



MANIFEST DIA MUNDIAL SALUT MENTAL - 2021

La OMS defineix **la salut o el benestar emocional com un** "estat d'ànim en el qual la persona s'adona de les seves pròpies aptituds, pot afrontar les pressions normals de la vida, pot treballar productivament i fructíferament, i és capaç de fer una contribució a la comunitat".

Diversos organismes internacionals han alertat de l'impacte que està tenint i tindrà la Covid-19 en la salut mental de la població.

La pandèmia va comportar canvis en els hàbits de les persones. En moltes ocasions ens hem enfrontat a situacions de confinament, aïllament social, pèrdues personals, manca de recursos econòmics i suports. Tots aquests són aspectes que estan repercutint en la salut mental de la ciutadania.

El 2020 va augmentar el consum d'ansiolítics, hipnòtics i antidepressius a Espanya, al mateix temps que s'ha disparat l'atenció sanitària per motius psicològics i ha crescut el diagnòstic de quadres de depressió o de malestar emocional.

Tots els grups d'edat coincideixen que, durant l'any pandèmic, el seu estat anímic ha empitjorat, on el grup d'entre 18 i 29 anys s'emporta la pitjor part: un 32,5% dels enquestats asseguren que el seu estat d'ànim és "molt dolent o dolent".

La Salut Mental és un component essencial de la salut, tant en l'àmbit individual com en el col·lectiu. Un component que cal protegir i atendre per tal d'aconseguir una societat que assegni qualitat de vida als seus membres.

Ara més que mai és fonamental impulsar espais de trobada i treball per fer front a aquesta situació. Amb aquest objectiu neix la taula de Benestar Emocional de Nova Llorede que engloba entitats i serveis vinculades a la salut mental.

La taula pretén impulsar activitats i projectes amb una mirada amplia. No vinculada només a la malaltia i que ajudin a promoure una visió positiva de la Salut mental. Activitats que englobin atenció, educació, prevenció, sensibilització i millorin la inclusió de les persones.

La taula està formada per entitats com Activament, ASAUPAM, Associació Salut Mental Barcelonès Nord, Xarxajoves, Càrites Badalona i tècnics de serveis com el Casal Cívic de Nova Llorede, CAP Nova Llorede, Serveis Salut i Serveis socials de l'Ajuntament de Badalona, Centres de Salut mental -BSA, SIAD (servei d'informació i atenció a les dones), Biblioteca Llorede i Servei de mediació de l'Ajuntament de Badalona.