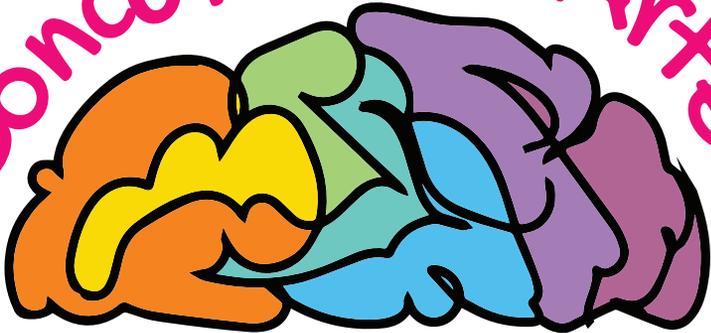


Concurso de Artes



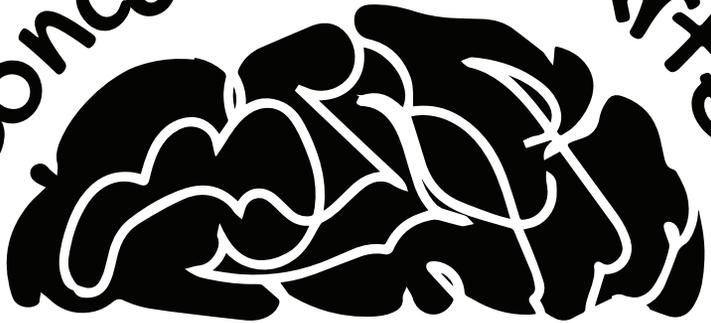
Saúde
Mental

1ª Edição

Saúde Mental: Um Direito de Todos

Poesia • Fotografia • Pintura

Concurso de Artes



Saúde
Mental

1ª Edição

Saúde Mental: Um Direito de Todos

Poesia • Fotografia • Pintura

Este livro é uma iniciativa do Ministério da Saúde, da Organização Mundial da Saúde em Angola, do Camões - Centro Cultural Português e da Universidade Privada de Angola.

Design e Diagramação: **João Carlos Domingos**, Textos: **Rosa Soares Pedro**

Fotografias: **Eltina Gaspar, Domingos Francisco, Iracema Vivian, Ary Venda, Mário Gago**

Pinturas: **Tito Vibes, Alex Cumbi, Jenny Marques, Felizardo Carlos, Edson Alfredo e Alex Machado**

Poesias: **Daniela Cerejo, Veronica na Nuvem, Augusto Silva, Agostinho da Silva, Marifath Manjolo**

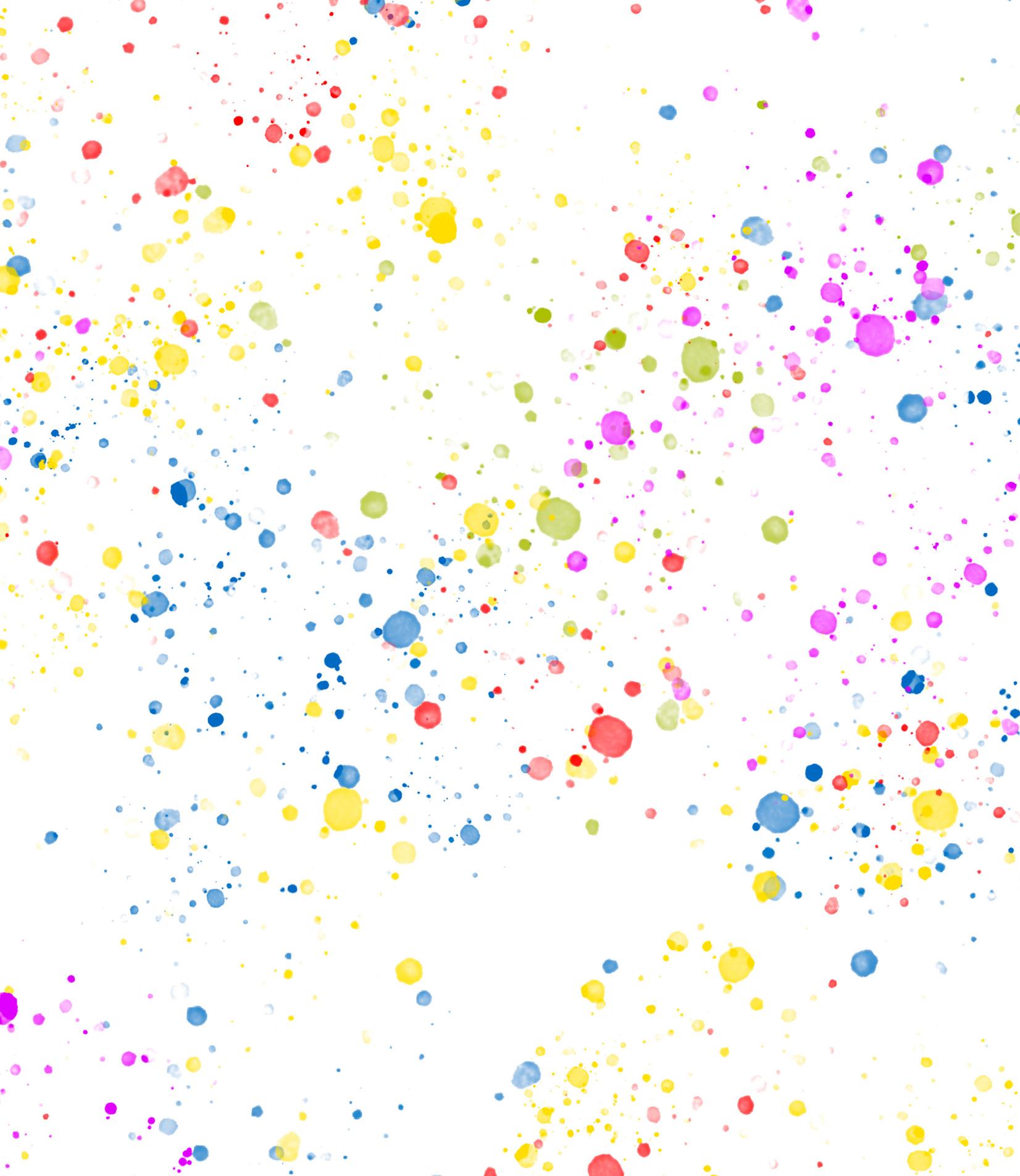
Júri: **Dra. Massoxi Vigário, Dr. Gaspar Agostinho Neto, Dra. Ana Saldanha, Dr. Josimar Tavares**

Coordenação: **Omotola Akindipe, Olívio Gambo, Rosa Pedro, João Carlos Domingos**

Parceiros:

Academia Diplomática Venâncio de Moura,

Associação Juvenil de Apoio aos Jovens Carentes (JUCARENTE)



Prefácio

O Dia Mundial da Saúde Mental, celebrado anualmente aos 10 de Outubro, é uma celebração global que visa aumentar a consciencialização sobre as questões de saúde mental, a redução do estigma e a mobilização de esforços para o apoio à saúde mental. A necessidade de acção em matéria de saúde mental é indiscutível e urgente. Dados da Organização Mundial da Saúde (2019) apontam que 970 milhões de pessoas em todo o mundo vivem com um transtorno mental, sendo a ansiedade e a depressão as mais comuns.

Para aumentar a consciencialização sobre as questões de saúde mental em Angola e mobilizar esforços para o apoio à saúde mental, o Ministério da Saúde (MINSA) com o apoio da Organização Mundial da Saúde (OMS), do Camões – Centro Português de Cooperação e da Universidade Privada de Angola realizaram a primeira edição do Concurso de Artes sobre Saúde Mental.

Sob o tema **“Saúde Mental: Um Direito de Todos”**, o concurso visa promover a consciencialização e a discussão sobre a saúde mental através da expressão artística nas categorias de Poesia, Fotografia, Jornalismo Escrito e Pintura.

As submissões, enviadas de 01 de Julho até 06 de Setembro de 2024, foram avaliadas por um júri experiente, de acordo com as especificações descritas no regulamento. Esta distinção não monetária premiou dois finalistas e um vencedor em cada categoria, num evento alusivo ao Dia Mundial da Saúde Mental, aos 10 de Outubro de 2024.

“

Espera-se que este concurso venha a contribuir para a consciencialização sobre a importância da saúde mental, enfatizando a necessidade de enfrentar o estigma e a desigualdade no acesso aos cuidados de saúde mental, reforçando a responsabilidade colectiva de governos, comunidades e indivíduos, promovendo assim sociedades mais justas e inclusivas.

O concurso de artes sobre saúde mental, para o Ministério é de suma relevância, visto que existe entre a arte e a saúde mental uma relação de expressão humana que transcende fronteiras, enriquece a nossa experiência, estimula a reflexão, a imaginação e a emoção.

Para o Programa Nacional de Saúde Mental, este concurso serve como uma forma de engajar a população de maneira criativa, criando plataformas para discussões públicas sobre políticas de saúde mental, desafios locais e soluções, promovendo uma abordagem mais participativa na formulação de estratégias de cuidado.

A apreciação da arte é altamente subjectiva e pessoal, o significado e o valor emocional de uma obra podem variar de pessoa para pessoa. Neste concurso, exploramos mais sobre os impactos positivos da arte na vida humana e o seu papel na saúde mental, mesmo que o anormal seja visto como um grito de socorro e uma necessidade de acolhimento.

Com este concurso queremos elevar a promoção da conscientização, expressão emocional, inclusão social, engajamento da população, identificação de necessidades e temas emergentes e a promoção de terapias alternativas.



Dra. Massoxi Vigário

Coordenadora do Programa de Saúde Mental do Ministério da Saúde

Massoxi Vigário

“

A saúde mental é a base sobre a qual construímos a nossa capacidade de viver plenamente, de enfrentar os desafios do quotidiano e de contribuir para a nossa comunidade. No entanto, milhões de pessoas em todo o mundo, especialmente em países de baixo e médio rendimento, enfrentam uma dura realidade: a falta de acesso a cuidados adequados. Estima-se que até 85% das pessoas com perturbações mentais graves não recebam qualquer tipo de tratamento.

Apesar da importância da saúde mental, os recursos dedicados a esta área são escassos. Em muitos países de baixo rendimento, o investimento anual por pessoa não chega a 0,25 USD, uma quantia que reflecte o subfinanciamento crónico dos sistemas de saúde mental. Este cenário resulta num ciclo preocupante de exclusão, estigma e discriminação, perpetuando as barreiras enfrentadas por quem mais necessita de apoio.

Para enfrentar esta crise, a Organização Mundial da Saúde (OMS) apresenta um conjunto de recomendações essenciais: fortalecer a liderança e a governação na área da saúde mental; proporcionar serviços de saúde mental e apoio social que sejam integrados, abrangentes e centrados nas comunidades; implementar estratégias de promoção e prevenção da saúde mental; e reforçar os sistemas de informação e a investigação nesta área.

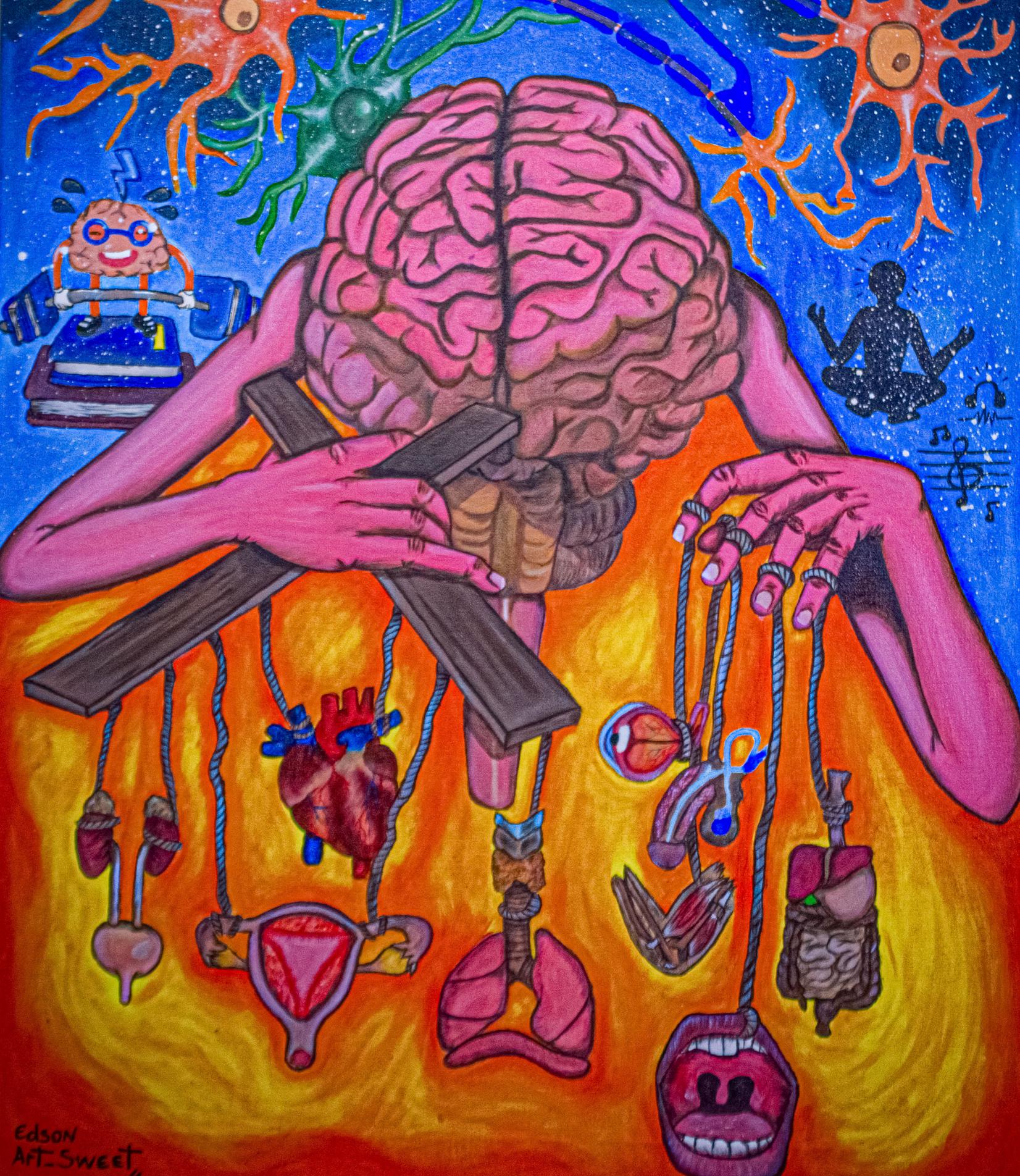
Este livro é um convite à reflexão sobre estas questões e, mais importante, um apelo à acção. A saúde mental é um direito humano fundamental, e a sua promoção é essencial para o desenvolvimento pessoal, comunitário e socioeconómico. Que este seja o ponto de partida para uma mudança urgente e necessária.



Dra. Fernanda Alves

Chefe do Departamento de doenças transmissíveis e não transmissíveis





Edson
AFT-SWEET

“O poder do encéfalo”

Edson Alfredo
Menção Honrosa

Acrílica sobre a tela
60 × 81 cm

Concurso de Artes sobre Saúde Mental

Labirinto da Psique

Parto para lugares incertos, a psique na milha da insanidade
Parto na busca da razão, para ser feliz, não encontro felicidade
Nas guerrilhas de insónias noturnas ou no calor da meia noite
Minha mente é um poço profundo perdido no labirinto da psique

Procuro-me nos perturbados caminhos, sou só um pássaro ambulante
Um ser por me descobrir na psiquiatria da vida
Deambulo sem norte nem leste nas calçadas impermeáveis das desrealizações
Sim sou uma despersonalização um presente ausente uma vida
Perdida na camisa de força do destino

Encontro-me assim perdida na robustez da demência que me assola
Na razão que me sobra num fatídico beijo de morte
Minha irmã morta numa sala de parto e eu um ser em depressão
Largado nos ombros dos sonhos e dos delírios

Procurem-me nas enfermarias de um hospital qualquer, careço de mim
Uma louca desprezada ou sonho adiado na prateleira do esquecimento
Não me desprezem perdi-me no labirinto da psique, careço de mim
Amor é o meu remédio

*Henda Manjolo, Psicóloga Clínica e poetisa
Menção Honrosa*

O Corpo fala

Na luta diária, caminhando com a dor,
Buscando a luz, um futuro melhor.
A saúde mental é ponte e abrigo,
Para cada alma, um amigo delicado.

Desmistificar, é ato de poder,
Falar sobre a dor, aprender a viver.
Tantas vozes unidas, um coro forte,
E a esperança brota, vencendo a morte.

Psicólogos e homens, mãos contínuas,
Tratando com carinho feridas perdidas.
Caminhos diferentes, um só destino,
A paz interior, o mais belo hino.

Construir um mundo onde o amor prevalece,
E a saúde mental seja a nossa riqueza.
Todos merecem, é um direito humano,
Cuidar da mente, gesto soberano.

Agostinho Pascoal da Silva, Estudante e Artista

Menção Honrosa





“Ondas de terapia”
Never Die
Menção Honrosa



"Burnout"
Gaguito
Menção Honrosa



"O preço do Tempo"
Ary Venda
Menção Honrosa

3º LUGAR

Poesia:
Augusto Silva
"Ânsia devoradora"

Pintura:
Jenny Marques
"O peso do Homem"

Fotografia:
Sakura
"O Cheiro do Sol"

Ânsia devoradora

TIC TAC, TIC TAC, TIC TAC
Já não há dedos para roer
O estômago não para de doer
Os pés não param de tremer
Nem me consigo conter

TIC TAC, TIC TAC, TIC TAC
Será que vai dar certo?
Será que vou conseguir?
Minha mente parece explodir
Já estou bem perto

TIC TAC, TIC TAC, TIC TAC
Os segundos parecem horas
As horas? parecem dias
Não chega o momento
É longo de espera o tempo

TIC TAC, TIC TAC, TIC TAC
A vontade de urinar
A pessimista voz a dizer
Será que vou conseguir?
Será que vai dar certo?

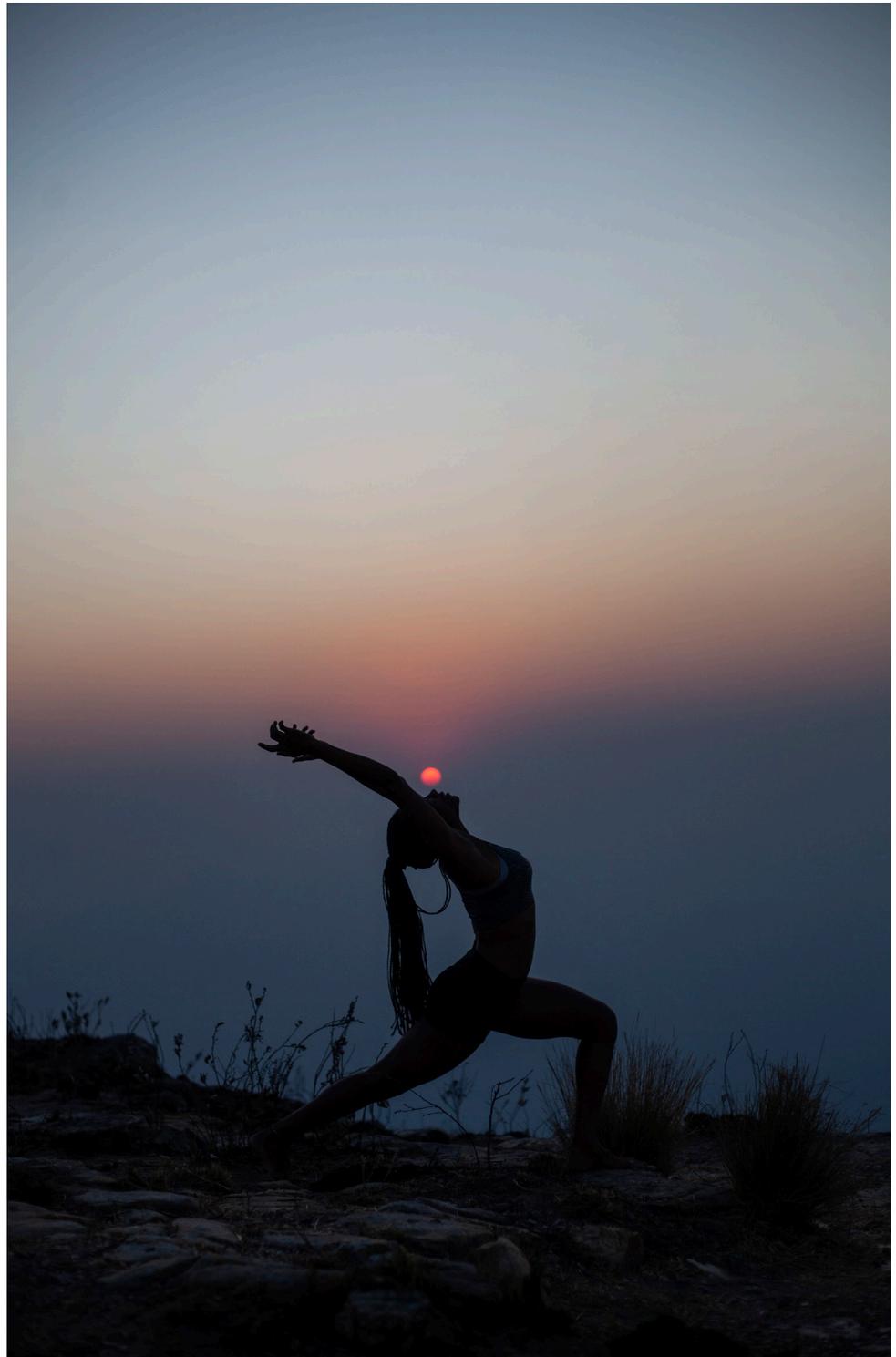
Augusto Silva, Estudante e Poeta



"O peso do homem"
Jenny Marques

Acrílica sobre Tela
81 × 100 cm

"O cheiro do sol"
Sakura



2º LUGAR

Fotografia:
Domingos Francisco
"Sem título"

Poesia:
Verónica na Nuvem,
"Linha amarela"

Pintura:
Alex Cumbi
"Apensadora"



'Sem Título"
Domingos Francisco

Linha amarela

Hoje eu matei alguém, o cansaço venceu mais uma vez
Eu já não me sinto, vivo o mesmo dia todos os dias, a minha quimera se desfez
Aconteceu ontem também, inspirei e não senti o ar, às vezes é difícil respirar
A vida transformou-se num labirinto, sempre estou no mesmo lugar

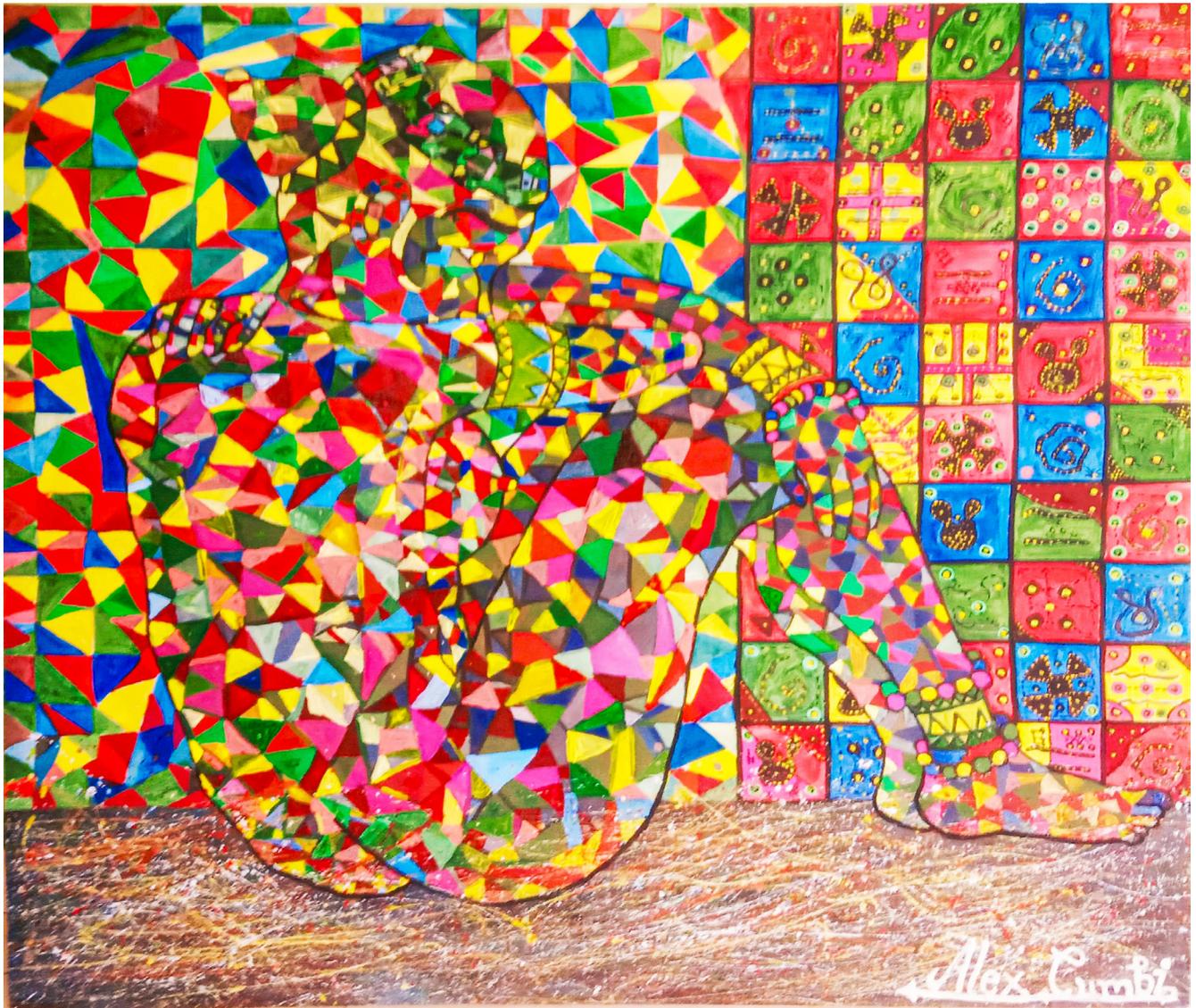
A tristeza bateu a minha porta, mas eu não me lembro de a ter aberto, desgostoso dizer
Mas ela está aqui há muito tempo, agarrou a minha mão sem permissão
Andamos em direcção à linha amarela desde então, só tenho paz quando adormeço
O único instante em que não ouço o tumulto dos meus pensamentos

Eles não querem decifrar, dizem que os que cortam os laços são fracos
Não encontro um sistema que me acolha, aqui vou eu, em direcção ao tracejado amarelado
Uso minhas máscaras, por isso vejo turvo, despenco deste abismo sem fundo
Não tenho o amor da minha mãe e o mundo se degrada a cada segundo

Hoje sou um enigma para mim, não estou bem, mas ainda sei fingir
Sinto-me sozinho no meio da multidão, mas ainda consigo sorrir
Parece que sou forçado a estar aqui para entender o propósito da vida
Eu não alcanço os sinais, não ouço as vozes, só preciso parar de sentir

Mas não posso falar de exaustão, eles dirão, não é um problema real
Porque o meu corpo está intacto, mas eu matei alguém, aconteceu ontem também
Não sei os motivos, não sei por que vivo, mas a aurora brilha antes de partir
E eu sigo sendo igual a ela, arrastando minhas correntes até o final da linha amarela.

Verónica na Nuvem, Escritora e Poetisa



"A Pensadora"
Alex Cumbi

Acrílica sobre Tela
119 x 114 cm

Fotografia:
Eltina Gaspar
"Kusanga"

Poesia:
Daniela Cerejo,
"Loucos sendo ouvidos e Loucos sendo
ignorados"

Pintura:
Tito Vibes
"Anti-frustração"

1º LUGAR





"Kusanga"
Eltina Gaspar

Loucos sendo ouvidos e Loucos sendo ignorados

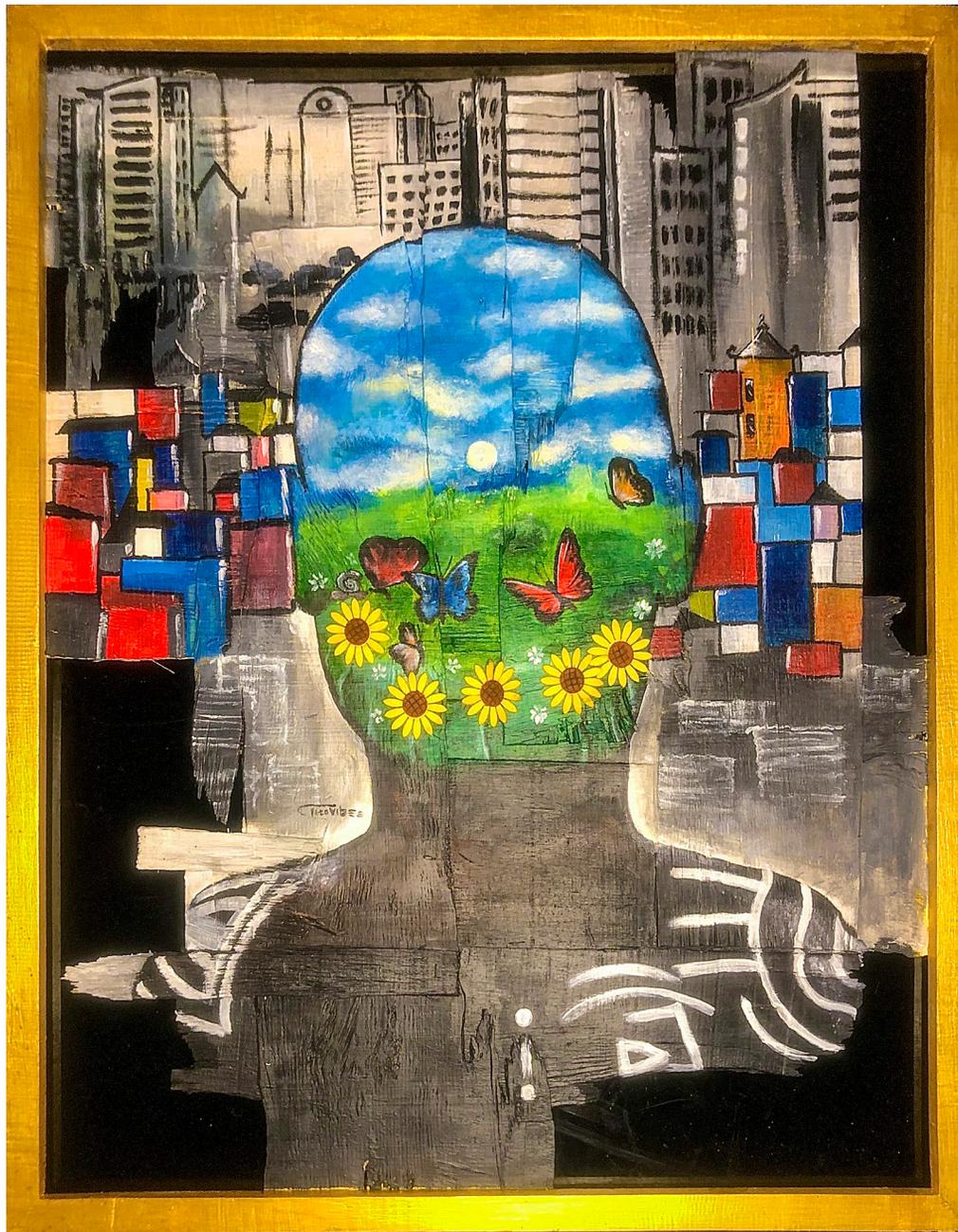
Eu tenho direito
Tenho direito de livremente me expressar
De deixar que o meu mundo interior seja visto
E viver do meu jeito sem me envergonhar
Tenho direito e dele não abdicó

E eu?
Eu também quero me expressar!
Soltar a minha voz e não mais calar.
Correr, gritar e dançar.
Viver a minha vida sem mais nada importar.

Minha mente é uma confusão.
Eu vejo, beleza e dor.
Mas dizem ser ilusão.
Perdido vivo, num mundo opressor.

E eu?
Falo para sábios, presos em suas ignorâncias
Me visto de soberba e espalho intolerância
Sou o caus da organização, o veneno em forma de fragrância.
Somos loucos sendo ouvidos e loucos sendo ignorados.

Daniela Cerejo, Estudante e Escritora



"Anti-frustração"
TitoVibes

Mista, obra feita com
pedaços de madeira
reciclada
94 × 100 cm

Membros do Júri



Dra. Massoxi Vigário,
Coordenadora do
Programa Nacional
de Saúde Mental do
Ministério da Saúde.



**Professor e Maestro
Gaspar Agostinho
Neto,** Director-Geral do
CEARTE (Complexo das
Escolas de Artes)



Dra. Ana Saldanha,
Autora e Coordenadora
Geral do projecto de
Cooperação Bilateral
entre Portugal em
Angola na área da
Educação.



Dr. Josimar Tavares,
Oficial de Promoção da
Saúde da Organização
Mundial da Saúde

Sobre a OMS



Organização
Mundial da Saúde

Angola

A OMS somos todos nós. Dedicada a garantir a saúde e o bem-estar de todos, em qualquer lugar, a OMS tem liderado os esforços globais para promover, proteger e proporcionar saúde desde 1948. Com presença em mais de 150 países, conectamos nações, parceiros e comunidades para assegurar o mais alto nível de saúde para todos, respondendo a emergências e defendendo vidas mais saudáveis desde a gravidez até à velhice.

Na OMS, esforçamo-nos para combater doenças infecciosas como a tuberculose e o HIV, assim como as Doenças Não Transmissíveis (DNT) como o cancro e as doenças cardíacas. Ajudamos mães e crianças a sobreviver e prosperar, assegurando que possam desfrutar de vidas saudáveis até à velhice. Também nos focamos em cuidados, prevenção e investigação em saúde mental, através do Plano de Acção Integral em Saúde Mental 2013–2030.

Garantimos a segurança do ar que as pessoas respiram, dos alimentos que consomem, da água que bebem e dos medicamentos de que necessitam. O nosso trabalho inclui monitorizar as tendências de saúde, identificar ameaças emergentes e encontrar novas oportunidades para melhorar a saúde pública. Ao reunir os principais especialistas mundiais, definimos as melhores respostas e ajudamos os países a preparar-se para emergências, garantindo que possam responder de forma eficaz quando impactados.

Na OMS, acreditamos que a saúde é um direito universal e estamos comprometidos em construir sistemas de saúde fortes para alcançar a Cobertura Universal de Saúde. A nossa missão é dar a todos a oportunidade de viver uma vida saudável, porque ninguém deve ser privado dessa possibilidade.

Organização Mundial da Saúde em Angola

Estrada Direita da Samba, Condomínio Rosalinda,
Bloco C, Edifício da ONU C.P/P.O.Box:3243

Mobile: (+244) 927 308 047/ 928 868 000

Web: www.who.int | Email: afwcoaowr@who.int

 @OMSAngola  @oms_angola  @AngolaOms



**Organização
Mundial da Saúde**
Angola