



# Manifestul Anti-Depresie

**Depresia este o afecțiune gravă, care ajunge uneori să pună în pericol chiar viața și care este din ce în ce mai des întâlnită, afectând în jur de 30 de milioane de persoane din Europa în acest moment. În multe state membre UE, a ajuns să aibă o incidență foarte ridicată, generând un cost de aproximativ 100 de miliarde de euro anual.**

**Pe lângă acestea, costurile la nivel social și individual sunt mult mai ridicate. Dat fiind impactul său la nivel de sănătate publică, cerem guvernanților adoptarea unor politici urgente și ferme, pentru combaterea depresiei, măsurile prioritare fiind:**

## Combaterea fenomenului de stigmatizare și discriminare

1. Angajamentul de a aborda problema discriminării și a stigmatizării prin includerea depresiei și a afecțiunilor mintale în legislația anti-discriminare.
2. Asigurarea educației potrivite privind depresia, pentru pregătirea profesioniștilor din domeniile sănătății, serviciilor sociale, a profesorilor și a celor care activează în sistemul civil și juridic. Este nevoie de stabilirea unor modalități clare și integrate de comunicare și sprijin între aceste discipline.

## Asigurarea finanțării echitabile și a parității de îngrijire

1. Garantarea faptului că depresiei și afecțiunilor mintale li se acordă același grad de atenție (și finanțare) cu cel de care beneficiază afecțiunile fizice, în toate deciziile de la nivel local și național.
2. Susținerea îmbunătățirii calitatii vieții celor afectați de depresie prin asigurarea accesului la date, informații și cunoștințe relevante.

## Facilitarea accesului timpuriu la îngrijire și tratament de calitate

1. Finanțarea și facilitarea accesului timpuriu la servicii de îngrijire și tratament care includ pacientul, aparținătorul și grupurile comunitare.
2. Îmbunătățirea serviciilor de sănătate la care au acces cei afectați de depresie și stabilirea unor obiective în vederea prevenirii suicidului.
3. Îmbunătățirea nivelului de sănătate mintală a celor care suferă de afecțiuni conexe depresiei (afecțiuni cardio-vasculare, afecțiuni endocrine, tulburări alimentare, tulburări de dinamică sexuală, cancer etc.), prin monitorizare psihologică și sprijin pentru aceștia.

## Îmbunătățirea calității vieții pentru cei afectați de depresie

1. Crearea unui "Standard de aur" pentru tratarea și prevenirea depresiei, care să permită intervenții timpurii în cadrul sistemului de sănătate și al societății în general.
2. Oferirea de sprijin integrat, care să includă servicii de sănătate, îngrijire și consiliere profesională, pentru cei care sunt în concediu medical sau care nu mai au un loc de muncă.
3. Asumarea luării de măsuri potrivite și sigure dedicate copiilor, tinerilor și celor care trec prin perioade de depresie.
4. Oferirea de îndrumare și susținere angajatorilor pentru promovarea bunăstării angajaților și combaterea depresiei la locul de muncă prin adresarea acestei probleme în contextul politicilor de sănătate și siguranță.