

Els dies de la Salut Mental



La Fundació Eulàlia Torras de Beà i el seu centre d'atenció privada KOMENTS treballen amb el focus posat en el benestar psicosocial dels infants, adolescents, joves i famílies

Algunes dates assenyalades en el calendari conviden a parar atenció a col·lectius o situacions que poden arribar a passar desapercebuts dins de la quotidianitat. Avui és el Dia Mundial de la Salut Mental, durant el qual es fa encara més palesa la necessitat de continuar treballant per impulsar el reconeixement i l'imaginari a l'entorn de la salut mental. Tot i així, assenyalen des de la Fundació Eulàlia Torras de Beà Sunsi Segú i Lluís Diaz, "aquesta sovint encara s'envolta de mites i falses creences que només la representen parcialment".

Detectar, entendre i acompanyar

Tenir una bona salut mental i emocional és essencial. Des de la Fundació insten a reconèixer les dificultats i greuges que suposa per a algú patir problemes o desordres a nivell psicològic, psiquiàtric o de desenvolupament infantil, i les conseqüències que això té per a ell/a i el seu entorn". I és que, "si la idea de salut mental i emocional la percebem encara difuminada entre els mals de la societat adulta, la percepció és encara més confusa en l'àmbit infanto-juvenil". Infants i joves pateixen trastorns mentals o del desenvolupament per causes biològiques, socials, emocionals i relacionals; desordres reactius i adaptatius;

situacions vitals traumàtiques; dols i pèrdues, etc. Són situacions que des de la Fundació subratllen que cal "detectar, escoltar, atendre i entendre", i que requereixen d'un acompanyament "que podrà sorgir de l'entorn immediat, o bé precisarà d'ajuda especialitzada per tal de poder fer-hi front".

"Defensem la visibilitat també de la tasca preventiva que suposa atendre el patiment quotidià"

"Defensem la visibilitat no només de la patologia i la gravetat, sinó de la tasca preventiva que suposa atendre el patiment quotidià: malestars, alteracions aparentment lleus que sense l'atenció, comprensió i reconeixement adequats poden derivar en cronificacions que suposaran un esforç econòmic i social i, sobretot, un patiment evitable", assenyalen. Una reivindicació, la de "posar el valor l'acompanyament en salut mental des del bon tracte i relatant aquesta realitat quotidiana, contribuir a la millora en la qualitat de vida de les persones", que coincideix en el temps amb la celebració del 50è aniversari de la Fundació.

Salut mental en contextos de crisi

La pandèmia de la Covid19 està tenint un impacte en les nostres vides, costums, relacions i vincles i això, destaquen, "és salut mental". I és que, afegeixen, "en la gestió i comprensió de la salut física hi ha tanmateix salut mental". Tot i el context inicialment decebedor, des de la Fundació Eulàlia Torras de Beà apunten: "Les situacions de crisi connecten amb el risc, però també generen oportunitats, ens fan ser creatius, prendre consciència de la importància de les emocions, de les relacions primerenques i hàbits saludables, del suport social i la mirada de l'altre, la qual ens reconeix, ens dona una identitat i ens humanitza, amb potencialitats, fortaleces i vulnerabilitats."



Fundació
Eulàlia Torras de Beà
Institut de Psiquiatria i Psicologia

www.fetb.org/es