Una señal de alto

Descripción generada automáticamente con confianza baja

Madrid, 30 de septiembre de 2024

‘12 Meses, 12 Causas’ dedica el mes de octubre al cuidado de la salud mental con Ángeles Blanco como embajadora

**La presentadora de Informativos Telecinco abandera esta causa en el *spot* institucional que los distintos canales del grupo emitirán durante todo el mes.**

Una de cada cuatro personas, el equivalente al 25% de la población mundial, tiene o tendrá algún problema de salud mental a lo largo de su vida, una realidad cada vez más extendida que no entiende de edades ni de géneros. Contar con el apoyo de las personas que están más cerca es fundamental para hacer frente a los problemas de salud mental, así como cuidar los entornos y las condiciones laborales para promover el bienestar colectivo. Ambas medidas son determinantes para proteger y fortalecer la salud mental, sobre la que pone el foco la nueva campaña de la **iniciativa solidaria de Mediaset España ‘12 Meses, 12 Causas’** en octubre.

**Ángeles Blanco**, copresentadora de Informativos Telecinco 15:00h junto a Isabel Jiménez, es la **embajadora de esta campaña**, realizada en colaboración con la [Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA](https://consaludmental.org/) y en cuyo *spot* la periodista destaca la importancia de animar a mostrar sentimientos a quienes no son capaces de expresarlos con palabras y de tenderles la mano. La campaña arranca este martes, precediendo a la celebración del Día Mundial de la Salud Mental, conmemorado el 10 de octubre, que este año tiene como lema ‘Trabajo y salud mental, un vínculo fundamental’, con la emisión del *spot* durante el mes de octubre en los distintos canales del grupo.

**Ángeles Blanco: *“El arma principal para combatir los trastornos mentales es la capacidad de perder el miedo a pedir ayuda”***

Ángeles Blanco explica que *“el 10 de octubre es el Día Mundial de la Salud Mental y Mediaset España vuelve a demostrar su sensibilidad con las cuestiones que más nos preocupan como sociedad. Creo que es imprescindible sensibilizar a la población y animar a pedir ayuda a quienes lo necesitan. Todos conocemos a alguien que, en mayor o menor medida, ha sufrido o sufre un problema de salud mental. Y, además, no debemos perder de vista que nosotros mismos podemos necesitar ayuda mañana mismo. Es casi una obligación hablar sin miedo de salud mental en todos los foros posibles”.*

*“Desestigmatizar y hablar sin tabús”* de los problemas de salud mental es esencial para la presentadora, que puntualiza que *“el arma principal para combatirlos es la capacidad de perder el miedo a pedir ayuda. Aún existe demasiado pudor a la hora de confesar un problema de salud mental. No podemos encerrarnos en nosotros mismos. Esto no hace más que agravarlo”.* Incide también en la necesidad de facilitar *“un mayor acceso a las terapias psicológicas, dado que en España hay solo siete psicólogos clínicos por cada 100.000 habitantes y resulta imposible que la Seguridad Social puede dedicar una atención individualizada. Y, fuera del sistema público, la atención psicológica es muy cara. Es indispensable contar con un verdadero Plan Nacional, consensuado entre todos los sectores implicados, para ofrecer un colchón real a quienes lo necesitan”.*

**Mediaset España y la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA, unidos en esta campaña**

Promover el cuidado de la salud mental ha llevado a [Mediaset España](https://www.mediaset.es/) y a la [Confederación SALUD](https://consaludmental.org/) MENTAL ESPAÑA, una agrupación de familiares y personas con problemas de salud mental, que trata de ofrecer a la sociedad una visión positiva más cercana al concepto de salud que al de enfermedad, a aunar fuerzas en esta campaña de ‘12 Meses, 12 Causas’.

Según el estudio ‘La situación de la salud mental en España’ 2023, cuatro de cada diez personas en España (42,1%) han sufrido una depresión a lo largo de su vida, un 47,6% han experimentado ataques de ansiedad o pánico, un 36,9%, ansiedad prolongada en el tiempo y el 14,5% de la población ha tenido ideas suicidas o ha intentado suicidarse. Ante esta realidad, la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA trabaja para mejorar la adopción de todas las medidas que contribuyan a la mejora de la calidad de vida de las personas con un problema de salud mental y la de sus familias, y defender sus derechos.

Para ello, la organización cuenta con un amplio abanico de servicios: programas de intervención social para dispensar atención directa a personas con trastorno mental y a sus familiares; iniciativas que fomentan el acompañamiento integral o la inserción laboral; programas que cubren necesidades específicas, como las que tienen las personas que viven en primera persona esta situación y se encuentran en centros penitenciarios; y acciones que tienen como objetivo facilitar el disfrute del ocio y tiempo libre del colectivo, ofrecer apoyo a sus familias y allegados o fomentar su autonomía brindándoles facilidades de acceso a una vivienda.

Más información: [www.mediaset.es/12meses](https://www.mediaset.es/12meses/)

Twitter e Instagram: [@12\_meses](https://twitter.com/12_meses)

Facebook: [@12meses](https://www.facebook.com/12meses)