

Carente promoción del bienestar mental de la población en México

Invitan al III Congreso internacional de salud mental

Jalisco carece de una efectiva promoción de la salud mental, pues las políticas públicas están encaminadas más a la intervención que a la prevención de los problemas de sus habitantes.

Aunque la Ley general de salud federal y del estado de Jalisco establece como prioridad la prevención y la promoción de la salud sobre la curación, “en nuestro contexto es al revés: el sistema de salud está orientado a intervenir y curar, más que a promover el bienestar físico”, comenta el académico de la Universidad de Guadalajara, José de Jesús Gutiérrez.

El especialista afirma que los mexicanos dan poca importancia a la estabilidad emocional y mental, pues es común que acuda con los psicólogos o psiquiatras cuando tienen problemas muy graves, como ideas suicidas, violencia, ruptura de los lazos familiares.

“En la actualidad tenemos indicadores como el divorcio, que no son el problema por sí mismos, sino que es producto de las malas relaciones de pareja que se están dando entre la población, y que en muchos casos se maneja mal e impacta en los hijos y la pareja. Por eso es que debemos fomentar las prácticas positivas de salud mental, que evitarán en un futuro estos problemas”.

Añade que eso será posible si el sistema de salud enseña a la población a fortalecer sus habilidades personales y sus redes sociales de apoyo, y le ayuda a valorarse como persona mediante la reflexión y la redefinición de su proyecto de vida, sin dejar de lado la reorientación de sus estilos de vivir, de alimentarse, de descansar y de relacionarse con sus familia y su pareja.

Gutiérrez anticipa que durante el III Congreso internacional de salud mental, a ser efectuado del 27 al 29 de noviembre, darán a conocer algunas propuestas para efectuar trabajos, programas y acciones de prevención y promoción de estilos saludables de vida enfocados a la estabilidad mental, que podrían ser implementadas incluso en todo el país, sobre todo ante la crisis económica mundial, por la cual la Organización Mundial de la Salud prevé un probable aumento de suicidios y trastornos psíquicos.

“Vamos a hacer énfasis en la promoción de indicadores positivos de salud mental que tienen que ver con el mejoramiento de la autoestima, el proyecto de vida, las habilidades sociales, el manejo adecuado de conflictos, el dormir y descansar con calidad, manejo del estrés, el sexo saludable, responsable y placentero, y el trabajo productivo, entre otros”.

El programa del congreso incluye conferencias con reconocidos especialistas en la materia, simposium, cursos y talleres, presentación de libros, revistas, una expo. Las actividades están abiertas a los profesionales de la salud mental y al público en general.

Los interesados pueden consultar la página electrónica <http://www.cucs.udg.mx/evento.php> [1] o llamar a los teléfonos del Departamento de Clínicas de Salud Mental 01(33) 1058 - 5200 ext. 3750, 1058 - 5200 ext. 3738 o al correo electrónico: congreinternacionalsm@yahoo.com.mx [2]

Guadalajara, Jal., 31 de octubre de 2008

Texto: Mariana González

Fotografía: Internet

Edición de noticias: LCC Lupita Cárdenas Cuevas

Etiquetas:

[Opinión](#) [3]

[Psicología](#) [4]

[Salud](#) [5]

URL Fuente: <https://comsoc.udg.mx/noticia/carente-promocion-del-bienestar-mental-de-la-poblacion-en-mexico>

Links

[1] <http://www.cucs.udg.mx/evento.php>

[2] <mailto:congreinternacionalsm@yahoo.com.mx>

[3] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/opinion>

[4] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/psicologia>

[5] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/salud>