

10 de octubre: Día Mundial de la Salud Mental
'Salud mental y bienestar, una prioridad global'

Nota de Prensa

SALUD MENTAL ESPAÑA urge más inversión para prevenir la crisis de salud mental que conllevará la pandemia

- Con motivo del Día Mundial de la Salud Mental, la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA, ha seguido la propuesta de la Federación Mundial para la salud mental, y reclama que se prioricen inversiones en materia de sanidad, educación, empleo y colectivos vulnerables.
- Un informe de Naciones Unidas alerta de la necesidad de aumentar urgentemente la inversión en servicios de salud mental, tras la pandemia del COVID-19, *“si el mundo no se quiere arriesgar a que se produzca un aumento drástico de los trastornos psíquicos”*.

Madrid, 10 de octubre de 2020.- La pandemia provocada por el COVID-19 ha sacado a la luz, con mayor fuerza que nunca, la fragilidad de la salud mental y la necesidad de prestarle atención de urgencia. Un informe sobre políticas acerca del COVID-19 y la salud mental, publicado por las Naciones Unidas el pasado mes de mayo, revela que la pandemia de COVID-19 ha puesto de manifiesto *“la necesidad de aumentar urgentemente la inversión en servicios de salud mental si el mundo no se quiere arriesgar a que se produzca un aumento drástico de los trastornos psíquicos”*.

Si a esto se añade que, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), una de cada cuatro personas en el mundo ha tenido, tiene o tendrá un problema de salud mental a lo largo de su vida, y que los trastornos mentales serán la primera causa de discapacidad a nivel mundial en el año 2030, el escenario de la salud mental se presenta bastante desolador, si no se ponen en marcha las soluciones y las medidas necesarias.

Por ello y con motivo del Día Mundial de la Salud Mental, que se celebra cada año el 10 de octubre, la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA, bajo el lema **‘Salud Mental y bienestar, una prioridad global’**, hace visible la necesidad de una mayor inversión en recursos para atender la salud mental y reclama que estas inversiones sean una prioridad para las administraciones públicas a todos los niveles, *“si realmente queremos prevenir una pandemia de salud mental”*, sentencia **Nel González Zapico**, presidente de la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA.

“Contar con más recursos humanos y materiales es una reivindicación histórica en SALUD MENTAL ESPAÑA, que, con la situación actual y como hemos comprobado por la experiencia de nuestro movimiento asociativo, es más urgente que nunca”, explica González Zapico, y advierte: *“Vienen tiempos muy difíciles de crisis económica, desempleo, desahucios, que van a afectar a la salud mental de toda la población, generando problemas, o agravando los ya existentes; y a esto se suman los suicidios, que, aunque no disponemos de datos oficiales, sí tenemos constancia, por nuestras entidades, de que la situación está empeorando”*.

Frente a esta situación, agravada por la pandemia de COVID-19, SALUD MENTAL ESPAÑA plantea este año serias reivindicaciones desde una perspectiva transversal que abarca el empleo, la educación, la sanidad, la discriminación, pobreza, exclusión social, la discapacidad, etc. Para hablar de estas reivindicaciones, la Confederación ha organizado [4 seminarios online, gratuitos y abierto a todo el público, que se celebrarán a lo largo de todo el mes de octubre.](#)

Escasez de recursos en la atención sociosanitaria

Uno de los principales problemas de la salud mental en España es la precariedad de recursos dentro del ámbito sociosanitario público, que ahora, con la pandemia del COVID-19 se ha hecho más visible que nunca.

Por ejemplo, según el Consejo General de Psicología, **España tiene cuatro veces menos profesionales de la Psicología en la sanidad pública que la media europea** (4 por 100.000 habitantes frente a los 18 por 100.00 en Europa), e igualmente, en Atención Primaria, puerta de entrada a la atención en salud mental, hay una falta, tanto de profesionales, como de formación específica en salud mental, que no está permitiendo detectar de manera temprana los trastornos mentales y derivar a los recursos comunitarios existentes.

Para González Zapico, *“con la pandemia se han puesto en clara evidencia las lagunas de nuestro sistema, cuando hemos visto una ausencia generalizada de **protocolos específicos** para atender la salud mental de las personas afectadas por el COVID-19 y su entorno, pero también la de los y las profesionales del ámbito sociosanitario”*.

De hecho, la Sociedad Española de Psiquiatría (SEP) y la Asociación Española de Neuropsiquiatría (AEN) han denunciado la incertidumbre y el estrés que conllevan las dificultades en la atención médica durante un brote epidémico como el del COVID-19, y han exigido una especial atención a las necesidades de apoyo emocional del personal sanitario.

Salud mental en las aulas: una apuesta por la educación emocional

La infancia **es la etapa en la que se inicia el aprendizaje y la socialización**, y en ella la escuela tiene un papel protagonista, ya que es el momento de la adquisición, maduración y consolidación de las funciones elementales.

Por esto, es necesario desarrollar estrategias que fomenten un sistema educativo inclusivo y que potencie las habilidades, intereses, necesidades y capacidades de cada niño o niña; que habilite una asignatura de educación emocional en las aulas, para prevenir situaciones de violencia, discriminación o acoso, y fomentar la tolerancia y la aceptación de la diversidad; y que cuente con los recursos suficientes que permitan, por un lado, **prevenir o detectar precozmente** cualquier indicio que pueda sugerir la presencia o aparición de un problema de salud mental en los alumnos y alumnas, y por otro, actuar sobre el problema a tiempo.

En este punto, las nuevas tecnologías y las redes sociales se están convirtiendo en uno de los núcleos de generación de problemas de salud mental en la población infantil y joven, por lo que *“es fundamental apostar por programas educativos que incluyan contenidos destinados a la formación sobre el uso responsable de estas herramientas”*, defiende González Zapico.

Empleo y salud mental: un derecho en cuarentena

Las personas con problemas de salud mental se enfrentan a numerosas barreras para su integración laboral debido a prejuicios negativos instaurados socialmente y a una falta de adaptación de los puestos de trabajo. En 2018, últimos datos oficiales del Instituto Nacional de Estadística (INE), **la tasa de desempleo de las personas con un trastorno mental fue de un 82,4%, la más alta de todos los tipos de discapacidad.**

El presidente de la Confederación es firme en la defensa de la necesidad de políticas activas de empleo, que favorezcan la inserción laboral con todas las garantías y derechos de las personas con problemas de salud mental, porque *“tener un empleo digno, saludable y motivador supone una herramienta útil y eficaz para formar parte activa de la sociedad y para su recuperación”*.

Respecto al ámbito laboral, en general, González Zapico recuerda también la importancia de que *“las empresas implanten y respeten medidas de conciliación, y propicien condiciones laborales adecuadas, evitando situaciones de acoso, discriminación o explotación laboral”*.

La salud mental, invisible en grupos de población vulnerables

Mujeres, población infantil, migrantes o personas sin hogar son algunos de los grupos sociales más vulnerables y sensibles a ver afectada su salud mental.

Las mujeres tienen 3 veces más riesgo de tener depresión y el doble de tener ansiedad, que los hombres y, de aquellas que tienen un trastorno mental, más de un 40% ha sido víctima de violencia sexual en algún momento de su vida, en muchas ocasiones en la infancia.

Según la Encuesta Nacional de Salud, ENSE, de 2017, **el 1% de la población infantil tenía problemas de salud mental**. Sin embargo, y a pesar de esta prevalencia, en España aún **no existe una especialidad en Psiquiatría Infanto-juvenil**, que asegure una atención específica y evite la sobremedicación de niños y niñas, que reciben tratamiento a partir de los mismos criterios médicos que se emplean para las personas adultas.

Otro de los grupos vulnerables, cuya salud mental está invisibilizada es la **población migrante**. Se estima que **tiene el doble de riesgo** de desarrollar un trastorno mental que el resto de la población, dada la falta de medios materiales y redes de apoyo, que en ocasiones les lleva incluso a una situación de calle, donde los trastornos se agravan aún más.

En España hay unas más de 30.000 personas sin hogar, de las en torno al 50% tiene un problema de salud mental y a las que la pandemia las ha situado en una situación de extrema vulnerabilidad. Según González Zapico, *“para estas personas apenas existen recursos de apoyo y programas psicológicos de rehabilitación que aseguren sus derechos sociales y sanitarios. Por eso, es primordial que los programas de atención cubran más allá de las necesidades básicas e incluyan intervención integral de rehabilitación, que aborden incluso otros problemas como las adicciones”*.

Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA

La Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA es una entidad sin ánimo de lucro, de interés social y de utilidad pública que surgió en 1983. Integra a 19 federaciones y asociaciones uniprovinciales, que aúnan a más de 300 entidades y cuenta con más de 47.000 socios y socias en todo el territorio nacional.

Para cualquier persona que lo necesite, la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA ofrece un **servicio de información y asesoramiento gratuito** sobre salud mental a través del email informacion@consaludmental.org, la web www.consaludmental.org y de los teléfonos **91 507 92 48** y **672 370 187**.

Más información y gestión de entrevistas: comunicacion@consaludmental.org

María Fábregas – 691 04 68 78 – m.fabregas@consaludmental.org

Elena Delgado Capel – 672 36 47 09 – e.delgado@consaludmental.org