

DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL 2023

Associació Catalana de Professionals en Salut Mental-AEN Catalunya



El Dia Mundial de la Salut Mental aquest any 2023 porta per lema *La salut mental és un dret humà universal*. Des de la junta de l'ACPSM-AEN Catalunya volem compartir algunes reflexions que ens suggereix aquest lema i la seva rellevància al moment actual.

L'Organització Mundial de la Salut (OMS) declara que “la salut mental és un dret humà bàsic per a tothom. Totes les persones, sense importar qui siguin ni on siguin, tenen dret a gaudir del grau més alt possible de salut mental, cosa que inclou el dret a ser protegit dels riscos per a la salut mental; el dret a una atenció disponible, accessible, digna i de qualitat; i el dret a la llibertat, la independència i la integració al seu entorn social.”¹

En primer lloc, l'OMS emfatitza la importància de protegir dels riscos per a la salut mental. Sabem que les condicions de vida afecten la salut de les persones. Les desigualtats econòmiques, la pobresa, la discriminació o la violència s'associen a un risc més gran de problemes de salut mental en la població. Millorar la salut mental dels individus implica promoure societats més justes i igualitàries. Per això, les polítiques de prevenció en salut mental han de tenir en compte la influència dels condicionants socials i incidir-hi.

En segon lloc, assenyalava el dret de rebre una atenció accessible, digna i de qualitat. Des de l'ACPSM-AEN Catalunya defensem una atenció pública de qualitat, que es basa en un model integral comunitari i interdisciplinari, on els diferents serveis sanitaris i socials treballin de manera conjunta i coordinada. L'atenció comunitària implica atendre el malestar individual des d'una perspectiva relacional i integrar el treball amb la família, el grup social, la institució escolar, els entorns laborals i la comunitat.

Cap persona no s'hauria de veure privada dels seus drets humans o exclosa de les decisions sobre la seva pròpia salut per patir un problema de salut mental. Per això, defensem una atenció que posa al centre la veu de la persona i el respecte radical a la seva voluntat i als seus drets. Advoquem per unes pràctiques respectuoses amb els drets humans, que minimitzin les desigualtats de poder i la coerció, i promoguin l'autonomia i l'agència de la persona.

Per acabar, totes les persones necessitem ser valorades en les nostres relacions socials i sentir que pertanyem als nostres grups socials i a la comunitat. La discriminació per problemes de salut mental exclou les persones de la vida en comú. En suma, cal treballar per una societat més acollidora i respectuosa amb la diferència, menys productiva i competitiva, més col·laboradora i respectuosa amb la vida i el planeta, i on es posin en valor les cures i els vincles humans.

¹ <https://www.who.int/es/campaigns/world-mental-health-day/2023>