



«Manifiesto por la salud mental»

La salud mental es un derecho necesario y fundamental de todo ser humano.

Por ello, hemos de defender el derecho a la salud mental como un atributo universal y necesario.

Si hay algo que iguala a la condición humana, es el deseo de disfrutar de un buen estado de salud mental.

La despersonalización de la sociedad y la escasez de oportunidades han propiciado una realidad donde la imagen dominante es la desigualdad.

Un primer paso es vencer la desigualdad económica para el acceso equitativo a la salud mental de calidad. Para ello, pedimos a los poderes públicos que conozcan esta realidad, para reclamar que la pobreza no sea un factor de riesgo a la hora de cronificar un problema de salud mental.

Otra dificultad es la desigualdad geográfica y, para superarla, reivindicamos una mirada solidaria y una inversión económica consecuente, así como que el derecho a la salud mental no dependa del lugar de residencia.

Otra meta necesaria, es hacer frente a la desigualdad de género y a la múltiple discriminación hacia las mujeres con problemas de salud mental. Para ello, es necesario crear protocolos específicos de atención en salud mental que tengan en cuenta las circunstancias de cada mujer, entre las que destacan la conciliación familiar.

Otro foco para alcanzar una sociedad inclusiva es la sensibilización en el ámbito educativo. Es fundamental llevar el conocimiento sobre salud mental y el afrontamiento del estigma a todas las capas de la sociedad, empezando desde la base, la escuela.

MANIFIESTO

Enero 2022



Construimos una
Comunidad que Sueña

#SeamosMásPueblo

Introducir la educación emocional entre las actividades escolares. Fortalecer a la persona frente a la frustración, y erradicar las actitudes de rechazo y de violencia, origen de graves problemas de salud mental.

Finalmente, queremos hacernos conscientes de los problemas de salud mental, y aún más con el impacto de la pandemia, ya no son algo que les pasa a los demás, sino que nos afecta a todos y a todas: trabajar por la salud mental es trabajar por el bienestar de la sociedad y por nuestro futuro.

Por todo ello decimos: luchemos por nuestros derechos. La salud mental es un derecho necesario. Mañana puedes ser tú.