em relação às alterações climáticas afetou negativamente a sua vida diária e funcionalidade, e 75% consideraram o seu futuro como "assustador" (Hickman et al., 2021). A ansiedade climática em adolescentes e jovens adultos pode tornar-se tão grave que requer, em algumas situações, ajuda especializada.

Por enquanto, embora a associação entre a ecoansiedade e a doença mental seja ainda desconhecida, é sabido que existe uma forte associação entre a exposição crónica a stressores ambientais e a psicopatologia em jovens, com o stress estando, por exemplo, relacionado com perturbações de ansiedade e depressivas. À luz desta evidência, e considerando que os jovens são particularmente vulneráveis a problemas de saúde mental por estarem numa fase crucial do seu desenvolvimento psíquico, existe uma necessidade emergente de determinar se a ecoansiedade é, potencialmente, um fator de risco de curto ou longo prazo para o desenvolvimento de doença mental (Sampaio & Sequeira, 2022).

## **O papel do enfermeiro especialista em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica**

Parece claro, tendo por base a evidência científica anteriormente apresentada, que a crise climática se trata de um problema grave, muito significativo, e que merece atenção urgente por parte de toda a sociedade, sob o ponto de vista coletivo, bem como por parte dos decisores políticos. Para além disso, o impacto das alterações climáticas na saúde mental, que parece já evidente, necessita ainda de investigação adicional para permitir uma compreensão mais abrangente acerca dos mesmos e, acima de tudo, da congregação de esforços por parte dos mais diversos *stakeholders*: profissionais de saúde, ambientalistas, investigadores, organizações não governamentais, pequenas e médias empresas, e poder político.

A verdade é que a investigação nesta área tem vindo a ser realizada, não apenas, mas sobretudo, por psicólogos clínicos e por psicólogos sociais. Assim, a Enfermagem e, particularmente a Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica (ESMP) não tem estado a assumir-se enquanto líder nesta área emergente de conhecimento. Esse constitui um desafio que importa agarrar. Os enfermeiros especialistas em ESMP não devem realizar investigação monodisciplinar neste domínio, porque os múltiplos saberes são fundamentais para uma compreensão mais ampla dos fenómenos, mas é fundamental que assumam a liderança de equipas de investigação nesta área.

O surgimento de uma nova área de interesse no domínio da investigação e da intervenção, extremamente atual e com profundo impacto na vida das pessoas,



constitui sempre uma oportunidade para as mais diversas áreas disciplinares. Neste caso concreto, os enfermeiros especialistas em ESMP possuem competências comuns e específicas que os colocam num lugar privilegiado para assumir papéis de liderança no que concerne à investigação e intervenção ao nível das consequências das alterações climáticas na saúde mental dos cidadãos.

Para além disso, a formação especializada em ESMP dota os enfermeiros de competências únicas para intervir junto das populações mais vulneráveis, promovendo não apenas estratégias de adaptação aos desafios climáticos, mas também mecanismos de resiliência e bem-estar psicossocial. Estes profissionais estão aptos a criar e implementar programas comunitários que abordem tanto a prevenção de problemas de saúde mental quanto a mitigação dos seus efeitos, com foco em grupos como crianças, adolescentes, idosos e pessoas com patologias preexistentes. Ademais, podem contribuir para a elaboração de políticas de saúde mental alinhadas com as necessidades emergentes impostas pelas alterações climáticas, reforçando a integração das questões ambientais nos planos de intervenção em saúde.

Finalmente, os enfermeiros especialistas em ESMP têm o potencial de liderar redes de colaboração transdisciplinar e internacional que promovam soluções inovadoras, integrando perspetivas culturais e contextuais nos seus modelos de intervenção. Este papel abrangente e colaborativo posiciona-os como agentes-chave na resposta aos desafios impostos pela crise climática, com impacto direto na melhoria da saúde mental global.

## Conclusão

A crise climática é um fenómeno sem precedentes, com implicações profundas na saúde mental das populações. Perante este cenário, o papel dos enfermeiros especialistas em ESMP torna-se incontornável, não apenas pela sua capacidade de intervenção junto das populações mais vulneráveis, mas também pela sua liderança na investigação e elaboração de políticas adaptadas a este novo contexto.

Urge que esta comunidade de Enfermagem especializada reforce a sua presença e liderança neste domínio, integrando conhecimentos transdisciplinares e promovendo soluções sustentáveis e culturalmente adequadas. O futuro da saúde mental no contexto das alterações climáticas depende, em grande medida, da capacidade de a ESMP assumir este desafio como uma prioridade coletiva. Com compromisso, colaboração e a utilização das suas competências únicas, os enfermeiros especialistas em ESMP podem ser agentes de mudança, mitigando os impactos desta crise global na saúde mental e promovendo o bem-estar das populações em escala local e global.



## Agradecimentos

Esta publicação é baseada no trabalho da COST Action 23113 <Climate Change Impacts on Mental Health in Europe (*CliMent*)>, suportada pela COST (European Cooperation in Science and Technology).

## Referências Bibliográficas

- Ágoston, C., Csaba, B., Nagy, B., Kóváry, Z., Dúll, A., Rácz, J., & Demetrovics, Z. (2022). Identifying types of eco-anxiety, eco-guilt, eco-grief, and eco-coping in a climate-sensitive population: a qualitative study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), 2461. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042461>
- Bellis, M. A., Hughes, K., Ford, K., Ramos Rodriguez, G., Sethi, D., & Passmore, J. (2019). Life course health consequences and associated annual costs of adverse childhood experiences across Europe and North America: A systematic review and meta-analysis. *The Lancet Public Health*, 4(10), e517–e528. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(19\)30145-8](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(19)30145-8)
- Cianconi, P., Betrò, S., & Janiri, L. (2020). The impact of climate change on mental health: A systematic descriptive review. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 74. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00074>
- Coffey, Y., Bhullar, N., Durkin, J., Islam, M.S., & Usher, K. (2021). Understanding eco-anxiety: A systematic scoping review of current literature and identified knowledge gaps. *The Journal of Climate Change and Health*, 3, 100047. <https://doi.org/10.1016/j.joclim.2021.100047>
- Cuijpers, P., Miguel, C., Ciharova, M., Kumar, M., Brander, L., Kumar, P., & Karyotaki, E. (2023). Impact of climate events, pollution, and green spaces on mental health: An umbrella review of meta-analyses. *Psychological Medicine*, 53(3), 638–653. <https://doi.org/10.1017/S0033291722003890>
- European Climate and Health Observatory. (2022). *Climate change impacts on mental health in Europe: An overview of evidence*. Disponível em [https://climate-adapt.eea.europa.eu/en/observatory/evidence/health-effects/mental-health-effects/european\\_climate\\_health\\_observatory\\_mental-health\\_evidence\\_review\\_2022.pdf](https://climate-adapt.eea.europa.eu/en/observatory/evidence/health-effects/mental-health-effects/european_climate_health_observatory_mental-health_evidence_review_2022.pdf)
- Eurostat (2019). *European health interview survey*. [https://ec.europa.eu/eurostat/cache/metadata/fr/hlth\\_det\\_esms.htm](https://ec.europa.eu/eurostat/cache/metadata/fr/hlth_det_esms.htm)



Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, E.R., Mayall, E.E., Wray, B., Mellor, C., & van Susteren, L. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: A global survey. *The Lancet Planetary Health*, 5(12), E863-E873. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)

Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME). (2024). *Global burden of disease 2021: Findings from the GBD 2021 study*. IHME.

Intergovernmental Panel on Climate Change. (2022). *Climate change 2022: Impacts, adaptation and vulnerability*. IPCC.

Kumar, P., Brander, L., Kumar, M., & Cuijpers, P. (2023). Planetary health and mental health nexus: Benefit of environmental management. *Annals of Global Health*, 89(1), 49. <https://doi.org/10.5334/aogh.4079>

Obradovich, N., Migliorini, R., Paulus, M.P., & Rahwan, I. (2018). Empirical evidence of mental health risks posed by climate change. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 115(43), 10953-10958. <https://doi.org/10.1073/pnas.1801528115>

Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico, União Europeia. (2018). *Health at a glance: Europe 2018: State of Health in the EU Cycle*. OECD Publishing.

Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico, Observatório Europeu dos Sistemas e Políticas de Saúde. (2023). *Portugal: Country health profile 2023, state of health in the EU*. OECD Publishing.

Organização Mundial da Saúde. (2019). *Mental health: Fact sheet*. World Health Organization Regional Office for Europe.

Organização Mundial da Saúde. (2022). *WHO European framework for action on mental health 2021-2025*. WHO Regional Office for Europe.

Ramadan, R., Randell, A., Lavoie, S., Gao, C.X., Manrique, P.C., Anderson, R., McDowell, C., & Zbukvic, I. (2023). Empirical evidence for climate concerns, negative emotions and climate-related mental ill-health in young people: A scoping review. *Early Intervention in Psychiatry*, 17(6), 537-563. <https://doi.org/10.1111/eip.13374>

Sampaio, F., & Sequeira, C. (2022). Climate anxiety: Trigger or threat for mental disorders?. *The Lancet Planetary Health*, 6(2), e89. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(22\)00008-0](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(22)00008-0)

Stanley, S.K., Hogg, T.L., Leviston, Z., & Walker, I. (2021). From anger to action: Differential impacts of eco-anxiety, eco-depression, and eco-anger on climate action and wellbeing. *The Journal of Climate Change and Health*, 1, 100003. <https://doi.org/10.1016/j.joclim.2021.100003>



To, P., Eboreime, E., & Agyapong, V. I. O. (2021). The impact of wildfires on mental health: A scoping review. *Behavioural Sciences*, 11(9), 126. <https://doi.org/10.3390/bs11090126>

### **Nota Biográfica**

Francisco Sampaio é enfermeiro especialista em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica, Doutorado e Pós-Doutorado em Ciências de Enfermagem. Exerce atualmente funções enquanto Professor Adjunto na Escola Superior de Enfermagem do Porto e enquanto Investigador Integrado no RISE-Health. Para além disso, é ainda membro da Coordenação Regional de Saúde Mental do Norte.