



El 40% de españoles sufre mala salud mental y casi el 15% ha tenido ideas suicidas.

El estudio "La situación de la salud mental en España", elaborado por la Confederación Salud Mental España y Fundación Mutua Madrileña, refleja que cuatro de cada diez españoles (39,3%) valora de forma negativa su salud mental actual, y casi el 15% ha tenido ideas suicidas o ha intentado suicidarse. El informe se ha llevado a cabo en 2022 con la participación de más de 2.000 personas, tanto de la población en general como de aquellas que tienen o han tenido problemas de salud mental, así como de profesionales de la salud.

Según muestra, el 74,7% de la población en España cree que en los últimos años ha empeorado su salud mental, mayormente por tres motivos: las dificultades económicas (91,4%),



la incertidumbre ante el futuro (89,0%) y la presión, las exigencias y estrés del día a día (88,8%), seguidas de la pandemia de COVID-19 y de la sensación de que vivimos en una sociedad cada vez más individualista y muy competitiva. "Indudablemente, hay un dato objetivo que indica que la situación se está deteriorando y que, por desgracia, se va haciendo cada vez más preocupante. En 2021 hubo 4.003 suicidios en España, mientras que en 2011 hubo 3.180, lo que supone casi 900 más al año. Tenemos una tasa de 8,4 suicidios por 100.000 habitantes, que todavía está siete décimas por debajo de la media mundial (9,1), pero en 2011 era del 6,8", ha explicado en rueda de prensa el director general de la Fundación Mutua Madrileña, Lorenzo Cooklin. (Fuente: La razón)

Psico-dato: Es evidente que las crisis sanitarias, humanitarias y económicas de los últimos años tendrán consecuencias en la salud mental de todos. Debemos siempre considerar y cuidar la salud mental de todos.

Es evidente que las crisis sanitarias, humanitarias y económicas de los últimos años tendrán consecuencias en la salud mental de todos.

Muchos países asiáticos introdujeron restricciones de covid-19 más duras que en otros continentes, una realidad que ha causado preocupación por los elevados niveles de estrés, ansiedad y aislamiento. Ahora, una serie de jóvenes emprendedores están aprovechando la tecnología para proporcionar un mayor acceso a la asistencia sanitaria mental allí.

En julio, Intellect, con sede en Singapur, recaudó US\$ 20 millones en su financiación de serie A, la mayor cantidad recaudada por una empresa emergente de salud mental en Asia. Fundada en 2019, Intellect gestiona una aplicación móvil que comprueba periódicamente el estado de ánimo de los usuarios, ofrece sesiones de auxilio y ejercicios que se adaptan a sus necesidades, y les permite conectar con terapeutas en tiempo real si lo necesitan.

"La forma tradicional de terapia es presencial y personalizada, y es difícil de ampliar", afirma Theodoric Chew, cofundador de Intellect, de 26 años. "Cuando la tecnología entra en escena, podemos ampliar el acceso a la atención mental a todo el mundo". La start-up ya atiende a más de tres millones de usuarios en toda la región de Asia-Pacífico en 15 idiomas desde que inició el servicio a principios de 2020. (Fuente: CNN)



Psico-dato: Es evidente que la validación de la violencia y la agresión física y verbal tiene efectos en la comunidad escolar, la única forma de solucionar este problema es tomar medidas efectivas y educar emocionalmente.



Te esperamos en nuestro sitio

www.psicologosencasa.com

