**COMUNICADO DE IMPRENSA**

**Hospital Lusíadas Alfragide lança campanha para que a saúde mental “não se esconda atrás de” frases feitas**

**“Não se esconda atrás de” é o mote da nova campanha nacional, lançada no Dia Mundial da Saúde Mental que se assinala hoje, que pretende alertar para a valorização dos primeiros sintomas e para a importância dos cuidados com a saúde mental.**

**Lisboa, 10 de outubro de 2025** – O Hospital Lusíadas Alfragide lança hoje, Dia Mundial da Saúde Mental, uma nova campanha nacional sob o mote “Não se esconda atrás de”, com o objetivo de alertar para a valorização dos primeiros sintomas e para a importância dos cuidados de saúde mental e neurológica.

A campanha, criada pela McCann, parte da premissa de que sintomas iniciais como insónias, irritabilidade, falta de energia ou isolamento social, tendem a ser desvalorizados ou atribuídos a causas quotidianas. Para alertar para a valorização destes primeiros sinais e, consequentemente, para a importância dos cuidados de saúde mental e neurológica, a campanha pretende promover a normalização e o tratamento de forma integrada das doenças do cérebro.

Tendo por base a ideia de que as frases feitas, usadas diariamente, podem ser os primeiros sinais de que algo não está bem e recorrendo ao mote “Não se esconda atrás de”, a agência desenvolveu várias peças que retratam algumas das expressões mais comuns: “Isto é só uma fase”; “Deve ser só stress”; “Estou só cansado”.

A campanha, que arranca hoje, vai estar disponível em vários canais de dinamização como cartazes ou publicidade digital de exterior colocados em pontos estratégicos, além das redes sociais do Grupo Lusíadas Saúde.

“*No Hospital Lusíadas Alfragide estamos totalmente focados em cuidar da saúde mental e neurológica, através de uma abordagem integrada. Este compromisso é refletido nesta campanha. Existe, como sabemos, uma forte tendência para se esconder o que se sente atrás de expressões e frases feitas, seja por medo, vergonha ou hábito. É, por isso, urgente que se conscientize a população para que valorize os primeiros sinais e, sobretudo, para a importância e normalização da prevenção e do tratamento de patologias mentais e neurológicas”,* afirma **Filipa Pinheiro Marques, CEO do Hospital Lusíadas Alfragide.**

O Hospital Lusíadas Alfragide oferece uma abordagem integrada à saúde mental e neurológica, com equipas dedicadas em Psiquiatria, Psicologia, Neurologia, Reabilitação Neurológica e áreas complementares, num modelo clínico multidisciplinar. O Centro Avançado de Saúde do Cérebro, localizado nesta unidade, garante uma resposta diferenciada em diagnóstico, terapêutica e reabilitação, assegurando um acompanhamento personalizado e completo.

O Grupo Lusíadas Saúde está igualmente a expandir esta oferta diferenciada em Saúde do Cérebro para outras regiões do País, assegurando, de norte a sul, o acesso a cuidados especializados em estreita articulação com as unidades locais.

**Informação adicional à comunicação social:**

Direção de Comunicação da Lusíadas Saúde:

**Sandra Simões -** Tlm: 936 012 095 | [sandra.almeida.simoes@lusiadas.pt](mailto:sandra.almeida.simoes@lusiadas.pt)

**Tiago Silva -** Tlm: 932 210 187 | [tiago.figueiredo.silva@lusiadas.pt](mailto:tiago.figueiredo.silva@lusiadas.pt)

Lift Consulting:

**Patrícia Afonso -** Tlm: 913 385 935| [patricia.afonso@lift.com.pt](mailto:patricia.afonso@lift.com.pt)

**Carla Brito -** Tlm: 915 291 708| [carla.brito@lift.com.pt](mailto:carla.brito@lift.com.pt)