Opinjoni tal-Kumitat Ekonomiku u Soċjali Ewropew dwar "Miżuri għat-titjib tas-saħħa mentali"

(opinjoni esploratorja mitluba mill-Presidenza Spanjola)

(2023/C 349/16)

Relatur: **Milena ANGELOVA**

Korelatur: **Ivan KOKALOV**

Talba għall-konsultazzjoni mill-Presidenza Spanjola tal-Kunsill	Ittra, 8.12.2022
Bażi legali	Artikolu 304 tat-Trattat dwar il-Funzjonament tal-Unjoni Ewropea
	Opinjoni esploratorja
Sezzjoni kompetenti	Sezzjoni għax-Xogħol, l-Affarijiet Soċjali u ċ-Ċittadinanza
Adozzjoni fis-sezzjoni	21.6.2023
Adozzjoni fil-plenarja	13.7.2023
Sessjoni plenarja Nru	580
Riżultat tal-votazzjoni	
(favur/kontra/astensjonijiet)	205/0/2

1. **Konklużjonijiet u rakkomandazzjonijiet**

1.1. Is-saħħa mentali għandha natura kumplessa. Hija affettwata minn għadd kbir ta' fatturi: bijoloġiċi, psikoloġiċi, edukattivi, soċjali, ekonomiċi, okkupazzjonali, kulturali u ambjentali. It-titjib u l-promozzjoni b'suċċess tas-saħħa mentali ([1]) u l-prevenzjoni ta' inċidenti tas-saħħa mentali jeħtieġu approċċ kumpless, multidixxiplinari u tul il-ħajja, li għandu jiġi applikat u inkorporat b'mod sod bħala prijorità trasversali ewlenija fit-tfassil tal-politika fil-livell tal-UE u dak nazzjonali (reġjonali u settorjali) sabiex:

1.1.1. Jinkoraġġixxi r-riforma tas-sistemi tas-saħħa madwar l-UE biex jiġi żgurat li dawn iwasslu għal interventi u kura fit-tul integrati u ppjanati, mhux biss għall-kura, iżda biex jiġu evitati kundizzjonijiet mediċi bl-użu ta' timijiet multidixxiplinari, minflok ma jiġu organizzati madwar mudelli episodiċi ta' kura. L-għan aħħari għandu jkun li d-direzzjoni dominanti tas-sistema tas-saħħa fil-qasam tas-saħħa mentali tiġi allinjata mill-ġdid lejn prattiki bijopsikosoċjali kumplessi u msejsa fuq id-drittijiet tal-bniedem, u b'hekk jiġu żgurati l-prevenzjoni, l-identifikazzjoni bikrija u l-iskrinjar tal-mard mentali u l-ġestjoni effettiva tal-każijiet kif ukoll il-forniment ta' approċċ iċċentrat fuq l-individwu fil-komunità.

1.1.2. Jiffoka fuq il-promozzjoni kostanti tas-saħħa mentali, il-prevenzjoni tal-mard mentali u l-bini ta' reżiljenza li hija integrata fil-politiki kollha tal-UE, nazzjonali, reġjonali u settorjali. B'rabta mal-komunikazzjoni li jmiss tagħha dwar approċċ olistiku għas-saħħa mentali, il-KESE jilqa' l-Komunikazzjoni tal-Kummissjoni dwar approċċ komprensiv għas-saħħa mentali ([2]), jappoġġja bil-qawwa l-"għan ewlieni tal-politika pubblika li jiġi żgurat li ħadd ma jitħalla lura, li ċ-ċittadini jkollhom aċċess ugwali għas-servizzi tal-prevenzjoni u tas-saħħa mentali madwar l-UE, u li r-riintegrazzjoni u l-inklużjoni soċjali jiggwidaw l-azzjoni kollettiva li tindirizza l-mard tas-saħħa mentali", u jappella għat-traspożizzjoni rapidu tiegħu fi Strateġija tal-UE dwar is-Saħħa Mentali li jkollha skeda ta' żmien, tkun iffinanzjata biżżejjed, tiddefinixxi r-responsabbiltajiet u tinkludi indikaturi għall-monitoraġġ tal-progress madwar l-UE u l-Istati Membri – inkluż fil-qafas tal-proċess tas-Semestru Ewropew. Is-Semestru għandu jagħti aktar konsiderazzjoni lill-impatt tal-fatturi soċjoekonomiċi u ambjentali fuq is-saħħa mentali, inklużi l-benefiċċji importanti tat-titjib tal-aċċess għal servizzi ta' interess ġenerali affordabbli u ta' kwalità (akkomodazzjoni, enerġija, skart/ilma, eċċ.). Idealment, dan imexxi l-ħidma fil-livell nazzjonali billi, pereżempju, jirrikjedi li l-Istati Membri jiżviluppaw u jimplimentaw pjani ta' azzjoni li l-Kummissjoni tista' perjodikament tirrevedi u tlaqqa' l-pajjiżi

([1]) C. Winslow (1923) iddefinixxa l-promozzjoni tas-saħħa bħala sforz organizzat mis-soċjetà biex teduka lill-individwu dwar kwistjonijiet ta' saħħa personali u tiżviluppa sistema soċjali li tipprovdi lil kull individwu bi standard ta' għajxien adegwat biex iżomm u jtejjeb is-saħħa tiegħu.

([2]) COM(2023) 298 final.

flimkien biex jiskambjaw u jispiraw lil xulxin biex jimmiraw għal azzjonijiet ambizzjużi. Il-fatturi ta' riskju ambjentali u soċjali ewlenin għandhom jiġu mmonitorjati b'mod kostanti u l-istrateġiji u l-miżuri rilevanti għandhom jiġu adottati malajr biex jiġu minimizzati u eliminati dawn ir-riskji.

1.1.3. Jiġu pprovduti possibbiltajiet għal dijanjożi bikrija, trattament adegwat, psikoterapija u riabilitazzjoni għal persuni b'kundizzjonijiet ta' saħħa mentali u diżabilitajiet psikoloġiċi u inklużjoni soċjali abbażi tar-rispett tad-dinjità personali, id-drittijiet tal-bniedem, il-libertà u l-ugwaljanza.

1.1.4. Is-saħħa mentali għandha tiġi rikonoxxuta fl-Istati Membri kollha bħala suġġett serju li jeħtieġ livell adegwat ta' attenzjoni u rispons olistiku, koordinat, strutturat u ċċentrat fuq il-bniedem. Il-koerċizzjoni, l-istigma, is-segregazzjoni u d-diskriminazzjoni dwar il-kundizzjonijiet tas-saħħa mentali jeħtieġ li jitneħħew. Finanzjament xieraq għas-servizzi tas-saħħa biex jiġu indirizzati l-problemi tas-saħħa mentali huwa essenzjali biex dawk is-servizzi jsiru aċċessibbli b'mod universali u affordabbli. Dan jinkludi investimenti f'għadd suffiċjenti ta' persunal tal-kura tas-saħħa mħarreġ kif xieraq. Livelli adegwati ta' paga, titjib kostanti tal-ħiliet u livelli suffiċjenti ta' persunal jiżguraw biżżejjed attenzjoni u ħin iddedikat mhux biss għall-pazjenti, iżda wkoll għal persuni li jfittxu parir mediku, opinjoni jew trattament. L-aspett ta' finanzjament, kemm fl-infrastrutturi fiżiċi kif ukoll f'dawk soċjali fis-settur tas-saħħa, għandu jiġi żviluppat aħjar fl-NRRPs fejn ir-rappreżentanza u l-kopertura ta' proġetti relatati mas-saħħa huma neqsin b'mod sinifikanti fil-forma attwali tagħhom. Ħafna NRRPs ma jindirizzawx b'mod adegwat diversi kriżijiet reċenti li jaggravaw ir-riskju ta' kwistjonijiet ta' saħħa mentali b'effett ta' kaskata u għalhekk għandhom jiġu aġġornati minnufih.

1.1.5. Għandu jiġi pprovdut aċċess imtejjeb għal servizzi ta' appoġġ, trattament, psikoterapija, riabilitazzjoni medika u soċjali, kura speċjali u ġenerali u attivitajiet relatati mal-appoġġ psikosoċjali. Dan għandu jsir billi jiġu żviluppati u implimentati interventi innovattivi, personalizzati u bbażati fuq l-evidenza, it-titjib u l-iżgurar ta' aċċess ugwali u soċjalment aċċettabbli għall-medikazzjoni, l-appoġġ għal persuni b'kundizzjonijiet ta' saħħa mentali, it-titjib tal-kapaċità u l-kwalifika ta' dawk li jipprovdu kura ġenerali u speċjalizzata u l-bini ta' sistema għal kura integrata, inkluż dik ibbażata fil-komunità, mogħtija minn timijiet multidixxiplinari.

1.1.6. Jiżviluppa u jimplimenta approċċi komplementari sabiex jiġi pprovdut appoġġ adatt f'sitwazzjonijiet ta' kriżi u ta' emerġenza. Huwa neċessarju li tiġi stabbilita "piramida ta' interventi" bbażata fuq l-inkorporazzjoni ta' kunsiderazzjonijiet soċjali u kulturali f'miżuri ewlenin biex jiġu indirizzati kundizzjonijiet mediċi, it-tisħiħ tar-rabtiet komunitarji u l-appoġġ għall-familja permezz ta' appoġġ iffukat mhux speċifiku u l-għoti ta' servizzi speċjalizzati u assistenza minn diversi professjonisti tas-saħħa għal ċittadini b'kundizzjonijiet aktar severi. Fil-livelli kollha tal-edukazzjoni, il-kurrikuli tal-promozzjoni tas-saħħa għandhom jiffukaw fuq l-iżvilupp ta' mġiba adegwata u l-iżgurar ta' kura tas-saħħa bażika, kif ukoll fuq perikli għas-saħħa mentali u kif jiġi evitat jew jitnaqqas l-impatt tagħhom, b'enfasi fuq każijiet speċjali bħal pandemiji jew diżastri naturali.

1.1.7. Jippermetti sistemi tas-saħħa mentali bbażati fuq id-drittijiet, iċċentrati fuq il-persuna, orjentati lejn l-irkupru, ibbażati fil-komunità li jipprijoritizzaw ir-realizzazzjoni personali u l-parteċipazzjoni attiva tal-persuna fl-irkupru tagħhom stess bl-għan aħħari li tittejjeb il-kwalità tal-ħajja ta' persuni b'kundizzjonijiet ta' saħħa mentali. Jippromovi l-isforzi biex jiġu implimentati kura u appoġġ inklużivi fi ħdan is-sistema tas-saħħa mentali biex jiffokaw fuq il-ħtiġijiet ta' gruppi speċifiċi u vulnerabbli, bħat-tfal, l-anzjani, ir-refuġjati u l-migranti, il-LGBTIQ+, kif ukoll persuni f'sitwazzjonijiet soċjoekonomiċi żvantaġġati.

1.1.8. Jipprovdi kooperazzjoni globali, interstatali u intersettorjali fil-qasam tas-saħħa mentali, jibni kapaċitajiet ta' diversi partijiet ikkonċernati u garanzija ta' parteċipazzjoni inklużiva fl-implimentazzjoni tal-inizjattivi. Dan għandu: jinvolvi l-koordinazzjoni, l-iskambju ta' informazzjoni, l-esperjenza u l-prattiki tajba, isaħħaħ ir-riċerka xjentifika u l-innovazzjoni; jimmira lejn eżiti pożittivi tas-saħħa u dawk soċjali kif ukoll id-diġitalizzazzjoni tal-proċessi; jippromovi l-ħidma f'networks/pjattaformi tal-imsieħba soċjali, ir-riċerkaturi u x-xjentisti, il-professjonisti tas-saħħa, il-ħaddiema soċjali, l-NGOs tal-pazjenti u s-servizzi soċjali.

1.1.9. Il-postijiet tax-xogħol jitqiesu bħala benniena għat-trawwim tas-saħħa mentali u l-appoġġ tas-saħħa mentali. Għalhekk, għandhom jiġu promossi inizjattivi komuni u azzjonijiet konġunti tal-imsieħba soċjali mmirati lejn it-titjib kontinwu tal-kundizzjonijiet tax-xogħol, inkluż permezz ta' finanzjament suffiċjenti. Ir-riskji psikosoċjali fuq il-post tax-xogħol iridu jiġu vvalutati u eliminati, u jrid isir kull sforz biex jiġu evitati l-vjolenza u l-fastidju mentali ([3]).

([3]) Elementi speċifiċi rigward ix-xogħol prekarju u s-saħħa mentali huma indirizzati fid-dettall fl-Opinjoni tal-Kumitat Ekonomiku u Soċjali Ewropew dwar ix-"Xogħol prekarju u saħħa mentali" (opinjoni esploratorja mitluba mill-Presidenza Spanjola) (ĠU C 228, 29.6.2023, p. 28).

1.2. Minħabba l-importanza dejjem tikber tas-saħħa mentali, u sabiex jintbagħat sinjal qawwi għall-ħtieġa li tiġi ffurmata alleanza b'saħħitha biex tittejjeb u tiġi promossa s-saħħa mentali, il-KESE jistieden lill-KE tiddikjara l-2024 bħala s-Sena Ewropea tas-Saħħa Mentali.

1.3. Hemm rabta diretta bejn il-ksur tad-drittijiet tal-bniedem u l-mard mentali peress li l-persuni b'diżabilitajiet mentali, diżabilitajiet intellettwali u problemi ta' abbuż minn sustanzi sikwit jesperjenzaw trattament ħażin, ksur tad-drittijiet tal-bniedem u diskriminazzjoni f'ambjenti tal-kura tas-saħħa. F'ħafna pajjiżi, il-kwalità tal-kura kemm fil-faċilitajiet tal-kura in-patient kif ukoll f'dawk out-patient hija fqira jew saħansitra ta' ħsara u tista' tfixkel b'mod attiv l-irkupru ([4]). Huwa meħtieġ li jiġu mmonitorjati s-servizzi tal-kura tas-saħħa soċjali u mentali eżistenti kontra l-istandards tal-Konvenzjoni tan-NU dwar id-Drittijiet ta' Persuni b'Diżabilità, jiġu żviluppati prattiki bbażati fuq id-drittijiet u jsir investiment f'servizzi u appoġġ li jirrispettaw il-kunsens liberu u infurmat tal-persuna, u sikuri mill-koerċizzjoni u t-trattament furzat. Jeħtieġ li jiġu adottati linji gwida u protokolli, kif ukoll li jiġi pprovdut taħriġ dwar approċċi bbażati fuq id-drittijiet għall-ħaddiema tas-saħħa u tal-kura soċjali.

2. **Sfond**

2.1. Is-saħħa mentali hija ta' tħassib dejjem jikber madwar l-UE peress li mhijiex biss pedament tal-benesseri u l-istil ta' ħajja Ewropew, iżda tiswa wkoll 4 % tal-PDG tal-UE kull sena. Għalhekk, il-KESE ddeċieda li jiddedika Opinjoni fuq inizjattiva proprja għaliha. Fid-diskors tagħha dwar l-Istat tal-UE f'Settembru 2022, il-President tal-Kummissjoni Ewropea Ursula von der Leyen ħabbret l-intenzjoni tal-KE li tippreżenta approċċ komprensiv ġdid għas-saħħa mentali fl-2023 (inkluż fil-Programm ta' Ħidma tal-KE għall-2023). L-importanza dejjem tikber tas-saħħa mentali ġiet enfasizzata wkoll fil-konklużjonijiet tal-Konferenza dwar il-Futur tal-Ewropa, li appellaw – fuq talba speċjali miż-żgħażagħ – għal inizjattivi biex jittejjeb il-fehim ta' kwistjonijiet ta' saħħa mentali u kif għandhom jiġu indirizzati. Ir-rapport rivedut CultureForHealth f'Diċembru 2022 ([5]) ukoll jistieden lill-Kummissjoni Ewropea tiffoka fuq is-saħħa mentali bħala prijorità strateġika.

2.2. Fuq talba taċ-ċittadini Ewropej, il-PE ([6]) u l-Kunsill ukoll appellaw għal azzjoni f'dan il-qasam. Reċentement, il-Presidenza Spanjola li jmiss talbet Opinjoni esploratorja mill-KESE, flimkien mal-proposta inizjali għal Opinjoni fuq inizjattiva proprja.

3. **Determinanti tas-saħħa mentali**

3.1. L-aktar fatturi determinanti importanti tas-saħħa mentali huma l-mikroambjent u l-makroambjent, il-fatturi soċjopsikoloġiċi individwali u dawk kulturali-ambjentali, eż. l-istatus tal-familja, il-ġeneru, in-nuqqas ta' relazzjonijiet ta' appoġġ, livell baxx ta' edukazzjoni, introjtu u/jew status soċjoekonomiku baxx, il-problemi okkupazzjonali, il-kundizzjonijiet tax-xogħol ħżiena jew prekarji, il-qgħad, diffikultajiet finanzjarji, l-istigma u d-diskriminazzjoni perċepiti, is-saħħa somatika ħażina, is-solitudni, awtostima baxxa, kundizzjonijiet ħżiena tal-għajxien, it-tixjiħ, avvenimenti negattivi tal-ħajja, eċċ. Il-vulnerabbiltajiet u l-inċertezza għall-futur, flimkien ma' bidliet fis-sistemi tal-valur u l-aderenza magħhom mill-ġenerazzjonijiet il-ġodda jaggravaw ukoll ir-riskju ta' problemi mentali. Il-valutazzjoni tar-riskji psikosoċjali individwalizzati hija ta' importanza kbira fid-dinja tax-xogħol – speċjalment meta jkun involut xogħol ta' responsabbiltà għolja, b'inċertezza, prekarjetà, f'ambjent perikoluż jew ikun xogħol atipiku. Il-karatteristiċi individwali, eż. it-tolleranza għall-istress, il-mard kroniku, eċċ., iridu jitqiesu wkoll.

3.2. Fil-livell tal-popolazzjoni, il-fatturi ta' riskju huma assoċjati ma' esperjenza negattiva fit-tfulija, faqar, governanza ħażina, diskriminazzjoni, abbużi tad-drittijiet tal-bniedem, edukazzjoni fqira, qgħad, kura tas-saħħa fqira, nuqqas ta' akkomodazzjoni u servizzi soċjali u tas-saħħa adegwati, il-kwalità tal-politiki ta' protezzjoni soċjali, nuqqas ta' opportunitajiet, eċċ. Hemm interdipendenza bejn il-faqar u l-kundizzjonijiet tas-saħħa mentali u jseħħ ċirku vizzjuż – il-kundizzjonijiet mentali jwasslu għall-faqar, u l-faqar huwa fattur ta' riskju għad-deterjorament tas-saħħa mentali.

3.3. Il-fatturi ambjentali jaffettwaw ukoll is-saħħa mentali. L-influwenza tagħhom hija dejjem kumplessa u tiddependi mill-kuntest jew l-isfond prevalenti li fih iseħħu l-kundizzjonijiet tas-saħħa mentali. Ħafna minnhom huma relatati mal-klima, fenomeni naturali u diżastri bħal uragani jew terremoti. Oħrajn huma marbuta mad-disponibbiltà u l-kwalità tal-ilma tax-xorb, id-disponibbiltà tar-rimi tad-drenaġġ, il-grad ta' urbanizzazzjoni, eċċ.

([4]) Sett ta' għodod QualityRights tad-WHO biex jiġu vvalutati u mtejba l-kwalità u d-drittijiet tal-bniedem fil-faċilitajiet tas-saħħa mentali u tal-kura soċjali. Ġinevra, l-Organizzazzjoni Dinjija tas-Saħħa, 2012.

([5]) https://www.cultureforhealth.eu/knowledge/.

([6]) Riżoluzzjoni tal-Parlament Ewropew tal-10 ta' Lulju 2020 dwar l-istrateġija tal-UE dwar is-saħħa pubblika wara l-COVID-19 (2020/2691(RSP) (ĠU C 371, 15.9.2021, p. 102) https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/TA-9-2020-0205_MT.html

3.4. Il-fatturi determinanti tas-saħħa mentali jaffettwaw gruppi differenti ta' persuni fi gradi differenti. Normalment, aktar ma l-grupp ikun vulnerabbli, aktar ikunu b'saħħithom l-effetti fuqu. Gruppi aktar vulnerabbli jinkludu ż-żgħażagħ u l-anzjani waħedhom, il-persuni li jħossuhom waħedhom u dawk li jgħixu b'kundizzjonijiet preeżistenti jew b'diżabilitajiet intellettwali jew ta' mobbiltà, u l-migranti.

3.5. Kwalunkwe forma ta' vizzju u dipendenza – kemm jekk relatata ma' sustanzi kif ukoll mal-imġiba, tipperikola saħħa mentali tajba. Flimkien mal-vizzju tal-alkoħol, it-tabakk u d-droga, xi mediċini jistgħu jikkawżaw ukoll dipendenza – inklużi dawk preskritti biex itaffu kundizzjonijiet marbuta mas-saħħa mentali. Għalhekk, huwa importanti għal dawk kollha fil-bżonn li jkollhom aċċess rapidu għal psikjatri u psikoterapisti professjonali li jistgħu jgħinu biex dawn il-problemi jiġu indirizzati fil-fond. Il-mediċini jistgħu jkunu soluzzjoni temporanja waqt li tingħata għajnuna professjonali. Id-dipendenzi tal-imġiba jeħtieġu attenzjoni speċjali, speċjalment dawk li jirriżultaw mill-użu eċċessiv ta' apparati diġitali ("no mobile phobia" [7]), peress li jaffettwaw b'mod speċjali lit-tfal u lill-adoloxxenti. L-algoritmi li jintużaw għall-personalizzazzjoni tal-kontenut fil-media soċjali jistgħu joħolqu wkoll riskji ta' aggravar ta' kundizzjonijiet tas-saħħa mentali billi jkomplu jissuġġerixxu l-kontenut li jikkawża kwistjonijiet ta' saħħa mentali – ħafna drabi ansjetà u dipressjoni. Fir-rigward tat-terapiji psikedeliċi, li qed jitfaċċaw bħala klassi ġdida ta' trattamenti rivoluzzjonarji għal kundizzjonijiet bħal dipressjoni severa, PTSD u disturbi fl-użu tal-alkoħol, hija meħtieġa aktar riċerka f'ambjent terapewtiku kkontrollat. Il-KESE jirrikonoxxi l-potenzjal ta' dawn it-trattamenti u jitlob finanzjament iddedikat għall-promozzjoni tar-riċerka, l-iżvilupp u l-kummerċjalizzazzjoni eventwali tagħhom.

3.6. L-indiċi tas-Saħħa Mentali Headway [8] jiddeskrivi l-impatti, inklużi żieda fil-mortalità, imġiba impulsiva u aggressiva u rati ogħla ta' suwiċidju. Żvela wkoll li fatturi li ftit ġew diskussi qabel bħal żieda medja kull xahar fit-temperatura ta' grad wieħed kienu assoċjati ma' żieda ta' 0,48 % fiż-żjarat ta' emerġenza tas-saħħa mentali u żieda ta' 0,35 % fis-suwiċidji.

3.6.1. L-indiċi jiżvela li madwar 22,1 % tal-persuni f'ambjent ta' kunflitt jesperjenzaw kundizzjoni ta' saħħa mentali (13 % għandhom forom ħfief ta' dipressjoni, ansjetà u disturb minn stress postrawmatiku, 4 % għandhom forom aktar moderati, 5,1 % għandhom dipressjoni u ansjetà kbira, skiżofrenija jew disturb bipolari). Madwar persuna minn kull ħamsa tgħix b'kundizzjoni ta' saħħa mentali marbutin ma' sitwazzjonijiet ta' wara l-kunflitti.

3.6.2. B'27 kunflitt li għaddejjin bħalissa [9] madwar id-dinja u 68,6 miljun persuna spostati madwar id-dinja [10], l-indirizzar tal-ħtiġijiet tas-saħħa mentali ta' persuni affettwati minn kunflitt u migrazzjoni huwa prijorità ewlenija u jeħtieġ aktar monitoraġġ tas-saħħa – għal mill-inqas tliet snin wara l-avveniment.

3.6.3. L-indiċi jkompli jiddeskrivi l-opportunitajiet ewlenin għas-sistemi tas-saħħa biex itejbu jew iżommu l-eżiti tas-saħħa mentali fil-futur. Id-data tiżvela lakuna sinifikanti fl-istrateġiji, il-politiki u l-leġiżlazzjoni dwar is-saħħa mentali, u hemm differenzi kbar fl-infiq fil-kura tas-saħħa bejn Stat Membru u ieħor (eż. Franza 14,5 % vs il-Lussemburgu 1 %) [11]. Fuq nota pożittiva, qed isiru passi 'l quddiem u l-faċilitajiet tas-saħħa mentali għal kura outpatient żdiedu minn 3,9 għal 9,1 għal kull miljun persuna.

4. **L-effett ta' kriżijiet multipli reċenti fuq is-saħħa mentali**

4.1. Qabel il-COVID-19, id-data kienet tissuġġerixxi li aktar minn 84 miljun persuna (jew waħda minn kull sitta) fl-UE kienu affettwati minn mard mentali – ċifra li ċertament żdiedet minn dak iż-żmien 'il hawn [12]. Madwar 5 % tal-popolazzjoni fl-età tax-xogħol kellha ħtiġijiet għoljin minħabba kundizzjoni ta' saħħa mentali u 15 % oħra kellhom ħtiġijiet moderati ta' saħħa mentali li naqqsu l-prospetti ta' impjieg, il-produttività u l-pagi tagħhom. Is-saħħa mentali u l-kundizzjonijiet tal-imġiba jammontaw għal madwar 4 % tal-imwiet kull sena fl-Ewropa u huma t-tieni l-aktar kawża komuni ta' mewt fost iż-żgħażagħ.

---

(7) Biża' li ma jkunx hemm aċċess għal mowbajl jew apparat ieħor, relatat ukoll mal-media soċjali u d-dipendenza mill-Internet.
(8) https://eventi.ambrosetti.eu/headway/wp-content/uploads/sites/225/2022/09/220927_Headway_Mental-Health-Index-2.0_Report-1.pdf.
(9) https://eventi.ambrosetti.eu/headway/wp-content/uploads/sites/225/2022/09/220927_Headway_Mental-Health-Index-2.0_Report-1.pdf, p. 60.
(10) Data tan-NU.
(11) https://www.angelinipharma.com/media/press-releases/new-headway-report-highlights-environmental-determinants-of-mental-health/.
(12) https://health.ec.europa.eu/system/files/2022-12/2022_healthatglance_rep_en_0.pdf.

4.2. Is-saħħa mentali kompliet tiddeterjora mill-bidu tal-pandemija tal-COVID-19 'l hawn b'mod ġenerali, iżda l-impatt jinħass b'mod partikolari fost iż-żgħażagħ, l-anzjani, il-persuni li tilfu lil xi ħadd għażiż minħabba l-COVID-19 u gruppi vulnerabbli oħra. L-iżolament soċjali u l-istress soċjetali jaffettwaw is-saħħa mentali u l-benesseri tan-nies b'mod negattiv. Persuni bi kwistjonijiet sottostanti tas-saħħa huma esposti għal riskju ta' deterjorament tas-saħħa fiżika u mentali. Għall-kuntrarju taż-żieda fid-domanda għas-servizzi tal-kura tas-saħħa mentali, l-aċċess għall-kura tas-saħħa ġie mfixkel ħafna fil-kuntest tal-pandemija, tal-inqas fl-ewwel fażi tagħha. Iż-żieda fid-domanda għall-kura tas-saħħa mentali tenfasizza l-importanza dejjem tikber tat-telemediċina u tas-soluzzjonijiet diġitali fil-prevenzjoni, id-dijanjożi, it-trattament u l-monitoraġġ tal-problemi tas-saħħa mentali.

4.3. L-avvenimenti stressanti li jakkumpanjaw il-pandemija tal-COVID-19 jinkludu: ir-riskju ta' infezzjoni u trażmissjoni tal-virus lil persuni oħra, il-biża' mill-konsegwenzi fit-tul tal-pandemija (inklużi dawk ekonomiċi), sintomi ta' mard ieħor (speċjalment respiratorju) li qed jiġu interpretati b'mod skorrett bħala sintomi tal-COVID-19, l-għeluq tal-iskejjel u l-kindergartens li jżid l-istress tal-ġenituri u tal-persuni li jindukraw, is-sentimenti ta' rabja u n-nuqqas ta' sodisfazzjon bil-gvern u l-persunal mediku, jew in-nuqqas ta' fiduċja fl-informazzjoni pprovduta mill-gvern u minn korpi uffiċjali oħra.

4.4. Barra minn hekk, il-ħaddiema tal-kura tas-saħħa tal-ewwel linja (inklużi infermiera, tobba, sewwieqa tal-ambulanzi, tekniċi tal-laboratorju u paramediċi) jesperjenzaw stress addizzjonali matul il-pandemija, bħall-istigmatizzazzjoni tax-xogħol ma' pazjenti f'riskju, tagħmir protettiv personali insuffiċjenti u nuqqas ta' tagħmir għall-kura ta' pazjenti gravi, ħtieġa għal viġilanza kostanti, żieda fis-sigħat tax-xogħol, żieda fl-għadd ta' pazjenti, ħtieġa għal titjib tal-ħiliet u taħriġ kostanti, tibdil fil-protokolli għad-dijanjożi u t-trattament tal-pazjenti bil-COVID-19, appoġġ soċjali mnaqqas, kapaċità personali insuffiċjenti għall-awtokura, informazzjoni medika insuffiċjenti dwar l-effetti fit-tul tal-infezzjoni u l-biża' li jiġu infettati l-familji u dawk għeżież tagħhom.

4.5. Reċentement, l-aggressjoni Russa kontra l-Ukrajna u l-konsegwenzi tagħha għall-għajxien u l-inċertezza dwar il-futur ħolqu xokkijiet ġodda b'effetti fit-tul fuq is-saħħa mentali. Ċittadini mhux tal-UE bħal dawk li qed jaħarbu mill-Ukrajna jistgħu jiffaċċjaw sfidi partikolari tas-saħħa mentali minħabba esperjenzi trawmatiċi f'pajjiżhom jew li qed jaħarbu lejn l-UE. Fl-istess ħin, il-gwerra toħloq effetti konsegwenzjali u piż fuq il-popolazzjoni tal-UE soċjoekonomikament, u b'hekk tiġġenera riskji addizzjonali fit-tul għas-saħħa mentali madwar l-UE.

5. **Gruppi vulnerabbli**

5.1. **Tfal u adoloxxenti** L-interventi għall-promozzjoni tas-saħħa mentali fit-tfulija bikrija għandhom ikunu parti integrali mill-kura tas-saħħa ġenerali għat-tfal u għall-ġenituri tagħhom u għal dawk li jindukrawhom. Dawn jibdew matul it-tqala u jkomplu bl-appoġġ għal pariri dwar it-trobbija responsabbli tat-tfal u dwar l-iżvilupp bikri tat-tfal. Is-sistemi edukattivi għandhom jiffukaw fuq l-informazzjoni u s-sensibilizzazzjoni, il-prevenzjoni u l-iskrinjar għall-vjolenza – kemm fiżika kif ukoll online, l-abbuż mill-alkoħol, it-tabakk jew id-droga, eċċ. L-użu tal-media soċjali jhedded is-saħħa mentali meta jkun eċċessiv, iżda dawn il-media joffru wkoll opportunitajiet għat-trattament ta' kundizzjonijiet mentali. L-influwenza tal-istress fl-iskola u l-prestazzjoni skolastika jistgħu jikkawżaw ukoll pressjoni fuq is-saħħa mentali.

5.1.1. Għandhom jiġu introdotti programmi għall-promozzjoni tal-benesseri mentali fl-iskejjel u għandu jiġi avvanzat l-għarfien dwar is-saħħa mentali. Għandhom jiġu żviluppati perkorsi effettivi lejn is-settur tal-kura tas-saħħa biex it-tfal jiġu appoġġjati minn età żgħira jirrikonoxxu s-sentimenti tagħhom u dawk ta' oħrajn, u biex jindirizzaw emozzjonijiet u sitwazzjonijiet diffiċli billi jagħżlu strateġiji effettivi biex jindirizzawhom. Il-pjattaformi online għall-promozzjoni tas-saħħa mentali fl-istituzzjonijiet edukattivi u s-siti web interattivi adattati għall-età għaż-żgħażagħ huma essenzjali.

5.1.2. Il-protezzjoni tas-saħħa mentali tat-tfal teħtieġ mhux biss miżuri mediċi biex jiġi żgurat in-nuqqas ta' sintomi kliniċi, iżda wkoll sforzi mmirati għal kwalità tajba tal-ħajja u adattament soċjali sħiħ. Huwa meħtieġ approċċ kollaborattiv (li jgħaqqad il-forzi tas-settur edukattiv, tal-kura tas-saħħa u soċjali) fl-iskejjel biex tiġi promossa s-saħħa mentali, tiġi indirizzata t-trawma, u għall-prevenzjoni u t-trattament ta' problemi tas-saħħa mentali, l-użu u l-abbuż ta' sustanzi, is-suwiċidju, il-vjolenza fost iż-żgħażagħ u diversi forom ta' bullying.

5.2. **Persuni f'età avvanzata.** L-istennija medja tal-għomor fl-Istati Membri qed tiżdied b'mod kostanti, u dan jagħti prominenza lill-kwistjoni tax-xjuħija. Il-proċessi tat-tixjiħ spiss jistgħu jikkawżaw bidliet fil-ħajja (inklużi dawk psikosensorji) u l-iżvilupp ta' ħtiġijiet relatati ma' kundizzjonijiet mentali. Vjolazzjonijiet fl-isferi psikomotorji u sensorji

u t-telf gradwali tal-akutezza tal-perċezzjoni u d-diffikultajiet fl-adattament għall-ambjent li qed jinbidel iwasslu għal ansjetà u dipressjoni. Disturbi newroloġiċi li jinvolvu l-kortiċi, taħlita ta' bidliet fil-moħħ relatati mal-età, flimkien ma' fatturi ġenetiċi, ambjentali u tal-istil tal-ħajja ukoll qed jikkawżaw effetti. Filwaqt li hemm ħtiġijiet dejjem akbar għal titjib tal-ħiliet biex wieħed jitgħallem juża apparat domestiku dejjem aktar kumpless, b'età avvanzata l-kapaċitajiet ta' tagħlim u akkwist ta' ħiliet ġodda jonqsu u dan jista' jikkawża stress fil-ħajja ta' kuljum. Barra minn hekk, l-esperjenza ta' ċerti bidliet fil-ħajja, diffikultajiet, telfien u iżolament iżidu wkoll pressjoni fuq is-saħħa mentali f'età akbar. Biex wieħed jilqa' dawn l-isfidi kollha, jeħtieġ li jiġu żviluppati standards għal kura strutturata li tmur lil hinn mil-livell istituzzjonali u tindirizza l-ħtiġijiet personali tal-anzjani. L-iżvilupp ta' programmi ta' kura ċċentrati fuq l-individwu fil-komunità huwa vitali sabiex is-servizzi ma jiġux limitati biss għal istituzzjonijiet bħad-djar għall-anzjani jew l-ospizji. Għandu jsir aktar sforz biex jiġu mfittxija b'mod attiv persuni li jeħtieġu appoġġ, speċjalment f'sitwazzjonijiet ta' kriżi jew wara avveniment trawmatiku.

5.3. **Perspettivi tal-ġeneru.** L-iżbilanċi bejn il-ġeneri marbuta mas-saħħa mentali wkoll joħolqu problema. L-Istitut Ewropew għall-Ugwaljanza bejn is-Sessi (EIGE) permezz tal-Indiċi tal-Ugwaljanza bejn il-Ġeneri tal-2022 ([13]) tiegħu sab li n-nisa rrappurtaw livelli aktar baxxi ta' benesseri mentali mill-irġiel f'kull waħda mit-tliet mewġiet tal-pandemija. Kien hemm ukoll żieda sinifikanti fil-vjolenza domestika matul il-pandemija, imsejħa l-"pandemija parallela". Barra minn hekk, in-nisa huma darbtejn aktar probabbli mill-irġiel li jesperjenzaw is-sindromu tal-COVID-19 fit-tul, b'sintomi newroloġiċi u livelli ogħla ta' dipressjoni u ansjetà ([14]). L-Istrateġija Ewropea għall-Kura ([15]) tindirizza wkoll il-ħtiġijiet relatati mal-bilanċ bejn ix-xogħol u l-ħajja privata speċjalment fir-rigward tan-nisa ([16]).

5.3.1. Għandu jkun hemm valutazzjoni tal-impatt fir-rigward tal-ġeneri fil-politiki kollha dwar is-saħħa mentali fil-livell tal-UE u dak nazzjonali biex tiġi żgurata l-integrazzjoni tal-perspettiva tal-ġeneri. Hemm differenzi bijoloġiċi, iżda fatturi psikoloġiċi u soċjali għandhom ukoll rwol importanti. Għalkemm diġà magħruf xi ftit dwar id-differenzi fil-prevalenza, ħafna drabi ftit huwa ċar dwar l-influwenza li dan jista' jkollu fuq il-prevenzjoni, ir-riskji, id-dijanjożi u t-trattamenti. Għalhekk, hija meħtieġa aktar riċerka. Eżempju importanti huwa x-xejra ta' deterjorament ħafna aktar qawwi tas-saħħa mentali għall-bniet adoloxxenti meta mqabbla mas-subien, u l-pressjonijiet fuq il-bniet huma tliet darbiet aktar b'saħħithom issa minn 20 sena ilu.

5.3.2. Hemm ħtieġa urġenti għal appoġġ u trattament tas-saħħa mentali mfassla skont il-ġeneru. Matul iċ-ċiklu tal-ħajja ta' mara, hemm ħafna episodji li jistgħu jwasslu għal kwistjonijiet ta' saħħa mentali. Pereżempju, disturb disforiku premestruwali (PMDD); l-effett mentali, fiżiku, psikjatriku u farmakokinetiku tal-menopawża jew tal-kontraċezzjoni orali; in-nuqqas ta' terapija marbuta mal-mediċini għal nisa tqal jew li qed ireddgħu; in-nuqqas ta' kura mentali u tas-saħħa mfassla apposta u trattament wara vjolenza domestika u/jew sesswali, żwieġ bikri u esponiment (bikri) għal pornografija (vjolenti), jew traffikar. Dawn ilkoll jistgħu jwasslu għad-deterjorament tas-saħħa u l-benesseri mentali.

5.4. **Persuni b'vizzji u dipendenzi.** Għandha ssir enfasi speċjali fuq il-kundizzjonijiet tas-saħħa mentali relatati mal-alkoħol u/jew id-dipendenza minn drogi illeċiti. Ir-riskji relatati mal-alkoħol huma ta' importanza partikolari minħabba l-użu mifrux tiegħu. Il-preludju għall-alkoħoliżmu huwa xorb eċċessiv u ta' ħsara, li jibda bl-iskuża li jintuża biex inaqqas l-istress u spiss iwassal għal vizzju u dipendenza. Sfortunatament, l-istudju tal-UE ESPAD juri li dan l-użu riskjuż tal-alkoħol huwa viżibbli wkoll fost il-ġenerazzjoni żagħżugħa. L-użu ta' drogi illeċiti oħra sar ukoll problema serja tas-saħħa pubblika f'dawn l-aħħar deċennji, b'aspett ġenerazzjonali partikolarment qawwi.

5.5. **Persuni b'diżabilitajiet intellettwali u psikosoċjali.** Persuni bi ħtiġijiet għoljin ta' kura tas-saħħa mentali jeħtieġu katina ta' servizzi ta' kwalità tajba u aċċessibbli ċċentrata fuq il-persuna u bbażata fuq id-drittijiet fis-servizzi tas-saħħa mentali fil-komunità. Matul il-pandemija tal-COVID-19, il-persuni b'diżabilità li kienu jgħixu f'istituzzjonijiet "inqatgħu mill-bqija tas-soċjetà" u kien hemm rapporti li r-residenti kienu medikati żżejjed, taħt sedazzjoni jew maqfulin u ġew rapportati wkoll inċidenti ta' awtoħsara ([17]). Matul il-pandemija tal-COVID-19, kien hemm rati ogħla ta' mortalità fost

---

([13]) Aqra r-rapport fuq https://eige.europa.eu/sites/default/files/documents/gender_equality_index_2022_corr.pdf Ara wkoll https://eige.europa.eu/publications/gender-equality-index-2021-report/women-report-poorer-mental-well-being-men

([14]) https://timesofindia.indiatimes.com/life-style/health-fitness/health-news/females-twice-more-likely-to-suffer-from-long-covid-who-releases-alarming-data-on-sufferers-and-symptoms/photostory/94194227.cms?picid=94194317.

([15]) https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/mt/ip_22_5169

([16]) https://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=mt&catId=89&furtherNews=yes&newsId=10382#navItem-relatedDocuments

([17]) Brennan, C.S., Disability Rights During the Pandemic: A Global Report on Findings of the COVID-19 Disability Rights Monitor [Id-Drittijiet tal-Persuni b'Diżabilità Matul il-Pandemija: Rapport Globali dwar is-Sejbiet tal-Monitoraġġ tad-Drittijiet tal-Persuni b'Diżabilità tal-COVID-19]. 2020, COVID-19 Disability Rights Monitor.

il-persuni b'diżabilità intellettwali, li huma wkoll inqas probabbli li jirċievu servizzi ta' kura intensiva ([18]). F'kundizzjonijiet ta' kriżi huwa ferm aktar diffiċli li f'istituzzjonijiet fuq skala kbira jingħataw kura u appoġġ individwalizzati ċċentrati fuq il-persuna, u dan ipoġġi lill-persuni b'diżabilitajiet intellettwali u psikosoċjali f'riskju konsiderevoli ta' inugwaljanzi fil-kura u t-trattament ([19]). Għalhekk il-prattiki ta' segregazzjoni għandhom jiġu aboliti, u d-deistituzzjonalizzazzjoni għandha tkun fil-qalba tal-politiki soċjali biex il-persuni b'diżabilità jkunu jistgħu jgawdu d-dritt tagħhom li jgħixu fil-komunità.

5.6. **Esponiment għal stress eċċessiv – eż. pandemija, diżastri naturali, kunflitti**

5.6.1. Il-pandemija tal-COVID-19 u s-sindromu tal-COVID-19 fit-tul aggravaw ħafna fatturi ta' riskju li jaffettwaw lill-individwi, u dan wassal għal deterjorament tas-saħħa mentali, kif ukoll dgħajfu ħafna mekkaniżmi protettivi, li wassal għal prevalenza bla preċedent ta' ansjetà u dipressjoni. F'ċerti Stati Membri, din il-prevalenza rduppjat ([20]). Is-saħħa mentali kellha t-tendenza li tkun fl-agħar livell tagħha madwar l-ogħla livelli tal-pandemija, b'sintomi ta' dipressjoni normalment l-ogħla matul iż-żmien ta' miżuri stretti ta' konteniment.

5.6.2. Il-pandemija tal-COVID-19 enfasizzat il-perkorsi possibbli għal interazzjoni pożittiva bejn kundizzjonijiet tax-xogħol sikuri u tajbin għas-saħħa u s-saħħa pubblika ([21]). Irriżulta wkoll li xi okkupazzjonijiet kienu esposti għal fatturi psikosoċjali li jistgħu jżidu l-esponiment għall-istress ([22]) u jipproduċu impatti negattivi. Pereżempju, l-eżawriment tal-persunal u l-bidliet demografiċi jheddu tnaqqis permanenti fil-forza tax-xogħol Ewropea fil-qasam tas-saħħa ([23]). Xi professjonijiet huma aktar esposti minn oħrajn għall-prekarjat ([24]) u għar-riskju ta' fastidju fiżiku – eż. il-ħaddiema f'dawn l-oqsma: il-kura tas-saħħa u l-edukazzjoni (14,6 %), it-trasport u l-komunikazzjoni (9,8 %), l-ospitalità (9,3 %), u l-bejgħ bl-imnut (9,2 %). Dawk is-setturi jirrapportaw ukoll attenzjoni sesswali mhux mixtieqa: l-ospitalità (3,9 %), il-kura tas-saħħa u l-edukazzjoni (2,7 %) u t-trasport u l-komunikazzjoni (2,6 %) ([25]). Tali avvenimenti stressanti jistgħu jikkawżaw kwistjonijiet u kundizzjonijiet mentali u jridu jiġu evitati.

5.6.3. **Persuni li esperjenzaw l-ambjent perikoluż ta' diżastri naturali li ma jistgħux jiġu kkontrollati,** eż., terremoti, uragani, nirien u għargħar, vittmi tat-traffikar tal-bnedmin kif ukoll persuni li jfittxu protezzjoni internazzjonali. Hemm ukoll tipi differenti ta' reazzjonijiet ([26]) wara avveniment ta' trawma potenzjali:

— Stress: jingħeleb kważi immedjatament,

— Stress akut: tnaqqis fl-attenzjoni, il-konoxxenza hija mċajpra, amnesija momentarja, jidhru d-diżorjentazzjoni, it-tremuri, l-aggressività u l-ansjetà, li jistgħu jdumu minn diversi sigħat sa erba' ġimgħat,

— Disturb minn stress posttrawmatiku: l-istess sintomi jidhru sa xahar wara l-avveniment (pereżempju, it-terremot).

6. **Eżempji ta' prattiki tajbin**

6.1. Matul il-pandemija, ħafna Stati Membri ħadu passi biex iżidu l-appoġġ għas-saħħa mentali. Il-biċċa l-kbira minnhom żviluppaw informazzjoni ġdida dwar is-saħħa mentali u/jew linji telefoniċi għall-għajnuna li jagħtu pariri dwar miżuri ta' rkupru matul il-kriżi tal-COVID-19, u ħafna pajjiżi żiedu wkoll l-isforzi ta' prevenzjoni u promozzjoni u żiedu l-aċċess għas-servizzi tas-saħħa mentali u l-finanzjament għal dawn is-servizzi ([27]). Xi eżempji jinkludu:

— Ċipru – l-estensjoni tal-mandat tal-kumitati epidemjoloġiċi mill-indirizzar tar-riskji għas-saħħa fiżika biex jiġu inkorporati wkoll kwistjonijiet ta' saħħa mentali f'sottokumitati speċjalizzati ([28]),

---

([18]) https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health.
([19]) https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/333964/WHO-EURO-2020-40745-54930-eng.pdf.
([20]) Health at a Glance: Ewropa 2022 © OECD/Unjoni Ewropea, 2022.
([21]) https://eur-lex.europa.eu/legal-content/MT/TXT/PDF/?uri=CELEX:52021DC0323
([22]) https://osha.europa.eu/mt/themes/health-and-social-care-sector-osh
([23]) L-Opinjoni tal-Kumitat Ekonomiku u Soċjali Ewropew dwar "Strateġija dwar il-forza tax-xogħol u l-kura fil-qasam tas-saħħa għall-futur tal-Ewropa" (opinjoni fuq inizjattiva proprja) (ĠU C 486, 21.12.2022, p. 37).
([24]) L-Opinjoni tal-Kumitat Ekonomiku u Soċjali Ewropew dwar ix-"Xogħol prekarju u saħħa mentali" (opinjoni esploratorja mitluba mill-Presidenza Spanjola) (ĠU C 228, 29.6.2023, p. 28).
([25]) https://osha.europa.eu/mt/themes/health-and-social-care-sector-osh
([26]) Flore Gil Bernal, Università Iberoamerikana fil-Messiku, www.fearof.net
([27]) Uffiċċju għall-Istatistika Nazzjonali (2021), *Coronavirus and depression in adults* (Il-coronavirus u d-dipressjoni fl-adulti), il-Gran Brittanja: minn Lulju sa Awwissu 2021.
([28]) Sindromu tal-COVID fit-tul – https://www.oeb.org.cy/egcheiridia-long-covid-cyprus

— Il-Finlandja – bħala pajjiż b'distanzi twal u użu mifrux ta' teknoloġiji diġitali – l-użu ta' għodod diġitali jista' jipprovdi aċċess aktar faċli, kosteffiċjenti u bi kriterji inqas stretti għas-servizzi tas-saħħa mentali (prevenzjoni, dijanjożi, trattament, monitoraġġ). Pereżempju, Mielenterveystalo.fi huwa servizz online li jipprovdi informazzjoni u servizzi dwar is-saħħa mentali għaċ-ċittadini u għall-professjonisti soċjali u tal-kura tas-saħħa fil-Finlandja. Speċjalment f'oqsma li m'għandhomx preżenza fiżika għall-għoti ta' servizzi tal-kura tas-saħħa mentali u fost gruppi vulnerabbli bħaż-żgħażagħ li qed jużaw għodod u apparati diġitali b'mod attiv jew persuni b'diżabilità fiżika, is-soluzzjonijiet diġitali jistgħu jżidu l-użu tas-servizzi tas-saħħa mentali u jipprevjenu l-problemi tas-saħħa mentali.

— Il-Portugall – linja tat-telefown bla ħlas 24 siegħa kuljum għal appoġġ psikoloġiku,

— Franza – introduċiet konsultazzjonijiet b'xejn ma' psikologu jew psikjatra għall-istudenti,

— L-Irlanda – ipprovdiet finanzjament addizzjonali ta' EUR 50 miljun fl-2021 biex jinħolqu servizzi tas-saħħa mentali ġodda b'reazzjoni għal kriżi, kif ukoll appoġġ addizzjonali għall-ħtiġijiet eżistenti tas-saħħa mentali,

— Il-Latvja – żieda fil-finanzjament għall-professjonisti tas-saħħa mentali u t-tobba tal-familja li jipprovdu appoġġ għas-saħħa mentali,

— Il-Litwanja – pjattaforma nazzjonali tas-saħħa mentali b'informazzjoni dwar kif għandha tinżamm is-saħħa mentali u riżorsi għall-appoġġ,

— Iċ-Ċekja – il-biċċa l-kbira tal-fondi tal-assigurazzjoni tas-saħħa obbligatorji introduċew rimborż parzjali ta' psikoterapija miftuħa għall-benefiċjarji kollha tagħhom.

6.2. Stati Membri oħra introduċew ukoll strateġiji nazzjonali biex jindirizzaw l-isfidi tas-saħħa mentali. Pereżempju, Spanja ddedikat kapitolu sħiħ tal-istrateġija nazzjonali tagħha għall-perjodu 2022-2026 għall-isfidi tas-saħħa mentali bħala riżultat tal-pandemija tal-COVID-19, u introduċiet sett ta' linji gwida dwar l-indirizzar ta' tali sfidi matul u wara l-kriżi. Fil-Litwanja, fl-2020, ġie żviluppat pjan ta' azzjoni b'rispons għall-COVID-19 biex jissaħħaħ il-forniment tal-kura tas-saħħa mentali u jittaffew il-konsegwenzi negattivi potenzjali tal-pandemija ([29]). Il-pjan ta' azzjoni fil-Litwanja jistabbilixxi wkoll sensiela ta' miżuri biex jespandu u jadattaw is-servizzi eżistenti, jintroduċu servizzi ġodda bħal timijiet ta' kriżi psikoloġika tal-komunità, id-disponibbiltà ta' konsulenza psikoloġika b'limitu baxx fil-livell muniċipali u għamlu s-servizzi għall-promozzjoni tas-saħħa mentali aktar aċċessibbli.

6.3. Il-psikoterapija, il-konsulenza psikoloġika, diversi tipi ta' terapiji permezz tat-taħdit u fi gruppi huma trattamenti bbażati fuq l-evidenza, li jridu jitjiebu sabiex ikunu affordabbli, aċċessibbli u disponibbli għal persuni li jeħtiġuhom sabiex jibbilanċjaw il-metodi tradizzjonali prevalenti ta' trattament.

6.4. L-impatti fuq terminu medju sa twil tal-pandemija fuq il-ħtieġa għal servizzi tas-saħħa mentali għad iridu jiġu osservati. Hemm xi indikazzjonijiet li s-saħħa mentali u l-benesseri tjiebu fl-ewwel ftit xhur tal-2022, iżda sinjali ta' deterjorament tas-saħħa mentali għadhom għoljin. Id-data nazzjonali limitata disponibbli turi sintomi ogħla ta' dipressjoni u ansjetà fost l-adulti minn dawk ta' qabel il-pandemija ([30]).

Brussell, it-13 ta' Lulju 2023.

Oliver RÖPKE
Il-President
tal-Kumitat Ekonomiku u Soċjali Ewropew

([29]) Wijker, Sillitti u Hewlett (2022), *The provision of community-based mental health care in Lithuania* (Il-forniment ta' kura tas-saħħa mentali bbażata fil-komunità fil-Litwanja), https://doi.org/10.1787/18de24d5-en

([30]) Sciensano, 2022; Santé publique Franza, 2022.