

Nota de prensa

‘La salud mental sí importa y que no te cuenten lo contrario’

- **Decenas de personas se acercan al espacio que el Consejo General de la Psicología instala en el centro de Madrid para hablar de salud mental.**
- **Las listas de espera de hasta 6 meses para recibir atención psicológica, la necesidad de priorizar la atención y las alarmantes cifras sobre la salud psicológica han sido parte de la conversación.**
- **La campaña ‘Tenemos que hablar de esto’ urge a garantizar los recursos para atender la salud mental de los ciudadanos y ciudadanas y a que estos sean atendidos por profesionales cualificados, con competencias y que les ofrezcan garantías.**

Madrid, 11 de mayo de 2023.- Decenas de personas se acercaron hoy al quiosco que el Consejo General de la Psicología instaló en una céntrica plaza de la ciudad de Madrid para concienciar sobre la salud mental y la necesidad de acudir a profesionales de la Psicología colegiados para su atención y cuidado.

La campaña **‘Tenemos que hablar de esto’** es una iniciativa que la organización colegial ha puesto en marcha con esta acción en la calle y el reparto de una edición especial de un periódico con contenido exclusivo sobre salud mental, 12 páginas donde se habla de suicidio, ansiedad y depresión, bienestar laboral y educativo y trastornos de la conducta alimentaria.

Responsables de la organización colegial y compañeros de profesión atendieron personalmente a todos aquellos ciudadanos y ciudadanas que se acercaron al espacio que el COP también habilitó adyacente al quiosco interesándose por la iniciativa y que aprovecharon para realizar alguna consulta sobre psicología y salud mental.

La salud mental es una de las principales preocupaciones de los españoles, y las cifras son escalofriantes. En nuestro país, muere por suicidio una persona cada dos horas, otras 200 lo intentan cada día y fallecieron por esta causa más de 4.000 en el año 2022. El 30% de españoles ha tenido ansiedad en el último mes y el 25% síntomas de depresión y 1 de cada 8 tiene un trastorno de la conducta alimentaria-

Sabemos, además, que hasta el 60% de las ausencias al trabajo que se producen al año están ocasionadas por situaciones de estrés y que el acoso escolar causa problemas psicológicos en el 90% de los niños y niñas que lo sufre.

Sin embargo, en nuestro sistema nacional de salud, contamos sólo con 5 psicólogos por cada 100.000 habitantes, frente a los 18 de la Unión Europea o los 26 de la OCDE, no tenemos psicólogos y psicólogas en las escuelas e institutos y no hay, ni de lejos, suficientes profesionales de la psicología 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 dos 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.

Contra esta situación los profesionales de la psicología avisan: no te pongas en manos de personas que no tienen la titulación, ni competencias o la formación necesaria para ayudarte con tu salud mental y tu bienestar. Acude sólo a profesionales colegiados y colegiadas.