

A décadas de la generación X, infantes y jóvenes sin proyecto de vida

Indicadores de salud mental nada halagadores, dice especialista universitario e invita a la población a buscar metas

El panorama en salud mental no es halagador. Han transcurrido varias generaciones desde la llamada "X", que vivía el "aquí y ahora", no obstante la situación no mejora, hoy personas de 15 a 24 años, población infantil y juvenil, en México carecen de un proyecto de vida, lamentó el director del Centro de Evaluación e Investigación Psicológica de la Universidad de Guadalajara, maestro Francisco Gutiérrez Rodríguez.

Adicional a esto falta un proyecto en lo institucional, "en planes y programas de atención en las diferentes áreas, estamos muy lejos de alcanzar ese ideal, que en Alma Ata se declaraba salud para todos en el año 2010. Estamos en el 2012, y los indicadores de salud mental lamentablemente no son esperanzadores".

Por lo que Gutiérrez calificó como de vital importancia que tomadores de decisiones y autoridades en diferentes niveles adquieran conciencia sobre el problema. Aunque existen programas, falta coordinación. También Jalisco requiere una ley de salud mental, más personal y más capacitación para atención de casos, unificar estadísticas, crear programas de prevención y priorizar esta labor.

El académico del Centro Universitario de Ciencias de la Salud recordó que la entidad registró 497 suicidios en 2012, de los cuales 52 por ciento fueron jóvenes. Se estima que seis de cada 10 familias vive en violencia, que ocho de cada 10 personas, en por lo menos un año de su vida, pueden ser víctima de estrés psicosocial con somatizaciones como: úlcera, gastritis, colon irritable, dolor de espalda baja, cefaleas.

"Muchos de los problemas de salud mental, tanto en el ámbito personal, familiar y social se deben a esta carencia, donde vivimos a un ritmo acelerado de la vida cotidiana y resolvemos los problemas comunes, del diario", ante lo cual invitó a los ciudadanos para crear proyectos de vida, escribir metas fáciles de alcanzar y evaluar progresos.

Puede haber desde acciones como ponerse a dieta, hacer ejercicio, modificar estados de ánimo, racionalizar el gasto económico y estar más pendiente de la salud mental, porque acudir tarde con un especialista es dos veces más grave. En ese proyecto se deben tratar también la vida social, espiritual, emocional y vocacional.

Francisco Gutiérrez Rodríguez precisó que en el panorama de salud mental hay retos importantes e informó que organismos nacionales y locales, colegios y asociaciones de psicólogos, presentarán a mandos municipales, estatales y federales su proyecto de agenda de salud mental 2013, a fin de

efectuar diagnósticos regionales sobre los principales problemas en el país.

Guadalajara, Jal., 10 de enero de 2013

Texto: Eduardo Carrillo

Fotografía: Abraham Aréchiga

Edición de noticias en la web: Lupita Cárdenas Cuevas

Etiquetas:

[Francisco Gutiérrez Rodríguez](#) [1]

URL Fuente: <https://comsoc.udg.mx/noticia/decadas-de-la-generacion-x-infantes-y-jovenes-sin-proyecto-de-vida>

Links

[1] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/francisco-gutierrez-rodriguez>