

El Día Mundial de la Salud Mental 2018 se centrará en los jóvenes y la salud mental en un mundo cambiante.

Tomado de: World Federation for Mental Health <https://wfmh.global/>



Imagina crecer en nuestro mundo hoy. Luchando constantemente contra los efectos de las violaciones de los derechos humanos, las guerras y la violencia en el hogar, las escuelas y las empresas. Los jóvenes pasan la mayor parte de su día en Internet: experimentan crímenes cibernéticos, acoso cibernético y juegan videojuegos violentos. Los números de suicidios y abuso de sustancias han aumentado constantemente y los jóvenes LGTBIQ se sienten solos y perseguidos por ser fieles a sí mismos. Los adultos jóvenes están en la edad en que pueden ocurrir enfermedades mentales graves y, sin embargo, se les enseña poco o nada sobre la salud mental.

¿Cómo esperamos que nuestros jóvenes crezcan fuertes, resilientes y puedan romper los ciclos de abuso, violencia, uso de sustancias y sobrecarga de internet? ¿Qué sucede cuando una persona joven experimenta un trauma, una y otra vez? ¿Dónde están los servicios? ¿Dónde está la información y la conciencia sobre el bienestar mental?

La Federación Mundial de la Salud Mental centrará la campaña del Día Mundial de la Salud Mental 2018 en **Jóvenes y salud mental en un**

mundo cambiante. Queremos llamar la atención sobre los problemas que enfrentan nuestros jóvenes y adultos jóvenes en nuestro mundo de hoy y comenzar la conversación sobre lo que necesitan para crecer sanos, felices y resistentes.

Permite que todos usemos en redes sociales este año el lema #DíaMundialDeLaSaludMental para enfatizar las necesidades de nuestros jóvenes. Es hora de tomar una posición y exigir más para esta población vulnerable: nuestro futuro depende de ello.

HISTORIA DEL DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL

El 10 de octubre de 1992 se celebró por primera vez el Día Mundial de la Salud Mental. El entonces Secretario General Adjunto Richard Hunter lo inició como actividad anual de la Federación Mundial de la Salud Mental. El día se conmemora oficialmente todos los años el 10 de octubre.

Al principio, el Día no tenía un tema específico. Sus objetivos fueron generales de promoción de la defensa de la salud mental y educación del público sobre cuestiones relevantes. En los primeros tres años, una de las actividades centrales para conmemorar el Día fue una transmisión televisiva de dos horas emitida en todo el mundo a través del sistema satelital de la agencia de información de EE. UU. Desde los estudios en Talahassee, Florida. Los miembros de la Junta del Día Mundial de la Salud Mental participaron desde el estudio, con la participación telefónica en vivo de Australia, Chile, Inglaterra y Zambia y segmentos pregrabados de Ginebra, Atlanta y la Ciudad de México. En la primera transmisión televisiva de ese tipo, nos dimos cuenta de que realmente estábamos llegando lejos, porque hubo una llamada telefónica no anticipada y no programada desde Suiza, donde un grupo se había reunido para ver el programa. Y ese año, el primero de muchos informes de retroalimentación provino del Perú.

El primer tema

En 1994, por sugerencia del entonces Secretario General Eugene Brody, se usó un tema para el Día por primera vez. Fue "Mejorando la calidad de los

servicios de salud mental en todo el mundo". Inmediatamente después de esa campaña, se recibieron informes de retroalimentación de 27 países, con notables campañas nacionales en Australia y en Inglaterra. En muchos países, los miembros de la Junta del Día Mundial de la Salud Mental fueron fundamentales en la organización de eventos. En tres años, el Día se había convertido en una ocasión valiosa para que las dependencias gubernamentales interesadas, las organizaciones/ instituciones y las personas comprometidas organizaran programas para enfocarse en aspectos de la atención de la salud mental.

En 1995 se informó una amplia gama de eventos internacionales al Secretariado del Día Mundial de la Salud Mental de todo el mundo, desde una serie de eventos de un mes en Egipto hasta una conferencia de la Federación Francesa de Salud Mental en el Ministerio de Salud, a una celebración de la comunidad en las pequeñas islas de Micronesia en el Pacífico. En el Reino Unido, donde había un gran programa nacional, también notamos el conmovedor evento en el sitio del antiguo hospital psiquiátrico de Londres, que nos dio la palabra "algarabía", donde se plantaron muchos bulbos de primavera por parte de voluntarios, escolares y jóvenes con dificultades de aprendizaje.

Material multilinguaje

En 1995 tomamos nota de la ayuda ofrecida por la Organización Panamericana de la Salud. La OPS organizó la traducción del material del kit de planificación al español, y puso a disposición 300 copias de la versión en español para su distribución a sus contactos en América del Sur. Inspirada en la iniciativa de la OPS, la Federación organizó posteriormente la traducción e impresión del kit de planificación en francés y español. Muchos años después, hemos logrado traducir el material al español, francés, hindi, ruso, japonés, chino y árabe.

Lista de temas

Desde los primeros días, la Federación ha elegido un tema para promocionar en su kit de planificación cada año. Los temas que hemos utilizado son:

- 1996 Mujeres y salud mental
- 1997 Niños y salud mental
- 1998 Salud mental y derechos humanos
- 1999 Salud mental y envejecimiento
- 2000-2001 Salud mental y trabajo
- 2002 Los efectos del trauma y la violencia en niños y adolescentes
- 2003 Trastornos emocionales y del comportamiento de niños y adolescentes
- 2004 La relación entre la salud física y mental: trastornos concurrentes
- 2005 Salud mental y física a lo largo de la vida
- 2006 Conciencia de construcción - Reducir el riesgo: enfermedad mental y suicidio
- 2007 La salud mental en un mundo cambiante: el impacto de la cultura y la diversidad
- 2008 Hacer de la salud mental una prioridad global: ampliar los servicios a través de la promoción y acción ciudadana
- 2009 La salud mental en la atención primaria: mejora del tratamiento y promoción de la salud mental
- 2010 Salud mental y enfermedades físicas crónicas
- 2011 Invertir en salud mental
- 2012 Depresión: una crisis mundial
- 2013 Salud mental y adultos mayores

- 2014 Viviendo con esquizofrenia
- 2015 Dignidad en salud mental
- 2016 Primeros auxilios psicológicos y de salud mental
- 2017 Salud mental en el lugar de trabajo

No es un evento de un día

Nos gustaría hacer hincapié en que el Día Mundial de la Salud Mental no es simplemente un evento de un día. Los preparativos continúan meses antes y este es realmente un esfuerzo educativo a largo plazo. En algunos países, el programa se extiende durante varios días, o una semana, o incluso en algunos casos durante todo el mes. Y en algunos lugares, los preparativos para el próximo año comienzan casi tan pronto como termina el evento del año actual. Los informes llegan a nosotros desde todo el mundo a diferentes velocidades durante todo el año siguiente a los eventos del 10 de octubre.

Este proyecto ha evolucionado a lo largo de los años para prácticamente funcionar por sí mismo: personas de todo el mundo celebran eventos, hacen anuncios y celebran el Día Mundial de la Salud Mental. Ellos ven la importancia de la conciencia pública y sabemos que nuestro éxito en los últimos 20 años se debe principalmente a la dedicación y el arduo trabajo de nuestros integrantes. La Federación creó este programa hace 20 años para ayudar a promover la salud mental y crear conciencia sobre los problemas asociados con las enfermedades mentales. Abrimos la puerta y miles de personas de todo el mundo corrieron y salieron a las calles para declarar por siempre el 10 de octubre como el DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL.

El **Ministerio de Salud y Protección Social** ha dispuesto los siguientes sitios web con información y recursos para toda la población:

- www.minsalud.gov.co/prevención-suicidio que incluye mensajes y recursos de apoyo tales como:
 - **Directorio de líneas telefónicas en salud mental:** las cuales cubren aproximadamente al 58% de la población del territorio nacional, en

las que se puede solicitar orientación y apoyo a profesionales en salud mental. En cada una de ellas aparece el número telefónico y el horario de atención. Algunas además cuentan con chat.

- **Directorio de puntos de contacto para gestionar de acceso a servicios de salud:** si se presenta cualquier dificultad para acceder a servicios de salud (no atención, demoras o trámites innecesarios para ser atendido o para la entrega de medicamentos, entre otros) se puede comunicar con las líneas telefónicas, las páginas web y los puntos de atención que han establecido las secretarías de salud (ordenados alfabéticamente de la página 1 a la 11) y la Superintendencia Nacional de Salud (Página 11 a 24) en diferentes municipios del territorio nacional.
- www.minsalud.gov.co/depresión en el cual se encuentra información y recursos sobre esta temática tales como videos, folletos, afiches y enlaces con otros sitios web, así como:
 - El Lineamiento técnico para la conmemoración del Día Mundial de Prevención del Suicidio 2018 (10 septiembre)
 - El “Lineamiento técnico para la conmemoración del Día Mundial de la Salud mental 2018” (10 octubre).
- <http://onsaludmental.minsalud.gov.co/Paginas/Inicio.aspx> donde se puede acceder a:
 - Caja de Herramientas en Salud Mental (publicaciones)
 - Indicadores en salud mental (2009 a 2017)
 - Directorio de referentes territoriales de salud mental de los 32 departamentos y 5 distritos del país (en la sección enlaces de interés)
 - Salas Temáticas (Conducta suicida)
 - Documentos (ASIS en salud mental, Encuesta Nacional de Salud Mental 2015, Protocolo de vigilancia epidemiológica del intento de suicidio)