



WORKSHOP



SAÚDE MENTAL & BEM ESTAR

CONSCIENTIZAÇÃO E MUDANÇAS POSITIVAS

Brasília, 22 e 23 de Abril, 2025.

DIA DE DEFESA DE CAUSA NO BRASIL

**LIONS INTERNATIONAL EM DEFESA
DA SAÚDE MENTAL E DO BEM-ESTAR**



Lions International

A serviço de um Mundo com Necessidades





WORKSHOP
SAÚDE MENTAL & BEM ESTAR
CONSCIENTIZAÇÃO E MUDANÇAS POSITIVAS
Brasília, 22 e 23 de Abril, 2025.



Lions International
A serviço de um Mundo com Necessidades



Uma necessidade urgente.

Estamos lidando com as importantes causas da saúde mental e do bem-estar. Os Leões e Leos fazem a diferença trabalhando para aumentar a conscientização sobre a importância da saúde mental e do bem-estar, informar e apoiar as comunidades e defender mudanças positivas. Lions International incentivou os Leões e Leos a assumirem a crescente necessidade de serviços de saúde mental e bem-estar em todo o mundo, lançando uma iniciativa de serviços de saúde mental e bem-estar, que começou em janeiro de 2025 e inclui uma página da web e recursos de serviços.

Para atender às necessidades de saúde mental e bem-estar, Leões e Leos de todo o mundo estão servindo para aumentar a conscientização e prevenir o suicídio, diminuir o estigma da saúde mental, atender às necessidades de saúde mental e bem-estar de idosos e jovens, instruir as comunidades sobre saúde mental e bem-estar e defender o financiamento, a legislação e o apoio à saúde mental. Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Organização das Nações Unidas oferecem um modelo compartilhado de paz e prosperidade para as pessoas e o planeta, agora e no futuro. Os 17 objetivos são um apelo urgente para todos os países agirem – desenvolvidos e em desenvolvimento – em uma parceria global. A realização dos ODSs também depende do envolvimento de organizações voluntárias, que conectam estratégias e iniciativas governamentais com ações comunitárias complementares, porém essenciais.

A saúde mental e o bem-estar apoiam o ODS 3, que afirma que devemos garantir uma vida saudável e promover o bem-estar para pessoas de todas as idades.



A saúde mental e o bem-estar da população estão em crise. A depressão, a ansiedade e a obesidade afetam milhões de pessoas, comprometendo não só a qualidade de vida, mas também a produtividade e o desenvolvimento social e econômico do país. Lions International, em parceria com especialistas das áreas médica, nutricional e de educação física, está convocando o Congresso Nacional a unir forças para enfrentar essa grave realidade.



WORKSHOP
SAÚDE MENTAL & BEM ESTAR
CONSCIENTIZAÇÃO E MUDANÇAS POSITIVAS
Brasília, 22 e 23 de Abril, 2025



Lions International
A serviço de um Mundo com Necessidades



A URGÊNCIA DO PROBLEMA

Depressão e ansiedade: Brasil em alerta

- O Brasil é o país mais ansioso do mundo e o segundo mais deprimido das Américas, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS).
- Estima-se que 18,6 milhões de brasileiros sofram de transtornos de ansiedade, enquanto a depressão afeta cerca de 12 milhões de pessoas.
- O suicídio, muitas vezes devido a transtornos mentais não tratados, já é uma das principais causas de morte entre os jovens no Brasil.
- O impacto no mercado de trabalho é alarmante: os transtornos mentais são a terceira maior causa de afastamento do trabalho, de acordo com o INSS.

Obesidade: Um problema de saúde pública

- Mais da metade da população brasileira (56%) está acima do peso e um em cada cinco brasileiros é obeso, de acordo com o Ministério da Saúde.
- A obesidade não é apenas uma questão estética, mas um fator de risco para diabetes, hipertensão, doenças cardiovasculares e até mesmo distúrbios psicológicos, formando um ciclo vicioso entre a saúde física e mental.
- Crianças e adolescentes também são afetados: a obesidade infantil aumentou 75% nos últimos 15 anos.

Os Leões de todo o mundo estão trabalhando para melhorar a saúde mental e o bem-estar. Os relatórios de serviços de saúde mental e bem-estar do Lions aumentaram acentuadamente do ano Leonístico de 2023-2024 para o ano Leonístico vigente, alinhando-se com o fato de que os Leões estão assumindo o desafio de servir e atender a uma necessidade crescente. Em todo o mundo, o número de projetos de serviços de saúde mental e bem-estar aumentou 571%, atendendo a mais de 1,4 milhão de pessoas. No Brasil, os projetos de serviços de saúde mental e bem-estar aumentaram em 353% e atenderam mais de 23.000 pessoas. Os clubes fizeram coisas como:

- Realizar sessões de musicoterapia para pessoas com mal de Alzheimer, demência e distúrbios neurológicos para promover o bem-estar e o humor positivo de idosos em centros de tratamento e de memória
- Trabalhar com organizações de saúde mental e promover recursos existentes de organizações como a Associação Internacional para Prevenção do Suicídio para aumentar a conscientização sobre o suicídio e ajudar a preveni-lo
- Ajudar a reduzir o estigma da saúde mental e instruir as comunidades, organizando workshops e apresentações com profissionais e especialistas em saúde mental
- Criar grupos para orientar jovens, ajudando a criar conexões sociais positivas e promovendo saúde e bem-estar positivos
- Ajudar indivíduos com problemas de saúde mental, como TEPT e ansiedade, ajudando-os a obter cães de serviço
- Organizar eventos e seminários sobre gerenciamento de estresse e meditação para promover a redução do estresse e o bem-estar positivo.



Lions International
A serviço de um Mundo com Necessidades



WORKSHOP
SAÚDE MENTAL & BEM ESTAR
CONSCIENTIZAÇÃO E MUDANÇAS POSITIVAS
Brasília, 22 e 23 de Abril, 2025

Diante desse cenário alarmante, pedimos aos senadores e deputados federais que se unam ao trabalho que os Leões já estão fazendo e priorizem ações concretas e sustentáveis, como:



- 1** Ampliar o acesso a tratamento psicológico e psiquiátrico no SUS, reduzindo as filas e aumentando a presença de profissionais especializados em saúde mental.
- 2** Programas de prevenção e conscientização sobre saúde mental, desde a escola até o local de trabalho, combatendo o estigma e incentivando o autocuidado.
- 3** Regulamentação e inspeção da publicidade de produtos ultraprocessados, especialmente aqueles voltados para crianças.
- 4** Incentivar políticas de alimentação saudável e esportes, ampliar espaços públicos e promover hábitos saudáveis nas escolas e comunidades.
- 5** Criar e fortalecer redes de apoio à saúde mental e ao bem-estar, integrando profissionais de saúde, educadores e a sociedade civil.

A saúde mental e o bem-estar da população precisam ser uma prioridade na agenda nacional. Investir nessas áreas não é uma despesa, mas um investimento no futuro do país. Lions Internacional reforça o compromisso que tem com essa luta e conta com o apoio do Congresso Nacional para transformar esse cenário. Juntos, podemos salvar vidas e construir um Brasil mais saudável e equilibrado.





WORKSHOP



SAÚDE MENTAL & BEM ESTAR

CONSCIENTIZAÇÃO E MUDANÇAS POSITIVAS

Brasília, 22 e 23 de Abril, 2025.

ADVOCACY DAY IN BRAZIL

**LIONS INTERNATIONAL IN DEFENSE OF
MENTAL HEALTH AND WELL-BEING**



Lions International

A serviço de um Mundo com Necessidades





WORKSHOP
SAÚDE MENTAL & BEM ESTAR
CONSCIENTIZAÇÃO E MUDANÇAS POSITIVAS
Brasília, 22 e 23 de Abril, 2025.



Lions International
A serviço de um Mundo com Necessidades



An urgent need.

We are dealing with the important causes of mental health and well-being. Lions and Leos are making a difference by working to raise awareness of the importance of mental health and well-being, educating and supporting their communities, and advocating for positive change. Lions International has encouraged Lions and Leos to take on the growing need for mental health and well-being service globally by launching a mental health and well-being service initiative, which commenced in January 2025 and includes a webpage and service resources.

To take on mental health and well-being needs, Lions and Leos around the world are serving to raise awareness and prevent suicide, decrease mental health stigma, address mental health and well-being needs for elderly and youth, educate their communities on mental health and well-being, and advocate for mental health funding, legislation, and support. The United Nations' Sustainable Development Goals (SDGs) offer a shared model for peace and prosperity for people and the planet, now and in the future. The 17 goals are an urgent call to action for all countries - developed and developing - in a global partnership. Achieving the SDGs also depends on the involvement of voluntary organizations, which connect government strategies and initiatives with complementary but essential community actions.

Mental Health and well-being supports SDG 3, which states that we must ensure a healthy life and promote well-being for people of all ages.



The population's mental health and well-being are in crisis. Depression, anxiety and obesity affect millions of people, compromising not only their quality of life, but also productivity and the country's social and economic development. Lions International, in partnership with experts in the medical, nutritional and physical education fields, is calling on the National Congress to join forces to tackle this serious reality.



WORKSHOP
SAÚDE MENTAL & BEM ESTAR
CONSCIENTIZAÇÃO E MUDANÇAS POSITIVAS
Brasília, 22 e 23 de Abril, 2025



Lions International
A serviço de um Mundo com Necessidades



THE URGENCY OF THE PROBLEM

Depression and Anxiety: Brazil on alert

- Brazil is the most anxious country in the world and the second most depressed in the Americas, according to the World Health Organization (WHO).
- It is estimated that 18.6 million Brazilians suffer from anxiety disorders, while depression affects around 12 million people.
- Suicide, often due to untreated mental disorders, is already one of the main causes of death among young people in Brazil.
- The impact on the labor market is alarming: mental disorders are the third biggest cause of sick leave, according to the INSS.

Obesity: A Public Health Problem

- More than half of the Brazilian population (56%) is overweight and one in five Brazilians is obese, according to the Ministry of Health.
- Obesity is not just an aesthetic issue, but a risk factor for diabetes, hypertension, cardiovascular diseases and even psychological disorders, forming a vicious cycle between physical and mental health.
- Children and adolescents are also affected: childhood obesity has risen by 75% in the last 15 years.

Lions across the globe are working to improve mental health and wellbeing. Lions mental health and well-being service reporting has increased sharply from fiscal year 2023-2024 to the current fiscal year, aligning with Lions taking on the challenge of serving and addressing a growing need. Across the globe, the number of mental health and well-being service projects increased 571%, serving more than 1.4 million people. In Brazil, mental health and well-being service projects increased by 353% and served over 23,000 individuals. Our clubs have done things like:

- Hosting music therapy sessions for those with Alzheimer's disease, dementia, and neurological disorders to promote wellness and positive mood in elderly and memory care centers
- Working with mental health organizations and promoting existing resources from organizations such as the International Association for Suicide Prevention to raise suicide awareness and help prevent suicide
- Helping reduce mental health stigma and educating their communities by organizing workshops and presentations featuring mental health professionals and experts
- Creating groups to mentor youth, helping create positive social connections and promoting positive health and wellness
- Aiding individuals with mental health conditions such as PTSD and anxiety by helping them get service dogs
- Hosting stress management and meditation events and seminars to promote stress reduction and positive well-being



Lions International
A serviço de um Mundo com Necessidades



WORKSHOP
SAÚDE MENTAL & BEM ESTAR
CONSCIENTIZAÇÃO E MUDANÇAS POSITIVAS
Brasília, 22 e 23 de Abril, 2025

Faced with this alarming scenario, we urge Senators and Federal Deputies to join the work Lions are already doing and prioritize concrete and sustainable actions, including:



- 1 Expanding access to psychological and psychiatric treatment in the SUS, reducing queues and increasing the presence of professionals specializing in mental health.
- 2 Prevention and awareness programs on mental health, from school to the workplace, fighting stigma and encouraging self-care.
- 3 Regulation and inspection of the advertising of ultra-processed products, especially those aimed at children.
- 4 Encouraging healthy eating and sports policies, expanding public spaces and promoting healthy habits in schools and communities.
- 5 Creating and strengthening support networks for mental health and well-being, integrating health professionals, educators and civil society.

Mental health and the well-being of the population need to be a priority on the national agenda. Investing in these areas is not an expense, but an investment in the country's future. Lions International reinforces its commitment to this fight and counts on the support of the National Congress to transform this scenario. Together, we can save lives and build a healthier, more balanced Brazil.

