

*Encuentro “En Constante Evolución”, organizado por la Fundación Pfizer*

## La comunicación, herramienta clave para mejorar la salud mental y acabar con el estigma

- **Los continuos cambios sociales que vivimos impactan en nuestra salud mental y conllevan la aparición de nuevas patologías. En el futuro estarán relacionadas con los hábitos alimentarios y el uso obsesivo de nuevas tecnologías**
- **En las próximas décadas los problemas de salud mental aumentarán, obligando a cambiar nuestro estilo de vida**
- **El impacto es mayor en mujeres y jóvenes. En el caso de los jóvenes, es la segunda causa de muerte, tras los accidentes de tráfico**

**Madrid, 24 de junio de 2022.-** Dos años de pandemia y restricciones han tenido un enorme impacto en la salud mental de la población. Noticias y debates en torno a la salud mental se suceden en todos los ámbitos. El incremento de los problemas de salud mental ha supuesto también una mayor sensibilización de la población ante este tipo de enfermedades. Hemos sido testigos de las diferentes medidas tomadas para dar respuesta a las necesidades crecientes relacionadas con el aumento de los trastornos mentales. Un ejemplo de ello ha sido la nueva Estrategia de Salud Mental 2022-2026 presentada recientemente. El documento del gobierno recoge recomendaciones actuales y analiza el impacto del COVID-19, especialmente en la población más vulnerable.

Una de las principales actuaciones que ha de plantearse nuestra sociedad es eliminar de manera definitiva el estigma que acompaña a las enfermedades mentales. La Fundación Pfizer aborda este tema en un nuevo encuentro de *‘Ciencia en Constante Evolución: Salud Mental, de estigma a prioridad social’*. En esta ocasión, el evento se ha celebrado de manera online y ha sido inaugurado por el presidente de la Fundación Pfizer, **Sergio Rodríguez**, quien ha querido destacar que *“la salud mental es un tema que nos afecta a todos como sociedad y que está más presente que nunca en la agenda política y social, puesto que se ha evidenciado que es un aspecto fundamental de nuestra salud. Según datos de la OMS, casi la mitad de la población mundial ha padecido en algún momento de su vida algún tipo de enfermedad mental repercutiendo ésta en la autoestima, en las relaciones sociales y en la calidad de vida de la persona afectada”*.

En este encuentro han participado como ponentes **María Ángeles Durán**, catedrática de Sociología, doctora en Ciencias Políticas y profesora de Investigación en el CSIC, y el **Dr. Celso Arango**, catedrático de Psiquiatría, pasado presidente de la Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental, director del Instituto de Psiquiatría y Salud Mental; y jefe de Servicio de Psiquiatría del Niño y del Adolescente del Hospital General Universitario Gregorio Marañón. El divulgador científico, **Luis Quevedo**, ha ejercido de moderador.

Durante el evento, se ha analizado la evolución de nuestra salud mental en los últimos años y el impacto de la pandemia, especialmente entre las mujeres, los niños y los jóvenes, que son algunos de los grupos de población más afectados. Además, en este encuentro también se han querido destacar las nuevas medidas que se están implementando para mejorar la situación actual, así como para eliminar el estigma social que todavía existe alrededor de ello.

## **La comunicación es una herramienta clave para la salud mental, especialmente entre los jóvenes**

En los últimos años se han visto incrementados los problemas de salud mental en la población infanto-juvenil, lo que ha hecho que los hospitales se llenen de adolescentes con enfermedades como *“depresión, ansiedad, trastornos del vínculo, como los derivados de abusos o maltrato, trastornos de la alimentación o la ideación de suicidio”*, comenta el **Dr. Celso Arango**, catedrático de Psiquiatría. Este es uno de los motivos por los que se ha vuelto a aprobar la especialidad en Psiquiatría Infantil y de la Adolescencia hace un año, lo que permitirá realizar la residencia en medicina centrándose en este grupo de la población, logrando así profesionales mejor cualificados para hacer frente a las demandas actuales y a la toma de decisiones en relación con este grupo de población.

Además, el pasado presidente de la Sociedad Española de Psiquiatría (SEP), ha querido añadir que *“para mantener una buena salud mental, ya sea en jóvenes o en adultos, lo más importante es la educación socioemocional desde las primeras etapas de la vida y una buena comunicación. Compartir cómo te sientes, no es necesario que sea con psicólogos o psiquiatras, sino con las personas de tu alrededor, amigos o familiares. Es importante fomentar el respeto hacia la diversidad y la capacidad de detectar el sufrimiento ajeno, así como comunicar la necesidad de ayuda sin vivirlo de forma vergonzosa”*.

## **El trabajo contra el estigma social que rodea a la salud mental**

*“El recelo social hacia la enfermedad mental deriva principalmente del temor a las reacciones imprevisibles de los enfermos”*, ha comentado **María Ángeles Durán**, catedrática de Sociología, durante la celebración de esta reunión. *“También deriva del coste humano y económico que conlleva para las familias de los enfermos, por su dificultad para incorporarse al proceso productivo y ser autónomos, social y económicamente”*.

*“Hay que acabar con el estigma que supone el silencio”*, ha añadido el **Dr. Celso Arango** sobre el estigma que sufre la salud mental desde la introducción en la vida social de este concepto. *“Que haya personas conocidas visibilizándolo es muy importante para eliminar estos estigmas”*. En muchas ocasiones, las personas que ya luchan con una enfermedad mental tienen que enfrentarse, además, al estigma social y la discriminación que existe hacia este tipo de patologías.

## **La evolución de nuestra salud mental**

Los cambios de estilo de vida, las condiciones sociales y económicas o los acontecimientos históricos que nos impactan, son variables que afectan a nuestra salud mental.

**M<sup>a</sup> Ángeles Durán** señalaba que *“se están produciendo cambios sociales muy heterogéneos, y cada uno de ellos tiene una influencia distinta sobre la estabilidad y el deterioro mental. Algunas de las conductas que hoy se consideran desviaciones y enfermedades mentales, en el futuro dejarán de serlo, pero surgirán nuevas patologías, por ejemplo, las relacionadas con los hábitos alimentarios y el uso obsesivo de nuevas tecnologías”,* y ha querido añadir que, *“en las próximas décadas los problemas de salud mental vinculados al envejecimiento seguirán en aumento, lo que obligará a que se modifique el sistema sanitario, el residencial y los estilos de vida, no solo de los mayores sino de toda la población”.*

Por su lado, el **Dr. Celso Arango**, ha querido poner el foco en los jóvenes debido a que es en esta edad cuando aparecen la mayoría de los trastornos mentales. *“Las enfermedades mentales son la segunda causa de muerte entre los jóvenes, tras los accidentes de tráfico. Los trastornos mentales producen un mayor impacto en la vida de las personas entre los 10 y 20 años que el resto de las enfermedades médicas juntas”,* afirma, en referencia a cómo se debe hacer frente a la evolución que se está produciendo en la sociedad.

### **Las mujeres disponen de menos recursos a la hora de afrontar problemas de salud mental**

*“Las mujeres tienen menos recursos sociales y económicos para afrontar cualquier tipo de enfermedad y están peor cubiertas por el sistema sanitario”,* ha comentado **M<sup>a</sup> Ángeles Durán** durante la celebración de este evento. *“Además, son más longevas que los hombres, tienen peores pensiones de vejez y no disponen de un cónyuge que las cuide durante los últimos años. Ante la carencia de este tipo de soluciones, corren el riesgo de no ser bien cuidadas o de sufrir una medicalización excesiva”.*

### **La Fundación Pfizer apuesta por la divulgación científica, tecnológica y social**

La Fundación Pfizer organizó el primer encuentro ‘En Constante Evolución’ con motivo de la celebración de su 20<sup>º</sup> aniversario en 2019. Tras su buena acogida, decidió continuar con estos encuentros divulgativos. De esta manera, **Sergio Rodríguez** ha recordado que *“nuestra misión es impulsar la ciencia, la tecnología y la innovación, promoviendo su acercamiento a la sociedad para dar respuesta a las necesidades del sistema en beneficio de la salud y bienestar de la población”.*

### **Fundación Pfizer**

La Fundación Pfizer lleva más de 20 años comprometida con impulsar la ciencia, la tecnología y la innovación y acercarlas a la sociedad. Para ello, ha reforzado su apuesta estratégica por la innovación científica y tecnológica a través de la búsqueda de puentes entre la actividad investigadora y la sociedad, con el objetivo de que los avances científicos se traduzcan en una aplicación práctica en beneficio de las personas. Para más información: [www.fundacionpfizer.org](http://www.fundacionpfizer.org)

# Fundación Pfizer



## Para más información:

### Fundación Pfizer Comunicación

Maite Hernández - 91 490 98 99

[maite.hernandez@pfizer.com](mailto:maite.hernandez@pfizer.com)

### Ogilvy

Judith Velasco – 682 06 34 89

[judith.velasco@ogilvy.com](mailto:judith.velasco@ogilvy.com)

Ana García – 650 56 67 41

[ana.garcia@ogilvy.com](mailto:ana.garcia@ogilvy.com)

Irene Fernández – 689 54 44 93

[irene.fernandez@ogilvy.com](mailto:irene.fernandez@ogilvy.com)