

Móstoles se suma el 10 de octubre al Día Mundial de la Salud Mental con la campaña `Pon colores en tu vida´

Fecha de publicación: 7/10/2016 0:00

Descripción:

- **"Afrontar las situaciones con tranquilidad, fortalecer las relaciones y practicar el buen humor" son las recomendaciones de la campaña promovida por la Red Municipal de Salud y el Ayuntamiento de Móstoles.**



El Ayuntamiento de Móstoles se une a la celebración del Día Mundial de la Salud Mental el día 10 de octubre con la campaña `Pon colores en tu vida´, diseñada y propuesta por la Red Municipal de Salud de la Comunidad de Madrid, de la que forma parte Móstoles junto con más de un centenar de entidades locales.

En el cartel de la campaña se han destacado las recomendaciones más importantes a transmitir para proteger y promover la Salud Mental como son afrontar las situaciones desde la tranquilidad, fortalecer las relaciones y practicar el buen humor.

No solo problema de unos pocos

El Día de la Salud Mental, ha sido establecido por la Organización Mundial de la Salud (OMS), con el propósito de cambiar nuestra forma de ver a las personas que padecen enfermedades mentales. En todo el mundo hay unos 400 millones de personas que sufren trastornos mentales, neurológicos u otro tipo de problemas relacionados con el abuso de alcohol y drogas.

Cuando se habla de trastornos mentales, se hace referencia al pensamiento humano y todas sus funciones, las cuales pueden desmoronarse, como un castillo de arena y verse afectadas por diferentes enfermedades que pueden aparecer en cualquier momento de la vida, desde la infancia hasta la vejez. No hay personas inmunes a los trastornos mentales, no importa el país de residencia ni la clase social.

La salud mental no es sólo problema de unos pocos (un 12% de la población mundial) si no que es un problema que nos concierne a todos y cada uno de nosotros y nosotras. Es necesario tomar consciencia de que quienes padecen enfermedades

mentales necesitan menos exclusión, menos discriminación y más ayuda para poder desarrollarse y vivir mejor.

Más información y recursos:

<http://www.mostoles.es/mostoles/cm/EspacioSaludable>

AUSMEN: Asociación de usuarios de salud mental de Móstoles. Centro Social Ramón Rubial, C/ Azorín 32-34. Teléfono 916147847. ausmen@ono.com