

MANIFIESTO

DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL 2010

“BIENESTAR EMOCIONAL PARA UNA SALUD GENERAL”

Sentirse bien y disfrutar de cierta calidad de vida es una yuxtaposición que la ciudadanía no pone en tela de juicio. Pero hay que ir más allá de una simple consideración que ya damos por hecho. Por ello, la Federación Mundial para la Salud Mental ha situado este año en su punto de mira el abordaje completo de la salud en las personas. Y creemos que está claro: el bienestar emocional es condición *sine qua non* para disfrutar de una salud general.

El 10 de octubre, nuevamente más de 450 millones de personas en todo el mundo conmemoran junto con sus familias y allegados/as el Día Mundial de la Salud Mental, entre otras razones para llevar a primera plana la realidad en que viven numerosos/as ciudadanos/as.

En nuestro país, un 9% de la población tiene algún trastorno mental y más del 15% lo tendrá a lo largo de su vida. Estas cifras escandalosamente elevadas crecen cada día más. A su vez, los trastornos mentales son la causa más frecuente de carga por enfermedad en Europa. Pero además, en no pocas ocasiones, se olvida que las personas con trastornos mentales desarrollan también otras patologías, igual que cualquier ser humano, que demasiado a menudo son situadas en un segundo plano. Los estudios afirman también que presentan mayores tasas de infecciones, enfermedades endocrino-metabólicas, cardíacas y respiratorias que el resto de la población, lo que conlleva un riesgo de mortalidad mayor.

Para subsanar de alguna manera estas situaciones asociadas a los trastornos mentales, urge concienciar a los profesionales de la atención sanitaria sobre la necesaria vigilancia ante el posible desarrollo de patologías añadidas a la enfermedad mental. La investigación en materia de psicofármacos y el estudio de la idoneidad de aplicarlos según la reacción y los efectos secundarios negativos que provoquen en cada persona, son también reivindicaciones que manifestamos en el día de hoy.

De igual manera, cada día adquiere mayor importancia incorporar a los programas psicoeducativos en los que participan personas con trastornos mentales y/o sus familias, la perspectiva de los hábitos de vida saludables. Con ellos, garantizamos indudablemente una mejoría en la calidad de vida. Es fundamental tomar ya medidas de promoción y prevención de la salud que abarque un concepto lo más amplio posible, así como prestar también atención a los familiares y allegados/as en los cuales el impacto de la enfermedad mental puede causar desequilibrios emocionales.

Y no debemos dejar de tener en cuenta las consecuencias emocionales, de estrés, de vulnerabilidad... que provocan la aparición de enfermedades que con el tiempo se cronifican como el cáncer, las enfermedades coronarias, respiratorias, la diabetes, etc. Por ello, reclamamos una visión completa en la que no dejen de interrelacionarse atenciones múltiples, desde sanitaria, social, psicológica, terapéutica, laboral y rehabilitadora.

Desde el movimiento asociativo de familias y personas con enfermedad mental hacemos un llamamiento al gobierno español, a las administraciones autonómicas, a las sociedades científicas y organizaciones no gubernamentales, a las instituciones académicas, medios de comunicación y a la sociedad en su conjunto para impulsar el BIENESTAR EMOCIONAL facilitador de una SALUD GENERAL.