

Hablamos de salud mental: un tema de todos

Día Mundial de la Salud Mental

Nota de prensa
Madrid, 10 de octubre, 2022

- El 43% de los españoles se encuentra anímicamente mal, según el estudio internacional de salud y bienestar de Grupo AXA
- La Confederación de Salud Mental España señala que más de 450 millones de personas sufren problemas de salud mental.

Según el informe anual llevado a cabo por Ipsos "Global Health Services Monitor 2022", **España es el tercer país con más población que reconoce haber padecido un problema de salud mental**; en España, el **18% de la población afirma haber acudido a un profesional en busca de ayuda**.

Hoy, 10 de octubre, es el **Día Mundial de la Salud Mental**. Un día para dar voz a la salud mental y a las personas que conviven con este diagnóstico. El día de la salud mental es un marco perfecto para visibilizar las personas que luchan para seguir adelante y superarlo.

La salud mental es una preocupación de todos. *"La salud mental es un pilar fundamental para nuestro bienestar"*, destaca Miriam Sánchez, Directora General de Ita especialistas en salud mental.

La salud mental se ha de cuidar durante toda la vida, en todas las etapas y durante todas las edades: tanto pequeños como mayores pueden sufrir un trastorno de salud mental, y es importante saber pedir ayuda.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), señala que **1 de cada 4 adolescentes tienen problemas de salud mental** relacionados con ansiedad, depresión o trastorno de comportamiento. La misma organización señala que, **un 15% de adultos de 60 años o mayores, sufren algún trastorno mental**; siendo la demencia, la depresión y la ansiedad, los más frecuentes.

[Seniors Residencias](#) e [Ita](#) se unen en la campaña **#Hablamosdesaludmental** para compartir con la sociedad consejos para el cuidado de la salud mental.

Tanto los y las pacientes de las diferentes unidades de tratamiento que forman Ita como los y las residentes de las residencias de Seniors, han querido unirse en estos vídeos para hacer llegar los consejos que aplican en su día a día para cuidar y mejorar su salud mental. *"Poner límites, reducir el uso de dispositivos móviles, escuchar música, mantenerse activos, pedir ayuda cuando se necesita..."*, son algunos de los mensajes que han lanzado al mundo.

En Ita trabajamos para recuperar todas las áreas afectadas por el trastorno de salud mental que sufre la persona.

La salud mental es algo para tener en cuenta y cuidar a lo largo de nuestras vidas, es por ello por lo que el cuidado que ofrecemos en Seniors Residencias a nuestros mayores tiene en cuenta tanto la parte física como mental.

“A la hora de intentar prevenir un trastorno mental en personas mayores, teniendo en cuenta que en muchas ocasiones existe un componente genético y hereditario, una de las formas es una correcta estimulación diaria, tenemos que ofrecer una escucha activa, un espacio donde poder compartir sus miedos, sus preocupaciones, sus ideas, sus intereses, que en esta época de pandemia ha dado lugar a que no hayamos podido preocuparnos, en que sigan siendo personas”, explica José David Vigo, especialista en Terapias No farmacológicas en el tratamiento de Demencias Cognitivas de personas mayores en Seniors Residencias Ronda, Málaga.

Si no quieres perderte la campaña [#Hablamosdesaludmental](#) y quieres saber todos los consejos que nos dan nuestros/as residentes y pacientes, te invitamos a ver la campaña y a participar de ella aquí: <https://youtube.com/playlist?list=PLSDOXMABwH417Fvdr-URV1PuyGlf5Gdq>

Sobre Ita

Ita está especializada en salud mental y cuenta con la red asistencial dedicada al tratamiento de salud mental más grande de España con más de 1000 empleados.

Ita está especializada en el tratamiento de salud mental como trastornos de la conducta alimentaria (anorexia, bulimia, trastorno por atracón), trastornos de la conducta, psiquiatría, adicciones y otros.

Con más de 20 años en el tratamiento de estos trastornos, Ita ofrece diferentes tipos de asistencia: Hospital de Día, Hospitalización o tratamiento ambulatorio.

Sobre Seniors

Seniors Residencias ofrece una cartera de servicios de atención y cuidado a las personas mayores en atención en larga, media y corta estancia. Cuenta con residencias de atención 24h, servicios de estancia diurna y unidades de recuperación postoperatorio, entre otros. Con un total de 18 residencias en España: Mallorca, Valencia, Andalucía y Castilla La Mancha, más de 1.000 empleados y, más de 2200 camas en atención residencial, ofrece un sinfín de servicios para la atención y el cuidado de personas mayores y sus familias.

Sobre Korian

Korian es el líder europeo en servicios de atención y cuidado en personas mayores y vulnerables. Cuenta con más de 83.000 camas en toda Europa: Bélgica, Alemania, Países Bajos, Italia, Francia y España; y más de 1.000 centros. www.korian.com

Más información

Cecilia Martínez

Directora de comunicación Korian España

+34 683 103 236

Cecilia.martinez@korian.es

www.seniorsresidencias.es