



# Dia Mundial da Saúde Mental

Todos os anos, no dia 10 de outubro, comemora-se o Dia Mundial da Saúde Mental. Este ano, a temática “Primeiros Cuidados Psicológicos e de Saúde Mental para Todos”, proposta pela Federação Mundial de Saúde Mental, vem nos lembrar sobre a importância do assunto na atualidade, mantendo a discussão sobre dignidade em Saúde Mental, abordada no ano de 2015, e promovendo os primeiros cuidados psicológicos em saúde mental em situações de crise.

A Organização Mundial da Saúde ainda enfatiza que os Primeiros Socorros Psicológicos (PSP) são de fundamental importância para casos em que ocorrem catástrofes ou tragédias, cujos impactos podem ser amenizados de modo humanizado e solidário.



**Lembre-se:  
Sem saúde mental  
não há saúde!**