



MINISTERUL SĂNĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL  
DE SĂNĂȚATE PUBLICĂ



CENTRUL NAȚIONAL DE EVALUAREA ȘI  
PROMOVAREA STĂRII DE SĂNĂȚATE



CENTRUL REGIONAL DE SĂNĂȚATE  
PUBLICĂ SIBIU

# CAMPANIA

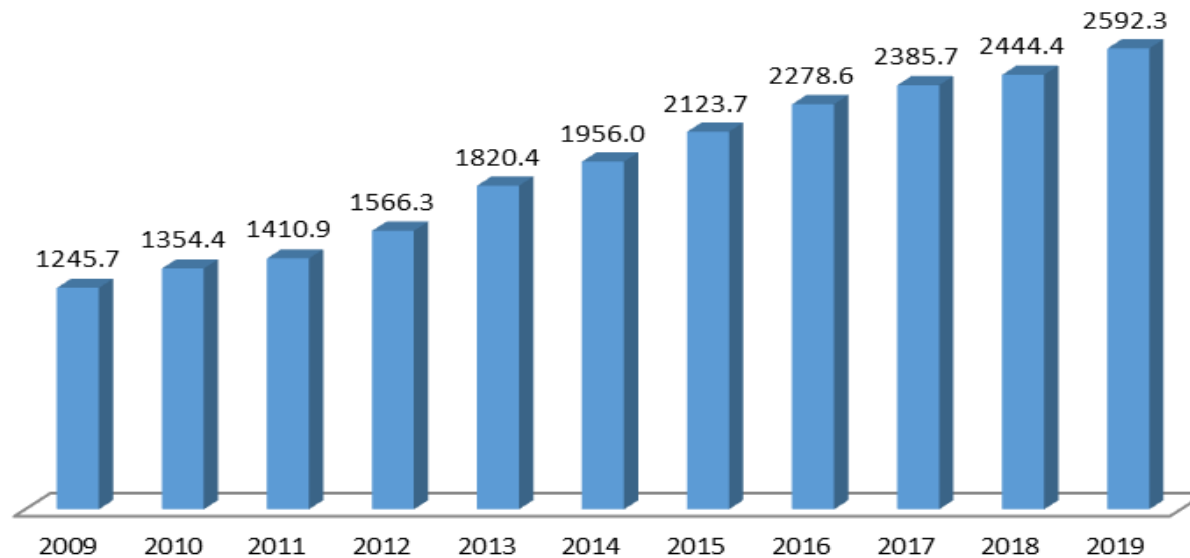
„Sănătatea mintală este o prioritate.  
Protejați sănătatea mintală!”

Ianuarie 2022

**INFORMAREA ȘI PLANIFICAREA CAMPANIEI**

- **Sănătatea mintală** reprezintă „o stare de sănătate în care individul își realizează abilitățile, poate face față tensiunilor normale ale vieții, poate lucra productiv și este capabil să contribuie și el la dezvoltarea comunității“.
- ▶ Sănătatea mintală a populației este determinată de o multitudine de factori: biologici (genetică, sex), individuali (experiențe personale), familiali, sociali (sprijin social), economici și de mediu (statut social și condiții de viață).
- ▶ Pentru cetățeni, sănătatea mintală este o **resursă** care le permite să își realizeze potențialul intelectual și emoțional și să își găsească și să-și îndeplinească rolurile în viața socială, școlară și profesională. Pentru societăți, sănătatea mintală bună a cetățenilor contribuie la prosperitate, solidaritate și justiție socială. În schimb, lipsa sănătății mintale impune costuri și pierderi multiple, cetățenilor și sistemelor sociale.

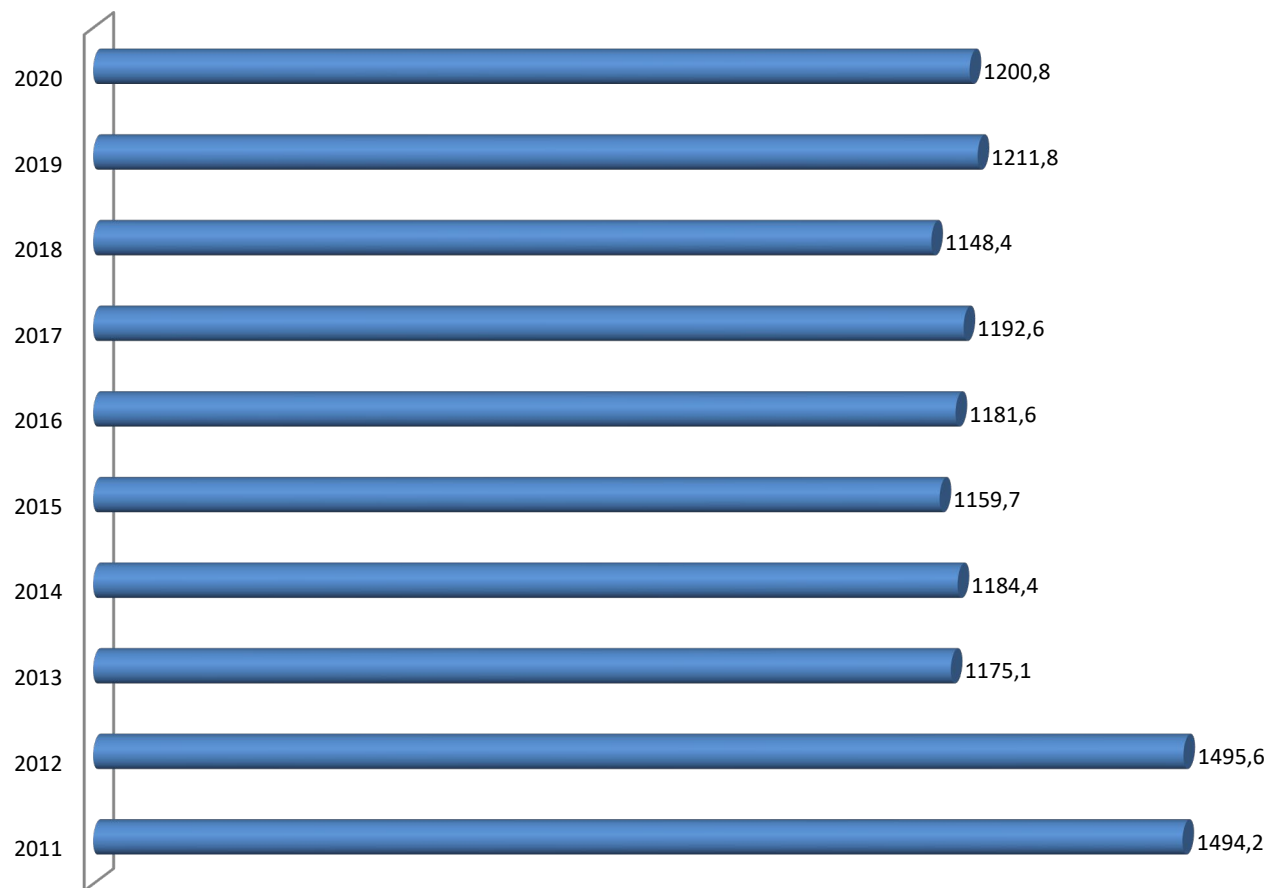
**Prevalența (rate la ‰ de loc.) tulburărilor mintale și de comportament cod ICD 10 F00-F99, în România, în perioada 2009-2019**



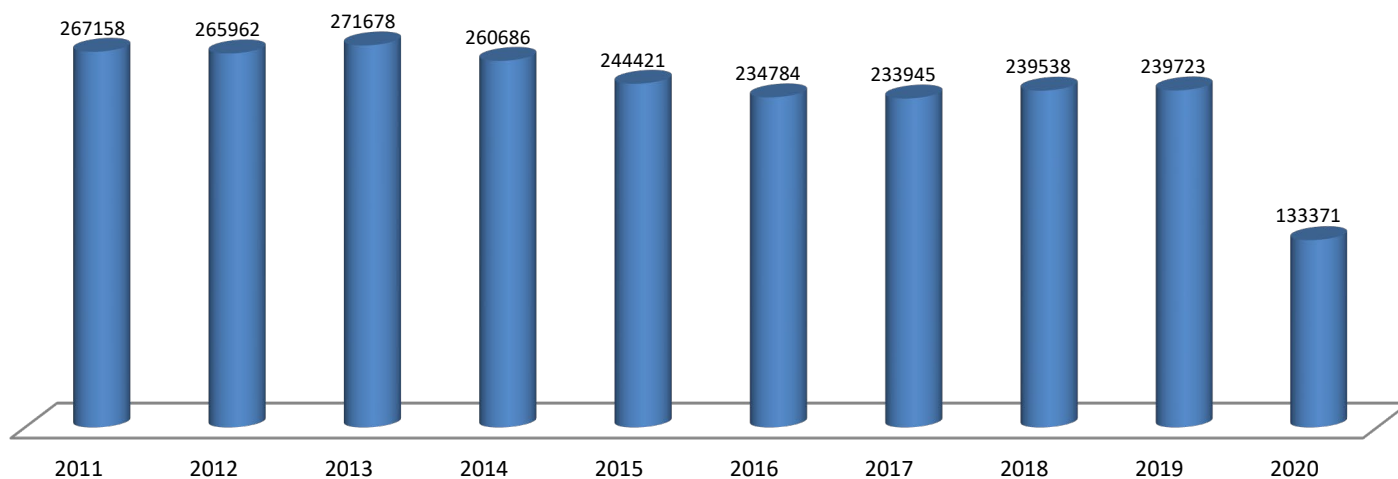
Sursa: CNSISP-INSP

## Incidența ( la ‰000 de loc.) tulburărilor mintale, în România, în perioada 2011-2020

Sursa: Anuar de statistică sanitară 2020



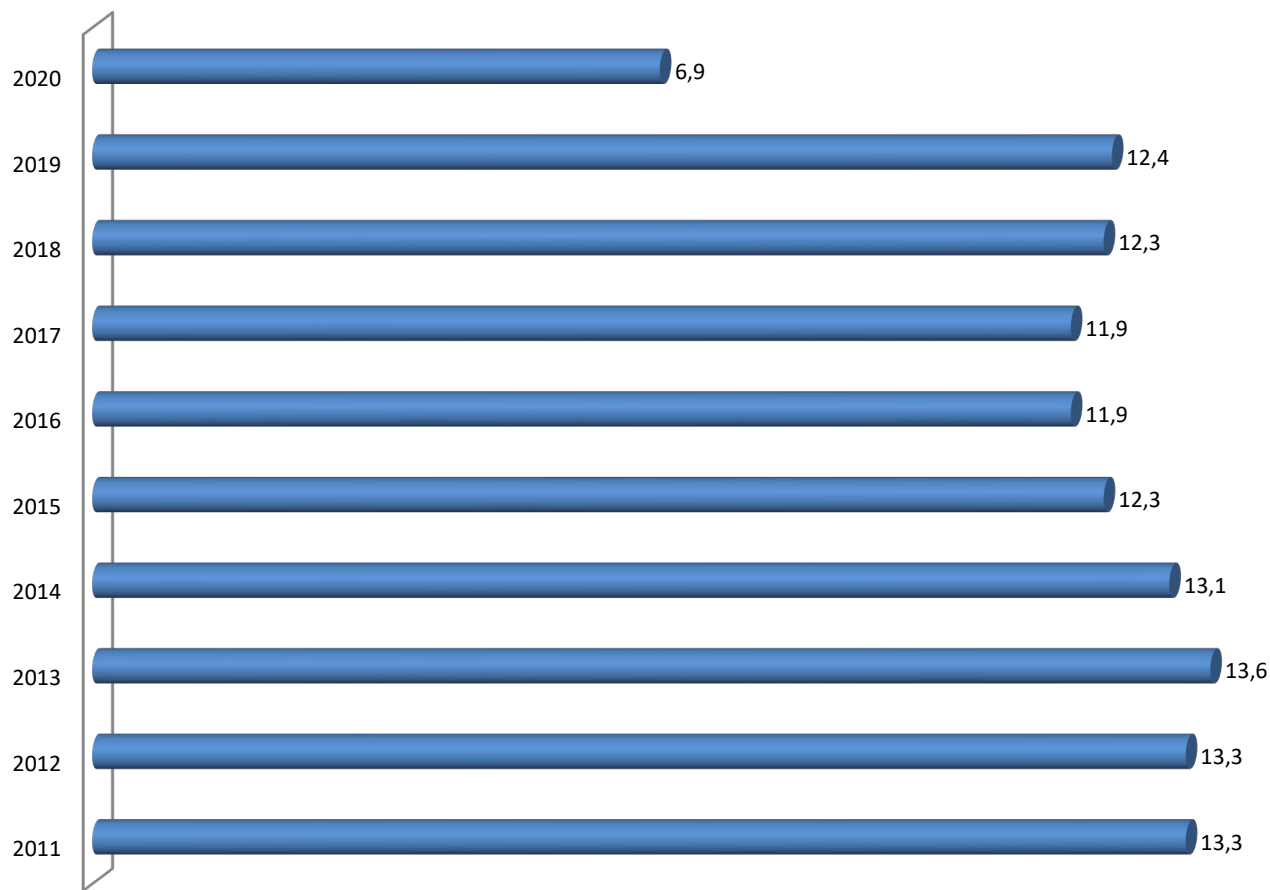
## Numărul externărilor din spital cu diagnosticul tulburări mintale, în România, în perioada 2011-2020



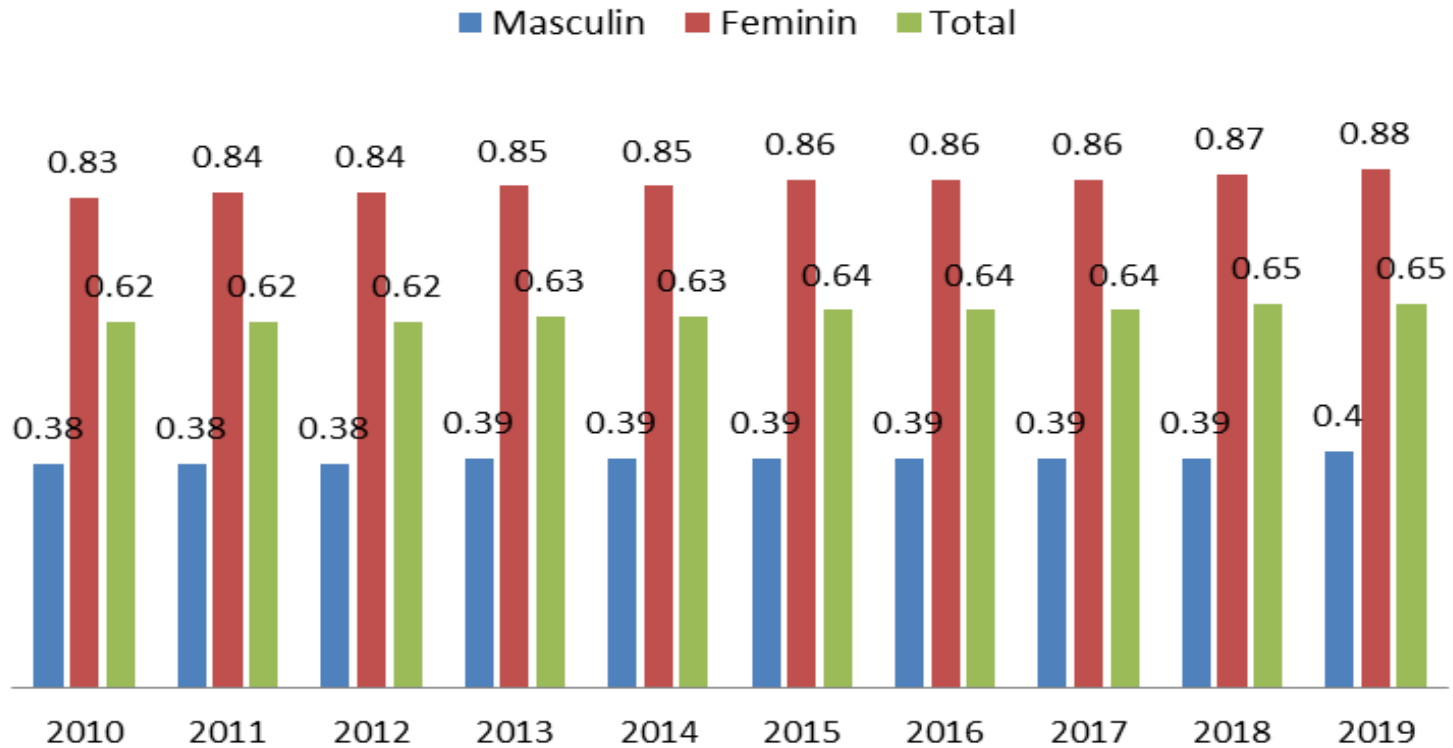
Sursa: Anuar de statistică sanitară 2020

# Numărul externărilor din spital cu diagnosticul tulburări mintale, la 1000 locuitori, în România, în perioada 2011-2020

Sursa: Anuar de statistică sanitară 2020



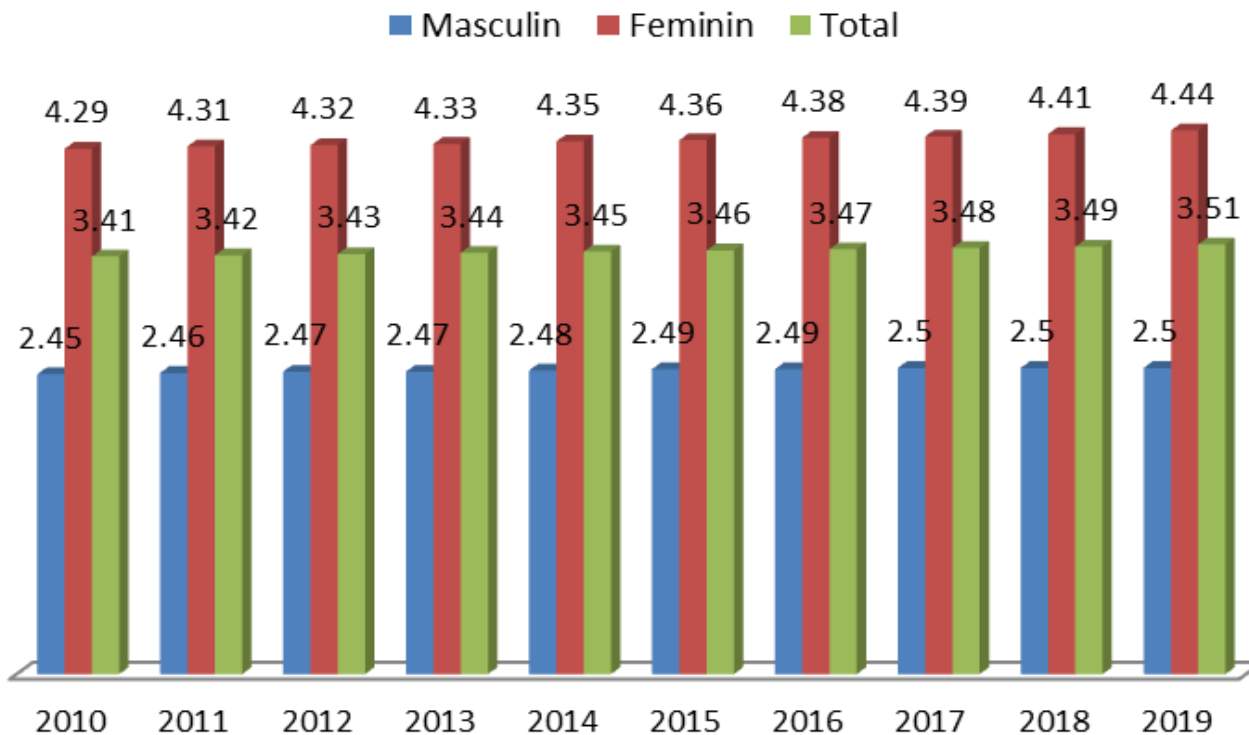
## Incidența depresiei (%), în România, pe genuri, în perioada 2010-2019



Sursa: <https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/>

## Prevalența depresiei (%) în România, pe genuri, în perioada 2010-2019

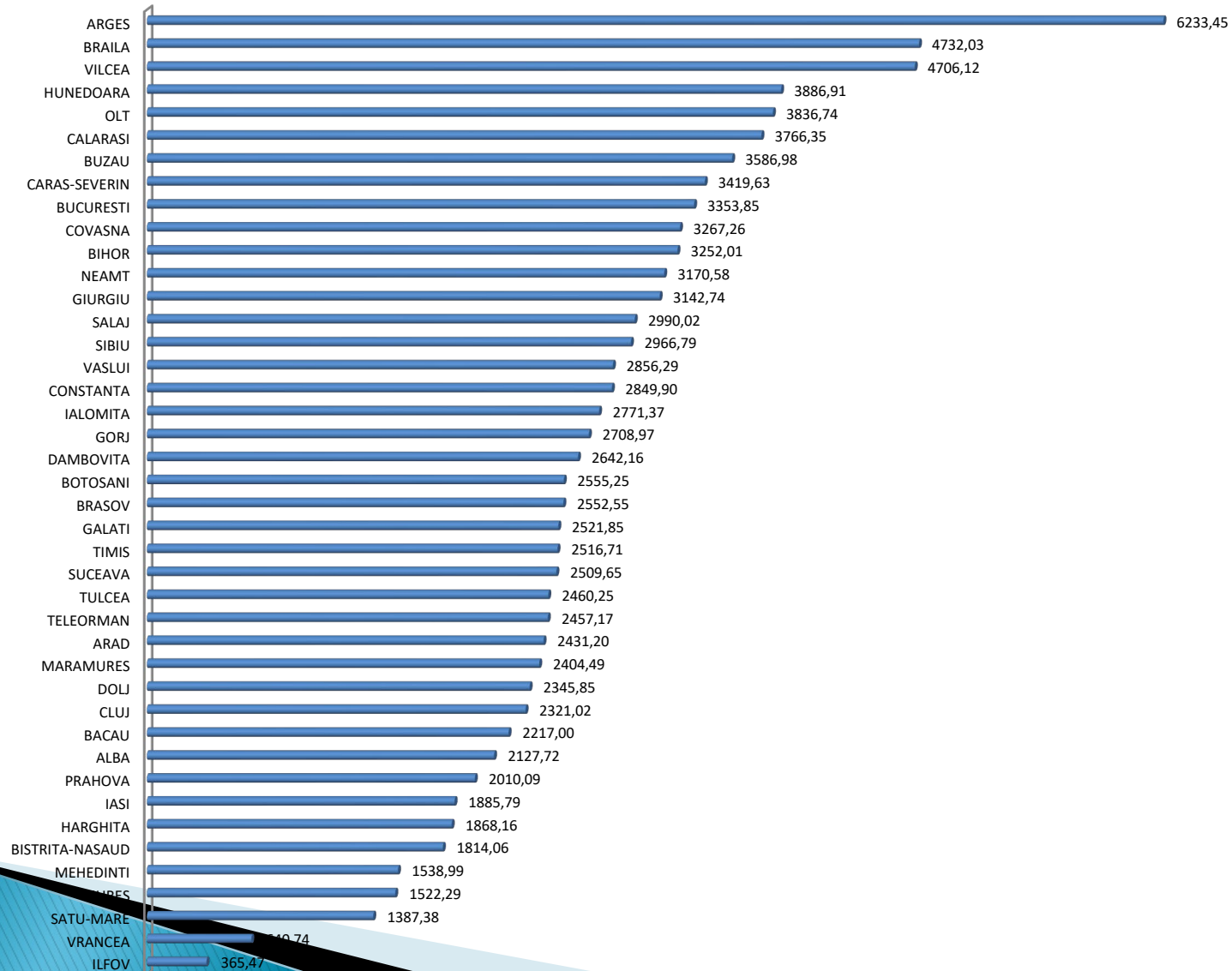
Sursa: <https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare>





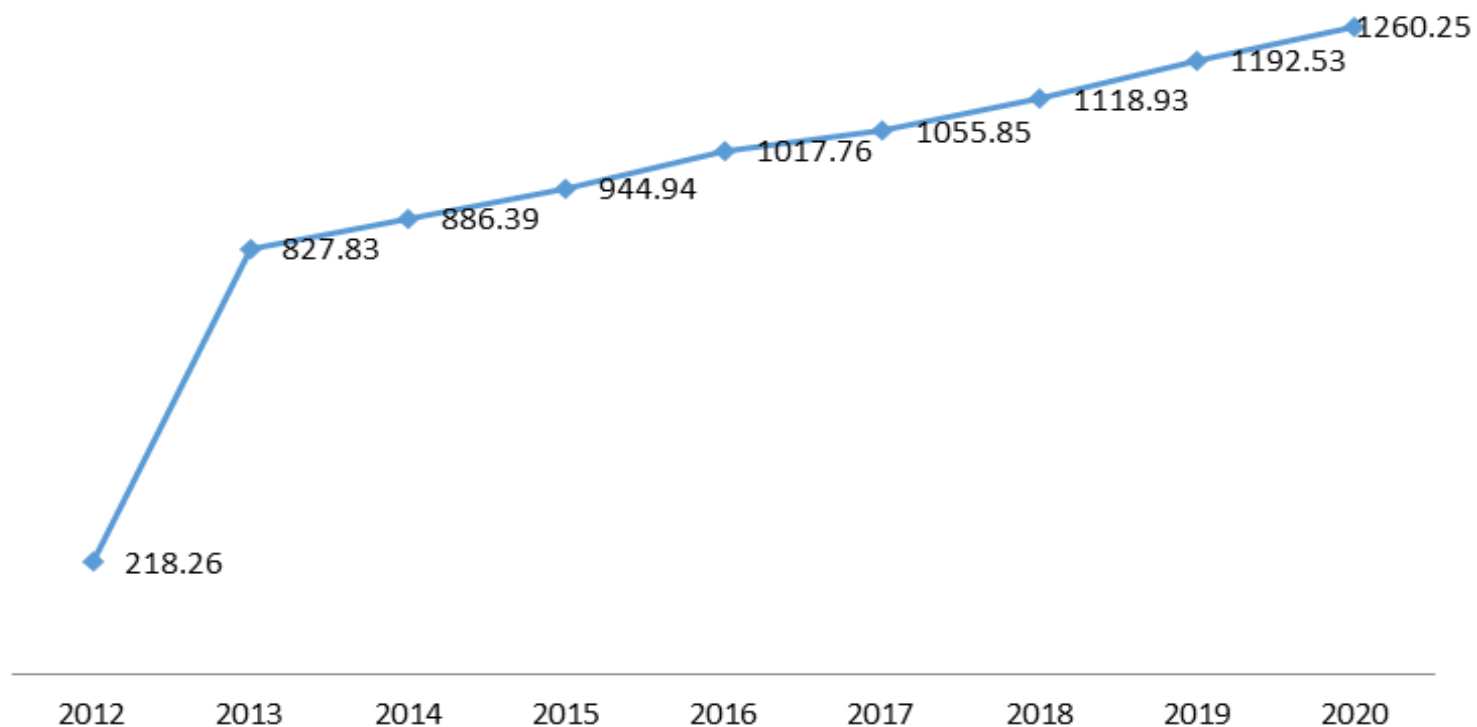
# Prevalența tulburărilor mintale și de comportament (cod ICD 10 F00-F99) (rate %000 loc.), pe județe, în anul 2020

Sursa: INSP-CNSISP



# Prevalența (rate %000 loc.) bolilor psihice (cod ICD 10 F01-F39) în România, în perioada 2012-2020

*Sursa: INSP-CNSISP*



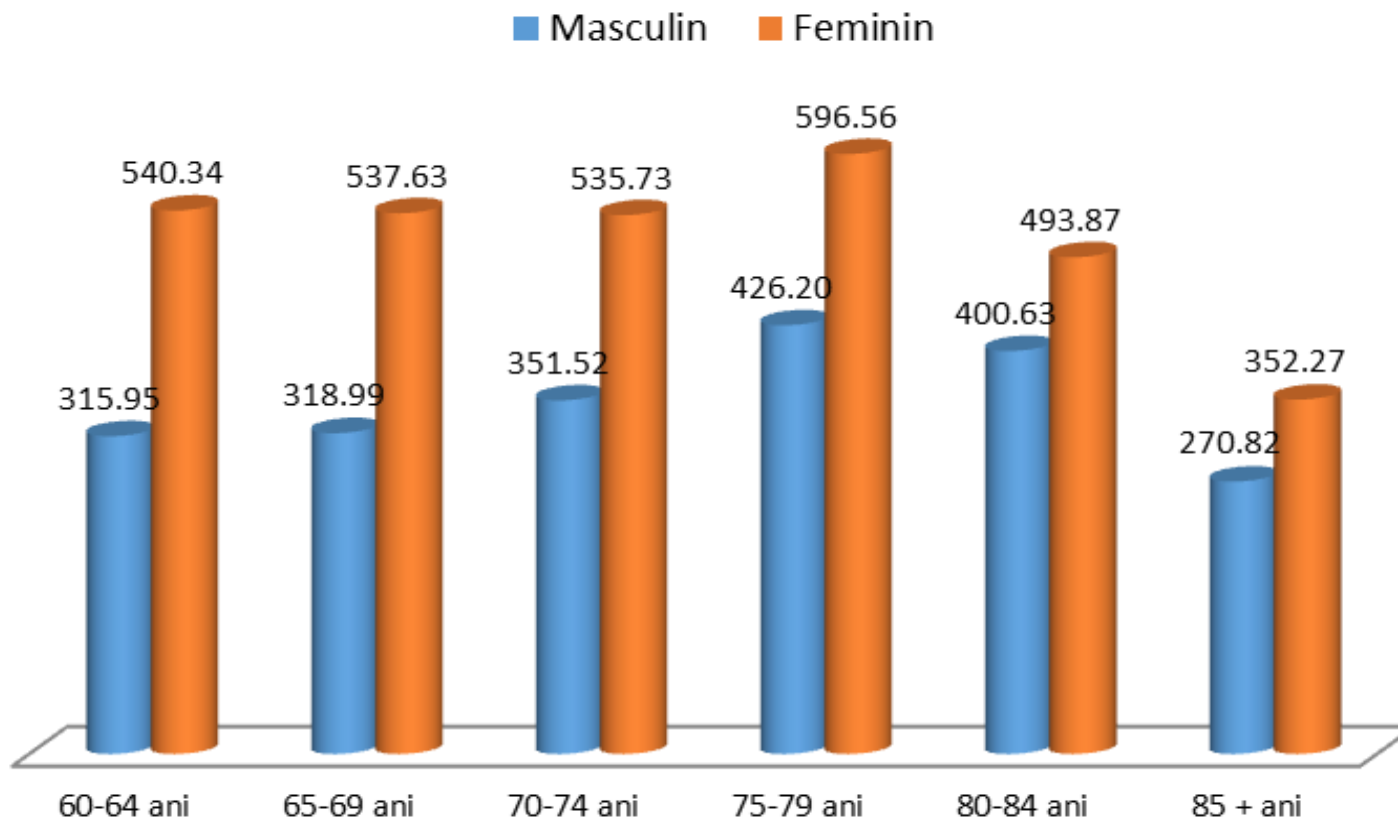
**Număr cazuri noi de îmbolnăvire și incidența (rate la 100000 loc.) prin episod depresiv (cod ICD 10 – F32-F33) la vârstnici (60 ani și peste) în perioada 2011-2020**

*Sursa: INSP-CNSISP*

Anul	Număr cazuri noi		Incidența (rate %000 loc.)	
	60+ ani	65+ani	60+ ani	65+ani
2011		10523		323.84
2012		12084		371.69
2013	14205	9711	309.13	296.24
2014	15810	11111	338.96	333.02
2015	17368	12354	366.26	362.64
2016	17159	12073	356.21	348.30
2017	19855	14408	407.15	408.95
2018	20591	15165	418.62	424.33
2019	22515	16879	454.89	464.92
2020	22100	16596	446.47	450.25

## Incidența (rate la 100000 loc.) episodului depresiv (COD ICD10 - F32-F33), la vârstnici, pe genuri, în anul 2020

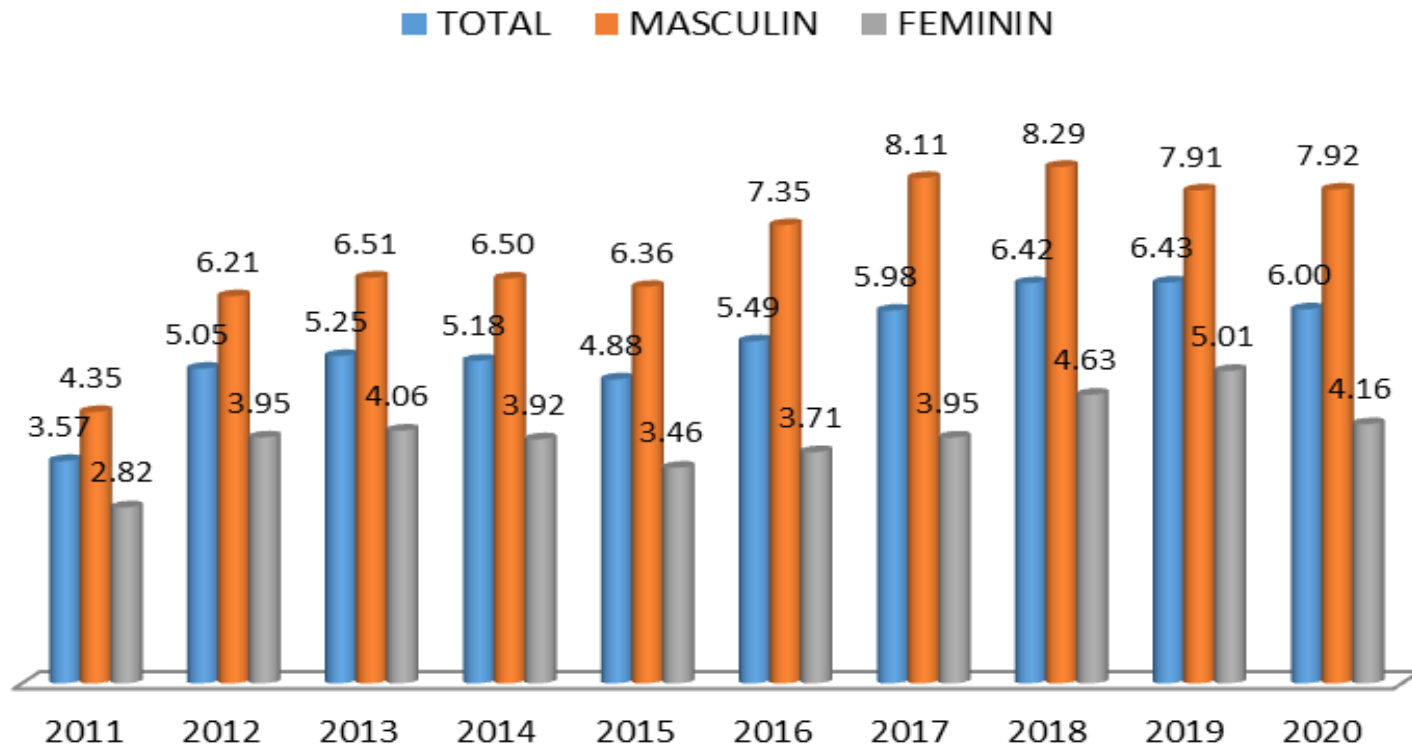
Sursa: INSP-CNSISP



**Incidența (rate la 100000 loc.) prin tulburări ale dezvoltării psihologice și alte tulburări fără precizare (COD ICD10 - F83-F84, F88-F89), pe genuri, în perioada**

**2011-2020**

*Sursa: INSP-CNSISP*



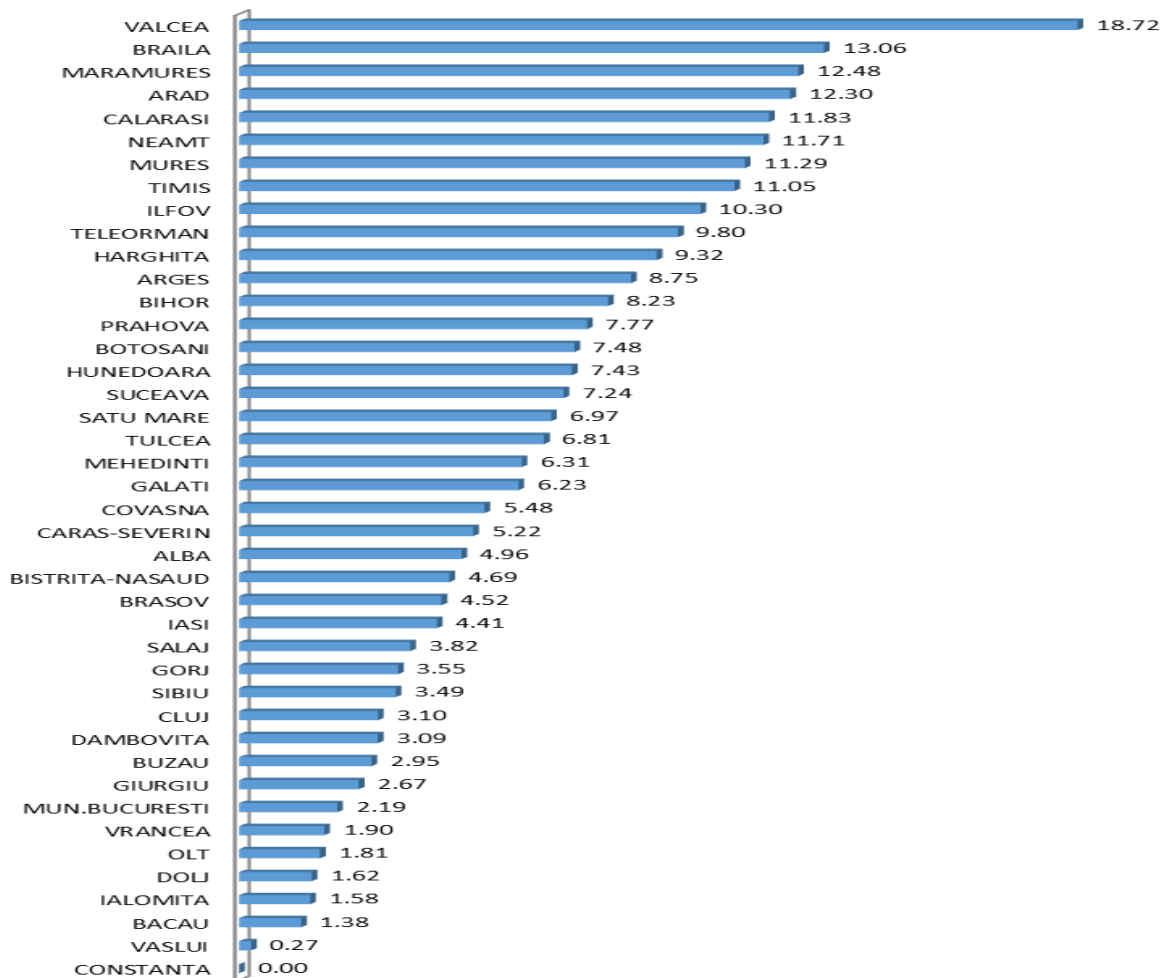
**Incidența (rate la 100000 loc.) prin tulburări ale dezvoltării psihologice și alte tulburări fără precizare (COD ICD10 - F83-F84, F88-F89), la vârstnici, pe genuri și pe medii, în anul 2020**

*Sursa: INSP-CNSISP*

	Incidența (rate la 100000 loc.)				
	TOTAL	MASCULIN	FEMININ	URBAN	RURAL
60-64 ani	0.40	0.17	0.59	0.41	0.38
65-69 ani	0.17	0.19	0.15	0.15	0.19
70-74 ani	0.32	0.26	0.37	0.42	0.22
75-79 ani	0.16	0.00	0.26	0.35	0.30
80-84 ani	0.38	0.00	0.60	0.43	0.35
85+ani	0.24	0.00	0.37	0.00	0.00

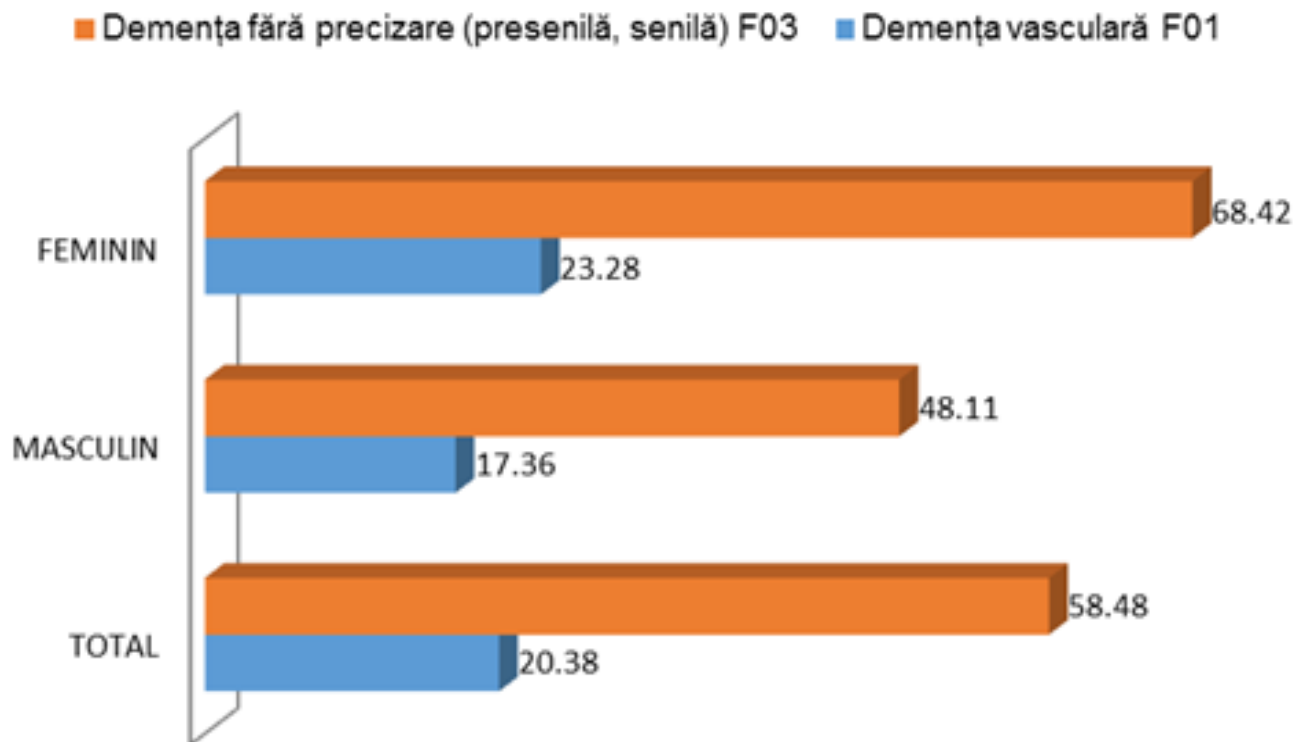
# Incidența (rate la 100000 loc.) prin tulburări ale dezvoltării psihologice și alte tulburări fără precizare (COD ICD10 - F83-F84, F88-F89), pe județe, în anul 2020

Sursa: INSP-CNSISP



## Incidența demenței vasculare (cod ICD 10 – F01) și a demenței fără precizare (presenilă, senilă, cod ICD 10 – F03) pe genuri, în anul 2020

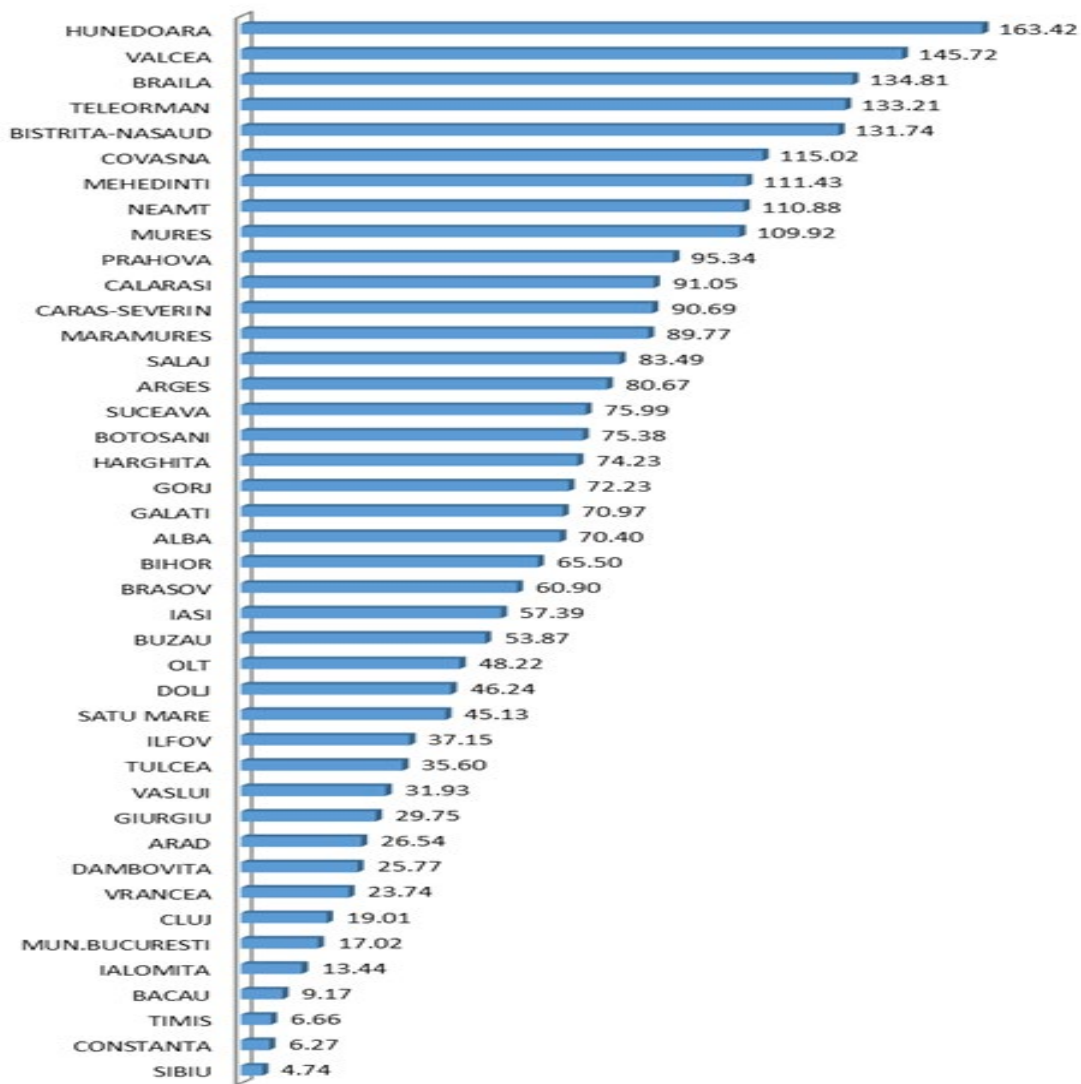
*Sursa: INSP-CNSISP*





# Incidența demenței fără precizare (presenilă, senilă, cod ICD 10 – F03) pe județe, în anul 2020

Sursa: INSP-CNSISP



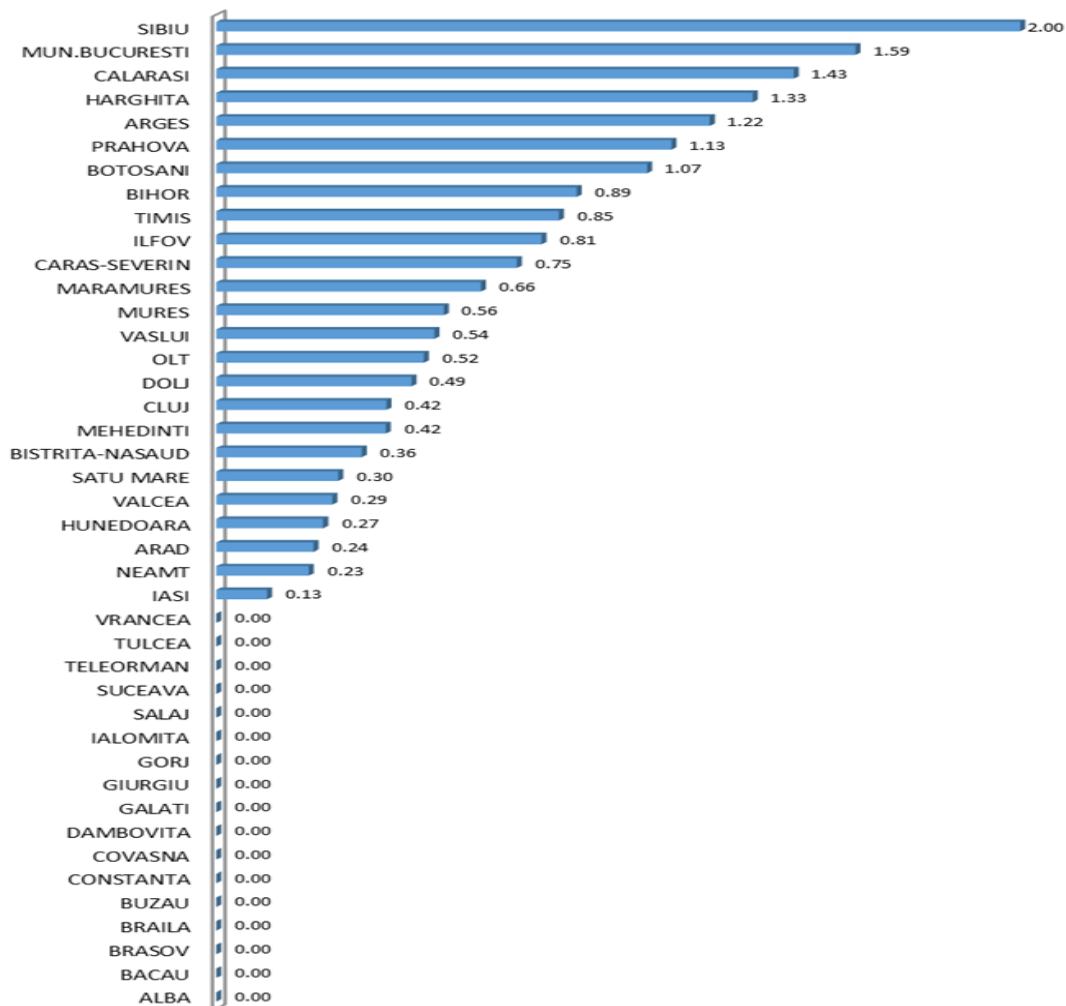
**Incidența (rate la 100000 loc.) prin tulburări mentale și de comportament, legate de consumul de opiacee și derivate (COD ICD 10 - F11, F12, F14, F16), pe grupe de vârstă, genuri și medii, în anul 2020**

*Sursa: INSP-CNSISP*

	Incidența (rate la 100000 loc.)				
	TOTAL	MASCULIN	FEMININ	URBAN	RURAL
<b>TOTAL</b>	<b>0.55</b>	<b>0.87</b>	<b>0.23</b>	<b>0.74</b>	<b>0.32</b>
10-14 ani	0.19	0.18	0.19	0.38	0.00
15-19 ani	1.37	1.89	0.81	2.32	0.55
20-24 ani	2.69	4.85	0.41	3.42	2.06
25-29 ani	0.78	1.49	0.00	0.89	0.64
30-34 ani	0.59	0.85	0.31	0.98	0.00
35-39 ani	1.53	2.22	0.79	2.19	0.56
40-44 ani	0.33	0.26	0.40	0.35	0.30
45-49 ani	0.20	0.39	0.00	0.25	0.14
50-54 ani	0.07	0.13	0.00	0.00	0.15
55-59 ani	0.19	0.00	0.38	0.34	0.00
60-64 ani	0.40	0.51	0.30	0.41	0.38
65-69 ani	0.50	0.93	0.15	0.73	0.19
70-74 ani	0.11	0.26	0.00	0.00	0.22
75-79 ani	0.16	0.41	0.00	0.35	0.00
80-84 ani	0.19	0.54	0.00	0.43	0.00
85+ani	0.24	0.00	0.37	0.57	0.00

# Incidența (rate la 100000 loc.) prin tulburări mentale și de comportament, legate de consumul de opiacee și derivate (COD ICD 10 - F11, F12, F14, F16), pe județe, în anul 2020

Sursa: INSP-CNSISP



## Incidența % depresie, anxietate, în România, la vârstnici, în perioada 2010-2019

Sursa: <https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/>

	Depresie		Anxietate	
	50-69 ani	70+ ani	50-69 ani	70+ ani
<b>2010</b>	0.97	0.98	0.11	0.05
<b>2011</b>	0.97	0.98	0.11	0.049
<b>2012</b>	0.97	0.98	0.11	0.048
<b>2013</b>	0.97	0.99	0.11	0.047
<b>2014</b>	0.97	0.99	0.11	0.046
<b>2015</b>	0.97	0.99	0.11	0.046
<b>2016</b>	0.97	0.98	0.11	0.046
<b>2017</b>	0.98	0.98	0.11	0.046
<b>2018</b>	0.98	0.99	0.11	0.046
<b>2019</b>	0.98	1	0.11	0.046

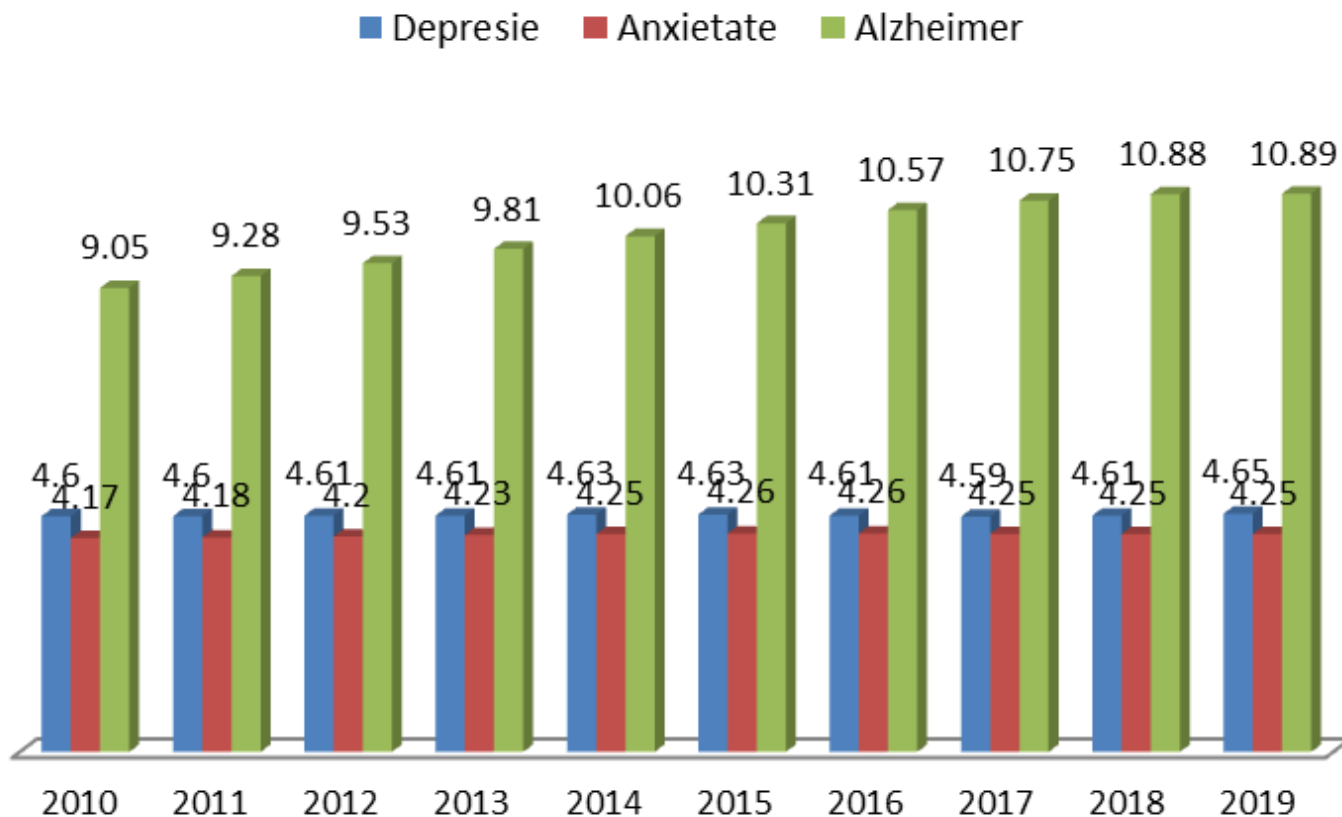
## Prevalența % depresie, anxietate, autism, România, pe genuri, în perioada 2010-2019

Sursa: <https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/>

	Depresie %			Anxietate %			Autism%		
	Masculin	Feminin	Total	Masculin	Feminin	Total	Masculin	Feminin	Total
<b>2010</b>	2.45	4.29	3.41	2.64	4.75	3.74	0.57	0.16	0.36
<b>2011</b>	2.46	4.31	3.42	2.65	4.77	3.75	0.57	0.16	0.36
<b>2012</b>	2.47	4.32	3.43	2.68	4.79	3.78	0.56	0.16	0.35
<b>2013</b>	2.47	4.33	3.44	2.72	4.83	3.82	0.56	0.16	0.35
<b>2014</b>	2.48	4.35	3.45	2.75	4.86	3.85	0.56	0.16	0.35
<b>2015</b>	2.49	4.36	3.46	2.77	4.87	3.86	0.56	0.16	0.35
<b>2016</b>	2.49	4.38	3.47	2.77	4.85	3.85	0.56	0.16	0.35
<b>2017</b>	2.5	4.39	3.48	2.77	4.84	3.84	0.56	0.16	0.35
<b>2018</b>	2.5	4.41	3.49	2.76	4.85	3.85	0.56	0.16	0.35
<b>2019</b>	2.5	4.44	3.51	2.76	4.88	3.86	0.56	0.16	0.35

# Prevalența % depresie, anxietate, boala Alzheimer, vârstnici 70+, România, perioada 2010-2019

Sursa: <https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/>



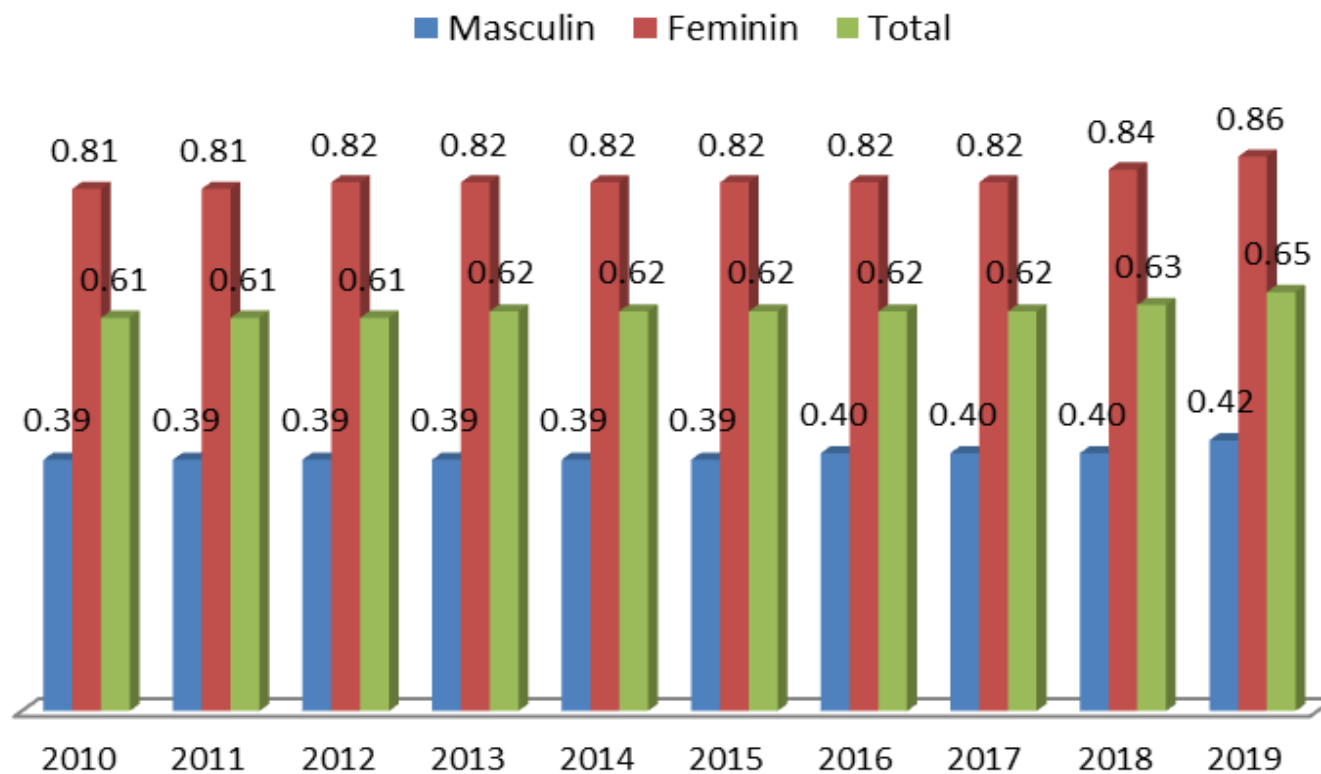
**Mortalitate % boala Alzheimer și alte demențe, vârstnici 70+, pe genuri, România,  
în perioada 2010-2019**

	<b>Alzheimer s.a demențe</b>		
	<b>Masculin</b>	<b>Feminin</b>	<b>Total</b>
<b>2010</b>	2.72	4.35	3.61
<b>2011</b>	2.9	4.58	3.83
<b>2012</b>	2.97	4.7	3.93
<b>2013</b>	3.18	4.98	4.18
<b>2014</b>	3.19	5.06	4.23
<b>2015</b>	3.31	5.24	4.38
<b>2016</b>	3.42	5.46	4.55
<b>2017</b>	3.52	5.59	4.68
<b>2018</b>	3.61	5.68	4.78
<b>2019</b>	3.66	5.68	4.8

Sursa: <https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/>

## Incidența % depresie, Europa Centrală, pe genuri, în perioada 2010-2019

Sursa: <https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/>





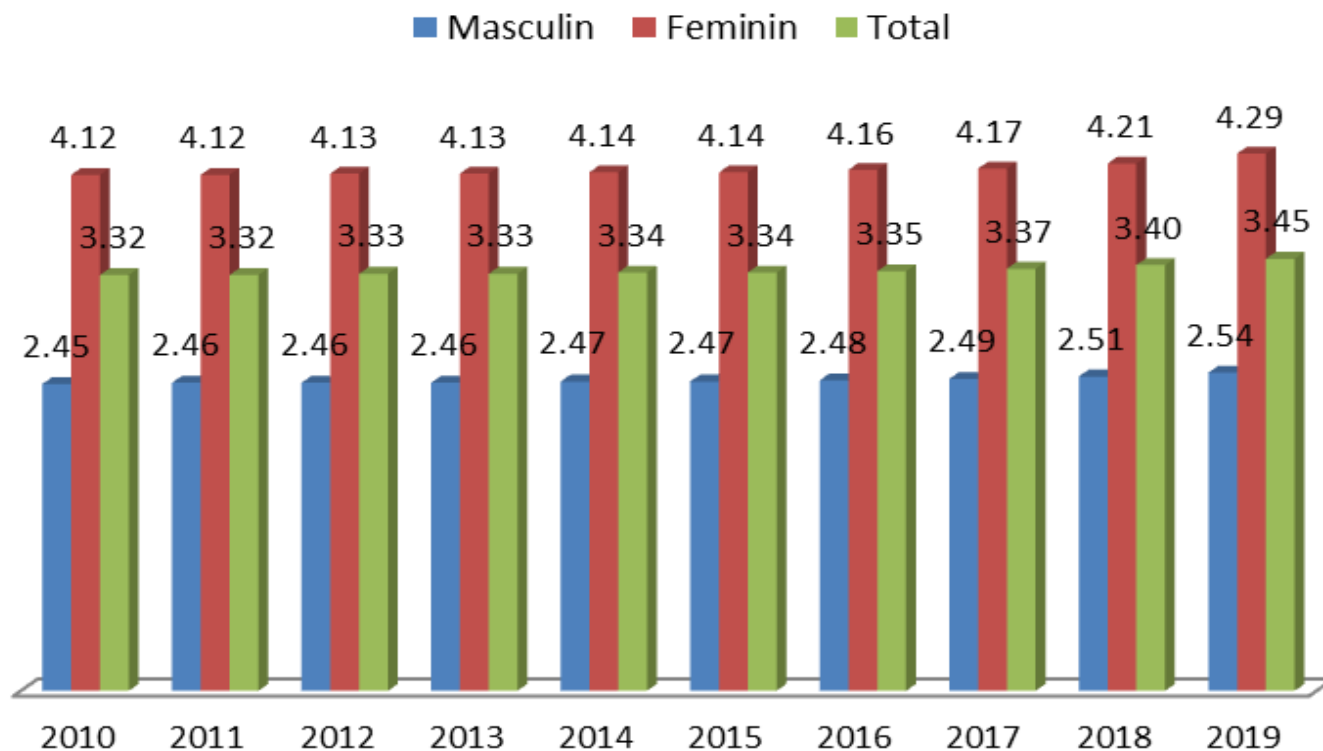
## Incidența % depresie, anxietate, vârstnici, Europa Centrală, în perioada 2010-2019

Sursa: <https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/>

	Depresie		Anxietate	
	50-69 ani	70+	50-69 ani	70+
2010	0.94	0.98	0.12	0.05
2011	0.94	0.98	0.12	0.05
2012	0.94	0.98	0.12	0.049
2013	0.94	0.98	0.12	0.049
2014	0.94	0.98	0.12	0.048
2015	0.94	0.98	0.12	0.048
2016	0.94	0.97	0.12	0.048
2017	0.95	0.97	0.12	0.048
2018	0.96	0.97	0.12	0.048
2019	0.99	0.99	0.12	0.049

## Prevalența % depresie, Europa Centrală, pe genuri, perioada 2010-2019

Sursa: <https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/>

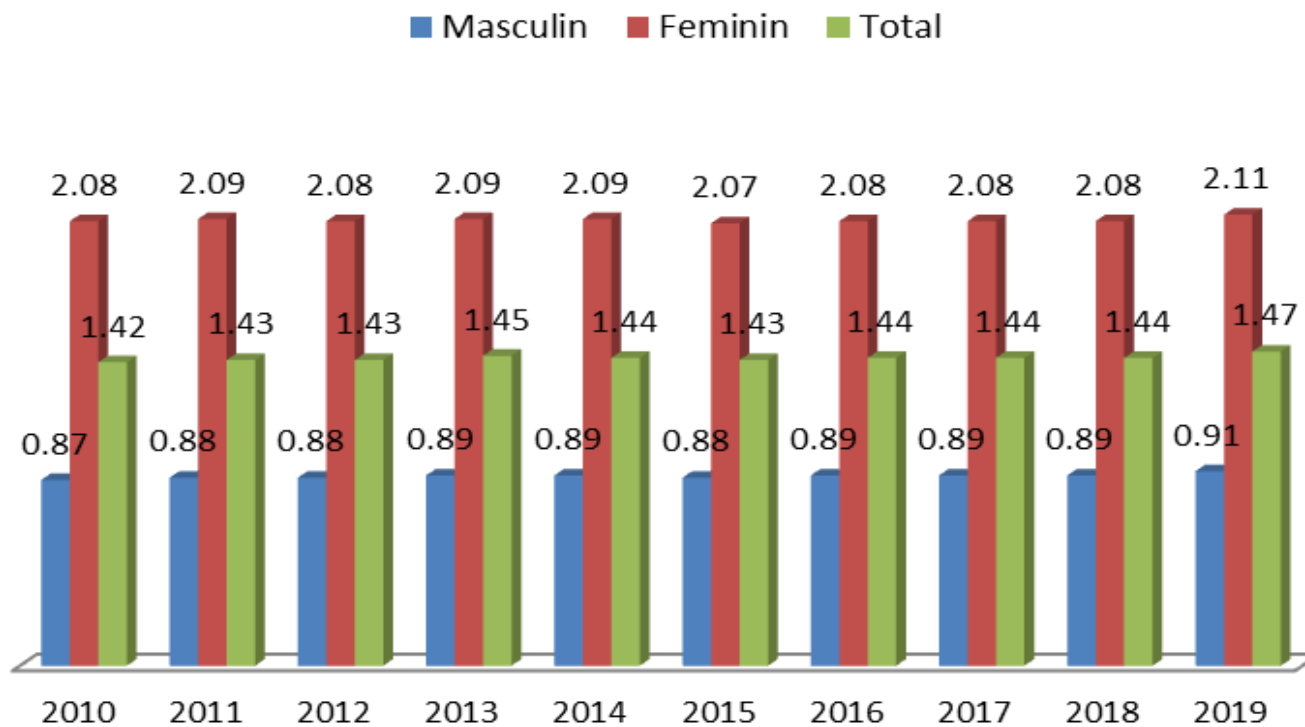


**Prevalența % depresie, anxietate, boala Alzheimer s.a demențe, vârstnici, Europa Centrală,  
în perioada 2010-2019**

Sursa: <https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/>

	Depresie		Anxietate		Alzheimer s.a.demente
	50-69	70+	50-69	70+	70+
<b>2010</b>	4.4	4.53	4.39	4.3	9.74
<b>2011</b>	4.39	4.53	4.4	4.29	9.93
<b>2012</b>	4.38	4.53	4.4	4.29	10.12
<b>2013</b>	4.37	4.53	4.41	4.28	10.3
<b>2014</b>	4.36	4.53	4.42	4.28	10.47
<b>2015</b>	4.35	4.54	4.43	4.27	10.64
<b>2016</b>	4.37	4.52	4.42	4.26	10.78
<b>2017</b>	4.38	4.51	4.41	4.25	10.82
<b>2018</b>	4.42	Lipsa date	4.41	Lipsa date	10.81
<b>2019</b>	4.48	Lipsa date	4.42	Lipsa date	10.76

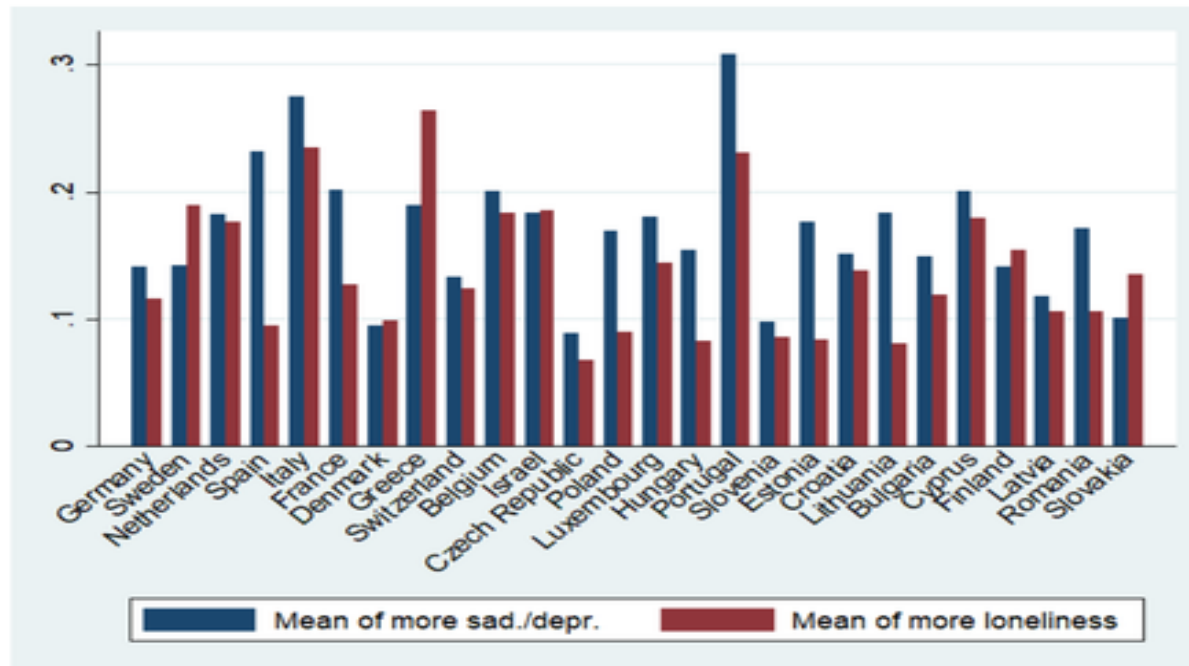
## DALYs % depresie, Europa Centrală, pe genuri, perioada 2010-2019



Sursa: <https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/>

# Prevalența depresiei și a sentimentelor de singurătate, pe țări

**Figure 1:** Country differences in the prevalence of more sadness/depression and more loneliness; Data: Preliminary SHARE Wave 8 Release 0 (n = 27,889)



Sursa: Study by Josefine Atzendorf and Stefan Gruber (2021). The Mental Well-being of Older Adults after the First Wave of COVID-19. SHARE Working Paper Series 63-2021 Doi: 10.17617/2.3292887  
<http://www.share-project.org/share-publications/share-working-paper-series.html>

# Depresia la vârstnici

- ▶ La nivel global, populația îmbătrânește rapid. Între anii 2015 și 2050, procentul populației lumii cu vârsta peste 60 de ani se va dubla aproape, de la 12% la 22%, potrivit Organizației Mondiale a Sănătății. În termeni absoluți, aceasta este o creștere așteptată de la 900 de milioane la 2 miliarde de persoane cu vârsta peste 60 de ani.
- ▶ Oamenii în vârstă se confruntă cu o serie de provocări ale sănătății somatice, dar și psihice, care trebuie recunoscute, iar sănătatea mintală este la fel de importantă la vârste mai înaintate ca în orice alt moment al vieții.
- ▶ Tulburările mentale și neurologice în rândul adulților în vârstă reprezintă 6,6% din dizabilitatea totală (DALY) pentru această grupă de vârstă.
- ▶ Peste 20% dintre adulții în vârstă de 60 de ani și peste suferă de o tulburare mentală sau neurologică, iar 6,6% din totalul dizabilităților (anii de viață ajustată pentru dizabilitate - DALY) în rândul persoanelor cu vârsta peste 60 de ani este atribuită tulburărilor mentale și neurologice. Aceste tulburări la persoanele în vârstă reprezintă 17,4% din anii de viață trăiți cu dizabilitate (YLD).
- ▶ Cele mai frecvente tulburări mentale și neurologice din această grupă de vârstă sunt demența și depresia, care afectează aproximativ 5%, respectiv 7% din populația mai în vârstă a lumii. Tulburările de anxietate afectează 3,8% din populația în vârstă, problemele legate de consumul de substanțe afectează aproape 1% și aproximativ un sfert din decesele cauzate de auto-vătămare aparțin persoanelor cu vârsta de 60 de ani sau peste. Problemele legate de abuzul de substanțe în rândul persoanelor în vârstă sunt adesea trecute cu vederea sau diagnosticate greșit.
- ▶ Problemele de sănătate mintală sunt insuficient identificate de profesioniștii din domeniul sănătății și de persoanele în vârstă, iar stigmatul pus de aceste afecțiuni îi face pe oameni reticenți în a căuta ajutor.

Sursa: Raport OMS, 2017, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>

# Depresia la vârstnici

- ▶ Pot exista mai mulți factori de risc pentru probleme de sănătate mintală în orice moment al vieții. Persoanele în vârstă pot prezenta factori de stres comuni tuturor persoanelor, dar și factori de stres care sunt mai frecvenți în această etapă a vieții, cum ar fi pierderea semnificativă a abilităților, scăderea progresivă a capacității funcționale. Adulții în vârstă pot prezenta mobilitate redusă, dureri cronice, fragilitate sau alte probleme de sănătate, care necesită o îngrijire pe termen lung.
- ▶ Persoanele în vârstă sunt mai susceptibile de a experimenta evenimente negative, precum doliul sau scăderea statutului socio-economic odată cu pensionarea. Toți acești factori de stres pot duce la izolare, singurătate sau suferință psihologică la persoanele în vârstă.
- ▶ Sănătatea mintală are un impact semnificativ asupra sănătății fizice și invers. De exemplu, adulții în vârstă cu diferite afecțiuni somatice, cum ar fi bolile cardiace, au rate mai mari de depresie decât persoanele sănătoase. Depresia netratată la o persoană în vârstă cu boli cardiace poate afecta negativ evoluția afecțiunii.
- ▶ Aproape un sfert din adulții în vârstă de peste 60 de ani prezintă simptome de depresie majoră, minoră sau disforie. Vârstnicii raportează mai frecvent scăderea capacității de a trăi emoții decât dispoziție depresivă. Simptomele cardinale de depresie lipsesc adesea la vârstnicii cu depresie. Aceștia raportează mai frecvent acuze somatice, neliniște sau retard psihomotor.
- ▶ Declinul memoriei este una din principalele acuze ale vârstnicului cu depresie.
- ▶ La pacienții vârstnici, simptomele de depresie se asociază cu durerea. Prezența durerii, cauzele acesteia (artroze, osteoporoză, fibromialgie, afecțiuni degenerative ale coloanei vertebrale, neuropatii periferice etc.) și concentrarea pe tratarea substratului somatic al durerii întârzie identificarea și tratarea depresiei la vârstnic.
- ▶ Rezistența la tratament a depresiei vârstnicului crește non-aderența la tratamentul afecțiunilor somatice comorbide, dizabilitatea, afectarea cognitivă, povara pentru aparținători/îngrijitori, riscul de mortalitate, inclusiv prin suicid.

# Depresia la vârstnici

- ▶ Decesele prin sinucidere sunt în continuare mai frecvente la vârstnici decât la alte grupe de vârstă; apropiatii interpretează drept preocupări firești unele indicii de iminență suicidară (împărțirea bunurilor, încheierea unor proiecte, discuții frecvente despre moarte, sensul vieții, stare de liniște și seninătate instalată brusc), ceea ce îngreunează prevenția suicidului la vârstnici.
- ▶ Persoanele în vârstă cu simptome depresive au o capacitate de funcționare mai redusă comparativ cu persoanele cu afecțiuni cronice, precum boli pulmonare, hipertensiune sau diabet.
- ▶ Pandemia COVID-19 a avut un impact major asupra vârstnicilor care prezintă un risc mai mare de dezvoltare de simptome mai severe ale bolii și o rată de mortalitate mai mare. Acest risc crescut se datorează în parte modificărilor legate de vârstă în ceea ce privește sistemul imunitar, care îngreunează lupta împotriva infecțiilor. De asemenea, vârstnicii înregistrează și alte probleme de sănătate, în special afecțiuni cardiovasculare, cerebrovasculare, cancere, care fac și mai dificilă lupta cu acest nou virus.
- ▶ Stresul, dificultățile economice și sociale, izolarea impusă de autorități în scopul prevenirii și reducerii răspândirii virusului, afectează sănătatea mintală, exacerbând afecțiunile neurologice și psihice existente, cum ar fi depresia, anxietatea, declinul cognitiv. Persoanele vârstnice, care locuiesc singure și care au contacte sociale limitate reprezintă o categorie de populație la risc de a dezvolta simptome depresive și anxioase.



▶ **Tema:** Sănătate mintală

▶ **Scopul** campaniei: creșterea nivelului de informare și conștientizare a vârstnicilor, aparținătorilor acestora și a profesioniștilor din domeniul medical privind problematica sănătății mintale

▶ **Obiectivele** campaniei:

- informarea populației privind importanța identificării și intervenției timpurii în cazul tulburărilor mintale,
- conștientizarea și promovarea unei mai bune înțelegeri a impactului tulburărilor mintale asupra vieții oamenilor,
- creșterea accesului grupurilor țintă la informații pentru îmbunătățirea îngrijirilor și înlăturarea stigmatizării persoanelor cu tulburări mintale.

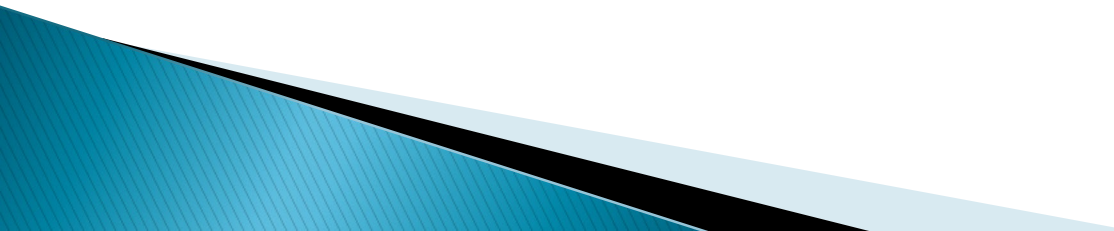
# PERIOADA DE DERULARE A CAMPANIEI

**luna IANUARIE 2022**

**SLOGANUL campaniei:**

*„Sănătatea mintală este o prioritate.  
Protejați sănătatea mintală!”*

## **Grupuri țintă identificate pentru campanie:**

- ▶ Vârșnicii și aparținătorii acestora;
  - ▶ Profesioniștii din domeniul medical.
- 

# Mesajele principale ale campaniei pentru profesioniștii din DOMENIUL MEDICAL

- ▶ Furnizați pacienților vârstnici de informații despre problematica sănătății mintale;
- ▶ Participați la activități de cercetare și promovare a dovezilor științifice despre intervenții eficiente pentru persoanele vârstnice afectate de boli mintale;
- ▶ Participați la îmbunătățirea strategiei naționale privind sănătatea mintală a vârstnicilor și la punerea în aplicare a programului național de sănătate mintală;
- ▶ Sprijiniți elaborarea și punerea în aplicare a ghidurilor și politicilor privind sănătatea mintală a vârstnicilor;
- ▶ Organizați mai bine îngrijirile prin gestionarea sarcinilor și coordonarea timpului necesar îngrijirilor vârstnicilor;
- ▶ Asigurați accesul la tratamente (inclusiv telepsihiatría) și îngrijiri de calitate pentru vârstnicii afectați de boli mintale;
- ▶ Colaborați cu organizațiile de sprijin al bolnavilor;
- ▶ Comunicați despre problematica sănătății mintale a vârstnicilor prin mijloacele social media;
- ▶ Utilizați setul de instrumente OMS „*Living with the Times*” care conține afișe ilustrate cu mesaje cheie pentru vârstnici despre cum să-și mențină sănătatea mintală în timpul pandemiei COVID-19;
- ▶ Folosiți ghidului OMS și al UIT (Uniunea Internațională a Telecomunicațiilor), privind introducerea programelor de reducere a riscului de demență și a programelor de asistență pentru îngrijitorii care utilizează tehnologia mobilă (manualul *mDementia*, programul *mHealth*). [Be Healthy Be Mobile: mDementia \(who.int\)](#) și [Risk reduction of cognitive decline and dementia \(who.int\)](#)