

Caminata por la Salud Mental: una invitación a moverse por el bienestar emocional

13/10/2025



Cada 10 de octubre se conmemora el Día Mundial de la Salud Mental, una fecha que busca visibilizar la importancia de cuidar las emociones, los vínculos y los hábitos cotidianos como parte esencial del bienestar integral.

En ese marco, el Hospital Teodoro J. Schestakow impulsa distintas acciones de concientización durante todo el mes, promoviendo el lema mundial 2025.

Como parte de estas actividades, este martes 14 de octubre a las 9:00, se realizará la “Caminata por la Salud Mental”, una propuesta abierta a toda la comunidad que partirá desde el Servicio de Salud Mental del Hospital y concluirá en la

Rotonda del Gaucho, en el Parque Hipólito Yrigoyen.

El encuentro invita a moverse, compartir y reflexionar, reconociendo que la salud mental también se fortalece en comunidad.

“La caminata es una manera simbólica de recordar que cuidar la mente implica estar en movimiento, compartir y conectar con otros”, expresaron desde el servicio organizador.

UNA JORNADA PREVIA QUE DEJÓ HUELLA

Días atrás, y en el marco del mismo mes conmemorativo, se desarrolló en el hall de Consultorios Externos del Hospital una jornada informativa y de consejería organizada por el Servicio de Salud Mental, con la participación de médicos residentes de Salud Mental de Adultos y del SIIAPS (Servicio de Internación para Infancias y Adolescencias con Padecimiento Subjetivo).

Con estas propuestas, el Schestakow reafirma su compromiso con la salud integral de la comunidad, recordando que hablar, escuchar y acompañar son también formas de sanar.

La caminata del 14 será una oportunidad para dar un paso simbólico hacia el bienestar y la empatía colectiva.