

Arranca la campaña «Tenemos que hablar de esto»

11 May 2023

El COP pone en marcha una iniciativa sobre la atención a la salud mental y contra el intrusismo

Con la campaña “Tenemos que hablar de esto”, el Consejo General de la Psicología se propone llamar la atención y concienciar sobre la necesidad de que se ofrezcan recursos para abordar los problemas de salud mental con urgencia y de que se garantice que los usuarios y usuarias sean atendidos por **profesionales cualificados, con competencias y que les ofrezcan garantías.**

A lo largo de 2023, la organización colegial lanzará diferentes acciones de comunicación en esa línea y convertirá en protagonistas a esos “otros” números que son los que más y mejor pueden ayudar cuando tengamos que afrontar los números sobre salud mental: **los de los/as profesionales titulados/as y colegiados/as.**

Miércoles, 10 de mayo de 2023	Tenemos que Hablar de Esto		
Entrevista La psicóloga Irene Barrios Tejero describe los pilares del tratamiento en su práctica y reflexiona sobre la importancia de fomentar la resiliencia. Pág. 4	Bienestar en el trabajo El agotamiento y la impotencia por las malas condiciones afectan a la productividad. Una dirección más humana mejora el ambiente. Pág. 4	Ansiedad y depresión Los casos de ansiedad y depresión aumentan en España desde 1999 y son ya la primera causa de pérdida de días de vida en nuestro país. Pág. 4	Autoimagen La insatisfacción con la apariencia ha crecido por los redes sociales, con repercusión en el aumento de los trastornos de conducta alimentaria. Pág. 10

Cada día 11 personas mueren por suicidio en nuestro país

“Hemos pasado de no hablar de ellos a hacerlo de manera cruel y morbosa”

La percepción por la que se habla de los suicidas de una manera cruel y morbosa, y el hecho de que se les considere una persona con un problema de salud mental, son algunos de los aspectos que se abordan en el suplemento. La campaña se ha diseñado para ser un espacio de encuentro y diálogo, donde se puedan compartir experiencias y conocimientos que ayuden a comprender mejor el suicidio, así como a ofrecer apoyo y recursos a quienes lo sufren. El objetivo es crear un espacio seguro y respetuoso para que se pueda hablar de este tema de una manera más abierta y honesta. En el suplemento se habla de la prevención y de la atención a la salud mental.



Este suplemento que el Consejo General de la Psicología de España lanza el día 10 de mayo, es el primer de una serie de suplementos que se irán publicando a lo largo del mes de mayo. El objetivo es concienciar a la ciudadanía sobre la importancia de la salud mental y de la atención psicológica, así como de la prevención del suicidio. El suplemento se puede encontrar en la web de la psicología, así como en los kioscos de prensa que se han instalado en diferentes puntos de la ciudad de Madrid.

Ayer miércoles, 10 de mayo, se presentó el suplemento “Tenemos que hablar de esto”, que se repartió con el diario 20 Minutos y hoy, **jueves día 11, en la madrileña plaza de Pedro Zerolo, se repartirá gratuitamente, en un kiosco de prensa muy especial diseñado para la ocasión, que contará además con un espacio para la ciudadanía que quiera acercarse y preguntar y resolver algunas de sus dudas sobre la salud mental y la atención psicológica.**

Estarán presentes diferentes responsables del COP, **Francisco Santolaya**, presidente, y **Rosa Ramos**, vicesecretaría y coordinadora de la Comisión del Ejercicio Privado, de Defensa de la Profesión y contra el Intrusismo, junto a otros miembros de la Junta de Gobierno.

Tenemos que hablar de esto

“Tenemos que hablar de esto”, es una propuesta que quiere llamar, además, a la reflexión sobre la falta de recursos públicos para la atención en salud mental en nuestro país, ya que **España cuenta solo con 5 psicólogos por cada 100.000 habitantes, frente a los 18 de media en la Unión Europea o los 26 en los países de la OCDE**; no dispone de psicólogos y psicólogas en escuelas e institutos; y apenas tiene profesionales para garantizar la atención e intervención psicológica en los Servicios Sociales.

La combinación de esta falta de recursos, el abuso de los tratamientos farmacológicos, la ausencia de una ley de publicidad sanitaria que regule el sector y el incremento de la demanda de atención psicológica, particularmente, en estos últimos años, han hecho que proliferen ofertas de atención y desarrollo personal que prometen ayudar con recetas mágicas, pseudoterapias, o soluciones fáciles a quienes necesitan atención psicológica o, sencillamente, quieren encontrarse mejor.

Estas ofertas entrañan un riesgo grave para la salud, puesto que se trata de servicios realizados por personas que no cuentan con titulación, garantías, ni conocimiento para realizar intervenciones relacionadas con el bienestar y la salud psicológica, y que son, principalmente, “ayudólogos” que, bajo distintas etiquetas, ofrecen sus servicios sin tener las competencias exigidas por las autoridades sanitarias para atender estos problemas y situaciones.

Acciones que se llevarán a cabo en el marco de la campaña

En este sentido, y para completar la campaña “**Tenemos que hablar de esto**”, entre junio y diciembre, el COP publicará diferentes contenidos audiovisuales en su página [web](#), en [YouTube](#) y en el resto de sus redes sociales. Serán conversaciones abiertas que abordarán temas de interés como **el bienestar en el trabajo, los trastornos alimentarios, la ansiedad, la depresión o el bienestar educativo**, entre diferentes profesionales de la psicología, especialistas en cada uno de estos campos, y diferentes rostros conocidos, que se irán desvelando en las próximas semanas, y que han pasado, y continúan pasando, por la consulta del psicólogo y hablan sin tapujos de la importancia de un cuidado de la salud psicológica de calidad, con garantías y seguro.

Los diferentes materiales de la campaña se irán distribuyendo a través de la web del COP a partir del próximo día 10 de mayo: www.cop.es/tenemosquehablardeesto. Puedes encontrar más información además en [Facebook](#), [Twitter](#) e [Instagram](#) del COP.