

Con talleres comunitarios y acciones preventivas, buscan fortalecer el abordaje de la salud mental

24/04/2025



A partir del impacto que tuvo la pandemia sobre el bienestar emocional de la población, la salud mental se ha convertido en uno de los ejes prioritarios dentro de las políticas sanitarias. En ese contexto, desde el Área de Salud Mental del hospital se están implementando una serie de talleres grupales y gratuitos en distintos centros de salud y espacios comunitarios, con el objetivo de acompañar a la comunidad de forma más integral y accesible.

Florencia Alias, coordinadora del Área de Salud Mental del Schestakow, explicó a Diario San Rafael y FM Vos 94.5 que la propuesta se inscribe dentro de los lineamientos impulsados por el director de Salud Mental de la provincia, Manuel Vilapriño. “Estamos implementando una serie de talleres

psicoeducativos y socioterapéuticos destinados a toda la comunidad. Estos espacios están pensados como una herramienta accesible y gratuita, eso es muy importante, para abordar las temáticas actuales de la salud mental que son tan importantes y nos urge tanto abordar”, expresó.

Los encuentros, que se realizan en su mayoría dentro de los centros de salud provinciales, son coordinados por profesionales del área de salud mental, psicólogos y trabajadores sociales. Alias detalló que “cuando el centro no alcanza por la cantidad de inscriptos, algunos talleres se trasladan a centros comunitarios, clubes de jubilados u otros espacios que nos prestan”. La iniciativa busca ser una alternativa frente a las largas listas de espera para las consultas individuales, y propone un modelo de abordaje grupal y comunitario.

En cuanto a las temáticas, los talleres abarcan desde manejo de estrés y ansiedad hasta hábitos saludables, vínculos sanos, crianza, autocuidado, prevención de consumos y suicidio. “Se van a incluir prácticas corporales y recursos terapéuticos para el bienestar emocional de las personas”, precisó Alias, y agregó que “la idea es que trabajemos de una manera más comunitaria, romper con el aislamiento que a veces generan los padecimientos psíquicos. Sentirse apoyados, contenidos, saber que hay un lugar mensualmente en un centro de salud donde puedan ir sin tener que esperar un turno psicológico tradicional”.

La difusión se realiza a través de folletería, publicaciones en los centros de salud y por medio de los grupos de mensajería que mantienen las agentes sanitarias y enfermeras con vecinos y pacientes. “Hoy en día una de las formas más accesibles son los grupos de WhatsApp de la zona. Nosotros les damos el flyer y la gente, de boca en boca, va tomando conocimiento”, explicó.

Alias también destacó un trabajo conjunto entre la provincia y el municipio que permite llevar a cabo acciones de prevención en espacios clave como los clubes deportivos. “Hoy en día estamos trabajando con la Liga Sanrafaelina de Fútbol. La idea

es llegar con talleres de prevención del suicidio a través de las distintas zonas en que se organiza la liga. El trabajo también prevé avanzar con otros espacios deportivos y recreativos. “La idea es pasar después a fútbol, al hockey social y a todos aquellos que quieran sumarse. Si alguien se quiere contactar para organizar un taller, no tengo ningún problema en brindar mi número”, manifestó Alias, quien además puso a disposición su contacto personal (2604 200392) para recibir inquietudes o solicitudes de la comunidad.

Además, remarcó la importancia de recordar que, ante situaciones de angustia o emergencias psíquicas, siempre está disponible la línea 148 opción 0. “Cuando hay alguna persona que en este momento se encuentra con algún tipo de padecimiento psíquico, es fundamental saber que puede llamar a la 148 opción 0, donde los pueden acompañar”, señaló.

Consultada sobre las problemáticas que más se presentan en los servicios de salud, Alias no dudó en señalar el consumo problemático como una de las principales. “El problema más grave en sí es la problemática de consumo. Básicamente de sustancias tóxicas, pero hoy en día de las personas que llegan a la guardia, más del 50 por ciento ingresan por problemáticas de consumo”, afirmó.

“Hay una problemática muy grave con la cocaína fumada, que no se está visibilizando. En quince días genera un daño neurológico irreversible y es lo que más daño está ocasionando en la Argentina. Es importante visibilizar esto, como también lo es que las personas puedan buscar ayuda lo antes posible”.

Finalmente, remarcó que todas estas acciones tienen como finalidad fortalecer la red comunitaria y ofrecer herramientas que permitan detectar, prevenir y acompañar a tiempo las problemáticas de salud mental. “Estamos todos trabajando en conjunto, tanto provincia como municipio, en pos de poder acompañar a esas personas. Me parece importante que quien tome conocimiento de alguien de su entorno que esté atravesando estas situaciones pueda acercarse o pedir ayuda. No hay que esperar a que sea tarde”.