

SEPTIEMBRE – CÍRCULO DE SILENCIO POR LA SALUD MENTAL

La salud mental requiere un cambio de mirada. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud mental como un "estado de completo bienestar físico, mental y social, no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades".

La estigmatización y la discriminación de la que son víctimas las personas con problemas mentales favorece que, en muchas ocasiones, no recurran a los servicios de salud mental. Para quienes viven con un trastorno de este tipo, el prejuicio y la discriminación pueden ser un obstáculo mayor para una vida plena y satisfactoria.

El Papa Francisco ha llamado a la sociedad a tener una "sensibilidad renovada" hacia las personas que sufren problemas de salud mental, y a la vez superar todo "estigma" y "mentalidad del descarte" en contra de éstas. Este prejuicio añade a la enfermedad un sufrimiento interno innecesario. Todos tenemos que luchar contra las falsas creencias sobre estas personas porque es la única manera de conseguir una sociedad más equitativa y sin exclusión social.

La situación es especialmente grave en los pequeños núcleos rurales. Ha aumentado la despoblación, el envejecimiento, la dispersión, la escasez de servicios de proximidad, el aislamiento, el déficit de infraestructuras y transporte ...y paralelamente la incidencia de las enfermedades mentales. Esos pequeños municipios han padecido en los últimos 10 años una frecuencia de suicidios que está cinco puntos por encima de la que les correspondería por población.

Por todo esto, demandamos:

- una mejora sustancial de los recursos públicos destinados a la atención a la salud mental en España, para garantizar el acceso de todos y todas a los servicios básicos y la continuidad de los tratamientos, y no solamente los farmacológicos.
- un enfoque integral que atienda otras dimensiones que influyen y dificultan la vida cotidiana de las personas con trastorno mental grave.
- garantizar el acceso a la vivienda de estas personas, ya que tienen más dificultades de acceso a una vivienda digna.
- facilitar su acceso al trabajo, ya que 8 de cada 10 personas con problemas de salud mental no tienen empleo.

Construir ese estado de bienestar debe ser nuestro objetivo como sociedad, y es nuestra responsabilidad. Para eso se hace esencial el cuidado y la promoción de aquellas personas que padecen esta problemática y que son más vulnerables.

Todos podemos hacer algo. Todos tenemos cerca a alguien con algún problema de salud mental. Es necesario el compromiso de cada uno.

Allí donde nos necesitas, abrimos camino a la esperanza.

ESTE CÍRCULO SE HACE HOY MÁS GRANDE PORQUE SE CELEBRA A LA VEZ EN VARIOS PUNTOS DE CÁCERES Y SU PROVINCIA.