

Optimal mental health for achieving health security in Nigeria: a strategic blueprint

**AA Ojagbemi, JO Abdulmalik, VO Lasebikan, BD Oladeji, VA Makanjuola, O Esan,
TT Bella-Awusah, YP Adeniyi, O Gureje and OO Omigbodun**

Department of Psychiatry, College of Medicine, University of Ibadan, Ibadan, Nigeria.

Abstract

Objectives: Optimal mental health refers to ‘a state of well-being in which the individual realizes his or her abilities, can cope with the normal stresses of life, can work productively and fruitfully, and is able to make contributions to his or her own community’. As such, the catchphrase ‘No health without mental health’ is not just a slogan but an acknowledgement of the importance of mental health in the drive to improve overall wellbeing and productive participation in community and economic activities.

Methods: We combined an overview of current literature with opinions of key experts from different sub-specialties of mental health practice and present an analysis of the Strengths, Weaknesses, Opportunities and Threats (SWOT) to optimal mental health as a strategy to attaining health security in Nigeria by 2050. We also offered recommendations for feasible strategies to optimize mental health.

Results: There is poor mental health coverage in Nigeria, with over 80% of persons coping with mental health problems remaining untreated in their lifetime. Also, only about 3% of the National health budget is allocated to mental health and this is mostly focused on large psychiatric institutions to the exclusion of primary health care (PHC) services.

Conclusions: In recognition of the critical role of optimal mental health to global development, the Sustainable Development Goals (SDGs) has mental health firmly covered in its third goal, ‘Health and Well-being’. The SDGs further envision a better world in which, in tandem with the WHO definition of health, “physical, mental and social wellbeing are assured”. Thus, the identification and implementation of strategies to promote optimal mental health for all Nigerians is vital for ensuring health security and national development.

Keywords: *Optimal health; Mental health problems; Mental disorders; sustainable development goals; Equity in health: Low and Middle-Income Countries*

Abstrait

Objectifs : Une santé mentale optimale se réfère à ‘un état de bien-être dans lequel la personne réalise ses capacités, peut faire face au stress normal de la vie, peut travailler de manière productive et fructueuse, et peut contribuer à sa communauté propre’. Ainsi donc, le slogan “Pas de santé sans santé mentale” n’est pas simplement qu’un slogan, mais une reconnaissance de l’importance de la santé mentale dans la résolution d’améliorer le bien-être général et la participation productive aux activités économiques et communautaires.

Méthodes: Nous avons combiné une vue d’ensemble de la littérature actuelle avec les opinions d’experts de différentes sous-spécialités de la pratique de la santé mentale et présenté une analyse des forces, faiblesses, opportunités et menaces (SWOT) pour une santé mentale optimale en tant que stratégie pour atteindre la sécurité de la santé au Nigeria d’ici 2050. Nous avons également formulé des recommandations sur des stratégies réalisables pour optimiser la santé mentale.

Résultats : Il y a une couverture pauvre en santé mentale au Nigéria, avec plus de 80% des personnes souffrant avec des problèmes de santé mentale demeurent non traitées tout au cours de leur vie. En outre, environ seulement 3% du budget national de la santé est alloué à la santé mentale, et ceci est

principalement focus aux grands établissements psychiatriques, à l'exclusion des services de soins de santé primaires.

Conclusions : En reconnaissance du rôle critique de la santé mentale optimale dans le développement mondial, les Objectifs de Développement Durable (ODD) incluent la santé mentale dans le troisième objectif 'Santé et bien-être'. Les ODD envisagent en outre un monde meilleur dans lequel, parallèlement à la définition de la santé donnée par l'OMS, 'le bien-être physique, mental et social est assuré'. Ainsi, l'identification et la mise en œuvre de stratégies visant à promouvoir une santé mentale optimale pour tous les Nigériens sont essentielles pour assurer la sécurité sanitaire et le développement national.

Mots - clés : *Santé optimale ; Problèmes de santé mentale ; Les troubles mentaux; Objectifs de développement du millénaire ; Équité en matière de santé: pays à revenu faible et intermédiaire*

Correspondence: Dr. J.O. Abdulmaliki, Department of Psychiatry, College of Medicine, University of Ibadan, Ibadan, Nigeria, E-mail: ifutprints@yahoo.com