

## MANIFIESTO DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL 2023

Bienvenidas y bienvenidos al Día Mundial de la Salud Mental, en un año donde la Confederación Salud Mental España cumple 40 años, por los derechos, por ti.

En este día, queremos poner de manifiesto que la salud mental es un derecho inherente a la condición humana, y que su disfrute no entiende de barreras ni de fronteras.

Una sociedad con derechos es una sociedad evolucionada.

Sin embargo, lo que podría ser una evolución natural hacia el bienestar, se convierte en un proceso de deshumanización por causa de los conflictos bélicos, la pobreza estructural y la falta de oportunidades.

Nos corresponde a todas las personas recordar que el derecho a la salud mental es la expresión de una voluntad socialmente aceptada, pero que solo será efectivo si los poderes públicos proveen los recursos necesarios. Dicho de otra manera: la falta de inversión en salud mental favorece la vulneración de derechos.

En principio, el derecho a la salud mental tiene dos lecturas diferenciadas:

Por un lado, el derecho al bienestar y a la participación en una sociedad respetuosa con la salud mental; que ofrezca confianza en vez de discriminación, comprensión en vez de exclusión, y paz en vez de miseria.

Por otro lado, y toda vez que se ha experimentado un problema de salud mental, el derecho a un modelo rehabilitador universal, que ahonde en el potencial de las personas y en su proyección social, de tal manera que la desilusión se convierta en esperanza.

Ante esto, tenemos que estar vigilantes, porque no basta con la formulación y aceptación de nuestros derechos: buscamos su realización. Y para ello, el único signo posible es la lucha continua y la visibilidad de nuestra aspiración: un proyecto de vida emancipador.

Tenemos las manos cansadas de esperar.

La universalidad y conquista de los derechos pueden empezar desde el vínculo más cercano, desde la forma de entender las relaciones humanas; hasta el barrio, el pueblo, la ciudad, y por fin, las naciones.

En este punto, la salud mental dejará de ser un gesto para convertirse en una conducta, en una Política de Estado.

Así, de la mano de la Convención de la ONU sobre los derechos de las personas con discapacidad, le pedimos al Estado:

- Trabajar por la toma de conciencia y el entendimiento de los problemas asociados a la salud mental. El estigma sigue dificultando la práctica de nuestros derechos.
- Procurar un futuro habitable para los niños y niñas, para que se desarrollen en un entorno de bienestar emocional.
- Garantizar la libertad y seguridad de las personas, así como su protección ante tratos degradantes. Entramos en un nuevo tiempo para la salud mental, y las medidas coercitivas deben dejar paso a espacios de recuperación compatibles con la dignidad humana.

Además, nuestras reivindicaciones por el derecho a la vida siguen teniendo plena actualidad, y apostamos por que se lleven a cabo campañas de sensibilización y prevención del suicidio en el ámbito escolar, universitario y en la esfera laboral. Se trata de abrir canales de comunicación y de confianza, ya que al compartir los sentimientos nacerán nuevas formas de ver la vida.

El cuidado de la salud mental debe tener un enfoque global, donde todas las personas seamos partícipes, o de lo contrario mucha de la energía invertida se perderá.

Al final, todo lo que se haga en favor del derecho a la salud mental tendrá un retorno real, pues una sociedad con salud mental es una sociedad con bienestar, y en una sociedad con bienestar el ser humano alcanza su sentido.

Salud Mental, Salud Mundial. Un Derecho Universal.

Gracias por escucharnos.

Comité Pro Salud Mental En Primera Persona de SALUD MENTAL ESPAÑA  
y Red Estatal de Mujeres de SALUD MENTAL ESPAÑA